

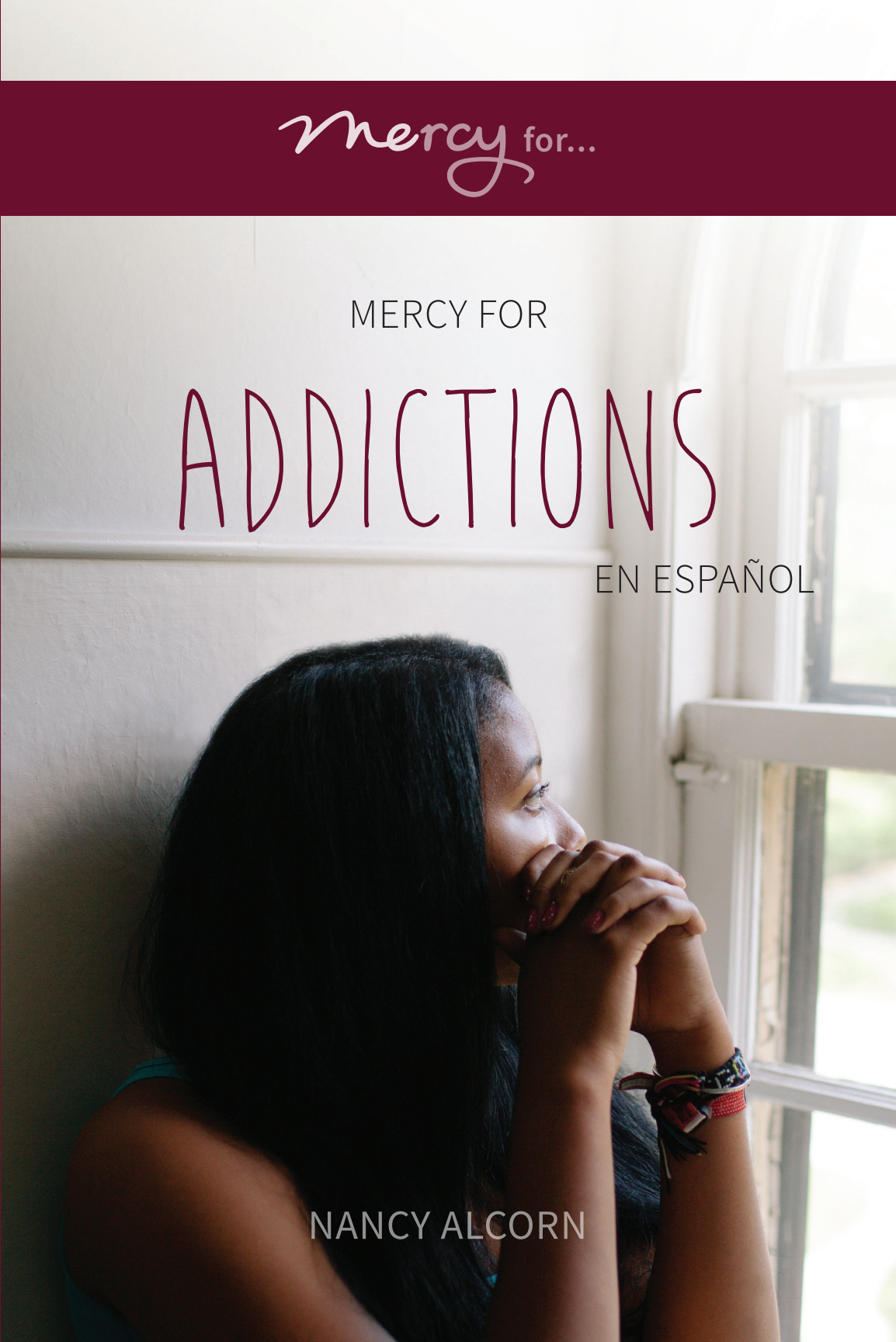
*mercy* for...

MERCY FOR

# ADDICTIONS

EN ESPAÑOL

NANCY ALCORN



# Comentarios de apoyo

Conozco a Nancy Alcorn desde hace muchos años y siempre he admirado su compasión y dedicación por las jóvenes que necesitan ayuda. La serie *Misericordia para...* aborda los problemas reales que ellas están enfrentando hoy en día y les proporciona las respuestas necesarias para que puedan cambiar su vida de dolor y decepción por una vida de esperanza y libertad.

—**Victoria Osteen**

Pastora adjunta. Lakewood Church.

Sé muy bien cómo el mundo enfatiza de manera exagerada la apariencia externa, y desafortunadamente, las jóvenes a menudo incurren en patrones autodestructivos. Personalmente, apoyo el trabajo de *Mercy Ministries* porque he podido ver, de manera directa, vidas transformadas.

—**Niki Taylor**

Modelo internacional

En *Mercy Ministries* no temen tratar con temas desagradables y escabrosos como el abuso sexual, la autolesión, las adicciones y los desórdenes alimenticios. Nancy y su equipo de *Mercy Ministries* abordan lo esencial de estos problemas. Si eres una joven que lucha con este tipo de problemas, o bien, tiene una hija o trabaja con jóvenes, debe leer este libro. ¡Seguro su vida cambiará!

-**CeCe Winans**

Artista ganadora del Grammy.

Personalmente he conocido jóvenes que han encontrado la sanidad a través de los principios de estos libros. Esta serie es muy oportuna en una época en la que se les da poca esperanza a las jóvenes que luchan con este tipo de desórdenes. Nancy Alcorn no teme decir la verdad y ofrece una esperanza verdadera a través del perdón y la restauración. Si deseas tener esperanza o estás siendo afectada por vivir sin ella, lee esta serie y encuentra verdaderas respuestas.

- **Sue Semrau**

Directora técnica del equipo femenino de básquetbol,  
Universidad de la Florida

Como padre de dos jóvenes adolescentes, ciertamente sé lo que las jóvenes deben enfrentar hoy en día. He sido testigo de cómo Nancy Alcorn y *Mercy Ministries* han traído esperanza y sanidad emocional a jovencitas que

han luchado por muchos años, jóvenes que no tenían esperanza. La serie *Misericordia para...* evidencia la efectividad de *Mercy Ministries* y ofrece gran inspiración, esperanza y un camino hacia la sanidad verdadera para todas aquellas mujeres que quieren ser libres.

**-Dave Ramsey**

Experto financiero y autor de *La transformación total de su dinero*

**ATRAPADA**

*THE MERCY FOR SERIES*

Serie Misericordia para...

# **ATRAPADA**

Misericordia para quienes tienen adicciones

**NANCY ALCORN**

© 2010 Nancy Alcorn. Todos los derechos reservados.

Esta publicación no podrá ser reproducida, almacenada, o transmitida en cualquier forma por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, o de ningún otro modo sin la previa autorización de el titular de los derechos de autor, salvo en los casos previstos por la ley de derechos de autor de los Estados Unidos de América.

Este libro contiene asesoramiento e información relacionada con la salud física y mental. No tiene la intención de sustituir al asesoramiento médico y debe usarse para complementar y no para sustituir la atención que recibe regularmente de su médico o de algún profesional del cuidado de la salud mental. Pedimos a los lectores que consulten a su médico o a algún profesional del cuidado de la salud mental para preguntas e inquietudes específicas.

A menos que se indique de otra forma, todas las Escrituras son tomadas de la Santa Biblia, Nueva Versión Internacional ®, NVI ®. Copyright © 1973, 1978, 1984 por la Sociedad Bíblica Internacional. Usado con permiso de Zondervan. Todos los derechos reservados.

Las referencias bíblicas marcadas NLT se han tomado de la Santa Biblia, New Living Translation, derecho de autor © 1996, 2004. Usado con permiso de Publicaciones Casa Tyndale, Inc, Wheaton, Illinois 60189. Todos los derechos reservados.

Las referencias bíblicas marcadas MSG se han tomado del libro *The message*, derecho de autor © 1993, 1994, 1995, 1996, 2000, 2001, 2002. Usado con permiso de Grupo Publicitario Nav Press.

Las referencias bíblicas marcadas NCV se han tomado de New Century Version. Derecho de autor © 1987, 1988, 1991 por Word Publishing, una división de Thomas Nelson, Inc. Usado con permiso. Todos los derechos reservados.

Las referencias bíblicas marcadas ESV se han tomado de *La Santa Biblia, English Standard Version*. Copyright © 2000; 2001 por Crossway Bibles, una división de Good News Publishers. Usado con permiso. Todos los derechos reservados.

Las referencias bíblicas marcadas AMP se han tomado de la Amplified Bible, Copyright © 1954, 1958, 1962, 1964, 1965, 1987 por La Fundación Lockman. Todos los derechos reservados. Usado con permiso. ([www.Lockman.org](http://www.Lockman.org))

A petición de la autora, aquellas versiones de la Biblia que no se encuentran en español, fueron traducidas libremente por la traductora para conservar el énfasis.

TRADUCCIÓN: Raquel Aguiar de Navarro.

## **Dedicatoria**

Para todas aquellas que están **desesperadas** por ayuda pero sienten que no hay esperanza. Este libro ha sido puesto en tus **manos** por una razón, no es casualidad que justo ahora lo estés leyendo. Mi **oración** es que lo leas porque fue escrito para ti. Si recibes este mensaje **jamás** volverás a ser la misma.

*Nancy Alcorn*

# Índice

Reconocimientos.....	
Introducción.....	
Capítulo I: ¿Qué es una adicción?.....	
Signos y síntomas	
Causas de raíz	
¡Despierta!	
Triunfa	
Capítulo II: Rompiendo las cadenas.....	
Rinde tu corazón	
Escucha la voz de Dios	
Rompe el ciclo	
Suelta el dolor del pasado	
Abstinencia	
Sé transformada	
Habla la verdad	
Capítulo III: Permaneciendo en libertad.....	
Sé intencionada	
Mantente firme	
Echa fuera el engaño	
Dirige tus pasiones en otra dirección	
Abraza tu verdadero yo	
Capítulo IV: Historias de misericordia de <i>Mercy Ministries</i> .....	
La historia de Ángela	
La historia de Mónica	
Capítulo V: Para padres y otras personas interesadas.....	
Cree un ambiente que fomente la honestidad	
Sea cuidadoso al confrontar	
Cree un ambiente que brinde seguridad y en el que se rinda cuentas	
Enfrente las adicciones de la familia	
Encuentre apoyo	
Apéndice: Cambiando las creencias que no son conforme a Dios por creencias conforme a Dios.....	
Índice de oraciones.....	
Fuentes.....	
Acerca de <i>Mercy Ministries</i> .....	
Acerca de la autora.....	



## Reconocimientos

Quisiera agradecer al personal de *Mercy Ministries* quien ha pasado incontables horas trabajando en este manuscrito con un corazón dispuesto a ayudar a las personas; ellos son: Sherry Douglas, Sharon Manuel, Cissy Etheridge, Cassidy Carlgren, Margaret Troquille, Natasha Maciuk, Amanda Phillips, e Ima Dixon. Agradezco a las residentes de *Mercy* que leyeron el manuscrito y nos dieron una retroalimentación honesta, ayudando a la conformación de un material relevante y de mucha ayuda para todos los lectores.

Un sincero agradecimiento a nuestros amigos y colaboradores alrededor del mundo, quienes dan generosamente con el propósito de cambiar vidas. Finalmente, pero no menos importante, expreso mi profunda gratitud a nuestro fiel personal en los distintos hogares alrededor del mundo. Dan tanto cada día, y su amor y compasión son evidentes. Gracias por estar a mi lado en esta visión global. ¡Ustedes me maravillan! Todas las regalías y ganancias por este libro regresarán a la obra de *Mercy Ministries* alrededor del mundo.

## Introducción

*Desperté en el piso empapada en mi propio vómito. Mirando alrededor en un baño desconocido, me esforcé por recordar lo que había sucedido la noche anterior. Todo era tan confuso, la única pista que tenía era una botella vacía de licor que estaba en el suelo junto a mí, y una pequeña bolsa de plástico vacía.*

—Kate

**D**espués de años de estar sumida en la adicción a las drogas y al alcohol,

Kate finalmente tocó fondo. Para poder sobrellevar las relaciones con su disfuncional familia, ella abusó de muchas sustancias diferentes tratando de escapar de la realidad en la que vivía. No se daba cuenta de que su ruta de escape era nada menos que la puerta de entrada a su cautividad.

La variedad y los tipos de adicciones son incontables, pero a través de Cristo puedes encontrar libertad de cualquier cosa que esté controlando y consumiendo tu vida. Tal vez estás leyendo este libro para tener un entendimiento más claro de cómo ayudar a un ser amado que está cayendo en este pozo sin fondo, o tal vez tú misma estás luchando con alguna adicción y estás desesperada por respuestas. Hay muchas personas, que al igual que tú, o esa persona a quien amas, están buscando una salida. Muchas la han encontrado y en este libro leerás algunas de sus historias.

Desde 1983, *Mercy Ministries* ha servido a miles de mujeres jóvenes de todo el país de diversos trasfondos culturales y económicos.

Las jóvenes que vienen a *Mercy Ministries* con frecuencia están enfrentando una combinación de circunstancias difíciles y muchas de ellas han buscado anteriormente tratamiento en otras partes sin obtener resultados exitosos a largo plazo. Sin embargo, se han graduado del programa de *Mercy Ministries* y sus vidas han sido realmente transformadas. Algunas están asistiendo a universidades, trabajando en ministerios y en corporaciones, en el campo misionero y en sus hogares,

criando sus familias. Nuestras residentes son mujeres jóvenes que quieren cambiar e ir más allá de sus difíciles circunstancias, pero nunca antes habían podido hacerlo. Sin embargo, en *Mercy Ministries*, encuentran esperanza.

Tú también puedes encontrar esperanza. Este libro fue escrito para ayudarte a entender mejor tu lucha y encontrar maneras prácticas de reconocer, identificar y eliminar la adicción de tu vida. Hay una esperanza, hay libertad, y hay misericordia para las adicciones.

## Capítulo I

# ¿Qué es una adicción?

Vivir con una adicción es como caminar todos los días arrastrando una bola de acero con una cadena oprimiendo tu pierna. Va contigo a todas partes, te agobia, te impide alcanzar tu máximo potencial y controla tu vida. Cada pensamiento, acción y emoción dependen de esta carga que estás llevando a rastras. Pudieran ser drogas, alcohol, tabaco, cualquier cosa que consuma tu vida y afecte tu capacidad de tomar decisiones racionales.

Cuando lo único que te interesa es que tus necesidades sean suplidas, te encontrarás a ti misma viviendo una vida de cautiverio miserable. Gálatas 5:19–21 (MSG) describe cómo se ve una vida así:

*Es obvia la clase de vida que resulta al tratar de hacer las cosas todo el tiempo a su manera: sexo barato, sin amor, repetitivo; una acumulación apesadumada de basura mental y emocional; arranques frenéticos y sombríos de felicidad; dioses de baratija; religión de espectáculo mágico; soledad paranoica; competencia salvaje; deseos intensos que absorben todo el tiempo pero que nunca son satisfechos; un temperamento cruel y brutal; una impotencia de amar o ser amado; hogares divididos y vidas divididas; mentalidad estrecha en búsqueda de cosas torcidas; el vicioso hábito de despersonalizar a todos convirtiéndolos en un rival; adicciones irresistibles fuera de control; feas parodias de comunidad. La lista podría continuar. Esta no es la primera vez que les hago una advertencia, ustedes lo saben. Si usan su libertad de esta manera, no heredarán*

*el reino de Dios.*

Cuando no puedes funcionar hasta no satisfacer lo que te demanda la adicción, necesitas detenerte y preguntarte a ti misma si realmente quieres pasar el resto de tu existencia viviendo sólo para recibir la siguiente dosis. Tal vez piensas que no tienes alternativa, pero sí la tienes.

## **Signos y síntomas**

Una adicción va mucho más allá de los estigmas que la sociedad pone sobre las personas que viven en las calles vendiendo sus propios cuerpos para obtener su siguiente dosis. Mientras que ese escenario es una realidad para muchos de los que están atrapados en una adicción, también existen aquellos que nunca encuentran libertad porque no pueden ver la realidad de sus acciones autodestructivas. Los siguientes son signos que tú o alguien que conoces pudieran mostrar al batallar con alguna adicción:

- Cambio de personalidad o del grado de tolerancia hacia las personas.
- Comportamientos manipuladores, mentirosos.
- Cambios importantes en los patrones de conducta al dormir y al comer.
- Sentir la necesidad de la sustancia con regularidad y en algunos casos, ansiedad intensa a lo largo del día.
- Asegurar tu provisión de droga.
- Hacer cosas para obtener droga que normalmente nunca harías, tales como robar o prostituirte.
- Sentir que necesitas la sustancia para sobrellevar tus problemas.
- Manejar o hacer otras actividades que te ponen a ti y a otros en riesgo de daño físico cuando estás bajo la influencia de la sustancia.
- Incapacidad de cumplir con responsabilidades mayores en el hogar, en la escuela, o en el trabajo.
- Problemas legales repetidos por el uso de la sustancia.
- Requerir más cantidad de la sustancia para que produzca el mismo efecto.
- Intentos y fracasos repetidos al tratar de limitar el uso de la sustancia.
- Necesidad de la sustancia para aliviar los síntomas de la abstinencia de ella.
- Pasar mucho tiempo, usando, recuperándote de, u obteniendo la sustancia.
- Continuar usando la sustancia a pesar de conocer los problemas físicos y psicológicos que causa.
- Aislamiento de la familia.

## **Causas de raíz**

Muchas son las causas de raíz que te pueden conducir a estos comportamientos. Una raíz común tras cualquier conducta adictiva es el abuso. Ya sea físico, sexual, verbal, o emocional, las emociones aplastantes que

produce el abuso llevan a la persona a buscar un escape de la vergüenza, el dolor, la culpa y la ira. Por ejemplo, tal vez piensas que te las puedes arreglar relajándote con unos cuantos tragos, pero los efectos del alcohol se irán, y después estarás igual que antes.

Vivir en el ambiente que crea una familia disfuncional te puede llevar a tratar de sobrevivir a través de alivios temporales. Si el uso del alcohol y las drogas continúa siendo tu solución, con el tiempo se puede convertir en la misma causa de tu destrucción. Si los usas para escapar, reprimirte, o medicarte, lo único que realmente estás haciendo es retrasando la obra sanadora que Dios quiere llevar a cabo en tu vida.

Los sentimientos de vergüenza, enojo, desesperanza, tristeza, u otras emociones pueden venir por una variedad de circunstancias y te pueden dejar con un enorme vacío en tu corazón. Tal vez te has agarrado de la primera cosa disponible como una solución temporal sin estar segura de lo que debías hacer, pero ahora te has dado cuenta de que la solución transitoria se ha quedado como una parte aparentemente normal de tu rutina diaria.

Ninguna de las sustancias que existen sobre la faz de la tierra podrá llenar el vacío de tu vida. No existe la cantidad suficiente de sustancia que pueda darte la satisfacción emocional que tu corazón desea.

Ninguna píldora podrá sanar el dolor que sientes por las tragedias que has experimentado en tu vida. De hecho, si dependes de alguna sustancia o de cierta actividad para aliviar tu dolor, recibirás el efecto contrario: te sentirás desesperanzada y sola como nunca antes al depender de cualquier cosa fuera de Dios.

Sólo Dios puede sanar tu dolor y liberarte de tu necesidad de recurrir a estas conductas adictivas. Sus soluciones nunca son temporales y sólo su verdad hará un impacto permanente en tu vida.

Cuando recurras a cualquier cosa fuera de Dios para satisfacer tus necesidades, siempre te quedarás vacía y sola.

## **¡Despierta!**

*Por una sola vez no me pasará nada. Necesito hacer algo...*

Casi todas las adicciones inician con esta mentira y cuando la crees, tiene el poder de destruirte. En realidad, con una sola vez sí te pasa algo porque te dispara a una adicción mortal y una primera vez, casi siempre te lleva a la segunda.

*Probé por primera vez la droga cuando tenía doce años y fui enganchada*

*al instante. Caí precipitadamente en un mortal pozo sin fondo.  
Después de siete años de estar en el mundo de las drogas, me encontré  
en el cuarto de un hospital a un paso de la muerte.  
Casi perdí mi brazo por los efectos de una severa adicción. Me estuve  
inyectando frecuentemente heroína y oxicontina en mis venas.*

—Amy

Vamos a determinar el origen y a identificar las mentiras que has creído que te llevaron a la trampa de la adicción. Todas las mentiras vienen del padre de mentira, Satanás, y debes identificarlo como la voz que has estado escuchando. Satanás está detrás de toda la maldad que hay en la tierra y viene sólo para robar, matar y destruir todo lo que es bueno (Juan 10:10). Cuando te familiarices con la Palabra de Dios, te darás cuenta de la naturaleza perversa del diablo y podrás reconocer su voz tal y como es.

Cada vez que escuchas una mentira viene con ella una elección: Puedes creerla, o descartarla y creer la verdad que viene de Dios. Esto se te explica claramente en

Deuteronomio 30:19–20 (NLT): «Hoy les he dado a escoger entre la vida y la muerte, entre bendiciones y maldiciones. Ahora llamo al cielo y a la tierra para que sean testigos de la decisión que tomen. ¡Oh, escojan la vida, para que sus descendientes puedan vivir!»

Dios no nos promete que nunca seremos tentados, pero sí nos promete que siempre nos dará una salida. «Pero Dios es fiel, y no permitirá que ustedes sean tentados más allá de lo que puedan aguantar. Más bien, cuando llegue la tentación, él les dará también una salida a fin de que puedan resistir», (1 Corintios 10:13).

Dios te llama con urgencia a levantarte y salir de la adicción que te ha tenido cautiva. Aunque tal vez piensas que a nadie le importa, o que tu familia y amigos ya no tienen esperanza en cuanto a tu vida, a Dios le importa y nunca se dará por vencido. Él te creó, por lo tanto, ve el potencial que tienes para vivir una vida maravillosa. ¡En el siguiente pasaje de Isaías 52 Dios está gimiendo, llamándote a salir de la cautividad!

«Despierta, despierta, vístete de fuerza, Oh Sion; ponte tu ropa hermosa... Sacúdete el polvo y levántate... libérate de las cadenas de tu cuello, Oh cautiva hija de Sion». (Isaías 52:1–2 ESV).

Cuando estás saliendo del efecto de una droga o despertando una mañana

después de que bebiste mucho alcohol, lo último que quieres escuchar es a alguien diciéndote: «¡Despierta! ¡Sacúdete eso y levántate!»

Esas palabras pueden parecer fuertes, pero Dios te está diciendo que ya es tiempo de ser agresiva y salir de ese estilo de vida y tú necesitas hacer lo que sea necesario con tal de salir de ahí. Él te ama lo suficiente como para asegurarse de que estés consciente de las consecuencias que tienen tus acciones y de que sepas que tienes una alternativa. Cuando Él vea que estás decidida y determinada a salir de esa adicción, Él estará contigo con abundante perdón y gracia.

## **Triunfa**

Dios te dará la capacidad de triunfar sobre tu adicción cuando la rindas ante Cristo y sometas tu corazón a Él.

Gracia es la capacidad divina que te da Cristo para que puedas hacer lo que Él te pide. En 2 Timoteo 2, Pablo anima a Timoteo a fortalecerse en la gracia que es en Cristo. El corazón de Timoteo se estaba debilitando por todos los problemas que estaban viniendo en contra de él y su llamado como líder apostólico. Ya estaba olvidando quién era: ¡un apóstol de Cristo! Pero Pablo le recordó que avivara el don que estaba en él y que fuera fuerte en la gracia, en la capacidad divina, no por su propio esfuerzo o fuerza humana. La gracia es mucho más que un don gratuito. Es una capacidad sobrenatural que nos permite hacer lo que necesitamos llevar a cabo.

La gracia es favor de Dios que no nos merecemos. Brota de su amor infinito y no tiene límites cuando tomas la decisión de someter tu corazón y tu vida a Dios. Gracia significa que Dios ve más allá de tu imperfección y pecado, y te ama a pesar de todo lo malo que hayas hecho.

Sin embargo, la clave para poder triunfar es tener el deseo y la buena disposición de cambiar y apartarte de lo que has estado haciendo. Una vez que has tomado la decisión de dejar la adicción, Dios libera su fuerza y poder para darte la capacidad de vivir de acuerdo a esa decisión. Él te ama sin importar cómo vives y te acepta así, pero el cambio llega hasta que tomas la decisión de rendirte y cambiar la dirección de tu vida. Dios te da su poder y te capacita para triunfar, de hecho, Él cambia los deseos de tu corazón.

Una idea equivocada muy común acerca de la libertad en Cristo es que nos permite pecar. La verdad es que su perdón siempre está disponible para

nosotros, pero la libertad verdadera significa que hay una elección. Anteriormente eras esclava del pecado, pero ahora se te ha dado el poder para elegir no pecar. Ahora tienes el poder de alejarte de aquello que te tenía como esclava. Así que continúa eligiendo la libertad; de lo contrario, volverás a enredarte y quedarás atada al mismo yugo de esclavitud (Gálatas 5:1). Tu libertad no es una licencia para pecar, tu libertad te da el poder para escoger la vida (Deuteronomio 30:19).

En este pasaje podemos ver otra vez la vida del apóstol Pablo, quien nos explica el propósito de la gracia y la necesidad de alejarnos del pecado:

*Ahora, como ya estamos libres de nuestro viejo tirano, ¿significa eso que podemos volver a vivir como queramos? Ya que hemos sido hechos libres en la libertad de Dios, ¿podemos hacer lo que se nos venga a la mente? Difícilmente. Ya saben muy bien por experiencia propia que hay algunas acciones de la así llamada libertad que destruye la libertad. Por ejemplo, si se ofrecen al pecado esa será su última acción tomada en libertad. Pero si se entregan a los caminos de Dios la libertad nunca se acabará. Durante toda su vida han permitido que el pecado les diga qué hacer. Pero gracias a Dios ya empezaron a escuchar a un nuevo amo, uno que con su autoridad los hizo libres ¡para que vivan abiertamente en su libertad!*

—Romanos 6:15–18 MSG

Vivir una vida separada de Dios no trae libertad, sino te lleva a un callejón de destrucción donde no hay salida. Cuando puedas romper la atadura a ese fuerte deseo que te demanda la adicción, ¡vas a descubrir el deleite que es obedecer a Dios y hacer lo que te pide! «Trabaja duro para el pecado durante toda tu vida y tu pensión será la muerte. Pero el regalo de Dios es *vida verdadera*, vida eterna, dada por Jesús, nuestro Amo» (Romanos 6:23 MSG).

*Vi que mis padres eran demasiado protectores y les guardaba rencor por no darme la suficiente libertad. Me empecé a rebelar antes de llegar a ser una adolescente y empecé a salirme de la casa a escondidas por las noches para drogarme con mis amigos. Me sentía tan libre, sentía que finalmente podía hacer lo que quería. Siempre mentía y después de un tiempo, mis padres notaron que algo estaba sucediendo. Seguí mintiendo para cubrir más mentiras hasta que la única salida fue huir. Me fui a vivir con mi novio, que era un traficante, y a pesar de que podía hacer cualquier cosa, me sentía más atrapada que nunca. Mi novio era un manipulador abusivo y nunca me sentí segura con él. No lo podía dejar porque yo sola*



*no podía costear mis drogas. Esto no se parecía en nada a lo que yo había pensado que era la libertad.*

—Kayla

Dios convertirá tu desastre en un mensaje si sólo tomas la decisión de dejar eso y le permites llevar a cabo su obra redentora. Cada elección que tomes en la vida afectará cuatro áreas: tu familia, tus amigos, tu futuro y tu relación con Dios. Es importante recordar que lo que haces no sólo te afecta a ti. ¡Gracias a Dios que su gracia es tan maravillosa, que Él hará borrón y cuenta nueva, además promete restaurar todo lo que se haya perdido en cualquiera de esas áreas!

## *Capítulo II*

# **Rompiendo las cadenas**

**U**na vez que hayas decidido que estás cansada de vivir atada a una adicción y realmente deseas ser libre, a lo mejor te sentirás insegura de qué debes hacer. Darte cuenta de que tienes un problema es el primer gran paso, pero con frecuencia el siguiente paso puede ser igual de difícil. Tienes que entender que no puedes hacerlo sola. Una adicción es más fuerte que tú y se requiere más que fuerza de voluntad para romper las cadenas.

Dios es el único que te conoce mejor de lo que te conoces a ti misma. Él ha visto todo lo que has hecho y experimentado, y de todos modos te ama y quiere hacerte libre. Jesucristo pagó el precio más alto por tu libertad. Soportó el ridículo, la burla, el rechazo y la cruel tortura que lo condujo a su muerte en la cruz. Lo más increíble es que Él no hizo nada para merecer eso. Tomó la decisión de soportar el castigo que te correspondía para poder darte una vida de libertad.

A Satanás le encantaría que creyeras que sigues siendo esclava de la adicción. Pero la verdad es que en la cruz ¡eso se acabó! Jesús cargó sobre sí mismo

el pecado del mundo para que pudieras ser libre. Ya es tiempo de desenmascarar la mentira y aceptar la verdad para que camines libre y experimentes una vida nueva.

Rinde tu corazón a Dios y familiarízate con su voz para que puedas romper el ciclo adictivo que hay en tu vida. Cuando le permitas a Dios sanar el dolor de tu pasado y acompañarte a través del proceso de desintoxicación al dejar las sustancias, romperás las cadenas de la adicción mientras que continúas renovando tu mente con la Palabra de Dios.

Esto puede parecerle extraño e incluso darte miedo al principio, pero hasta que el dolor de seguir como estás sea más grande que el dolor de cambiar, hasta entonces podrás ser transformada. Esta no es una salida fácil, pero es la única realmente verdadera. Tal vez pases por un periodo difícil y sientas que no podrás salir adelante, debes mantener tu enfoque sabiendo que ¡vale la pena pelear la batalla! Necesitas dejar atrás el dolor temporal para experimentar la libertad eterna. ¿Qué se necesita para que te des cuenta de que estás lista para cambiar?

### **Rinde tu corazón**

Cuando rindes tu corazón, estás renunciando a tus propios planes, a tu propia agenda y a tu propia voluntad. Estás reconociendo que no puedes romper las cadenas tú sola y que no puedes continuar viviendo todos los días atormentada. Dios sabe y ve todo, pero es vital que reconozcas su presencia en tu vida y le rindas tu corazón. Él es Dios amoroso, paciente y no va a entrar de manera forzada a tu vida. Va a esperar a que te des cuenta de que sólo a través de Él podrás experimentar la libertad, el amor, la alegría y la paz que estás buscando, y que solamente al aceptar su voluntad para tu vida podrás conocer los increíbles planes que tiene para ti. Jeremías 29:11 dice: «Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes, afirma el Señor, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza».

Jesús voluntariamente dio su vida por ti en la cruz. Al entregarse, te dio el mismo poder para que pudieras rendir tu vida a Él. Filipenses 4:13 dice: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece». Cuando aceptas a Cristo en tu corazón y le permites ser el Señor de tu vida, para Dios es borrar y cuenta nueva. Él aparta de ti tus pecados, tan lejos como está el oriente del occidente y no retendrá nada en tu contra (Salmos 103:12). No hay pecado que exceda el tamaño del perdón de Dios, tampoco hay nada que su gracia no pueda cubrir. Cualquier voz que te diga que Dios no te

puede perdonar, que después de eso que hiciste eres la única excepción, ¡está mintiendo!  
Debes identificar rápidamente que esta voz mentirosa  
proviene del enemigo, a él le encantaría que aceptaras el fracaso y te rehusaras a  
invitar a Jesús a tu vida.

Tal vez caíste en alguna adicción después de haber aceptado a Jesús como  
tu Señor y Salvador, pero te repito que la gracia de Dios y su perdón  
son infinitos. Cuando te sometes a su voluntad y comprometes  
tu vida a Él, te conviertes en una amenaza para el enemigo y sus malvadas  
maquinaciones. Lo único que busca es robar lo que te pertenece, además de matarte y  
destruirte. A fin de cuentas, la decisión es tuya y debes preguntarte a ti misma «¿Quiero vida  
o quiero muerte?» Si eliges a Cristo, estás escogiendo la vida  
abundante que Él nos da. A continuación hay un ejemplo de oración que te puede servir de  
modelo para pedirle a Jesús que entre a tu corazón. Él ha estado esperándote  
pacientemente, lo único que necesitas hacer es pedirselo.

### **Oración de salvación.**

Jesús, he llegado al límite y estoy cansada de tratar yo sola de  
sobrevivir. He hecho un desastre de mi vida  
y te doy gracias de que moriste en la cruz para liberarme de la prisión en la  
que yo misma me metí. Creo que eres el Hijo de Dios  
y que moriste en una cruz para  
limpiar mis pecados y quitar mi vergüenza. Sé que no va a ser siempre fácil,  
pero contigo nunca estaré sola. Este día escojo la vida.  
Te escojo a ti. Te pido que entres a mi corazón y seas  
el Señor de mi vida. Quiero que te hagas cargo de mí. Sé que me acompañarás en  
este recorrido, así que descansaré sabiendo que me ayudarás  
a llegar al otro lado. En el nombre de Jesús,  
Amén.

Si hiciste esta oración con un corazón sincero, ahora eres una hija de Dios  
y tienes una increíble herencia en su reino  
mientras continúes caminando en obediencia a Él. Cuando recibes a  
Jesús como tu Salvador, tienes vida eterna en el cielo y has sido rescatada  
de pasar la eternidad en el infierno. La vida inicia en el momento en el que  
experimentas la salvación. Jesús murió de manera horrible en la cruz y fue sepultado  
en una tumba, ¡pero no se quedó ahí! Tres días después, resucitó de los muertos  
y exigió las llaves de la muerte, del infierno y de la tumba  
para poder poner a tu alcance la libertad. Su muerte no sólo trae  
perdón, sino también asegura una vida eterna en libertad  
cuando eliges caminar en ella. Si tú hiciste la oración pidiéndole a Dios  
tu salvación, ¡esa vida acaba de empezar para ti ahora mismo!

### **Escucha la voz de Dios**

Antes de ascender al cielo, después de su muerte y resurrección, Jesús se quedó por muy poco tiempo en la tierra. Cuando Él partió, envió al Espíritu Santo para guiarte y dirigirte en el camino correcto. Él nos prometió que:  
*Cuando el Espíritu de verdad venga, Él les guiará a toda verdad. No va a hablar por su propia cuenta, sino que les dirá lo que ha oído. Les hablará del futuro. Él me dará gloria al decirles todo lo que recibe de mí.*  
*Todo lo que le pertenece al Padre es mío; por eso les he dicho: «El Espíritu les dirá todo lo que recibe de mí».*  
—Juan 16:13–15 NLT

De acuerdo a estos versículos, tú misma tienes la habilidad de oír de Dios sin que lo tengas que hacer a través de alguien más. Ciertamente, con frecuencia Dios usará a otras personas para hablar verdad a tu vida o para darte una palabra de dirección y ánimo, pero Dios también hablará directamente a tu corazón si estás dispuesta a escucharlo. Casi nunca es una voz audible, sino más bien una apacible voz interior que te guía suavemente de acuerdo a la Palabra de Dios.

Es importante que encuentres un amigo cristiano maduro o un mentor que te pueda enseñar cómo usar la Palabra de Dios.

Dios nunca te va a pedir que hagas algo que vaya en contra de su Palabra escrita. Por ejemplo, si estás en una tienda y crees que Dios te está diciendo que mereces tener una blusa que está ahí y que deberías llevártela sin pagarla porque realmente la necesitas, tú verás en la Biblia que Dios dice que es malo robar. También dice que tú, como su hija, debes confiar en Él sabiendo que proveerá para todas tus necesidades porque te ama.

Mientras más leas la Palabra de Dios, más familiar te será su voz. Juan 10:4 (AB) dice: «Cuando ya ha sacado a sus propias ovejas, Él va delante de ellas, y las ovejas le siguen porque conocen su voz». Una vez que puedas reconocer la voz de Dios, también podrás reconocer la voz del enemigo y esquivar su camino de destrucción.

## **Rompe el ciclo**

Las decisiones que tomas, pueden llevarte a la vida o a la muerte, sin embargo, también pueden traer vida o muerte a las generaciones que vendrán después de ti. La adicción es un modelo de conducta que se repite con frecuencia y se pasa de generación en generación. Echa un vistazo a tu árbol genealógico. ¿Notas algún patrón o ves antecedentes de adicción en tu familia?

Dios promete bendiciones cuando decides obedecer su Palabra.

Contrariamente, la desobediencia no sólo te traerá más dolores de cabeza, sino también los traerá a tus hijos y tus nietos. Las buenas noticias son que Jesús te da la autoridad para romper con ese ciclo destructivo que ha estado destruyendo a tu familia ¡para que ya no tengas que vivir atada por las malas decisiones que se tomaron mucho antes de que tú nacieras!

Toma tiempo para que puedas identificar los problemas que ha habido en tu familia. Algunos ejemplos son la depresión, la ira, las adicciones, el orgullo, el pecado sexual, el abuso, el miedo, la manipulación y la dependencia emocional. Una vez que hayas identificado las luchas, pídele a Dios que rompa estos patrones destructivos y conductas pecaminosas de tu vida y de la de tus descendientes. Jesús te ha dado la autoridad de romper estas maldiciones de generaciones pasadas para que tú puedas cambiarlas por bendiciones para los que vienen después de ti.

### **Oración para romper patrones generacionales:**

Dios Padre, te doy gracias de que no tengo que vivir una vida de adicción como la que vivieron algunos de los miembros de mi familia en generaciones pasadas. Te doy gracias de que por medio de Jesucristo tengo la autoridad para romper este ciclo de adicción en mi propia vida y evitar que afecte a mis hijos y nietos.

En el nombre de Jesús, te pido que rompas cualquier patrón generacional de conducta dañina y pecaminosa de mi familia. Decido perdonar a mis padres y ancestros; suelto cualquier sentimiento de amargura o de resentimiento por las consecuencias que su pecado trajo sobre mi vida. Te pido que me perdones por haberme entregado a la tentación y cedido al pecado. Recibo tu perdón y decido seguir adelante. Ya no viviré bajo la vergüenza que me han acarreado mis malas decisiones. En el nombre de Jesús, Amén.

### **Suelta el dolor del pasado**

Tal vez has podido identificar algunas causas (dándote cuenta de la raíz) que te llevaron al camino de la adicción al empezar a leer este libro.

Tal vez has sufrido abuso, o te han lastimado emocionalmente.

Quizá te has sentido rechazada o abandonada por alguien en quien confiabas, o has tenido que sufrir por la muerte de algún ser amado. Tu vida no tiene que ser controlada por el dolor del pasado. Cuando expones tu corazón a Dios y le permites llegar a esos lugares donde hay tanto dolor, Él trae sanidad y quita las pesadas cargas que nunca debiste llevar.

En Mateo 11:28 (NLT) Jesús dijo: «Vengan a mí, todos ustedes que están cansados y llevan pesadas cargas y les daré reposo».

Tal vez has estado viviendo con una actitud de autodefensa, sintiendo que debes cuidarte a ti misma, sobrellevar tu propio dolor y no confiar en nadie que haya en tu camino. Dios no solamente escucha tu corazón y sana tus heridas, también te enseña cómo vivir. Él es digno

de confianza. Te libraré de todas tus cargas cuando las dejes a los pies de Jesús. ¡Ya es tiempo de soltar la adicción!

Parte de dejar ir el pasado es tomar la decisión de perdonar a los que te han lastimado. El perdón no es un sentimiento ni una emoción. El perdón no justifica el pecado que cometieron contra ti, pero te hace libre para recibir el perdón de Dios en tu propia vida. Jesús dijo: «Porque si perdonan a otros sus ofensas, también los perdonará a ustedes su Padre celestial. Pero si no perdonan a otros sus ofensas, tampoco su Padre les perdonará a ustedes las suyas». (Mateo 6:14–15).

Cuando perdonas a aquellos que te lastimaron, Dios te quita esa carga que te lleva a defenderte y protegerte por ti misma, después toma ese lugar siendo Él tu vindicador. Él promete: «Y trataré severamente a todos los que te han oprimido. Salvaré a las débiles y a las desamparadas». (Sofonías 3:19 NLT).

Dios no viene a tu vida para liberarte sólo de unas cuantas cosas. Quiere que experimentes sanidad completa y restauración, eso incluye libertad para poder perdonar. La falta de perdón te lleva a amargura y resentimiento que pueden convertirse en enojo e ira.

¡La única persona a la que estás lastimando al retener el rencor es a ti misma! La falta de perdón es un enorme estorbo en tu relación con Dios y te impedirá recibir todo lo que tiene para ti, incluyendo el perdón de tus pecados.

Él desea tener una relación contigo más que cualquier cosa. Quiere ser tu Señor y Salvador, Protector y Proveedor, y también tu Amigo y Padre. Si tu padre terrenal abusó de ti o te abandonó, es muy probable que tengas una percepción distorsionada de Dios. Pero Él es mucho más que el mejor padre terrenal que pueda existir. Dios es un papá *perfecto*.

Leer la Biblia te ayudará a conocer cómo es y así ya no basarás tu percepción en lo que has experimentado en tus relaciones terrenales. No permitas que la vergüenza de lo que has hecho te detenga de buscar a Dios. Date cuenta de que Él verdaderamente entiende la lucha por la que estás pasando.

Hebreos 4:15 (NCV) dice: «Porque nuestro sumo sacerdote puede entender nuestras debilidades. Fue tentado en todo como nosotros, pero Él no pecó». Jesús es nuestro ejemplo y tienes que confiar en que puedes soltar tu dolor a Él permitiéndole llevar

tus cargas. Entra con confianza a su trono cuando tengas necesidad, sabiendo que es movido por una gran compasión hacia la humanidad. ¡Dale el control a Él y te dará descanso! A continuación hay una oración que puedes usar en tiempos de necesidad:

### **Oración para soltar el dolor.**

Amado Jesús, decido perdonar a aquellos que me han lastimado, recibo el perdón que me das por los pecados que he cometido contra otros como consecuencia de mi propio dolor. Te doy gracias Señor, de que eres tan misericordioso conmigo que estás dispuesto a venir a mi corazón y sanar el dolor de mis experiencias pasadas. Gracias por la libertad y la sanidad que traes a mi vida cuando perdono. Gracias también por revelar a mi corazón cómo es verdaderamente tu carácter para poder tener una relación contigo. En el nombre de Jesús oro, Amén.

### **Abstinencia**

Uno de los miembros claves del personal de *Mercy Ministries* atravesó por un tiempo muy difícil hace muchos años, luchando contra una adicción a las drogas por seis años. Estaba tan atrapada que recurrió a la prostitución para mantener su adicción. A pesar de su enojo contra

Dios, al pasar el tiempo llegó al punto en el que supo que debía correr hacia Dios o moriría. Ahora ella ha sido miembro del personal de *Mercy Ministries* durante catorce años y tiene un papel clave ayudando diariamente a otras jóvenes alrededor del mundo a encontrar la libertad de diversos problemas que les controlan la vida. Esta es su historia.

*Puedo recordar lo asustada que estaba con la sola idea de abstenerme de tantas sustancias que había dentro de mi sistema. Ya tenía suficiente con los temblores, jaquecas y el dolor que empezaba a sentir cuando no podía conseguir mis drogas con la suficiente rapidez. Había tiempos en los que la sola idea de más de esto me daba un susto casi mortal. Creía realmente que iba a morir.*

*Había sido adicta a las drogas y al alcohol alrededor de tres años cuando llegué a la conclusión de que prácticamente ya había vendido o perdido todo lo que significaba algo para mí y aún así, no tenía el suficiente dinero para continuar con mis hábitos. Decidí que lo único que me faltaba vender, era mi cuerpo, a cambio de aquello que hacía que mi vida fuera soportable: las drogas, el alcohol y el entumecimiento a la vida misma. Odiaba vivir. Intenté suicidarme, pero alguien me encontró a tiempo y detuvo el proceso. Eso realmente hizo que me enojara más con Dios*

*porque no me dejó morir a pesar de que yo no tenía ninguna razón para vivir.*

*¿Qué clase de Dios era ese? Lo odiaba y todos los días me aseguraba de que Él lo supiera.*

*Después de seis años de estar vendiendo mi cuerpo y estar en el alcohol y las drogas, llegué a otra conclusión: seguía sintiéndome igual de miserable. Parecía que no había la suficiente droga, alcohol, o sexo que quitaran el dolor y la ira que tenía dentro y ya no tenía la fuerza para seguir así por más tiempo. La idea de regresarle mi vida a Dios a pesar de mi odio hacia Él era casi igual de miserable para mí, pero realmente ya no sabía qué más hacer. Sabía que un proceso de abstinencia total era inminente e inevitable.*

*No me volví a Dios con lágrimas de arrepentimiento; regresé a Él en enojo y derrota, sabiendo que no podía salir adelante sin Él. Le arrojé mi vida y le dije que si podía hacer algo con esa basura, entonces era toda suya. No se necesitó mucho tiempo para que me diera cuenta de que había aceptado mi ofrecimiento. No importa cómo llegues a Él, lo importante es que llegues.*

*Los síntomas de la abstinencia llegaron y pensé que, o me moría en el proceso y finalmente mi inestable vida terminaría, o que, de alguna manera saldría adelante a algo mejor. En ese punto cualquiera de las dos opciones era preferible. Recuerdo tantas veces haber entrado tambaleándome a la cocina de la casa de mis papás, agarrándome de la barra para no caerme. Los temblores me venían muy fuertes y sentía que la lengua se me engrosaba. Mi papá se paraba atrás de mí y mi mamá al frente. Unían sus brazos alrededor de mí mientras me sacudía y convulsionaba. Los escuchaba orando, pero sonaban muy lejanos hasta que se me pasaba el ataque. Pasé varios días de esta manera. Y ahora, cuando los tres miramos atrás y pensamos en esa etapa, nos damos cuenta de que estábamos corriendo un gran riesgo al no llevarme con profesionales para recibir ayuda. Fue la gracia de Dios la que nos sacó adelante, ahora me doy clara cuenta de ello.*

*Quisiera que la historia terminara ahí, pero es cuando realmente empezó. Pasé el siguiente año tratando de encontrar de nuevo claridad en mis pensamientos. Había tiempos de soledad que me llevaban a mis viejas amistades y a la habitual bebida.*

*Algunas veces me entregaba a alguno de mis antiguos amantes y regresaba a la casa de mis padres con una nueva y a la vez*



*vieja, sensación de vergüenza. Pero Dios continuó amándome y me siguió mostrando que estaba conmigo y que no tenía que volver atrás para salir adelante.*

*El día que decidí que sin importar lo que pasara, no recurriría a nada ni nadie del pasado, fue el día en el que algo se rompió dentro de mí. Fue como si una línea invisible se hubiera dibujado sobre la arena. Yo estaba en un lado y mi antigua vida en el otro.*

*De alguna manera entendí en mi corazón que si alguna vez volvía a cruzar esa línea, nunca encontraría el regreso hacia Dios y la esperanza. Todavía me sentía paralizada por todo lo que había comenzado el proceso de no querer sentir ni pensar, pero al mismo tiempo sentí por primera vez que podría levantarme de esa «silla de ruedas» emocional y estaría bien. Sé que sólo Dios le da una oportunidad así a alguien que intencionadamente se ha alejado tanto de Él.*

*Recuerdo la primera vez que estuve en un servicio de adoración en la iglesia, adorando a Dios con claridad en mi mente, pudiendo realmente escuchar las letras de las canciones*

*y pensar en su significado... me puse a llorar. Torrentes de lágrimas corrieron por mis mejillas ese día y Dios empezó a quitar el dolor. Cada vez que recordaba algo doloroso, levantaba mis manos a Dios en adoración y oración y sentía que tomaba mi quebranto como una ofrenda. No podía entender esa clase de amor y aún no sé si algún día lo entenderé. Lo único que sé es que es real y que he sido sanada.*

—Mary

La decisión que tomó Mary de entregar de nuevo su vida a Cristo fue el principio del nuevo rumbo que tomó su vida, pero no fue fácil. Pasó por un tiempo muy difícil del proceso de abstinencia por el daño que le había hecho a su cuerpo. En los veinticinco años que llevo trabajando con personas adictas, he visto a Dios liberar a algunas de manera sobrenatural de sus adicciones y de los síntomas de la abstinencia. Sin embargo, en mi experiencia he observado que esta no es la norma. No hay duda de que Dios tiene el poder de liberar; puede y lo hace.

Esa es mi opinión personal, sin embargo, a veces permite que las personas atraviesen por el dolor y las duras consecuencias para que puedan recordarlo la próxima vez que sean tentadas a someterse bajo el mismo cautiverio. Probablemente, el solo pensamiento de volver a experimentar la agonía de la abstinencia hará que lo pienses dos veces antes de volver a caer en el abuso de sustancias.

Comprometer por completo tu vida a Cristo y correr a Dios para pedirle ayuda es el punto de arranque, pero sólo es el principio.

La transformación es un proceso y tienes que cambiar tu manera de pensar si quieres cambiar tu manera de actuar. Si quieres ser transformada en tu interior, tienes que empezar a identificarte con quien eres en Cristo y no con quien fuiste en el pasado.

Como lo mencioné anteriormente, es importante que pienses y hables de ti misma en términos de que eres una nueva creación en Cristo en lugar de «una adicta a las drogas en recuperación». Cuando te identificas con tu pasado le das poder sobre tu vida; mientras que cuando te identificas con quien eres en Cristo liberas el poder de Dios para poder vencer cualquier cosa que enfrentes.

Es de extrema importancia que durante el tiempo en el que estés aprendiendo a caminar en tu nueva vida, tengas personas a tu alrededor que te pidan cuentas. Parte de lo que hace que el programa de *Mercy Ministries* sea tan exitoso es que las jóvenes constantemente dan cuentas conforme van aprendiendo los principios para caminar en su nueva vida.

Aquí hay una oración que te puede ayudar a atravesar este tiempo.

### **Oración para perseverar.**

Amado Jesús, te doy gracias de que tu fortaleza se perfecciona en mi debilidad y de que cuando yo soy débil, tú eres fuerte.

Lo que estoy pasando es tan difícil, que hay días en los que no estoy segura de si lo voy a lograr, pero sé que lo que estoy sintiendo y experimentando es sólo temporal.

Te doy las gracias porque conforme persevero en medio del dolor, tú me estás llevando a una vida nueva, libre de ataduras a la adicción. En el nombre de Jesús oro, amén.

### **Sé transformada**

Uno de los abusos de poder más grandes en la industria de la salud física y mental involucra a ciertos doctores, psiquiatras y consejeros con licencia para recetar medicamentos psicotrópicos.

Algunas veces los profesionales te cobran una gran cantidad de dinero por escuchar tu problema y luego te prescriben una droga, diciendo que tienes un desequilibrio químico.

Si estás yendo con un doctor que te está dando drogas estimulantes, o medicamentos psicotrópicos, debes considerar si el medicamento es realmente necesario o si sólo estás evitando enfrentar las causas que dieron origen a tu problema. Primero necesitas tratar la confusión interna

invitando a Jesucristo a tu vida y después necesitas meter la Palabra de Dios a tu mente y a tu corazón. Pídele a Dios que te cambie de dentro hacia afuera, porque al tomar medicina para tratar tus problemas, sólo estás atendiendo los síntomas externos. Tal vez te sientas bien por algún tiempo, pero el medicamento solo, no te va a sanar ni a liberar del dolor de tu adicción. Dios es el único que puede hacerlo.

Si alguien te dice que eres una «alcohólica en recuperación» o una «drogadicta en rehabilitación» es mentira. Si has aceptado a Jesucristo como el Señor y Salvador de tu vida, 2 Corintios 5:17 dice que en Cristo eres «una nueva criatura». Todas las cosas viejas ya quedaron atrás y todas las cosas son nuevas. ¡Tú no eres alguien «rehabilitándose» de nada! Si eso fuera verdad, entonces el Apóstol Pablo hubiera estado en un grupo de rehabilitación de homicidas y el Apóstol Pedro hubiera necesitado un grupo de rehabilitación de mentirosos.

Por favor entiende esto: las cosas viejas en verdad y con toda certeza ya pasaron y todas las cosas son hechas nuevas. Tu pasado es solamente eso, tu pasado. Lo anterior está muerto, lo nuevo ha llegado y tu pasado no tiene que destruir tu futuro. Eres una nueva criatura y puedes hacer lo mismo que hizo el apóstol Pablo: «Hermanos, no pienso que yo mismo lo haya logrado ya. Más bien, una cosa hago: olvidando lo que queda atrás y esforzándome por alcanzar lo que está delante, sigo avanzando hacia la meta para ganar el premio que Dios ofrece mediante su llamamiento celestial en Cristo Jesús». (Filipenses 3:13–14). Eres la justicia de Dios en Jesucristo (2 Corintios 5:21). Dios no te ha dado un espíritu de temor, sino de poder, de amor y de dominio propio (2 Timoteo 1:7). ¡Renueva tu mente con eso!

El poder del evangelio de Jesucristo radica en su sencillez. Si no es lo suficientemente sencillo como para que lo entienda un niño, entonces es demasiado complicado. Pero en algún punto del camino, las personas lo han enredado al insertar su intelecto y razonamiento. No quiero con esto decirte, que no debes ir a la escuela, obtener algún título, o buscar el conocimiento y saber más. De hecho, te animo a que lo hagas.

Pero cada vez que alguien pone los títulos o el conocimiento humano por encima de la sabiduría de Dios, es porque piensa que es más inteligente que Él. Ciertamente hay profesionales en el cuidado de la salud que conocen y aman al Señor, pero tienes que buscarlos. Ellos no están sobrevalorando su título y experiencia, sino simplemente los usan como recurso para ofrecer la verdad más grande que existe, la libertad en Cristo. Ellos saben que un medicamento no trae la sanidad, que sólo Dios sana. Encuentra profesionales que crean esto y comunícate con ellos.

1 Corintios 1:19, 26–31 dice:

*Destruiré la sabiduría de los sabios; frustraré la inteligencia*

*de los inteligentes. . . Hermanos, consideren su propio llamamiento. No muchos de ustedes son sabios según criterios meramente humanos; ni muchos son los poderosos; ni muchos los de noble cuna. Pero Dios escogió lo insensato del mundo para avergonzar a los sabios, y escogió lo débil del mundo para avergonzar a los poderosos. También escogió Dios lo más bajo y despreciado, y lo que no es nada, para anular lo que es, a fin de que en su presencia nadie pueda jactarse. Pero gracias a él ustedes están unidos a Cristo Jesús, a quien Dios ha hecho nuestra sabiduría, es decir, nuestra justificación, santificación y redención para que, como está escrito: «Si alguien ha de gloriarse, que se gloríe en el Señor.»*

No importa cuál sea tu problema, tenemos la respuesta: ¡Su nombre es Jesús! Proverbios 3:5–6 dice: «Confía en el Señor de todo corazón, y no en tu propia inteligencia. Reconócelo en todos tus caminos, y él allanará tus sendas».

## **Habla la verdad**

Leer la Biblia no solamente es bueno, sino también es necesario, pero hay poder cuando hablas la Palabra de Dios en voz alta. La Biblia dice que tu lengua y las palabras que hablas tienen el poder de dar vida o muerte (Proverbios 18:21). Ahora que sabes esto, es mejor que pienses antes de hablar algo negativo acerca de alguien, pero sobre todo, es importante que ahora que sabes esto hables la verdad de la Palabra de Dios sobre tu vida.

Tal vez estés creyendo muchas mentiras acerca de ti misma y esas mentiras han determinado tus acciones, pensamientos y emociones. Es importante que las identifiques y las sustituyas por la verdad de la Palabra de Dios.

Debes abordar la situación y tratar con todas esas mentiras que has creído, porque ellas determinan tus emociones y tus emociones por lo general dirigen tu conducta. Conforme continúes leyendo la Biblia y vayas aprendiendo más verdades de la Palabra de Dios, irás entendiendo gradualmente qué áreas de tu vida necesitan un cambio. Por ejemplo, si crees que eres una adicta y que siempre lo serás, tus acciones serán un reflejo de eso y seguirás siendo víctima de esa mentalidad equivocada. La Palabra de Dios dice que eres una nueva creación en Cristo y eso quiere decir que todos los que pertenecen a Cristo se han convertido en una nueva persona. La antigua manera de vivir quedó atrás y una vida nueva ha comenzado (2 Corintios 5:17). Ya no estás atada a esa identidad anterior, ahora tienes una nueva. Es importante que empieces a identificarte con el hecho de que has sido hecha nueva en Cristo.

En lugar de decir: «Soy una adicta en rehabilitación», empieza a declarar (sí, ¡dilo en voz alta!) algo así como: «Señor, tu Palabra dice en 2 Corintios 5:17 que todas las cosas viejas pasaron y todas las cosas son nuevas. Te doy gracias de que

soy una nueva criatura en Cristo». En el apéndice de este libro hay más ejemplos de verdades de la Palabra de Dios que te ayudarán para que puedas desechar las mentiras que has creído.

En los tiempos cuando te sientas más débil, recuerda que aún entonces puedes ser fuerte porque Dios ha prometido que su fortaleza se perfecciona en tu debilidad (2 Corintios 12:9). No tengas miedo de clamar a Él y buscar personas que te apoyen a salir de este tiempo difícil. Es necesario contar con apoyo apropiado y eficaz.

Tal vez, inclusive sea necesario que te quedes con alguien por un tiempo. Si es así, elige a una persona que te ayude y anime a caminar en la verdad y que también sepa cómo orar.

Si sientes que ya no tienes fuerza y que no saldrás adelante si no cedés a la tentación, es tiempo de que permitas que tu equipo de oración y apoyo te sostenga. Empieza por hablar las verdades que has conocido y mantente en fe confiando en que el Dios que murió por ti ¡te ayudará a salir adelante!

### *Capítulo III*

## **Permaneciendo en libertad**

**D**ios te da los principios necesarios para romper las cadenas, también te da los recursos para que puedas conservar tu libertad.

La libertad en Cristo no son una serie de reglas y restricciones, sino límites que te guardarán a no adherirte otra vez al pecado.

Dios nos pone límites y nos guía así como un padre dirige a su hijo a la seguridad de un patio trasero para alejarlo de una calle muy transitada. La intención de un papá no es la de ser duro o controlar, sino la de proteger a su hijo. De la misma manera, tu Padre celestial quiere guiarte y protegerte. Tienes toda la libertad de jugar, disfrutar la vida y divertirte, pero Él te mostrará cuáles son los límites para que estés segura. Dios nos da el maravilloso regalo de poder escoger lo bueno, pero también nos da instrucciones para guardarnos de aquello que puede ser dañino para nosotros.

Dios nunca te forzará a obedecerle, pero debes saber que es por medio de tu obediencia que encontrarás libertad. Los límites que Dios establece son para tu protección, no para restricción. Cuando seas tentada, recuerda todo el dolor que has sufrido y eso te ayudará a no caer en lo mismo otra vez.

«Cristo nos ha hecho libres para que vivamos en libertad. Así que ¡declárate a favor de ello! Nunca vuelvas a permitir que alguien ponga cuerdas que te aten y metan en esclavitud» (Gálatas 5:1 MSG). Necesitarás tomar decisiones y rodearte de personas que piensen como tú, gente que te apoye espiritualmente y te pueda pedir cuentas. También es necesario que alinees tu vida a la Palabra de Dios para que puedan cambiar tus deseos (Romanos 12:2). Continúa declarando la Palabra de Dios sobre tu vida y ve tras la vida increíble que Dios tiene para ti. Abraza con todo tu corazón tu identidad real en Cristo y así vas a permanecer libre de la atadura de la adicción.

## **Sé intencionada**

Romper las cadenas de una adicción generalmente implica un cambio completo de estilo de vida, que puede implicar muchos ajustes prácticos en tu vida cotidiana. Por favor date el tiempo de buscar una buena iglesia local y conéctate con personas que puedan ser tus mentores durante tu proceso de sanidad, ¡no intentes hacerlo sola! Te estás aventurando a entrar en un mundo completamente nuevo y al principio, tal vez te sentirás muy incómoda. Ajustarte a esta vida nueva llevará tiempo: encontrar pasatiempos nuevos, hacer nuevas amistades, pero al final ¡valdrá la pena!

Durante esta etapa debes ser muy precavida y decidir de antemano cosas tales como con quién vas a pasar tiempo, a qué lugares vas a ir y en qué vas a estar meditando. Sé sensible a la dirección

que te dé la Palabra de Dios. Proverbios 4:25–27 dice:  
« Pon la mirada en lo que tienes delante; fija la vista en lo que está frente a ti.  
Endereza las sendas por donde andas; allana todos tus caminos.  
No te desvíes ni a diestra ni a siniestra; apártate de  
la maldad». Este versículo quiere decir que necesitas estar consciente  
y permanecer alerta en cuanto a las consecuencias de tus acciones.  
Antes de siquiera pensar en ir a un bar, aunque no tengas la intención de beber,  
primero debes preguntarte si no estás entrando a un lugar que te haga  
tropezar y volver a caer en la tentación.

Cuando estés haciendo planes de ir a pasear con viejos amigos, debes  
preguntarte a ti misma: «¿Querrán ellos hacer o platicar cosas que  
me hagan caer en los viejos patrones de conducta?» Si la  
respuesta es sí, entonces lo más sabio es que reconsideres tus planes.  
Tomar decisiones de manera impulsiva no es bueno y te puede llevar a una  
situación que ponga en riesgo tu libertad. Tienes que ser honesta contigo misma  
y reconocer las áreas en las que eres débil para evitar situaciones o  
relaciones que te pongan en peligro.

Dios nunca te pondrá ni permitirá que estés en alguna situación que no  
puedas manejar, pero tú sí te puedes poner en una situación peligrosa al  
tomar malas decisiones. Usa el sentido  
común y aléjate de los lugares de tentación, o tal vez, incluso,  
¡debas huir!

Tus viejos amigos tal vez no van a entender por qué no quieres hacer  
las cosas que antes hacían juntos, pero pronto podrás ser un ejemplo  
para ellos cuando te vean viviendo libre de la adicción.  
Mientras llegue ese momento, debes confiar en que Dios es tu proveedor y Él  
te dará nuevas relaciones sanas, con personas conforme a su corazón,  
que te animarán y hablarán verdad a tu vida.

No tengas miedo de que al seguir el plan de Dios para tu vida  
tendrás una vida miserable y solitaria, aunque tal vez pases  
por periodos en los que la soledad será abrumadora.  
Entiende que Dios es fiel y pondrá personas a tu alrededor que te mostrarán  
cómo son verdaderamente las buenas amistades.

Para poder vencer la soledad es esencial adaptarse a un nuevo  
estilo de vida. Por eso es tan importante que estés decidida a relacionarte  
con otras personas y estés dispuesta a formar nuevas relaciones.  
Las personas que se unen por una adicción, con frecuencia se centran  
solamente en su propia satisfacción.

Sin embargo, conforme vayas saliendo de tu zona de comodidad y conozcas personas nuevas, Dios te revelará lo que significa tener una relación de amistad sin egoísmo. «El amor es paciente y amable. El amor no es celoso, jactancioso, ni orgulloso o grosero. No demanda que sea a su manera. No es irritable y no guarda un registro cuando le fallan. No se regocija con la injusticia, sino se goza cuando triunfa la verdad. El amor nunca se da por vencido, nunca pierde la fe, siempre es optimista y perdura a través de toda circunstancia» (1 Corintios 13:4–7 NLT).

Tus compañeros constantes deben ser personas cuyas vidas estén arraigadas en el amor de Cristo. Recuerda, ¡tú te haces igual a las personas con las que te juntas! La decisión es tuya.

## **Mantente firme**

La batalla por tu vida no se detiene cuando recibes a Jesús como tu Salvador. Diariamente al despertar e iniciar tu día, estás entrando al campo de batalla. Sería muy absurdo que un soldado entrara al campo de batalla sin ninguna protección, y sucede lo mismo contigo. Efesios 6:11 (NLT) dice «Pónganse toda la armadura de Dios para que puedan pararse firmes contra todas las estrategias del diablo». La Biblia continúa nombrándonos las partes de la armadura que te debes poner todos los días:

*Por lo tanto, pónganse cada parte de la armadura de Dios para que puedan resistir al enemigo en el tiempo del mal. Así, después de la batalla, estarán de pie firmes. Manténganse firmes, poniéndose el cinturón de la verdad y la armadura de la justicia de Dios. Como zapatos, usen la paz que viene del evangelio para que estén completamente preparados. Además de todo esto, sostengan el escudo de la fe para detener las flechas ardientes del diablo. Pónganse la salvación como escudo y tomen la espada del Espíritu, que es la Palabra de Dios.*  
—Efesios 6:12–17 NLT

Para enseñarte a entender mejor la armadura de Dios y lo que significa, quiero enseñarte cómo aplicarlo de manera práctica a tu vida.

El casco de salvación representa la mente de Cristo, la cual recibes cuando le pides a Jesús que entre a tu corazón. Cuando renuevas tu mente leyendo la Palabra de Dios, simbólicamente estás poniendo un casco en tu cabeza que te ayuda a meditar en los pensamientos correctos y protege tu mente de los violentos ataques del enemigo. Cuando traes



cada pensamiento cautivo a Cristo, puedes cambiar la manera en la que piensas acerca de tu situación y acerca de la vida.

Empezarás a pensar que eres una vencedora.

La coraza de justicia simboliza el intercambio que se lleva a cabo cuando le pides a Jesús que entre a tu vida: Tú le das a Él tu pecado, tus errores y adicciones, y Él te da su justicia, o en otras palabras, el derecho de entrar a la presencia de Dios.

2 Corintios 5:21 explica que Jesús, quien nunca pecó, se convirtió en pecado por ti para que ahora puedas recibir su justicia. En otras palabras, puedes entregar tus pecados y errores a cambio de la justicia de Dios, lo cual significa que ¡ya tienes el derecho de ir delante de Dios!

Debido a que tienes esta nueva posición, cuando te lleguen pensamientos y sentimientos de odio contra ti misma y de condenación, puedes rechazarlos y decir: «¡No! ¡Soy una nueva creación!» Entender que ya eres justa te protege de mentalidades destructivas que te llevan a callejones sin salida, callejones que sólo te conducen a tus antiguos hábitos y conductas.

Usar el cinturón de la verdad significa que tomas la decisión de alinear tu vida a la Palabra de Dios y que eliges caminar en sus principios. Cuando caminas en la verdad, el engaño queda atrás de manera automática. Por ejemplo, cuando te diriges al norte, tu espalda está hacia el sur y estás literalmente alejándote del sur.

De manera similar, cuando eliges hacer lo correcto, ya no tienes que preocuparte de si vas a hacer lo incorrecto, porque lo incorrecto es eliminado automáticamente al momento de hacer lo correcto. De hecho, la palabra *arrepentimiento* en la Biblia significa dar la media vuelta e ir en la dirección contraria (Hechos 3:19).

Traer los zapatos de paz significa que cuando recibes a Cristo como tu Salvador, también recibes su paz, la cual guardará tu mente y tu corazón. «La paz de Dios, que excede cualquier cosa que podamos entender» (Filipenses 4:7 NLT), te será dada para que ya no vivas en confusión. Por lo tanto, cuando te pones los zapatos de la paz, vives y caminas en paz en lugar de vivir y caminar en caos y confusión.

Cuando tomas el escudo de la fe, que apaga cada dardo ardiente del maligno, significa que tu fe ahora está en Dios y que confías en Él

porque vives como quiere que vivas.

Quiere decir que usas la fe que Dios te ha dado para vivir para Él y que verdaderamente crees lo que dice su Palabra. La Palabra de Dios te permite desviar las flechas de agresión, de miedo y duda que el enemigo te dispara.

Las primeras cinco piezas de la armadura son para tu protección, pero la última es para atacar y se llama la espada del Espíritu. Usar la espada del Espíritu es hablar la Palabra de Dios en voz alta, literalmente. Dios promete que cuando hablas su Palabra declarándola con autoridad, Él vigilará que se cumpla. Cuando Satanás tentó a Jesús (Mateo 4), Jesús le respondió diciendo: «Está escrito. . .» y eso es exactamente lo que tú tienes que hacer.

Por ejemplo, cuando escuches una voz que te diga que nunca vas a triunfar, puedes responder lo que dice Filipenses 4:13 (NLT): «Puedo hacer cualquier cosa por medio de Cristo, quien me da fuerza», o Lucas 18:27 (NLT): «Lo que es imposible para las personas, es posible con Dios».

Por eso es tan importante conocer la Palabra de Dios. Necesitas hablarla y usarla como tu arma.

Hebreos 4:12 dice que la Palabra del Espíritu, la Palabra de Dios, es más cortante que una espada de dos filos y tiene la capacidad de discernir entre lo bueno y lo malo, entre lo correcto y lo incorrecto. Cuando te pases firme con la armadura que Dios te da, estarás completamente protegida y vencerás en cada ocasión.

## **Echa fuera el engaño**

La mejor manera de contrarrestar una tendencia natural a mentir es practicar la honestidad de manera rigurosa. Piensa antes de hablar, asegúrate de que las palabras que estás a punto de decir estén basadas solamente en la verdad.

Esto también incluye cualquier tipo de exageración o manipulación. Tal vez tengas que ir con algunas personas a pedirles perdón por alguna mentira que les hayas dicho. Te vas a sentir tan libre cuando ya no tengas que preocuparte por estar cubriendo tus mentiras y sueltas la doble vida que estuviste viviendo. Date cuenta de que si te alejas de la honestidad, te estás dirigiendo otra vez al cautiverio.

Recuerda, ¡necesitas echar fuera el engaño con la verdad!

## **Dirige tus pasiones en otra dirección**

*Con mi enfoque puesto en una cosa solamente, estaba dispuesta a hacer lo que fuera necesario para obtener lo que quería. Estaba trabajando tiempo extra y por alguna causa, nunca podía pagar mi renta puntualmente ni tener servicio de electricidad continuo por más de unas cuantas semanas. Gastaba todo mi dinero en drogas. Ponía a mi hija en situaciones peligrosas dejándola con vecinos que yo ni siquiera conocía y tardando días en recogerla. Ya no tenía esperanza y tenía una actitud apática respecto de la vida. Lentamente estaba siendo consumida por mi propia obsesión.*

—Hillary

Se requiere de pasión para recorrer la senda que te lleva a la adicción. La pasión que has tenido para satisfacer tus necesidades por medio de las drogas, tal vez te ha llevado a tomar medidas extremas. Las adicciones son engañosas por naturaleza. Tal vez has inventado mentiras vergonzosas, pero las mentiras sólo pueden durar un tiempo. Cuando quedas atrapada en ellas, la única salida que te queda es alejarte de las personas que engañaste.

La pasión que has tenido para obtener la siguiente dosis, tal vez te ha llevado a vender lo que tienes para comprar droga, o inclusive, a prostituir tu propio cuerpo. La pregunta no es si tienes o no tienes pasión, la pregunta es: ¿Hacia dónde la has estado dirigiendo?

Al crearte, Dios te dio una pasión para que pudieras cumplir el propósito que tiene para ti. Jeremías 1:5 dice: «Antes de formarte en el vientre, ya te había elegido; antes de que nacieras, ya te había apartado; te había nombrado profeta para las naciones». El destino que Dios tiene para ti es más grande de lo que te puedes imaginar. El enemigo sabe que Dios te creó con un increíble potencial, así que la única manera en la que Satanás puede impedir que cumplas tu destino es logrando que enfoques tu pasión en algo que te destruya.

Dios saca a la luz las maquinaciones del enemigo para que no caigas en su trampa. Cuando estás apasionada por cumplir tus deseos egoístas, quedas vacía e incompleta. La respuesta es que ya no enfoques tu pasión para ir tras tus deseos egoístas, sino que la encauses para seguir a Dios.

«Entonces ustedes me invocarán y vendrán a suplicarme y yo los escucharé. Me buscarán y me encontrarán, cuando me busquen de todo corazón. Me dejaré encontrar, afirma el Señor y los haré volver del cautiverio. Yo los reuniré de todas las naciones y de todos los lugares adonde los haya dispersado y los haré volver al lugar del cual los deporté», afirma el Señor». (Jeremías 29:12–14). La palabra *buscar* no significa buscar

algo con indiferencia, sino que significa ¡ir tras ello apasionadamente! Cuando buscas a Dios con todo tu corazón, el resultado es gozo, paz y el poder tener una vida transparente que hable la verdad sin tener que llevar una vida paranoica atrapada en tus propias mentiras.

Cuando Dios promete en la Biblia que restaurará todo lo que el enemigo te robó, realmente quiere decir *todo* lo que el enemigo te robó.

1 Pedro 5:10 dice: «Y después de que ustedes hayan sufrido un poco de tiempo, Dios mismo, el Dios de toda gracia que los llamó a su gloria eterna en Cristo, los restaurará y los hará fuertes, firmes y estables». Esto incluye las pasiones distorsionadas que te condujeron a una adicción.

Cuando leas la Biblia encontrarás la verdad acerca de quién eres y desarrollarás una relación con Dios. Él no es un Dios distante ni está distraído. Quiere ser parte activa de tu vida cotidiana. Quiere comunicarse contigo y estar involucrado en tus decisiones, pensamientos y planes de cada día. Cuando aprendas a rendir tu voluntad a la suya, te darás cuenta de que su único plan para ti es ¡darte esperanza y un buen futuro! (Jeremías 29:11).

Dios hará que brote vida de tu corazón y experimentarás la pasión que te dio durante toda la vida.

Al dirigir tus pasiones en la dirección correcta buscando al Señor con todo tu corazón, encontrarás reposo, protección, seguridad y gozo; no sólo conocerás el amor incondicional que hay para ti, sino que también lo podrás extender a otros. Te darás cuenta de que cuando busques los deseos de Dios, Él amorosamente te dará los deseos de tu corazón.

## **Abraza tu verdadero yo**

A pesar de que por años hayas creído mentiras acerca de quién realmente eres, ahora es tiempo de que busques la verdad en la Palabra de Dios y decidas creerla. Así como un niño acepta con ilusión todos los regalos que tienen su nombre bajo el árbol de Navidad, de la misma manera, tú, con una fe como de niño, puedes recibir el regalo de la verdad que Dios te quiere dar.

Jesús dijo en Mateo 18:3: «Les aseguro que a menos que ustedes cambien y se vuelvan como niños, no entrarán en el reino de los cielos». Los niños siempre están dispuestos a aceptar la verdad, por eso pueden heredar las bendiciones de Dios. Él no quiere que sólo aceptes la verdad, sino que con entusiasmo la abras como tu nueva identidad. Nada de lo que has hecho o puedas hacer jamás te puede separar de la verdad

de quien Dios dice que eres. Su perdón y su gracia no tienen fin, pero para recibirlos, debes someter tu corazón a Él y comprometer tu vida a ¡hacer su voluntad!

A continuación verás algunas verdades acerca de tu nueva identidad en Cristo. Repítelas en voz alta y renueva tu mente con la Palabra de Dios.

- Soy una hija de Dios. «A todos los que le creyeron y aceptaron, les dio el derecho de convertirse en hijos de Dios». (Juan 1:12 NLT).
- Soy la luz del mundo. «Ustedes son la luz del mundo, como una ciudad en una cima que no se puede esconder». (Mateo 5:14 NLT).
- Soy coheredera con Cristo. «Como somos sus hijos, somos herederos. De hecho, junto con Cristo somos herederos de la gloria de Dios». (Romanos 8:17 NLT).
- Soy un templo, una vivienda de Dios. «¿No se dan cuenta de que su cuerpo es el templo del Espíritu Santo, que vive en ustedes y les fue dado por Dios?». (1 Corintios 6:19 NLT).
- Soy una nueva creación. «Cualquiera que pertenece a Cristo, se ha convertido en una nueva persona. La vieja vida ya pasó; ¡una vida nueva ha comenzado!» (2 Corintios 5:17 NLT).
- Soy justa y santa. “Adopten su nueva naturaleza, creada para ser como Dios, verdaderamente justos y santos” (Efesios 4:24 NLT).
- Soy una amenaza para el diablo. «Sí, les he dado autoridad a ustedes para pisotear serpientes y escorpiones y vencer todo el poder del enemigo; nada les podrá hacer daño.» (Lucas 10:19).
- Estoy libre de toda condenación. «No hay condenación para aquellos que pertenecen a Cristo Jesús» (Romanos 8:1 NLT).
- Puedo acercarme a Dios con confianza. «Por causa de Cristo y de nuestra fe en Él, ahora podemos entrar atrevida y confiadamente a su presencia». (Efesios 3:12 NLT).
- Estoy completa en Cristo. «Ustedes también están completos por medio de su unión con Cristo, quien es la cabeza sobre todo gobernante y autoridad». (Colosenses 2:10 NLT).
- He sido redimida y perdonada de todos mis pecados. «Él nos ha rescatado del reino de las tinieblas y transferido al reino de su amado Hijo, quien compró nuestra libertad y perdonó nuestros pecados». (Colosenses 1:13–14 NLT).
- Soy de la luz y ya no pertenezco a las tinieblas. «Todos ustedes son hijos de la luz y del día. No son de la noche ni de la oscuridad». (1 Tesalonicenses 5:5).

- Soy escogida. «Porque para el Señor tu Dios tú eres un pueblo santo; él te eligió para que fueras su posesión exclusiva entre todos los pueblos de la tierra». (Deuteronomio 7:6).
- Soy bella y sin mancha. «Toda tú eres bella, amada mía; no hay en ti defecto alguno». (Cantares 4:7).
- Tengo paz. «El Señor fortalece a su pueblo; el Señor bendice a su pueblo con la paz ». (Salmos 29:11).
- Soy aceptada. «Por tanto, acéptense mutuamente, así como Cristo los aceptó a ustedes para gloria de Dios». (Romanos 15:7).
- Soy más que vencedora. «Sin embargo, en todo esto somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó». (Romanos 8:37).
- Soy segura de mí misma y no tengo miedo. «Porque no nos ha dado Dios un espíritu de temor o timidez, sino de poder, amor, y autodisciplina». (2 Timoteo 1:7 NLT).
- Soypreciada. «Porque para el Señor tu Dios tú eres un pueblo santo; él te eligió para que fueras su posesión exclusiva entre todos los pueblos de la tierra». (Deuteronomio 7:6).
- Soy digna de su amor. «Sin embargo, tienes en Sardis a unos cuantos que no se han manchado la ropa. Ellos, por ser dignos, andarán conmigo vestidos de blanco». (Apocalipsis 3:4).
- Dios se complace en mí. «Porque el Señor se complace en su pueblo; a los humildes concede el honor de la victoria». (Salmos 149:4).
- Estoy a salvo. «Acerca de Benjamín dijo: “Que el amado del Señor repose seguro en él, porque lo protege todo el día y descansa tranquilo entre sus hombros”». (Deuteronomio 33:12).
- Soy amada incondicionalmente. «...ni lo alto ni lo profundo, ni cosa alguna en toda la creación, podrá apartarnos del amor que Dios nos ha manifestado en Cristo Jesús nuestro Señor». (Romanos 8:39).
- Tengo dones. «Tenemos dones diferentes, según la gracia que se nos ha dado. Si el don de alguien es el de profecía, que lo use en proporción con su fe». (Romanos 12:6).
- He sido creada a la imagen de Dios. «Dios creó a los seres humanos a su imagen». (Génesis 1:27 NLT).
- Soy una ciudadana del cielo. «Porque somos ciudadanos del cielo, en donde el Señor Jesucristo vive. Y estamos esperando ansiosamente que regrese como nuestro Salvador». (Filipenses 3:20 NLT).  
Dios no te ve de acuerdo a lo que has hecho, sino a través de la sangre de Jesús, la cual ha limpiado todos tus pecados. Debido a su sacrificio, el pasado ya no está en tu contra, toma la decisión de dejarlo ir y abraza tu verdadera identidad en Él. Perdonarte a ti misma es lo más difícil, pero es una decisión. Tal vez tus sentimientos requieran de tiempo para alinearse a esa decisión, pero mantenerte en una actitud de perdón es imperativo para que puedas romper las cadenas y permanecer libre de la adicción.

## Capítulo IV

# Historias de misericordia de *Mercy Ministries*

**D**ios les da libertad y sanidad a sus hijos para que puedan

llevar esperanza a otros que estén en cautiverio. Ángela y Mónica tomaron la decisión de romper las cadenas de la adicción. Ellas pudieron experimentar de manera personal la libertad que sólo Él puede dar cuando le permitieron llegar hasta lo profundo de sus corazones rotos.

Ambas estaban atadas a una devastadora adicción, pero tomaron la decisión de levantarse por encima de su pasado y entregar su dolor a Dios. Él es el único que puede convertir tu historia en un testimonio de su gracia.

Mi oración es que conforme leas las historias de misericordia de *Mercy* te llenes de esperanza y ánimo sabiendo que, sin importar los planes del enemigo, Dios tiene un propósito y un plan maravilloso para ti que va mucho más allá del dolor que ahora sientes. «Pero los planes del Señor permanecen firmes para siempre; sus intenciones nunca se debilitan». (Salmos 33:11 NLT).

## La historia de Ángela

Desde que tengo memoria, siempre quise huir de la vida, aún cuando apenas tenía cinco años. A la edad de seis, después de haber sufrido abuso, quise escapar aún más. Al pasar el tiempo, el dolor se fue haciendo mucho más insoportable y cuando tenía once años hice mi primera mezcla con licores que encontré en el bar de mis papás. Estaba sola en la casa y ese zumbido fue la sensación más maravillosa que hasta ese entonces había tenido.

Había mantenido en secreto durante todos esos años el abuso sexual del que había sido víctima y me atormentaban pensamientos de que había sido culpa mía, especialmente cuando me iba a dormir. Finalmente le conté a mi mamá pensando que eso me ayudaría, pero no fue así.

No culpo al abuso del que fui víctima, de todos mis sentimientos y acciones porque ya desde antes estaba

deprimida. La muerte de mi única abuela fue lo que disparó mi adicción a los cigarrillos. Yo ya era toda una fumadora a los catorce años. Cuando el alcohol dejó de ser un escape para mí, empecé a usar marihuana y LSD con regularidad. A la edad de dieciocho fumaba todas las drogas que podía y era adicta al crack.

También me volví muy promiscua porque pensaba que no valía nada si el muchacho al que perseguía no aceptaba mi invitación para tener relaciones sexuales. Mi valor como persona era determinado por lo que los muchachos pensaban de mí.

Nunca supe cuánto valía en realidad, porque nunca tuve una relación con Dios. De hecho, yo creía que me estaba castigando y estaba enojada con Él porque lo culpaba de todo mi dolor. No pasó mucho tiempo para que yo tomara la decisión de que no había Dios y de que no había cielo ni infierno.

Yo era totalmente diferente cuando usaba drogas. Estaba completamente encerrada en mí misma y siempre buscando la siguiente dosis, asegurándome de que no me fuera a faltar. Siempre estaba en total desacuerdo con los sentimientos de los demás. Todo el tiempo les mentía a mis padres y a mi hermano para obtener dinero o tapar los moretones y cicatrices que tenía por las inyecciones intravenosas que me aplicaba para meterme las drogas. Sólo tenía una amiga verdadera, quien está todavía a mi lado, pero yo no merecía para nada su fiel amistad.

Comencé a robarles a mis papás para poder sostener mi adicción, e inclusive falsifiqué un cheque para obtener un poco de dinero para mantener mi estilo de vida. En lo profundo de mi ser yo sabía que esa no era yo. Creo que también mi familia y mi única amiga lo sabían, es por eso que no me abandonaron. Después de catorce años de adicción, llegué al punto más bajo de mi vida. Vivía en uno de los peores guetos de la ciudad y hacía lo que fuera para permanecer drogada, incluyendo prostituirme.

No estaba comiendo y estaba involucrada en una relación de abuso. Me estaba consumiendo por dentro y por fuera. Me habían dicho que era mala y fea, lo único que quería era morirme. Un día traté de suicidarme tomando setenta grageas de lo que me habían recetado para estabilizar mi estado de ánimo. El resultado fue que estuve en coma por tres días.



Cuando volví en mí, las primeras palabras coherentes que oí vinieron del Señor. Me dijo: «Tengo planes de prosperarte». Por cierto, nunca antes había leído la Biblia. Un familiar me imprimió una solicitud de ingreso a *Mercy Ministries* y supe que esa era mi última opción.

Llené la solicitud en un día, cuando estaba todavía hospitalizada. Ya que estaba en *Mercy*, una vez estando sobria y sin fumar, me di cuenta de que tenía otras adicciones, incluyendo la comida y el sueño. Puede sonar tonto, pero el hecho de sobrellevar mis problemas me hacía no querer sentir, así que dormía todo el tiempo. Creo que el estar durmiendo tanto retrasó mucho mi proceso de sanidad, pero finalmente salí adelante. Verdaderamente creo que fui sanada de la adicción de manera milagrosa a los pocos días de salir del hospital, así que nunca me sentí ansiosa ni con tentación.

Estaba un poco preocupada cuando me gradué de *Mercy*, pero me mantuve en oración y leyendo mi Biblia todo el tiempo. En realidad nunca volví a sentirme tentada por las drogas ni el alcohol. . . sé que fui liberada de esos deseos. Ya no me considero una adicta. ¡Soy una nueva creación en Cristo Jesús! Ahora me divierto sanamente y no me reúno en bares ni con nadie que me pueda hacer caer. Cuando recién me gradué de *Mercy*, seguía sintiéndome débil, pero tomé la decisión de rodearme de cristianos maduros de quienes pudiera aprender y sigo creciendo.

Siendo honesta, debo decir que tenía muchos temores después de *Mercy*. El hecho de ser cristiana y vivir una vida completamente distinta me asustaba. 2 de Timoteo 1:7 es un versículo que repetía en voz alta constantemente. Me trajo mucha seguridad saber que Dios no me dio un espíritu de temor, sino de poder de amor y dominio propio. A pesar de que yo lo había traicionado e inclusive rechazado, Él me amaba todavía.

Durante mi estancia en *Mercy*, cantábamos una canción de adoración que dice: «Él me sacó del lodo cenagoso y puso mis pies sobre la roca». La escritura de donde tomaron estas líneas, es el Salmo 40:2 y se convirtió en uno de los Salmos más importantes para mí. Hubo ocasiones en las que me recordaba a mí misma lo que dice. Cuando pasaba por tiempos aún más difíciles, me recordaba el Salmo 30:5: «...si por la noche hay llanto, por la mañana habrá gritos de alegría». Gracias a Dios que sus misericordias son nuevas cada mañana. Estoy en verdad profundamente agradecida con Dios por la sanidad que me dio y porque ya no soy quien solía ser.

## **La historia de Mónica**

La primera vez que usé drogas tenía trece años. Estaba en el octavo

grado y acababa de regresar de la Polinesia.

Este fue un tiempo muy difícil para mí, socialmente hablando y realmente creí que usando drogas podría encajar. Esto fue contraproducente porque me etiquetaron como «muchacha mala». Me odiaba a mí misma. A través de toda la preparatoria estuve luchando con el enojo y con una incapacidad de tratar mis emociones de manera saludable. Ni mi papá ni mi mamá estaban involucrados en mi vida porque estaban muy ocupados con sus propios problemas. A pesar de que me las arreglé en la escuela y logré tener amigos y popularidad, durante el transcurso del tiempo, me seguía odiando a mí misma.

Cuando tenía diecisiete años, mi papá se suicidó después de años de luchar contra la adicción. Después de su muerte, me precipité aún más en la senda de la autodestrucción. Nunca dudé de que Dios fuera real, pero sentía que era insignificante para Él.

La adicción a las drogas tomó el control de mi vida. Muy raramente trabajaba y era incapaz de cumplir mi palabra. Siempre tenía buenas intenciones, pero las drogas me sobrepasaban y no me podía comportar, ni sana ni confiablemente. Perdí amigos, trabajos y casi todo lo que tenía valor en mi vida.

La cocaína es una droga poderosa y cuando es usada por periodos prolongados, produce psicosis. Esencialmente, pierdes la cordura y la habilidad de diferenciar entre lo real y lo irreal. La paranoia y comportamientos irracionales producen cierto consuelo porque si sientes, al menos sabes que estás viva. Me convertí en una loca y me da pena el hecho de recordarlo.

Finalmente toqué fondo después de siete años de usar drogas constantemente. Recuerdo estar tirada en el piso en un pánico total. Había estado ida por días. Me rendí finalmente, ya no podía soportarlo más. Oré pidiendo la muerte y le di la bienvenida. Pero en ese momento clamé a Dios y le dije: «Dios si eres real, si te importo, tú tienes que ayudarme a salir porque yo no puedo».

Tres meses después ya era una residente del programa de *Mercy Ministries* en la casa de Nashville. (¡Gracias Jesús!) Mientras hacía los trámites de ingreso a *Mercy* supe que estaba embarazada. Esto fue una conmoción adicional, pero realmente creo que fue en gran parte lo que me salvó. Ya tengo a alguien más por quién vivir.

Mi tiempo en *Mercy* fue definitivamente un tiempo de sanidad. Al principio, cuando llegué estaba muy enojada, pero Dios es tan bueno. Es como si mi transición del enojo a la paz hubiera sido perfecta. Recuerdo lo doloroso que fue enfrentar las cosas, pero Dios fue dulce conmigo. No creo que en ninguna época haya estado más en paz conmigo misma, que cuando viví en esa casa con otras cuarenta jóvenes. (¡Imagínate eso!)

Después de que me gradué y del nacimiento de mi hijo, fui bendecida con una transición fácil y suave. Tenía un nuevo bebé, y para lo único que tenía tiempo era para él. Ya no tenía la tentación de drogarme, ¡realmente había cambiado! No tienes que aguantar; realmente puedes convertirte en otra persona y ser libre de la adicción por medio de Cristo.

## *Capítulo V*

# **Para padres y otras personas interesadas**

**T**odo tipo de adicciones prevalecen en nuestra sociedad hoy en día

y obviamente son las familias quienes resultan más afectadas. Como padre, quizá se esté haciendo muchas preguntas: ¿Por qué es adicta mi hija? ¿Qué puedo hacer para ayudarla? ¿Qué puedo hacer para ayudarme a mí mismo a tratar la adicción de mi hija? Este capítulo le dará las respuestas a estas y otras preguntas. También le animará a perseverar en sus esfuerzos para ayudar a su hija.

## **Cree un ambiente que fomente la honestidad**

Antes que nada, es importante crear un ambiente o una atmósfera donde su hija pueda ser abierta en cuanto a su adicción.

Esto le ayudará a identificar qué tipo de ayuda requiere ella.

Estando consumida en la adicción, su hija o la persona a quien ama, muy probablemente tendrá la tendencia a mentir y manipular. Si el tipo de relación que tiene con su

hija le permite ser honesta se derribarán muchas barreras y usted sabrá mejor cómo ayudarla.

Crear un ambiente que fomente una apertura genuina también implica que usted estará dispuesto a hablar cuando sienta que su hija está tratando de manipular. Hay una línea muy fina entre crear un ambiente que fomente la transparencia y permitir que el comportamiento negativo de su hija continúe.

### **Sea cuidadoso al confrontar**

Es necesario e insustituible que confronte cuidadosamente a su hija respecto a su adicción. Si está evitando abordar el problema y espera que la adicción desaparezca como por arte de magia, se va a llevar una gran decepción. La mejor manera de ayudar a su hija es confrontarla con la sabiduría y dirección que da el Espíritu Santo. Sería sabio que usted tenga un tiempo de oración y le pida a Dios que le ayude a apoyar a su hija antes de hablar con ella. La mejor manera de iniciar la comunicación con su hija es preparándose en oración. Dios le escuchará e intervendrá cuando usted le busque pidiéndole sabiduría.

### **Oración por su hija u otro ser amado:**

Señor mi Dios, te busco ahora para que me des sabiduría para ayudar a mi hija [u otro ser amado]. Voy a platicar con ella dentro de poco para confrontarla por su adicción y necesito tu dirección. Oro pidiendo que pueda hablar tus palabras y que esas palabras tengan unción para romper el yugo de la adicción. Oro pidiéndote que el corazón de mi hija sea ablandado para que pueda escuchar tu voz y permita que el proceso de sanidad se empiece a llevar a cabo en su vida. Suelto libertad, sanidad y amor para que fluyan en la vida de mi hija y en la mía. Te doy gracias Dios, porque me fortaleces en el recorrido de mi hija hacia la sanidad y la restauración. Someto esta situación por completo a ti. En el nombre de Jesús, amén.

Antes de hablar con su hija, asegúrese de establecer parámetros para asegurar un ambiente de seguridad y honestidad. Por ejemplo, elija un tiempo cuando no estén sus amigos ni sus hermanos. Dependiendo de la situación, tal vez sea necesario que esté alguien más con usted, ya sea su esposa o un amigo cristiano de confianza. A continuación hay un ejemplo de una buena manera de confrontar.

Aborde el tema y ofrezca ayuda.

Susana, te amo y siempre te amaré. Sin importar lo que hayas hecho antes ni lo que harás después, mi amor por ti nunca cambiará. Mi amor me lleva a hacer lo que es mejor para ti, no

a lo que tú quieres. Una vez dicho esto, necesito hacerte unas preguntas y espero que seas honesta conmigo. Te amaré sin importar lo que digas ni lo que hagas, pero necesito que me digas la verdad.

¿Qué está sucediendo? ¿Estás usando drogas otra vez?  
Haré lo que pueda para ayudarte, pero necesito que estés dispuesta a dar los pasos necesarios para recibir ayuda.

## **Cree un ambiente que brinde seguridad y en el que se rinda cuentas**

Crear un ambiente que provea seguridad y en el que se rinda cuentas ayudará a que su hija entienda con claridad las expectativas que hay respecto a ella dentro de la familia. Muchas veces el engaño de la adicción, puede causar que las personas adictas sean rebeldes, manipuladoras y deshonestas para evitar ser atrapadas.

Los límites y parámetros claros son importantísimos para que su hija vea claramente sus opciones así como las consecuencias de sus decisiones. Los padres deben trabajar juntos intencionadamente y hacer un plan de acción. (Si usted es padre o madre soltera, no dude en pedir ayuda a algún amigo cristiano de su confianza, a algún consejero, o pastor. ¡Usted necesita apoyo también!)

Las personas que están enfrentando una adicción con frecuencia roban para obtener drogas u otras cosas que puedan necesitar. Necesita crear una estructura en la que se rindan cuentas. Insista diciéndole a su hija que debe acatar las reglas o enfrentará las consecuencias, incluyendo el tener que buscar otro lugar para vivir. Tal vez sea necesario buscar la ayuda de alguna organización externa, como *Mercy Ministries*.

## **Enfrente las adicciones de la familia**

La adicción puede ser un patrón generacional que aparezca de abuela a madre a hija, por ejemplo, y con frecuencia se intensifica en cada generación en la que se repite. Cuando hay un patrón generacional de adicciones, sólo el poder de Dios puede derribar esa fortaleza y liberar a la familia.

Aunque el poder de Dios es mayor que cualquier adicción, la cooperación de los miembros de la familia acelerará el proceso de sanidad de su hija. Para ayudarla a romper las cadenas de la adicción, la familia necesita abstenerse de cualquier sustancia a la que ella sea adicta. También necesitan crear un ambiente de apoyo

que la faculte para obtener su libertad.

Si los padres y/o algún otro miembro de la familia son adictos, es probable que su hija tenga dificultad para vencer su adicción. Ella es responsable de sus propias acciones, pero lo que hace la familia puede tener un gran impacto en su vida, ya sea ayudándole u obstaculizándole su camino a la libertad. Anime a los miembros de la familia y también a quienes estén cerca de ella, a ser respetuosos y a ayudarla a seguir adelante. De hecho, es algo hipócrita que le pida a su hija o a su ser amado que aborde y trate sus problemas de adicción si usted no está dispuesto a tratar los suyos.

### **Oración para romper patrones generacionales.**

Señor mi Dios, por medio del poder que me has dado de tomar decisiones, elijo vivir para ti. Te doy gracias de que en Gálatas 3:13 dice que en Cristo la maldición ha sido rota. A través del poder de la sangre de Cristo derramada en la cruz y por medio de la autoridad que se me ha dado en el nombre de Jesús, rompo el poder de la adicción en mi vida, en la vida de mi familia y en las vidas de mis hijos. Escojo la vida y te doy gracias de que esta maldición generacional es rota y una generación de bendiciones inicia ahora. En el nombre de Jesús, amén.

### **Encuentre apoyo**

Los padres necesitan apoyo cuando algún miembro de la familia tiene problemas de adicción. Es vital que tenga personas a su lado que le acompañen durante el proceso de sanidad. La persona (o el equipo) que le apoye puede ser un miembro de la familia, un pastor, consejero, amigo, o mentor. Sin importar a quién elija, esa persona debe ser alguien en quien pueda confiar y que:

- Anime a tener valores cristianos
- Ayude con su sabiduría
- Viva en la verdad de la Palabra de Dios
- Ore por usted, por su hija y otros miembros de la familia

Por encima de todo, esté seguro de que Dios le sostendrá y fortalecerá cuando le busque. De Él recibe todo y es el principal y mayor apoyo, tanto de usted como de su hija, a través de su proceso de sanidad.

*Apéndice*

## **Cambiando las creencias que no son conforme a Dios por creencias conforme a Dios**

**C**reencia que no es conforme a Dios: Estoy sola, a nadie le importa lo que sienta o lo que haga.

*Creencia conforme a Dios:* Dios siempre está conmigo. Él ve cómo me siento y me consuela.

*Escritura relacionada:* « Depositen en él toda ansiedad, porque él cuida de ustedes ». (1 Pedro 5:7).

«El Señor mismo marchará al frente de ti y estará contigo; nunca te dejará ni te abandonará. No temas ni te desanimes». (Deuteronomio 31:8).

*Creencia que no es conforme a Dios:* He llegado tan lejos que nunca tendré esperanza de ser libre.

*Creencia que es conforme a Dios:* Dios me ama con amor eterno. Todo es posible con Él porque es poderoso para salvar.

*Escritura relacionada:* «...porque el Señor tu Dios está en medio de ti como guerrero victorioso. Se deleitará en ti con gozo, te renovará con su amor, se alegrará por ti con cantos» (Sofonías 3:17).  
«Hace mucho tiempo se me apareció el Señor y me dijo: “Con amor eterno te he amado; por eso te sigo con fidelidad...” (Jeremías 31:3).

*Creencia que no es conforme a Dios:* Cuando estoy drogada soy mejor que cuando no lo estoy. Nadie me aceptaría jamás como realmente soy.

*Creencia conforme a Dios:* Dios me creó conforme a su imagen, Él ya me ha aceptado.

*Escritura relacionada:* «Y Dios creó al ser humano a su imagen; lo creó a imagen de Dios. Hombre y mujer los creó» (Génesis 1:27).  
«Por tanto, acéptense mutuamente, así como Cristo los aceptó a ustedes para gloria de Dios» (Romanos 15:7).

*Creencia que no es conforme a Dios:* No valgo nada. No tengo ningún valor ni merezco nada bueno.

*Creencia conforme a Dios:* He sido bendecida con toda bendición espiritual. Debido a que soy una hija de Dios, tengo una herencia eterna en los cielos.

*Escritura relacionada:* «Ahora vivimos con gran expectación y tenemos una herencia invalorable, una herencia guardada en los cielos para nosotros, pura e incorruptible, más allá del cambio y la descomposición» (1 Pedro 1:3–4 NLT).  
«Toda la alabanza sea a Dios, el Padre de nuestro Señor Jesucristo, quien nos ha bendecido con toda bendición espiritual en el reino celestial porque estamos unidos con Cristo» (Efesios 1:3 NLT).

*Creencia que no es conforme a Dios:* Necesito una sustancia que me arregle la cabeza porque mi mente no es lo suficientemente buena.

*Creencia conforme a Dios:* Tengo la mente de Cristo y Él me da sabiduría y conocimiento por medio de su Espíritu.



*Escrituras relacionadas:* « “¿Quién ha conocido la mente del Señor para que pueda instruirlo?” Nosotros, por nuestra parte, tenemos la mente de Cristo»

(1 Corintios 2:16).

«Porque el Señor da la sabiduría; conocimiento y ciencia brotan de sus labios»

(Proverbios 2:6).

*Creencia que no es conforme a Dios:* Soy muy inestable emocionalmente hablando. Puedo ser estable si estoy siempre drogada.

*Creencia conforme a Dios:* El Espíritu Santo vive dentro de mí, por lo tanto, tengo el fruto del Espíritu: amor, gozo, paz, paciencia, amabilidad, bondad, gentileza, fidelidad y dominio propio.

*Escritura relacionada:* «En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio.

No hay ley que condene estas cosas»

(Gálatas 5:22–23).

«Y esta esperanza no nos defrauda, porque Dios ha derramado su amor en nuestro corazón por el Espíritu Santo que nos ha dado»

(Romanos 5:5).

*Creencia que no es conforme a Dios:* No tengo control de mi vida, las únicas veces que tengo el control es cuando estoy drogada.

*Creencia conforme a Dios:* Dios tiene el control de mi vida, puedo descansar sabiendo que Él dirige mi camino y sus planes son de prosperarme y darme esperanza.

*Escritura relacionada:* «“Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes”, afirma el Señor, “planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza”» (Jeremías 29:11).

«...me infunde nuevas fuerzas. Me guía por sendas de justicia por amor a su nombre»

(Salmos 23:3).

*Creencia que no es conforme a Dios:* Soy muy aburrida, sólo soy divertida y hago buen ambiente con la ayuda de las drogas y el alcohol.

*Creencia conforme a Dios:* Tengo el gozo del Señor que es más divertido que cualquier droga. Él da verdadera vida a mi alma.

*Escritura relacionada:* «Los preceptos del Señor son rectos: traen alegría al corazón. El mandamiento del Señor es claro: da luz a los ojos» (Salmos 19:8).

«El Señor es mi fuerza y mi escudo; mi corazón en él confía;

de él recibo ayuda. Mi corazón salta de alegría y con cánticos le daré gracias» (Salmos 28:7).

*Creencia que no es conforme a Dios:* No tengo ningún propósito ni ninguna razón para vivir, excepto la de volverme a *elevantar* con mi siguiente dosis.

*Creencia conforme a Dios:* Dios tiene para mí un propósito y un futuro maravilloso y significativo. Él me creó con un increíble destino eterno.

*Escrituras relacionadas:* «Sin embargo, como está escrito: “Ningún ojo ha visto, ningún oído ha escuchado, ninguna mente humana ha concebido lo que Dios ha preparado para quienes lo aman”» (1 Corintios 2:9).

«Pregúntame y te diré secretos sorprendentes que no conoces acerca de cosas que sucederán» (Jeremías 33:3 NLT).

*Creencias que no son conforme a Dios:* No importa lo que haga o meta en mi cuerpo, de cualquier manera está dañado y feo.

*Creencia conforme a Dios:* Mi cuerpo es el templo del Espíritu Santo y voy a honrarlo cuidándolo adecuadamente. Por su gracia, Dios me restaurará y confío que en el tiempo perfecto, sanará cualquier problema físico que pudiera tener.

*Escritura relacionada:* «¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios? Ustedes no son sus propios dueños; fueron comprados por un precio. Por tanto, honren con su cuerpo a Dios» (1 Corintios 6:19–20).

«Yo fortaleceré a la tribu de Judá y salvaré a los descendientes de José. Me he compadecido de ellos y los haré volver. Será como si nunca los hubiera rechazado, porque yo soy el Señor su Dios, y les responderé» (Zacarías 10:6).

*Creencia que no es conforme a Dios:* No puedo hablar con la verdad porque yo he vivido una mentira.

*Creencia conforme a Dios:* Puedo hablar la verdad porque soy guiada por el Espíritu de Dios. Hay libertad cuando se vive una vida honesta.

*Escritura relacionada:* «Pero cuando venga el Espíritu de la verdad, él los guiará a toda la verdad, porque no hablará por su propia cuenta sino que dirá sólo lo que oiga y les anunciará las cosas por venir» (Juan 16:13).

«...y conocerán la verdad, y la verdad los hará libres» (Juan 8:32).

*Creencia que no es conforme a Dios:* Dios nunca me perdonará por todas las cosas que he hecho mal y las malas decisiones que he tomado.

*Creencia conforme a Dios:* Dios se deleita dándonos su gracia. Su perdón no tiene límites, y sus misericordias son nuevas cada mañana.

*Escritura relacionada:* «¿Qué Dios hay como tú, que perdone la maldad y pase por alto el delito del remanente de su pueblo? No siempre estarás airado, porque tu mayor placer es amar» (Miqueas 7:18).

«Si confesamos nuestros pecados, Dios, que es fiel y justo, nos los perdonará y nos limpiará de toda maldad» (1 Juan 1:9).

## Índice de oraciones

Oración para recibir salvación, [página](#)

Oración para romper patrones generacionales, [página](#)

Oración para soltar el dolor del pasado, [página](#)

Oración para perseverar, [página](#)

Oración por su hija u otro ser amado, [página](#)

Oración de un padre para romper patrones generacionales, [página](#)

## Referencias

- Alcorn, Nancy. *Keys to Walking in Freedom* CD series. , [*Las claves para caminar en libertad*] serie en CD Nashville: *Mercy Ministries*. ([www.mercyministries.org](http://www.mercyministries.org)).  
[*Las claves para caminar en libertad*] serie de CD
- Anderson, Neil T. *Rompiendo las Cadenas*. Spanish House, 2008  
Eugene, OR: Harvest House, 2006.)
- Anderson, Neil T. *Victoria sobre la oscuridad*. Editorial Unilit, 1997  
Ventura, CA: Regal, 2000). ([www.ficm.org](http://www.ficm.org)).
- Capps, Charles. *Poder creativo de Dios para sanar*. Capps Publishing, 2004  
Tulsa: Harrison  
House, 1991). ([www.charlescapps.com](http://www.charlescapps.com)).

## **Acerca de *Mercy Ministries***

**M***ercy Ministries* ha sido creado para darles la oportunidad a las mujeres jóvenes de experimentar el amor incondicional de Dios, su perdón y su poder transformador de vidas. Ofrecemos programas de internado sin costo alguno a mujeres entre los 13 y los 28 años de edad que sufren por problemas que controlan sus vidas tales como desórdenes alimenticios, autolesión, adicciones, abuso sexual, embarazos no planificados y depresiones. Nuestro enfoque se centra en detectar las raíces de los problemas tratando a las personas en forma integral desde el punto de vista espiritual, físico y emocional, produciendo en ellas algo más que un

simple cambio de conducta. El programa de *Mercy Ministries* transforma los corazones y acaba con los ciclos destructivos.

*Mercy Ministries* fue fundado en 1983 por Nancy Alcorn, y actualmente funciona en cuatro estados de los Estados Unidos, en Canadá, Nueva Zelanda, el Reino Unido y pronto en el Perú, además hay planes concretos de abrir más casas en otros estados de los Estados Unidos y el mundo. Contamos con la bendición de tener excelentes relaciones con muchas congregaciones cristianas diferentes, pero no estamos afiliados a ninguna iglesia, organización o denominación.

Las participantes de este programa asisten por voluntad propia y su estadía es de seis meses aproximadamente. Nuestro programa incluye entrenamiento y capacitación para el desarrollo de habilidades y oportunidades educativas que ayuden a asegurar el éxito de nuestras egresadas. Nuestra meta es lograr que estas jóvenes no sólo completen el programa, sino que también descubran el propósito para sus vidas y le sirvan a su comunidad como ciudadanas productivas.

Para más información, visite nuestro sitio Web en [www.mercyministries.com](http://www.mercyministries.com).

**Mercy Ministries de Estados Unidos de América:**

[www.mercyministries.org](http://www.mercyministries.org)

**Mercy Ministries Canadá:**

[www.mercyministries.ca](http://www.mercyministries.ca)

**Mercy Ministries Reino Unido:**

[www.mercyministries.co.uk](http://www.mercyministries.co.uk)

**Mercy Ministries Nueva Zelanda:**

[www.mercyministries.org.nz](http://www.mercyministries.org.nz)

## Acerca de la autora

**D**urante y después de sus estudios en la universidad, Nancy Alcorn, originaria de

Tennessee, pasó ocho años trabajando en el gobierno del estado, en una correccional para muchachas delincuentes juveniles e investigando casos de abuso sexual contra menores. Al trabajar para el estado, tuvo la oportunidad de experimentar de manera directa los programas seculares y se dio cuenta de que no estaban produciendo resultados permanentes, que pudieran probarse por medio de vidas cambiadas. Nancy vio muchas jovencitas que pasaron a la

edad adulta (18 años) y terminaron en una prisión para mujeres, debido a que realmente nunca recibieron la ayuda que necesitaban. Nancy supo que un programa de gobierno nunca produciría una transformación verdadera.

Después de trabajar en el estado fue nombrada Directora de «Women for Nashville Teen Challenge» (Desafío juvenil para mujeres de Nashville), donde trabajó por dos años.

A través de su experiencia llegó a la conclusión de que sólo Jesús podría restaurar las vidas de estas jóvenes tan heridas y desesperadas, quienes sólo estaban buscando algo que llenara el vacío de sus corazones. Supo que Dios la llamaba a dar un paso al frente para hacer algo significativamente diferente y ayudar a estas jóvenes.

En enero de 1983, tomó la resolución de establecer un programa que trajera una transformación verdadera. Nancy se fue a vivir a Monroe, Luisiana, para arrancar el ministerio *Mercy Ministries* en los Estados Unidos.

Dios le dio instrucciones de hacer tres cosas específicas para asegurar su bendición en el ministerio: 1. No recibir ningún fondo estatal o federal que pudiera limitar la enseñanza de los principios cristianos. 2. El programa debía ser gratuito, y 3. Siempre dar por lo menos el diez por ciento de todas las donaciones de *Mercy Ministries* a otras organizaciones cristianas y ministerios.

Nancy ha sido fiel en el cumplimiento de estos tres principios, por ello, Dios ha sido fiel en proveer para cada necesidad del ministerio, tal y como se lo prometió.

Nancy comenzó con una pequeña casa para jóvenes con problemas en Monroe.

Después de hacer arreglos para añadir espacio, empezó a ver la necesidad de abrir otra casa para recibir a mamás solteras. Para poder llevar a cabo esto sin endeudarse, Nancy supo que tenía que levantar fondos. Dios conocía la necesidad y ya tenía un plan.

Un día, exhausta después de haber hablado en una conferencia de evangelismo en Las Vegas, Nancy tomó un avión para regresar a su casa. El hombre que iba sentado al lado suyo empezó a platicar con ella. Cuando él le preguntó a Nancy cuánto dinero había perdido apostando, ella le habló del motivo de su visita a Las Vegas y le contó brevemente de *Mercy Ministries*. Él se mostró interesado, así que Nancy le dio un folleto cuando se despidieron. Alrededor de cuatro semanas después, este hombre le llamó para pedirle más detalles acerca de *Mercy Ministries* y le dijo que sentía que debía ayudar de alguna manera. Fue entonces cuando Nancy le comentó sus planes de abrir una casa para mamás solteras.

Él le contó que había sido adoptado a los cinco días de nacido. Se sintió tan conmovido que dio un cheque a *Mercy Ministries* por la cantidad que se necesitaba para construir la segunda casa de Mercy Ministries sin tener que pedir ningún préstamo.

Puedes leer la historia completa de Nancy en su libro *Echoes of Mercy* [Ecos de Misericordia].