



Las cargas autoimpuestas y los santos de los últimos días.



By **David Moraza Brito** 19 julio, 2024

915 8



Me ha tomado bastante tiempo escribir sobre las cargas autoimpuestas, aquellas que sin necesidad, arrastramos con nosotros.

El optimismo, el progreso, la mejora, el éxito, el reconocimiento, el liderazgo etc. suelen ser aspiraciones comunes, no solo para los santos de los últimos días, sino para muchas personas. Me resulta por tanto difícil, introducir el bisturí del lenguaje para separar el tejido sano de la mejora basada en deseos genuinos del infectado por ideas que damos por correctas sin una reflexión previa.

Hace un mes en nuestra conferencia de estaca, Elder Pellegrin, setenta de área, nos conto una experiencia que tuvo. Sin especificar en qué fecha, estaba pasando por una situación emocional difícil. Sentía que lo hacía todo mal y se juzgaba con dureza. Nos contaba que suplicando ayuda al Señor abrió las escrituras y leyó

“

«mis pensamientos no son tus pensamientos...»



Es esta la situación a la que me refiero para tantos santos de los últimos días.

Lo hago desde una posición compleja, porque no pertenezco por completo a ninguna de las categorías mencionadas arriba. Incluso me siento un tanto alejado de los métodos y sus promesas. Espero que el lector no se extrañe al leer esto en un blog que pretende ser leal al evangelio restaurado y sobre todo fiel al Salvador y sus enseñanzas.

Solo espero que llegue al final de la lectura.

Contenidos



1. Nunca es tarde
2. Gestión de la culpa
3. La fineza general
4. El circuito de las emociones
5. La culpa parasitaria
6. La mejor versión de ti mismo
7. Las cargas autoimpuestas
8. Amar al prójimo como a uno mismo
9. La compasión
10. El sanador del alma
11. Entrañar un deseo
12. Sin ser compelido

Nunca es tarde

En esta etapa de mi vida, creo que tengo una vida ordenada y tranquila junto a mi esposa Nati. Mi experiencia en la iglesia está compuesta de sinónimos y antónimos de ese grupo de palabras positivas que nos definen como santos.

Aunque tengo casi 50 años de membresía en la iglesia, no me considero autorizado más que cualquier otra persona a hablar de este asunto, quizás haya tenido experiencias de todo tipo, pero cualquiera las tiene en el libre mercado de la probación.

Pero siempre hay que reflexionar, incluso sobre lo seguro y cierto. Depurar nuestra vida de aquello que siempre hemos tomado como bueno y luego se revela distinto es un buen ejercicio de jardinería.

Cuando nuestros hijos eran pequeños, tuvimos una gata negra. Alma le puso negrita y así la criamos. Al final se agravó mi alergia a los gatos y la dimos a un familiar que tenía una parcela. Una vez de visita, el la llamaba negrito, porque era gato no gata. Nunca es tarde para una sorpresa.



A semejanza de lo dicho haya aspectos de mi vida que, si volviera al principio de mi membresía, trataría de eliminar o al menos corregir.

Gestión de la culpa

Siempre he notado una atmósfera entre nosotros donde se respira algo como *«todo depende de ti»*, *«cualquier cosa que desees la puedes conseguir»*, *«Sé la mejor versión de ti mismo»* *«Querer es poder»* y una de mis favoritas de Appio Claudio (340 A.C.) *«Cada cual es el artífice de su destino»* esta cita la he usado mucho en mi clase JA. Las he respirado toda mi vida.

Leídas así, por separado, estoy de acuerdo con ellas, pero a medida que pasa el tiempo mi perspectiva ha cambiado. El conjunto de esas frases y su aplicación particular, son un coctel dañino.

<https://teancum.es/una-conversacion-con-job/>

Podemos verlo en el libro de Job, cuando [Elifaz](#), [Bildad y Zofar](#) vienen a aconsejarlo y a consolarlo de sus aflicciones aunque solo hubiera bastado lo último.

Sus intervenciones leídas aisladamente son ejemplos de sensatez y sabiduría, sin embargo, situadas en el contexto de la vida de Job son crueles e hirientes con su amigo. ¿Cómo pueden coexistir dos perspectivas opuestas de un mismo contenido?

De forma semejante, un positivismo enraizado en el mejoramiento permanente, en una creencia firme de que los resultados dependen exclusivamente de nuestro esfuerzo, pueden ser útiles en situaciones generales, pero cuando se aplican a



situaciones concretas pueden hacer daño, tal como se lo hicieron a Job y a ellos mismos.



La fineza general

Tal como esos tres malos consoladores, algunos santos ven una fineza y suavidad en el plan de salvación, que les permite explicar con gran satisfacción las desgracias ajenas, pero quedan perplejos cuando les toca a ellos sufrirlas. Entonces se dan cuenta que la suavidad general del plan no coincide con [la rugosidad local](#).

Una fe de esta naturaleza permanece mientras nuestras circunstancias floten en el relato general del evangelio. Pero ante la adversidad local, nos preguntaremos ¿Cómo puede ser esto?

Elifaz le dice a Job

“

*He aquí, bienaventurado es el hombre a quien Dios corrige; por tanto, no menosprecies la corrección del Todopoderoso.
Porque él lastima, pero él vinda; él hiere, pero sus manos curan.*

Job 5:17

”

Esta frase, que podría enmarcarse en una pared de nuestra casa, sin embargo le dice a Job que su desgracia es culpa suya y que sus padecimientos es la corrección de Dios a sus pecados, porque ese es su plan.

En la mentalidad de sus tres amigos, la adversidad, la pérdida de la familia, la enfermedad, no caben para los justos porque ellos tienen control de su futuro.

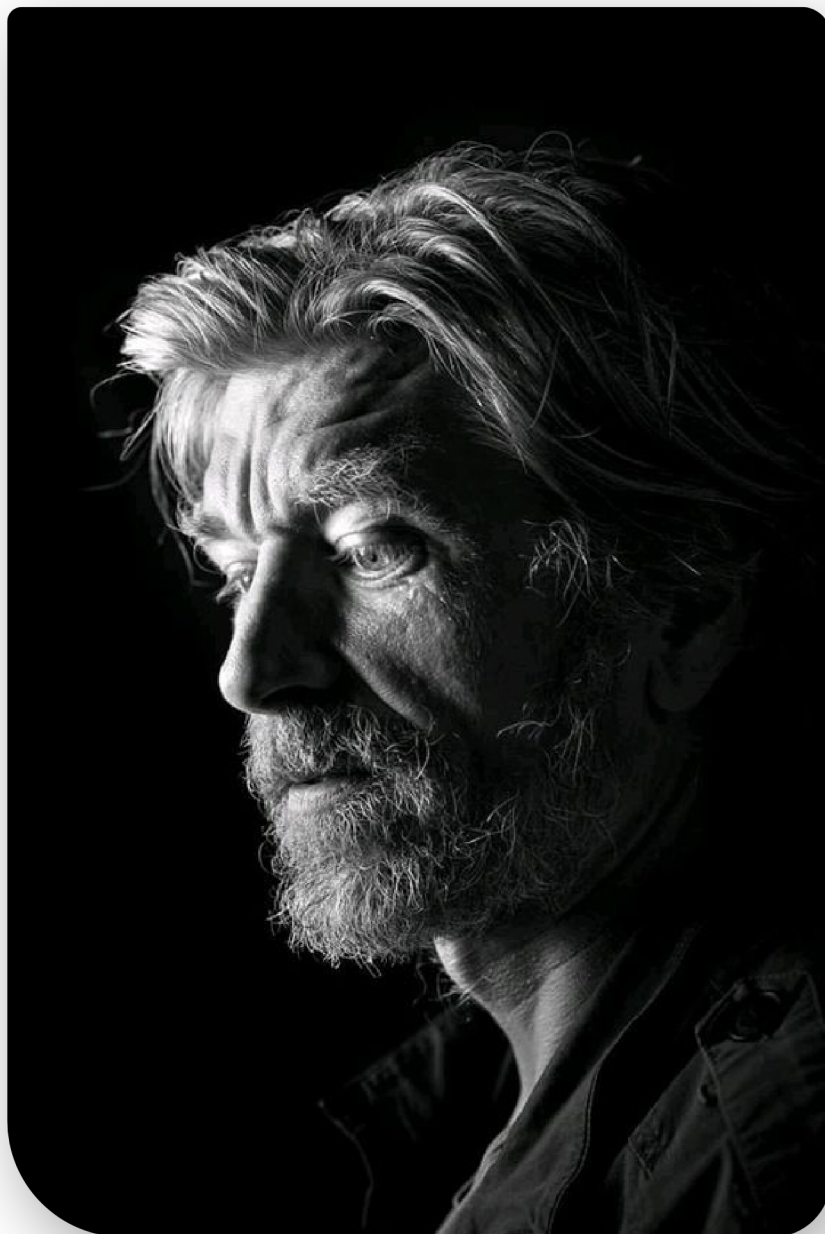
Vemos en los amigos de Job esa forma de pensar que nos asegura evitar el dolor, la adversidad y el fracaso, que somos dueños y artífices de nuestro destino. Pero esa idea tiene otra cara que nos dice: *somos culpables de lo que nos pase*.

El circuito de las emociones

Observe el lector que he utilizado culpable que es subjetivo y no responsable que es un hecho objetivo (o lo era antes). Cada uno somos responsables de nuestra vida ya



que somos nuestros propios agentes. Pero la culpabilidad es una emoción que nace de un juicio personal sobre nuestros actos o sus resultado.



La culpa es un sentimiento necesario para corregir la conducta, nos avisa de que hay algo que no va bien. Sin embargo, a menudo se instala en nosotros de forma irracional, sin opciones a nada que no sea su contemplación. El circuito de las emociones hay que considerarlo, pero con frecuencia no es exacto ya que a veces ante la incapacidad de aceptar el fracaso sucede que la culpa siempre esta dispuesta a llenar ese vacío.

Job admite su responsabilidad pero no se queda en la culpa

“

*Si he andado con vanidad, y si mi pie se ha apresurado al engaño
pésame Dios en balanzas de justicia y reconocerá mi integridad.*

Job 31:5

”

La culpa parasitaria

Durante muchos años he experimentado la permanente sensación de una culpa fluctuante por no llegar al nivel que se me pedía. Una especie de frustración causada por un gran desnivel entre donde estaba y donde debía de estar en cualquier aspecto



de mi discipulado. A pesar de que esta sensación ha coexistido con otras de satisfacción, alegría o éxito, la culpa ha sido un zumbido permanente en mis oídos de más o menos intensidad.

También me he dado cuenta que esta culpa que arrastramos muchos santos de los últimos días al culpabilizarnos de todo, no es parte del evangelio ni promueve el arrepentimiento, esta originada en planteamientos equivocados.

Es un sentimiento parasitario que [consume el alma](#) sin devolver nada positivo. En esa causa contra nosotros mismos somos inmisericordes con nuestra alma.

Esa culpa, de no ser una versión mejor de mí mismo, nunca me ha ayudado en nada. Sin embargo el mensaje del Pte. Nelson solicitando un [nuevo impulso espiritual](#) provocó en mí, no culpa sino esperanza y decisiones.



A los que se sientan atormentados por sentimientos de culpa por no ser mejores padres, mejores miembros, maestros ministrantes, por no ser de la clase «*cada miembro un misionero*», por haber llegado en el árbol familiar solo hasta el abuelo, porque nuestro hijo no fue a la misión, porque se inactivó, porque estamos deprimidos, porque no vemos el final del túnel y mil cosas más.

A ustedes que, además de todo esto, sienten que [todo es culpa suya](#), amigos les escribo desde mi experiencia y les digo que ese sentimiento no es el protagonista de su vida y puede ser un tropezadero que hay que dejar atrás. Solo hay una manera de hacerlo. Comprender de dónde sale y por qué se origina.



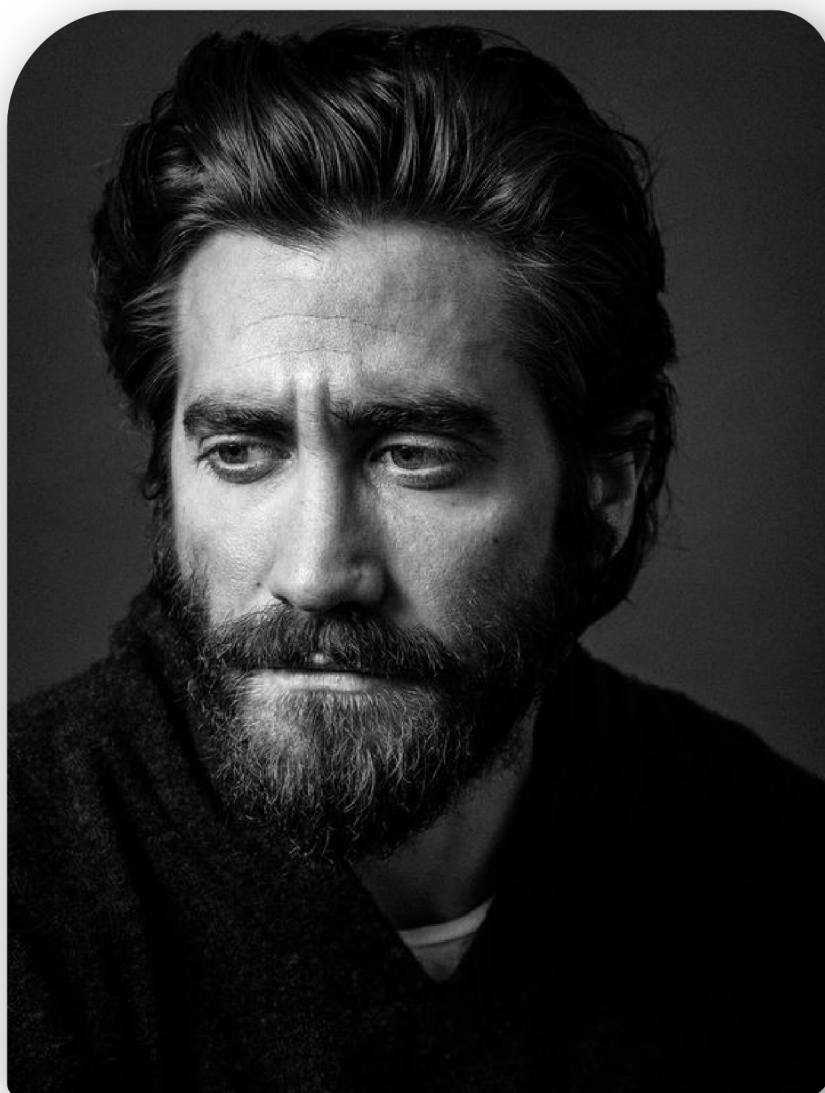
Lo que escuchamos

La respuesta que siempre escuchamos para entender nuestra culpa, es que no hacemos esto o no hacemos lo otro, o no lo hicimos suficientemente bien. Sin embargo eso no hace que mejoremos nuestras decisiones sino que aumenta la culpa. Es una espiral destructiva. Para que las razones modifiquen la conducta se necesita mucho tiempo o una tragedia. Si es tiempo salimos de la corriente social de progreso y si es una tragedia, sangramos por la herida.

Al final de este artículo veremos que en realidad se trata primero de lo que somos no de lo que hacemos.

La mejor versión de ti mismo

Esta frase proviene de la industria. Vemos un teléfono o un coche y a los pocos meses hay una versión con mejores capacidades, una versión mejor que la anterior. Entiendo que aplicarla a nosotros sugiere que mejoremos. No obstante la inercia de la frase es tan fuerte, el entorno económico y social es tan concordante, que el impacto en los santos rompe cualquier sutileza y nos arrastra a un proceso de mejora industrial del alma. Es decir nos consideramos como versiones atrasadas de nuestro yo futuro, almas incompletas que anhelan una mejora que nunca llega porque habitamos una entelequia y no un presente.



Esta filosofía genera una autoestima, no de quiénes somos, sino basada en mejoras o adquisición de habilidades, incluso la de estar más delgado. Este proceso no tiene fin, porque nunca estaremos satisfechos, siempre estaremos incompletos. Así la culpa



nunca termina y nos somete a una constante búsqueda de logros y esta es la clave: para sentirnos bien, para ser reconocidos como mejores versiones. Esta visión nos esclaviza y buscamos prótesis para lo que nos falta porque estamos incompletos.

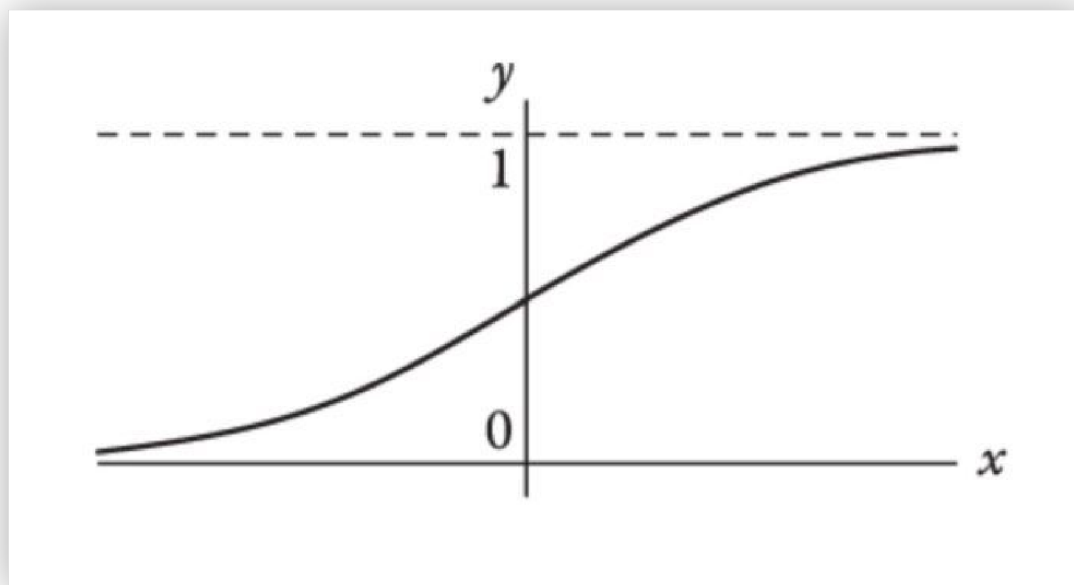
Japón se reconoce como una sociedad enfocada en la mejora de sus productos. El resultado de la filosofía [Kaizen](#) es una constante mejora en la industria, en la caligrafía, la ceremonia del te e incluso el corte del suchi. Corea del Sur también destaca por su nivel de exigencia académica y perfeccionismo en su industria. Sin embargo son los países con la tasa más alta de suicidios. También afloran en ellos fenómenos como [Karoshi](#), trabajar hasta morir y el [Hickikamori](#) asociado a la baja autoestima en jóvenes que se encierran en su habitación y se niegan a salir e interactuar con el mundo. No son exclusivos de estos dos países, pero sí destacan.

Las cargas autoimpuestas

Adoptar slogans o ideas extrañas como parte de nuestros valores como santos de los últimos días, puede generar problemas de ansiedad y decepción entre nosotros. El evangelio no creo que incluya [esta visión industrial](#) del mejoramiento personal, sin embargo la adoptamos como pautas en nuestro progreso espiritual.

A veces he visto metas para conseguir la caridad en tres meses, con un plan tan meticuloso como la fabricación de un reloj. Por seguro al final de esos tres meses nos sentiremos culpables de no habernos esforzado lo suficiente.

Yo las tuve de joven para correr media maratón, pero hermanos el alma y la caridad es de otra naturaleza.



Podemos comparar «la mejor versión de nosotros mismos» a la representación de esta función de **x** eje horizontal a **y** eje vertical.

A cualquier valor de **x** que va de $-\infty$ a $+\infty$ le corresponde un valor en **y** entre 1 y 0. Hay infinitos números que podemos escoger en el eje **x**, pero también hay infinitos números entre el 0 y el 1. Nunca llegaremos a **0** ni a **1**.

La mejor versión de nosotros, es una entelequia que nunca llegaremos a conseguir y que nos tendrá afanosamente dedicados añadir un codo más a nuestra estatura.

Esta frase de Pablo resulta aplicable a nosotros



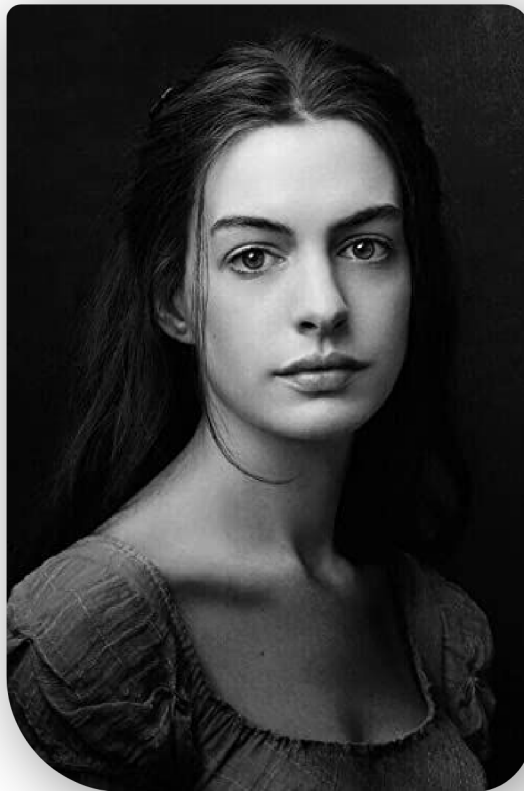
El matiz en este asunto es fino pero determinante. Esta idea, en el plano profesional ha dado naciones capacitadas como Japón. Pero en la vida personal o espiritual es echar arena en los engranajes. Recordando a Job, los consejos de sus amigos eran buenos en situaciones generales, pero en el caso de Job eran palos en las ruedas.

Amar al prójimo como a uno mismo

Dado que existe la simetría en el evangelio, podemos decir también «**Amar a uno mismo como al prójimo.**» cosa que no hacemos en absoluto.

<https://teancum.es/el-proposito-de-las-familias-eternas-en-la-divinidad/>

Muchas veces me he tratado a mí mismo, en mis sesiones privadas de juicio, con una dureza, con una falta de compasión que no me atrevería a usar con nadie. No con palabras groseras, porque no las uso, así me educaron mis padres. Pero sospecho que esas sesiones son más comunes entre nosotros de lo que imaginamos.



Los santos de los últimos días estamos en la lid, tenemos muchos frentes abiertos, las ocasiones de juzgarnos no van a faltarnos a poco que reflexionemos. El chequeo de nuestros deberes es una larga lista.

A medida que pasa el tiempo recapitulamos y habrá quienes no cumplan el catálogo de logros que se esperan de nosotros. Tendremos que lidiar con una demanda privada por no alcanzar esa versión de vida que existe solo en nuestra imaginación y que no se ha hecho realidad por nuestra culpa. Y le aseguro que no hay jueces más severos que nosotros mismos.

He escuchado a veces como cierta, la terrorífica escena de que cuando muramos,

veremos la clase de persona que podríamos haber sido y no fuimos, el bien que pudimos hacer y no hicimos, es una culpa infinitesimal extendida en cada segundo de la existencia. Veo una especie de mitología que va formando una creencia telúrica que asciende por las grietas de nuestra conciencia.

¿Puede haber algo más cruel que esto en tus últimos días? ¿No creen que estas historias enterradas ahí dentro del alma ululan como criaturas de la noche?

Sin embargo, amarnos a nosotros mismos, como hacemos con los demás sería lo propio. No creo que ante el dolor de una persona, que ha sido justa pero no perfecta, como usted estimado lector, merezca que yo le diga «te lo has buscado» «por tu culpa te ves así» Puede que incluso acierte en el diagnóstico pero Job demandó algo más

“

*El atribulado debe ser compadecido por su compañero,
aunque haya abandonado el temor del Omnipotente.*

Job 6:14

”

La compasión

¿Tendremos esa sana autocompasión por nosotros?

Autocompasión hoy es una palabra proscrita. Se la considera inhabilitante, paralizante y corruptora del alma. Pero ¿acaso no debemos tener «compasión del prójimo así como de nosotros mismos? ¿Nuestro dolor no es importante para nosotros? ¿Es que el Cristo no gimió al sentirse desamparado por el Padre? ¿Acaso Cristo no detalló su dolor en la [sección 19](#)? ¿Acaso le dijo al ángel: no hace falta que me fortalezcas, me siento estupendamente?



Pero ahora se nos pide ser positivos, empáticos, optimistas, proactivos porque en la versión mejorada de nosotros mismos no cabe el desaliento ni el fracaso y si están es por nuestra culpa.

Cuando en raras ocasiones he hablado con alguien en la iglesia y me ha expresado lo mal que estaba, he quedado conmovido. Esa persona había roto su guardia bajando los brazos, sus sentimientos escapaban por fin de esa guardia permanente que exige mantener una versión feliz y mejorada de nosotros mismos.

Estas ideas que expongo no se transmiten de viva voz, algunas sí, pero la mayoría se



filtran desde el mundo como lo correcto en nuestra vida.

El suicidio, la depresión y la ansiedad, los crecientes problemas mentales también existen entre nosotros. Compartimos dolores con el mundo y por desgracia compartimos sus sinergias industriales en el alma de los santos y lo hacemos con entusiasmo.

Injertar la manera del mundo en conseguir cosas en el evangelio y en el alma, es un error que pagamos con las mismas dolencias del mundo.

Cuando nos dicen «Haz todo lo posible». ¿Qué es lo posible? no podemos trabajar con eso, es infinito. No trabajamos con infinitos. Nuestra alma se ahoga en lo posible porque solo podemos estar en una limitación de ello. Lo posible siempre estará sobre cualquiera de nuestros esfuerzos haciéndonos sentir culpables.

El sanador del alma

El salvador enseño

“

«Porque mi yugo es fácil y ligera mi carga.»

Mat 11:30

”

Si nuestra actividad en la iglesia o nuestro discipulado se convierte en una carga pesada es que estamos llevando otro yugo que no es el suyo.

Si, a pesar de nuestros esfuerzos, que quizás no sean los mejores, la culpa nos rodea porque nuestra vida no tiene el resultado aceptable que se espera, quizás nos equivoquemos de a qué Señor servimos.

Si la ministración, la historia familiar, la lectura de la escrituras, la asistencia al templo o pagar los diezmos se convierten en una carga pesada... o más sutil que eso, si no son una carga sino obligaciones que desempeñamos a fuerza de voluntad y forzados por nuestros convenios. Quizás no estemos edificados en la roca.



Es mejor dar la ofrenda de la viuda que el brillo de una vida que no es autentica. He llegado la certeza, de que mucha de la culpa que sentimos como santos se origina en la fijación con los resultados y no en nuestra edificación en el Salvador.

Creo que nuestra relación con Dios no es una meta...una fecha...una lista de objetivos. !Somos familia! ¿es que tenemos la meta de amar a nuestros hijos?

A veces he sido tentado con la ostentación de mi testimonio; eso es la ofrenda del rico ante la viuda. Es una gran ofensa al espíritu usar nuestro testimonio para el lucro personal.

He sentido la presión de ser un miembro exitoso, mostrar mis ropas lujosas, eso nos hace caer en la trampa de la falta de autenticidad y el orgullo.

La mejor versión de nosotros mismos...ante quien. Para qué.

Solo de rodillas y en silencio, buscando su aprobación y amistad y luego callando.

Entrañar un deseo

Tengo la certeza que si nos enfocamos en el Padre celestial y su Hijo, si buscamos su aprobación, si deseamos su amistad, y compañía más que nada, entonces las obras vendrán sin ser obligadas. Si conseguimos entrañar un deseo auténtico, genuino, del que no hablamos a menos que Él asienta, entonces las obras *«sin ser compelidas fluirán hacia ti para siempre jamás»* Cuando le decimos al Padre que recordamos siempre a su hijo, siendo verdad, al Padre le complace.

Al buscarle en lo secreto, nos da igual lo público. Perseverando en los sitios privados o desiertos, despertara en nosotros poco a poco la pequeña ofrenda primeriza de nuestros actos verdaderos. Muy pequeños pero de más valor que si volviésemos atrás el cauce del rio Misuri con nuestro brazo.



Cuanta culpa por pensar que no hicimos todo lo posible, pero lo posible es infinito, nunca haremos todo, pero «*nos salvamos, después de hacer cuanto podamos.*» [2 Nefi 25:23](#) que muchas veces es menos de cuanto podemos imaginar.

Cuanta culpa hemos tenido por no sentirnos parte de los justos, cuando era la adoración en nuestra alma donde debíamos afanarnos. Cuanto dolor por no tener la vida que imaginamos sin ver la escritura en la pared de la nuestra. Cuanta culpa por no entender que para la aceptación de una ofrenda digna de los hijos de Leví, debe empezar en el centro del alma y no en el centro de la atención.

Sin ser compelido

De qué sirve acumular actos justos en el granero si dejamos al alma hambrienta fuera. Todo obra buena empieza gestándose en la matriz del alma, difícilmente en una pizarra, primero ha de ser concebida por obra del espíritu. De lo contrario ejercemos injusto dominio en los demás y en nuestra propia alma.



Cuanto dolor por tratarnos injustamente. ¿Tan poco nos amamos que ni nuestro dolor nos conmueve? ¿Acaso no compadeceríamos a otro en nuestro lugar? Cómo podemos amar al que no vemos si somos crueles con quien fue hecho a su semejanza. Por qué someter a nuestra alma al yugo del progreso pautado, industrial. Someterla a la urgencia de una mejora constante sin tener antes autoestima por nuestra simple condición de ser su hijo. ¿No es eso suficiente? Sin eso cualquier progreso es la lucha infinita de una perfección que nunca llega.



Sin embargo su evangelio es fácil y ligero porque

“

«El Espíritu Santo será tu compañero constante, y tu cetro, un cetro inmutable de justicia y de verdad; y tu dominio será un dominio eterno, y sin ser compelido fluirá hacia ti para siempre jamás.»

DyC 121:46

”

