



Taller Educar para el Perdón.

Autor: comunidad de Educadores Católicos

Con la autorización de Mons. Francisco Ugarte Corcuera, "Del Resentimiento al Perdón. Una Puerta para la Felicidad". 12ª reimpresión, 2008.

Disponible en esta librerías católica:

<http://www.rialp.com>

Audio con la colaboración especial de Mauricio I. Pérez, director de [Semillas para la vida](#).

Tercera parte: El perdón

Tema 2 Consecuencias para quien perdona.

Decíamos en la sesión anterior que a Diferencia del resentimiento producido por ciertas ofensas, el perdón no es un sentimiento. Perdonar no equivale a dejar de sentir. **El perdón es un acto de voluntad porque consiste en una decisión. Al perdonar opto por cancelar la deuda moral que el otro ha contraído conmigo al ofenderme, y por lo tanto, lo libero en cuanto deudor.** Y para dejar de sentir los efectos de la ofensa, debo pedir a Dios su gracia.

Este modo de proceder es radical e incluye diversas consecuencias para quien perdona. Veámoslas.

1. Modificar los sentimientos negativos

La decisión de cancelar la deuda al ofensor es un acto de amor y exige también el deseo de eliminar los efectos subjetivos que la ofensa produjo en mí, como son el odio, el resentimiento, el afán de venganza. Perdonar "es dejar de odiar, y está es, precisamente la definición de la misericordia: es la virtud que triunfa sobre el rencor, sobre el odio justificado (por lo que trasciende la justicia), sobre el resentimiento, el deseo de venganza, de castigo. Es entonces la virtud que perdona, no por suprimir la ofensa, porque no lo podemos hacer, sino por la interrupción del resentimiento hacia quien nos ofendió o perjudicó". Ciertamente estas decisiones no eliminan automáticamente las tendencias emocionales, los sentimientos generados por la ofensa, pero lleva a no consentirlos y a poner los medios para tratar de modificarlos progresivamente.

La eliminación de esos sentimientos negativos, provocados por la ofensa, puede resolverse por una

vía indirecta. En lugar de reprimirlos es más efectivo tratar de darle un giro que lo haga cambiar de signo. Al sentir la herida, podemos pensar en el daño que el otro se ha hecho a sí mismo al ofendernos, y dolernos por él; podemos también pedirle a Dios que lo ayude a enmendar su acción errónea, a pesar de que estamos aún experimentando sus efectos. No está en nuestras manos no sentir ya la ofensa y olvidarla, pero el corazón que se ofrece al Espíritu Santo cambia la herida en compasión y purifica la memoria transformando la ofensa en intercesión.

Cancelar la deuda que se produce al perdonar implica a la persona que perdona. No es un acto en el que la subjetividad queda al margen, como si se tratara de un negocio que se resuelve fríamente. **Perdonar exige restablecer la relación que se tenía con el otro antes de que se cometiera la ofensa. Si la relación era estrecha, exigirá restablecimiento desde el amor interior.** No basta cancelar la deuda y mantenerse al margen. Es preciso que ningún sentimiento negativo que produjo la ofensa, ensombrezca la relación amorosa que existía. Cuando alguien ha sido ofendido por un amigo, no podrá decirle: te perdono, pero de ahora en adelante guardaremos nuestras distancias. Si realmente lo ha perdonado las distancias han de desaparecer. Deberá tratarlo como si nada hubiera ocurrido, aceptarlo a pesar del daño ocasionado, aún cuando la herida no haya desaparecido todavía. Ciertamente, en este caso en el que la amistad exige reciprocidad, se requerirá que el otro rectifique, porque si mantiene su disposición ofensiva, la relación no se podrá reconstruir, por más que el ofendido perdone.

2. Perdón y la prudencia

Cuando alguien ha producido un daño y mantiene su intención de seguirlo cometiendo, es perfectamente válido que el afectado al perdonar ponga las medidas de prudencia necesarias para evitar que el otro siga realizando su propósito. Si alguien viene a mi casa y roba o intenta agredir a una persona de mi familia, lo puedo perdonar, pero evitaré que vuelva a entrar a la casa, al menos mientras no me conste que sus intenciones han cambiado realmente. Este modo de proceder no responde sólo al derecho que tengo de proteger lo personal, sino también al afán por ayudar al ofensor. **Si perdonar es un acto de amor y el amor consiste en buscar el bien del otro, en la medida en que ayude al enemigo a evitar acciones que lo dañan, le estaré haciendo un bien.** Si además de cerrarle las puertas de mi casa para que no concrete sus malos propósitos, puedo influir de alguna forma en su conducta, deberé hacerlo, si quiero llevar el perdón hasta sus últimas consecuencias.

Del mismo modo, en algunas ocasiones el bien de la persona que cometió la ofensa, puede requerir una acción punitiva por parte del que perdona. **Un castigo puede ser compatible con el perdón, si lo que se busca es realmente el bien del otro, no la venganza.** Una madre puede llamarle fuertemente la atención a su hija que ha desobedecido, y simultáneamente perdonarla; incluso imponerle un castigo, si este recurso fuese lo más acertado para que se corrigiera.

También aquí es necesario, en muchos casos, sobre ponerse a los propios sentimientos, si en verdad se busca el bien de los demás. Es más cómodo perdonar y quedarse pasivo ante el error del otro, que perdonarlo y tomar las medidas correctivas que lo mejoren. Perdonar no significa necesariamente cancelar el castigo o las deudas materiales, sino eliminar la deuda moral que el otro contrajo conmigo al ofenderme.

Puede suceder que, después de perdonar y renunciar a toda venganza personal, permanezca, amparado en el sentido de justicia, un sentimiento sutil, el deseo de que un tercero ejecute la venganza, como un decir "yo te perdono, pero ya te las verás con Dios". Quien procede así no

estará realmente perdonando.

El perdón es un acto radical de la voluntad, que incluye dos aspectos, por una parte, la decisión de cancelar la deuda moral que viene de la ofensa recibida, restablecer la relación con la persona que me ha ofendido y buscar su bien, según convenga en cada caso; por otra parte, tratar de eliminar los sentimientos contrarios provocados por la ofensa, cambiándolos por otros positivos.

3. Perdonar y olvidar

¿Qué relación existe entre perdonar y olvidar? ¿Perdonar es olvidar? ¿Olvidar es perdonar? ¿Qué significa la expresión “perdono pero no olvido”?

Hemos visto que el acto de perdonar consiste en una decisión de la voluntad. La acción de olvidar, en cambio, tiene lugar en el ámbito de la memoria, que no responde inmediatamente a los mandatos de la voluntad. Yo puedo decidir olvidar una ofensa y que se borre aquel recuerdo, pero no lo consigo. La ofensa sigue ahí, en el archivo de la memoria, a pesar del mandato voluntario. Lo primero que esto me dice es que olvidar no es lo mismo que perdonar, porque yo puedo decidir perdonar y perdono, mientras que mi decisión de olvidar no tiene el mismo resultado. El perdón entonces puede ser compatible con el recuerdo de la ofensa.

En cambio la expresión “perdono pero no olvido” significa, en el fondo, no quiero olvidar, y ese no querer olvidar equivale a no querer perdonar. ¿Por qué? Cuando se perdona se cancela la deuda del ofensor, lo cual es incompatible con querer mantenerla, con no querer olvidar. **Perdonar es querer olvidar.**

Ordinariamente, si la decisión de perdonar que incluye el deseo de olvidar, de no registrar los insultos, ha sido firme y se mantiene, el recuerdo de la ofensa irá perdiendo intensidad, y en muchos casos, acabará desapareciendo con el paso del tiempo. Pero aun si esto último no ocurriera, el perdón se ha realizado ya que su esencia no es olvidar, sino la decisión de liberar al ofensor de una deuda contraída. Una señal elocuente de que he perdonado aunque no haya podido olvidar, es que el recuerdo involuntario de la ofensa, no cuenta cuando me dirijo a la persona.

Tal vez no sea posible olvidar, pero hay que proceder como si hubiera olvidado. El verdadero perdón exige obrar de este modo. Porque “el verdadero amor, no lleva cuantas del mal (1Cor 13, 5)”.

Por otra parte ¿podemos decir que olvidar es perdonar? Ya hemos visto que se trata de dos acciones que no se pueden identificar. Una ofensa se puede perdonar sin haber sido perdonada, aunque si el agravio ha sido intenso, difícilmente se olvidará sino se perdona. Por eso cuando la ofensa ha sido grave y se ha decidido perdonarla, el olvido puede ser una clara confirmación de que realmente se ha perdonado. Borges narra, con brillante imaginación, un supuesto encuentro de Caín y Abel, tiempo después del asesinato, que ilustra lo que acabamos de decir: “Caminaban por el desierto y se reconocieron desde lejos, porque los dos eran muy altos. Los hermanos se sentaron en la tierra, hicieron fuego y comieron.

Guardaban silencio a la manera de la gente cansada cuando declina el día. En el cielo asomaba alguna estrella, que aún no había recibido su nombre. A la luz de las llamas Caín advirtió en la frente de Abel la marca de la piedra y dejó caer el pan que estaba por llevarse a la boca y pidió que le fuera perdonado su crimen. Abel contestó: ¿tú me has matado o yo te he matado? Ya no recuerdo, aquí

estamos juntos otra vez como antes´ Ahora sé que me has perdonado Caín, yo trataré también de olvidar”.

Cuestionario práctico

¿Soy acaso de los que perdono pero no olvido?

Si no puedo olvidar las caídas ajenas, ¿por lo menos he aprendido a silenciar sus errores, de una vez para siempre, o soy de los que escarbo en la herida, una y otra vez, sin dejar nunca que cicatrice?

¿Soy sincero cuando pido perdón? ¿Totalmente franco y veraz? ¿Espero con humildad y confianza el perdón?

Reflexión

El perdón, ¡fuente de felicidad! Aquí tienes un modo sencillo, al alcance de tu mano, de gustar esa felicidad y paz del alma: aprende a perdonar de corazón y de corazón a pedir perdón. Pues, no viene mal recordarlo, todo hombre es débil. Es cierto, pero con todo y todo, como nos lo susurra Víctor Hugo, en Los Miserables: “Mas si a pesar de sus esfuerzos, cae, es una caída, sí, pero caída sobre las rodillas que puede transformarse en oración”. Y esa oración, merece la pena escucharla...

Oración para pedir perdón

Señor Jesucristo, hoy te pido la gracia de poder perdonar a todos los que me han ofendido en mi vida.

Sé que Tú me darás la fuerza para perdonar.

Te doy gracias porque Tú me amas y deseas mi felicidad más que yo mismo.

"Señor Jesucristo, hoy quiero perdonarme por todos mis pecados, faltas y todo lo que es malo en mí y todo lo que pienso que es malo.

Señor, me perdono por cualquier intromisión en ocultismo, usando tablas de uija, horóscopos, sesiones, adivinos, amuletos, tomado tu nombre en vano, no adorándote; por herir a mis padres, emborracharme, usando droga, por pecados contra la pureza, por adulterio, aborto, robar, mentir.

Me perdono de verdad. Señor, quiero que me sanes de cualquier ira, amargura y resentimiento hacia Ti, por las veces que sentí que Tú mandaste la muerte a mi familia, enfermedad, dolor de corazón, dificultades financieras o lo que yo pensé que eran castigos. ¡Perdóname, Jesús, Sáname!

Señor, perdono a mi madre por las veces que me hirió, se resintió conmigo, estuvo furiosa conmigo, me castigó, prefirió a mis hermanos y hermanas a mí, me dijo que era tonto, feo, estúpido o que le había costado mucho dinero a la familia, o cuando me dijo que no era deseado, que fui un accidente,

una equivocación o no era lo que ella quería.

Perdono a mi padre por cualquier falta de apoyo, falta de amor, o de afecto, falta de atención, de tiempo, o de compañía, por beber, por mal comportamiento, especialmente con mi madre y los otros hijos, por sus castigos severos, por desertar, por estar lejos de casa, por divorciarse de mi madre, por no serle fiel.

Señor, perdono a mis hermanos y hermanas que me rechazaron, dijeron mentiras de mí, me odiaron, estaban resentidos contra mí, competían conmigo por el amor de mis padres; me hirieron físicamente o me hicieron la vida desagradable de algún modo. Les perdono, Señor.

Señor, perdono a mi cónyuge por su falta de amor, de afecto, de consideración, de apoyo, por su falta de comunicación, por tensión, faltas, dolores o aquellos otros actos o palabras que me han herido o perturbado.

Señor, perdono a mis hijos por su falta de respeto, obediencia, falta de amor, de atención, de apoyo, de comprensión, por sus malos hábitos, por cualquier mala acción que me puede perturbar.

Señor, perdono a mi abuela, abuelo, tíos, tías y primos, que hayan interferido en la familia y hayan causado confusión, o que hayan enfrentado a mis padres.

Señor, perdono a mis parientes políticos, especialmente a mi suegra, mi suegro, perdono a mis cuñados y cuñadas.

Señor, hoy te pido especialmente la gracia de perdonar a mis yernos y nueras, y otros parientes por matrimonio, que tratan a mis hijos sin amor.

Jesús, ayúdame a perdonar a mis compañeros de trabajo que son desagradables o me hacen la vida imposible. Por aquellos que me cargan con su trabajo, cotillean de mí, no cooperan conmigo, intentan quitarme el trabajo. Les perdono hoy.

También necesito perdonar a mis vecinos, Señor. Por el ruido que hacen, por molestar, por no tener sus perros atados y dejar que pasen a mi jardín, por no tener la basura bien recogida y tener el vecindario desordenado; les perdono.

Ahora perdono a mi párroco y los sacerdotes, a mi congregación y mi iglesia por su falta de apoyo, mezquindad, falta de amistad, malos sermones, por no apoyarme como debieran, por no usarme en un puesto de responsabilidad, por no invitarme a ayudar en puestos mayores y por cualquier otra herida que me hayan hecho; les perdono hoy.

Señor, perdono a todos los profesionales que me hayan herido en cualquier forma, médicos, enfermeras, abogados, policías, trabajadores de hospitales. Por cualquier cosa que me hicieron; les perdono sinceramente hoy.

Señor, perdono a mi jefe por no pagarme lo suficiente, por no apreciarme, por no ser amable o razonable conmigo, por estar furioso o no ser dialogante, por no promocionarme, y por no alabarme por mi trabajo.

Señor, perdono a mis profesores y formadores del pasado así como a los actuales; a los que me

castigaron, humillaron, insultaron, me trataron injustamente, se rieron de mí, me llamaron tonto o estúpido, me hicieron quedar castigado después del colegio.

Señor, perdono a mis amigos que me han decepcionado, han perdido contacto conmigo, no me apoyan, no estaban disponibles cuando necesitaba ayuda, les presté dinero y no me lo devolvieron, me criticaron.

Señor Jesús, pido especialmente la gracia de perdonar a esa persona que más me ha herido en mi vida. Pido perdonar a mi peor enemigo, la persona que más me cuesta perdonar o la persona que haya dicho que nunca la perdonaría. "Gracias Jesús, porque me estás liberando del mal de no perdonar y pido perdón a todos aquellos a los que yo también he ofendido.

Gracias, Señor, por el amor que llega a través de mí hasta ellos. Amén.

Participación en el foro

Comparte tus conclusiones de esta sesión en los foros del curso (Sí se publica en los foros)

Preguntas que pueden servirte para estructurar tus conclusiones

¿Qué me ha parecido el tema?

¿Qué aplicaciones prácticas encuentro para mi vida?

Algún comentario particular...

Da clic en el siguiente enlace para dejar tus comentarios

[foros del curso Educar para el perdón](#)

Para escuchar esta sesión del curso

[Consecuencias para quien perdona.](#)

Consultar sesiones anteriores

[Educar para el perdón](#)

[Audios de todas las lecciones](#)

Los tutores están disponibles para atender tus consultas personales

Consultorio Espiritual y Moral: Acompañamiento y ayuda espiritual. Dudas acerca de la oración y la vida espiritual en general; problemas de fe y de cuestiones morales y éticas. En general, cualquier duda acerca del desarrollo espiritual y apostólico en tu vida.

[\[+\] Ver consultores](#)

Consultorio Doctrinal y Apologético: Consulta cualquier duda acerca de las principales verdades de la fe católica, su congruencia con la razón y las normas para vivirlas. Cuestiones apologéticas para saber defender tu fe ante el ataque de las sectas y de doctrinas y corrientes contrarias a la

misma.

[\[+\] Ver consultores](#)

Consultorio Familiar: Consejo y asesoría en tus dudas, problemas y dificultades matrimoniales y familiares en general. Especialistas en el área familiar, educativa, y moral. [\[+\] Ver consultores](#)

Consultorio Juvenil: Atención a jóvenes acerca de temas familiares, espirituales o apostólicos, problemas sexuales, de noviazgo y amistad. Ayuda en problemas de adicciones. [\[+\] Ver consultores](#)

Consultorio Vocacional: Ayuda y acompañamiento en el discernimiento de una posible vocación. Asesoría acerca de los diferentes carismas y llamados dentro de la Iglesia.

[\[+\] Ver consultores](#)

Consultorio para Psicólogos Católicos: Preguntas, dudas e inquietudes sobre cómo aplicar la moral y la doctrina cristiana en temas de psicología conceptual y conductual. [\[+\] Ver consultores](#)

También te invitamos a participar en nuestras redes sociales:

[suscríbete](#), comparte y entérate de nuestras novedades:

