

Te perdono, *pero...*

*Sabemos que debemos,
pero, ¿por qué es tan difícil?*

Lourdes E. Morales-Gudmundsson



Pacific Press® Publishing Association
Nampa, Idaho
Oshawa, Ontario, Canada
www.pacificpress.com

Reconocimientos

Un libro como este, que ha tomado tanto tiempo desarrollar, es el resultado de muchas contribuciones. Quiero agradecer a todas las directoras de Ministerios para la Mujer, a los pastores y oficiales a nivel de las iglesias, las asociaciones, uniones y divisiones que han creído en mi ministerio del perdón y me han invitado a compartir mis seminarios con sus congregaciones. Me siento profundamente agradecida con todas las mujeres y los hombres que han asistido a mis seminarios a lo largo de los años y han compartido sus historias conmigo, permitiéndome entender mejor el potencial sanador del perdón.

También deseo agradecer a Roger Morton, de *Quality Life Seminars* (Seminarios de calidad de vida), quien me ayudó a publicar mi seminario en vídeo y en DVD. Y ¿qué hubiera podido hacer sin la ayuda de mis amigos y colegas en la Universidad de La Sierra que me dieron libros y artículos, muchos de los cuales se citan en este libro? Un agradecimiento especial a Iris Landa por compartir conmigo todos esos libros y grabaciones sobre el tema del perdón.

Extiendo un agradecimiento especial al Dr. Lawrence Geraty (teólogo y presidente de la Universidad de La Sierra); el profesor Frederic Luskin (Stanford Forgiveness Project [Proyecto de perdón de Stanford]); el profesor Douglas Morgan (historiador y director de Adventist Peace Fellowship [Hermandad adventista de paz], Colegio de la Unión de Columbia); el profesor Daniel Smith-Christopher (teólogo y director de Peace Studies [Estudios de la paz], Universidad de Loyola Marymount), el profesor George Knight (Universidad de Andrews) y el profesor Everett L. Worthington, hijo (psicólogo y estudioso del perdón en la Universidad de la Comunidad de Virginia), que tomaron el tiempo para leer y recomendar mi manuscrito. Otra persona que me bendijo con su sabiduría mientras yo luchaba por terminar este libro es Pat Habada (TEAM), quien me ayudó a ver cómo debía reenfocar este estudio. ¡Gracias, Pat!

Finalmente, mi gratitud sincera para Russell Holt, Nicole Batten, Bonnie Tyson-Flyn y Miguel Valdivia, de Pacific Press, quienes trabajaron conmigo para asegurar la alta calidad del producto final.

Contenido

Prefacio	7
Introducción	13

CÓMO EL PERDÓN SANA LAS HERIDAS:

¿Cómo es que una ofensa nos perjudica? ¿Qué es en esencia el perdón y cómo funciona? ¿Por qué tengo que perdonar?

Capítulo 1: La anatomía de una ofensa	17
Capítulo 2: ¿Qué es el perdón?	28
Capítulo 3: ¿Por qué los cristianos deben perdonar?	48

LO QUE LA BIBLIA ENSEÑA ACERCA DEL PERDÓN

¿Qué enseña la Biblia que nos ayudará a perdonar?

Capítulo 4: Doce principios bíblicos del perdón	59
---	----

EL VIAJE POR EL CAMINO AL PERDÓN

Avanzando desde el rencor al perdón. Manteniendo la promesa del perdón.

Capítulo 5: El camino desde el rencor al perdón	95
Capítulo 6: Cómo conservar la promesa del perdón	118

EL PERDÓN Y LA ORACIÓN

La oración y el hábito de “probar”. La oración y el temor. La oración y el Espíritu.

Capítulo 7: La oración: la clave para el perdón	146
---	-----

Apéndice	155
Obras consultadas	156
Obras citadas	165
Referencias	172

Prefacio

¿Alguna vez le ha pasado? Cree que ha perdonado a una persona y se ha olvidado de toda la situación, pero de repente se encuentra recordando todo “aquello” mientras charla con un amigo o en alguno de esos momentos espontáneos de reflexión. Se siente mal consigo mismo porque en verdad creía que ya había ganado esa victoria. Pero allí está “aquello” otra vez: recuerda lo que esa persona le hizo y cómo lo hizo sentir y cómo ha afectado toda su vida y... Y entonces, para empeorar las cosas, se acuerda: *Pero... ¡yo soy cristiano!*

Este libro es para cristianos que necesitan perdonar o que han perdonado, **pero...** En otras palabras, es para aquellos cristianos que creen que el perdón es importante para su bienestar espiritual, pero que quizá no entienden qué es el perdón realmente y no consiguen de ninguna forma superar una ofensa profunda: la traición del cónyuge, un amigo cercano que ha dejado de hablarle, un tío que abusó sexualmente de usted cuando era niño/a, un miembro de la iglesia que le ha robado un dinero que le debía.

Para que usted mantenga su promesa de perdón, ayudará si entiende qué es lo que sucede cuando alguien le ofende; qué es y qué no es el perdón; y cómo se relaciona a algunos temas que tienen que preceder o seguir la decisión del perdón. En las siguientes páginas encontrará las respuestas a estas y a otras preguntas relacionadas: ¿Qué es el perdón? ¿Por qué debo perdonar? ¿Cómo hago para llegar al punto en que *quiero* perdonar o perdonar *nuevamente*? ¿Por qué es tan difícil recuperarse de ciertas ofensas? ¿Puede el olvido ayudarme a perdonar? ¿Si busco la justicia, significa que no he perdonado? Más importante, este libro contesta las preguntas: ¿Cómo puedo estar seguro/a de que he perdonado? Una vez que estoy seguro/a de que he perdonado, ¿cómo puedo conservar el perdón?

Los encuentros que he tenido durante casi dos décadas de presentar el seminario “*Te perdono, pero...*” han sido una revelación para mí. Dentro y fuera de Estados Unidos, hablando con iglesias adventistas y en retiros espirituales para mujeres y para familias, he podido apreciar la capacidad que tiene este tema para afectar profundamente a las personas y abrir la

TE PERDONO, *PERO...*

puerta a la autorrenovación y a la reconciliación.

En lo personal, yo llegué a valorar esta joya preciosa a través de múltiples encuentros personales dolorosos con mi padre, encuentros que me forzaron a encarar mis propios problemas con el perdón.

La relación que compartí con mi padre, un artista dotado, un proveedor responsable para la familia y un esposo cariñoso, pero un padre que en lo esencial estuvo ausente de nuestras vidas hasta su vejez, había llegado a ser una fuente de culpabilidad en mi vida. Mientras crecíamos, mis hermanos y yo sabíamos que nuestro padre provenía de un hogar quebrantado, que su padre estuvo ausente de su vida, y que no estaba conectado a ninguna iglesia y no creía en la religión organizada. Pero aun así yo no podía entender su decisión de vivir lejos de su familia y llegar al hogar solamente los fines de semana, siempre tan malhumorado. Parecía siempre que su mayor deseo fuera que sus hijos no estuvieran presentes.

Yo resentía el hecho que él rehusaba compartir con nosotros en la iglesia y en los cultos familiares del hogar. Al mismo tiempo, sentía alivio porque no estaba con nosotros, porque así no nos hacía la vida tan miserable. Papá al fin se unió a la iglesia cuando se jubiló, ¡porque sabía que la vida de mamá era la iglesia, y que si él quería pasar tiempo con ella, tendría que ser en la iglesia! Sin más haber, la única virtud de papá era que adoraba a mamá; y resultó que esta fue su salvación en más de un sentido.

Sin embargo, en aquel entonces, yo no estaba dispuesta a considerar su decisión de bautizarse como nada más que una conversión por conveniencia, sólo uno más de los trucos manipuladores de papá. Él tenía el hábito de portarse bien con nosotros sólo cuando quería algo: Raúl era el hijo favorito si necesitaba que alguien fuera a comprar el café cuando mamá no estaba mirando (tengo que admitir que el café era su único vicio); yo era la favorita cuando necesitaba jactarse de que uno de sus hijos sacaba buenas notas en la escuela. Al darse cuenta que esta era la manera de ganar la aprobación de su padre, mi hermano Ralph volvió a la escuela e hizo un doctorado en la Administración de Cocinas para hoteles y hospitales. Desafortunadamente, esto no hizo nada por mejorar la relación entre él y nuestro padre, quien, siendo de piel morena, despreció a

PREFACIO

su único hijo moreno. La identidad sexual dudosa de Ralph, que todos nosotros atribuíamos a la homosexualidad, no ayudó a la relación. Sólo en los últimos años, después de casi 40 años de estar felizmente casado con el amor de su vida, Elsa Cruz, Ralph pudo descubrir que todos sus síntomas eran compatibles con una condición poco común conocida como el Síndrome de Klinefelter.¹

Si mantenerse alejado de nosotros era el método que utilizaba mi padre para enfrentar todo eso, se distanció aun más cuando Tito, nuestro hermano mayor, que se preparaba para estudiar Medicina en la Universidad de La Sierra para ese entonces, empezó a manifestar comportamientos extraños y finalmente fue diagnosticado con esquizofrenia. Con las crisis físicas y sociales casi diarias de Ralph, mi propia batalla con alergias severas a los alimentos, las cuales provocaban interminables episodios de bronquitis, y los viajes semanales al Hospital Estatal Patton para las terapias de electrochoque para Tito, mi valiente madre tenía las manos llenas. Yo resentía profundamente el hecho de que a mamá se la dejaba sola para enfrentar todos los desafíos de criar a tantos hijos enfermos.

El momento crítico en mi relación con papá ocurrió cuando estábamos viviendo en Puerto Rico. Mi esposo, Reynir, y yo habíamos aceptado empleos como maestros en el entonces Colegio de las Antillas (ahora la Universidad Adventista de las Antillas). Papá y mamá aceptaron venir a vivir con nosotros para ayudar a cuidar a nuestra hijita, Carmen, para que yo pudiera terminar mi tesis doctoral. Nunca había visto tan feliz a mi padre como en esos años que vivimos en aquella mansión al estilo antiguo español, que rentamos por apenas \$350 mensuales de una familia puertorriqueña adinerada. Mamá atendía la cocina y papá cuidaba el patio de casi medio acre que rodeaba la casa y trabajaba en la huerta que tenía 18 árboles de mango, árboles de guayaba, mandarina y caragua, y un pequeño sembrado de bananos (plátanos). Cuando no estaba afuera en el patio, papá estaba en su estudio artístico en la planta alta que abría a una terraza apoyada en las columnas elegantes del pórtico del frente. De alguna manera, yo sentía que le había regalado a mi padre, artista, algo que nunca antes había tenido: el don de la belleza y la paz. Y él me devol-

TE PERDONO, PERO...

vía el regalo, no con sólo ayudarme a alcanzar mis objetivos, sino en verlo verdadera y profundamente feliz, al fin.

Sin embargo, yo todavía sentía que él me debía una explicación por todos aquellos años de abandono. Ciertamente, él tuvo una niñez difícil, en la que ayudaba a su madre a ganarse la vida en su tierra natal, Venezuela. Me sentía culpable por mencionar el pasado cuando él estaba tan plenamente feliz, probablemente por primera vez en la vida. Pero yo argumentaba conmigo misma que si no lograba extraerle una disculpa ahora, perdería para siempre la oportunidad.

Una tarde agradable, después de haber orado, subí las gradas hasta donde mamá y papá estaban sentados en su dormitorio, y empezamos a charlar acerca de esto y aquello, hasta que al fin logré expresar cuánto me había dolido el nunca tener a mi padre cerca mientras crecía. Mamá se quedó en silencio, y ambas esperamos la reacción de papá. Por un tiempo no dijo nada, pero noté cómo se ensombrecía su semblante. Entonces me atacó verbalmente: *¿Acaso no había trabajado suficiente por sus hijos, y no habíamos disfrutado de una educación cristiana gracias a que él se rompía la espalda y cuán ingrata era yo precisamente ahora que él estaba allí para ayudarme a terminar el doctorado?* Sin decir ni una palabra más, me levanté, salí del cuarto y bajé las gradas.

Extrañamente, para mí resultó catártico el escuchar a mi padre detallar sus propias heridas relacionadas con su familia. Nunca se había permitido ser tan honesto, pero eso no disminuía el dolor que me causó. Terminé yendo a mi oficina a llorar. No recuerdo cuánto tiempo estuve allí, hasta que escuché un toque tímido en la puerta. Era papá, preguntando si podía entrar. Cuando entró, vi sus ojos enrojecidos: él también había estado llorando. Creo que mi padre nunca había reconocido cuán profundamente su resentimiento no resuelto contra su propio padre había afectado su relación con sus hijos. Estoy convencida que mamá, sentada a solas con él en ese cuarto espacioso, bañado en la luz del sol tropical, le ayudó a ver lo que había hecho a lo largo de los años y que no sólo yo, sino también mis hermanos teníamos razones para sentirnos decepcionados. Me paré y nos abrazamos por largo rato, dejando que el dolor mutuo de tantos años rodara por nuestras mejillas. Papá sólo lograba

PREFACIO

decir: “Lo siento tanto”. Y yo sólo contestaba: “Oh, papá, yo lo siento también”.

Fue el principio de un largo viaje hacia el perdón que me permitió ver a mi padre como el hijo dolorido y abandonado de un padre infiel, un niño y un hombre que se mantuvo al lado de su madre y de su esposa, cuidándolas fielmente, un artista brillante y talentoso cuyos temores y baja autoestima no permitieron que alcanzara todo su potencial. Años después, fue mi privilegio cuidar a mamá y papá en sus últimos años. Lo hice con una profunda y duradera gratitud porque había hecho las paces con papá mucho tiempo antes y ahora podía disfrutar todos los beneficios del perdón.

Nunca pude imaginar que aquel encuentro doloroso pero beneficioso con mi padre fuera el inicio de un largo y fructífero camino de descubrimiento de uno de los fundamentos más básicos de la fe cristiana. ¿Acaso no fue en primer lugar el perdón de Dios lo que hizo posible que nos reconciliáramos? ¿No tomó Dios la iniciativa en perdonarme cuando yo le era indiferente? ¿Y no fue a través de su don sagrado de perdón que fui plenamente restaurada? Fue el descubrimiento del perdón lo que me liberó de la lucha emocional que de otra manera me hubiera consumido y permitió que yo valorara a mi padre como la persona honorable, leal y consciente, aunque a veces testaruda, que era.

Muy pocos de nosotros no tenemos algún asunto relacionado con el perdón que necesitamos encarar. Este libro le ayudará a responder al compromiso a largo plazo que el perdón requiere. La promesa del perdón requiere comprender varias cosas:

1. Lo que el perdón es y no es.
2. La importancia que la Biblia da al perdón y por qué.
3. Por qué vale la pena cumplir la promesa del perdón —tanto para usted como para la persona que lo ofendió.
4. Cómo el saber la “verdad” abre la puerta a la empatía y al perdón.
5. Cómo confrontar con gracia, cuando sea necesario, a fin de que tanto usted como la otra parte puedan mantener su lado del compromiso de perdón.
6. Cómo el arrepentimiento y la confesión contribuyen a su salud, tanto mental como física.

TE PERDONO, *PERO...*

7. Cuál es la relación entre la justicia y el perdón.

8. Cómo la memoria puede contribuir a alimentar la ira o el perdón.

9. Que el perdón es una decisión diaria que puede sostenerse mejor si se la mantiene mentalmente en el presente a través de la oración.

Más importante es cómo lograr que su decisión de perdonar dure. Aun si ha logrado tomar la decisión intelectual y emocional de perdonar, todavía hay que tener en cuenta que se trata de un proceso largo. ¿Qué si su ofensor hace lo mismo otra vez? ¿Hay condiciones que usted debe poner para asegurar que podrá cumplir su promesa de perdón? ¿Cuándo ha perdonado suficiente? ¿Hay límites al perdón?

Este libro también es un manual breve de paz interior. Históricamente, los devotos religiosos han buscado la paz interior a través de la meditación y las experiencias místicas, alejados del ruido y los conflictos del mundo. A través del perdón, usted puede tener esa paz interior aun en medio del conflicto y hasta de la guerra. Cuando Jesús prometió la paz, la diferenció de la paz de corta duración que el mundo da: “La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo” (Juan 14:27). La paz llega cuando realmente creemos que Dios, a través de Cristo, nos ha perdonado y está dispuesto a seguir perdonándonos cuando confesamos nuestros errores y debilidades a él y a nuestros semejantes.

Es mi deseo que las respuestas que se ofrecen aquí, tomadas de la Escritura y de la vida real, contribuyan a esa paz interior en su vida.

Lourdes E. Morales-Gudmundsson, Ph.D.
Riverside, California

*El perdón es el aroma que la rosa
deja en el talón que la aplasta.
—Anónimo*

Introducción

Recientemente hice una búsqueda superficial de libros sobre el tema del perdón y encontré más de 900 títulos únicamente en *amazon.com*. El perdón se ha tornado en un tema de investigación científica, y está presente en centenares de libros y artículos en una amplia gama de revistas especializadas y de difusión masiva.

¿Por qué ha surgido este interés en el perdón? Pareciera que la cantidad de libros sobre este tema guarda proporción con el aumento de los conflictos en nuestra sociedad y en nuestro mundo. Muchos se están convenciendo de que las respuestas violentas a la agresión, ya sea personal o colectiva, no son la solución. Se emplean conceptos tales como la justicia de la restauración, lo que sugiere que la justicia de la retribución no nos está dando buenos resultados. Los presos a menudo terminan su “castigo” más enojados y vengativos que cuando entraron en la prisión. Y hay suficiente evidencia anecdótica para mostrar que el perdón no sólo es bueno desde el punto de vista religioso, sino que es bueno para su salud mental e incluso física.

En términos específicos, ¿por qué debiéramos los adventistas estar interesados en este tema? Lo que escribió Mark Galli, editor administrativo de *Christianity Today*, para sus hermanos evangélicos puede aplicarse fácilmente a los adventistas: “Los evangélicos debieran pensar más sobre la ética, porque es parte fundamental de las Escrituras y es algo relativamente descuidado en comparación con nuestro interés, por ejemplo, en el crecimiento de iglesias, el evangelismo, las misiones y la doctrina”(Galli. p. 8).

En su editorial, el Sr. Galli añade que la “chapucería moral” que caracteriza a la iglesia hoy día disminuye bastante la distinción entre sus miembros y el mundo en lo que respecta a actitudes y conducta. Para Galli, el desafío ético mayor para la iglesia de hoy es el de “desarrollar una moralidad mucho más rigurosa y considerada que acompañe nuestra obra rigurosa y considerada en el área de la doctrina y la exégesis” (*Ibid.*).

TE PERDONO, *PERO...*

Aunque Galli se refiere al tema de la tortura, fácilmente podríamos emplear las mismas bases para defender el perdón. Quizá porque requiera la práctica de valores personales que son vistos como “imprácticos” para el mundo real, según escuché de un miembro de iglesia. Así, el perdón no ha recibido la atención prioritaria que ha tenido en los últimos años el tema del crecimiento de iglesia o el de la apariencia personal.

¿Por qué? En primer lugar, hay un riesgo público implícito en la vulnerabilidad creada por el perdón. El arrepentimiento, la confesión, la empatía —que son parte del proceso del perdón— suponen que alguien ha actuado mal para con otro. Pocas personas, especialmente los cristianos, están dispuestas a admitir públicamente sus faltas morales.

El perdón también involucra riesgo personal. ¿Qué haría usted si perdona a su cónyuge infiel y ella vuelve a hacer lo mismo? ¿Qué pasa si usted perdona a un compañero de trabajo cuyas críticas han llegado a los supervisores y lo ponen en riesgo de perder el empleo? Muchas personas prefieren ignorar estos asuntos incómodos. Al fin de cuentas, hay que “perdonar y olvidar”.

Pero no podemos esquivar estos asuntos. Para los cristianos el perdón es un deber moral imprescindible, no sólo un tema doctrinal que puede debatirse. Cómo usted observa el sábado o si cree en la dieta *vegan* u ovolactovegetariana son asuntos debatibles hasta cierto punto. Incluso algunos temas doctrinales como el juicio investigador o la fe y las obras pueden llevarnos toda una tarde de sábado en discusiones.

Pero el perdón es un deber moral inescapable que no admite mucho debate. ¿Cómo podría oponerse usted al hecho de que el Dios cristiano estableció la religión cristiana y lo que llamamos “salvación” con un acto de perdón, el primer acto del perdón cristiano? Ese primer acto divino de la gracia es el corazón mismo de la religión cristiana. Si no hubiese sido por la acción generosa del amor de Dios, a pesar del rechazo de sus criaturas, hombres y mujeres, no habría religión cristiana; Jesucristo no habría hecho el sacrificio necesario para darnos acceso al perdón; no habría la necesidad de salvación o de discipulado ni del sábado ni de ninguna otra cosa que valoramos como cristianos adventistas. Existimos porque Dios nos dio vida por medio de la creación, y cuando debimos haber

INTRODUCCIÓN

muerto, nos dio nueva vida a través del perdón gracias a la cruz de nuestro Salvador y Señor Jesucristo. **El mandato del perdón ocupa un papel tan central en nuestra fe, que ignorarlo es ignorar nuestra misma salvación.** Nosotros perdonamos porque él nos perdonó primero. Perdonamos porque, como seres perdonados, nuestro perdón es apenas un acto de gratitud por lo que tenemos y continuamos recibiendo por la gracia.

He descubierto que el perdón es el vehículo que lleva mi profesión religiosa al mundo en el cual habito, y testifica de la autenticidad de mi religión. Se introduce profundamente en mi humanidad con el potencial de extraer la “luz” con la cual Dios ha iluminado a todo ser humano que nace en este planeta (Juan 1:4). Esa luz, oscurecida por el egoísmo y el orgullo, es encendida de nuevo por el perdón de Dios, y al ser ejercida por los cristianos puede iluminar las tinieblas de la relación más destruzada.

Los adventistas creemos que estamos viviendo en los últimos días de la historia de la tierra. Nuestra pasión por el evangelismo nace de esta convicción. Pero, ¿por qué no percibimos que también se nos ha llamado a atender los conflictos en los hogares y en la sociedad con los principios salvíficos del perdón, que pueden abrir las puertas al evangelio? A veces nuestros propios hijos no están interesados en escuchar el evangelio a causa de la dureza de nuestro corazón y de nuestra poca disposición a perdonar. ¿Pueden los cristianos ignorar estos principios en tiempos como estos? ¿Puede nuestra predicación del evangelio ignorar la importancia central de esta doctrina cristiana fundamental que se aplica a la reconciliación entre los pecadores y su Dios?

Como usted sabrá por experiencia, el perdón no es fácil. En primer lugar, requiere buscar dentro de uno mismo para encontrar que uno es vulnerable a los errores. En segundo lugar, a diferencia del refrigerador que usted acaba de comprar, el perdón no ofrece garantía por si se descompone. El perdón no garantiza que usted no volverá a ser la víctima del egoísmo ajeno.

Entonces, ¿por qué perdonar? Según descubriremos, nuestro amante Dios nos creó para perdonar. Somos los seres más miserables cuando lo retenemos y los más felices cuando lo ofrecemos. Al igual que el odio está

TE PERDONO, *PERO...*

profundamente incrustado en quienes somos como seres humanos, el amor lo está incluso a un nivel más profundo en nuestra psique. Cuando una injusticia detiene el flujo del amor, buscamos la manera de regresar al amor cruzando el puente del perdón. Incluso todas nuestras protestas a favor de la justicia en esencia son intentos por abrir nuevamente las compuertas del amor, porque sin el amor morimos de mil maneras.

A pesar de su importancia crucial en nuestra fe y existencia, el perdón es una de las virtudes cristianas menos comprendidas. Por esta razón comienzo este libro con la explicación de lo que constituye una ofensa, cómo afecta la mentalidad humana y cómo el verdadero perdón ayuda a sanar el espíritu humano herido. La segunda porción del libro es un estudio bíblico que he encontrado útil para ayudar a los cristianos a entender cuánto hemos descuidado el perdón en nuestras iglesias y cuán importante es aplicarlo en nuestra vida como individuos y como comunidad religiosa. La última porción del libro trata específicamente de los pasos que se pueden dar para comenzar y continuar en el camino del perdón. El libro termina con un capítulo sobre la oración, lo que lo ayudará a ser fiel a su promesa de perdonar.

Quizá no le den una placa de reconocimiento por perdonar a un padre descuidado o un cónyuge infiel, pero, a largo plazo, su decisión íntima y secreta de librar a un ofensor del castigo que merece es lo que lo identifica como una verdadera hija o hijo de Dios, y producirá tanto gozo en el cielo como el bautismo de mil almas.



Capítulo Uno

La anatomía de una ofensa

Errar es humano, perdonar es divino —Alexander Pope

Vivimos en un mundo en el que la violencia aumenta en cada sector de la existencia humana. Hay violencia en los hogares, crímenes del narcotráfico, guerras genocidas y religiosas. En su libro *A Terrible Love of War* (Un amor terrible por la guerra), James Hillman, como hiciera Emanuel Kant hace muchas décadas, argumenta que la guerra es el estado “normal” de la humanidad. La paz es la pausa “anormal” entre las guerras frías y calientes. Hollywood hace eco de esta condición fundamental de nuestra humanidad: los aniquiladores y piratas del mar y del espacio, disfrazados de héroes, recurren a la violencia para resolver sus dilemas. No es de extrañar que la violencia se haya tornado en la solución predilecta de los conflictos en el hogar donde se la observa continuamente a través de la televisión.

Pero el llamado al perdón no está limitado a la violencia directa. En su libro sobre el perdón, los doctores Sidney y Suzanne Simon enumeran las ofensas más comunes en el “desfile del dolor”: el chasco, el rechazo, el abandono, la crítica, la humillación, la traición, el engaño y el abuso (Simon, p. 24). Ya sea usted sobreviviente de un genocidio o del abandono, ha sido víctima de la “violencia” y sentirá el dolor causado por tal perjuicio.

Hay personas que descartan el dolor ajeno como algo de poca monta comparado con el suyo, pero el hecho es que lo que sucede a otro no le causa dolor a usted, sino a él. Y si lo que le pasa a otra persona le causa

dolor, así es. Por eso es que la mente humana no distingue algunos matices teóricos en la vida real. Lo que duele, duele...

Las ofensas son de todo tipo, al igual que los seres humanos. Esto explica por qué varían nuestras reacciones a un perjuicio del grado que sea. Es interesante que una ofensa aparentemente menor puede despertar la misma secuencia de emociones negativas que una ofensa profunda que todos consideran grave, tal como un asesinato o una violación. Todo depende de quién experimenta la acción. Debido a que todos experimentamos ofensas de algún tipo, el perdón es un tema universal, especialmente para los cristianos.

Para entender plenamente lo que el perdón es y cómo funciona, necesitamos entender la composición de una ofensa. ¿Qué sucede en nuestra mente cuando somos las víctimas de una ofensa real o percibida?

Sara y Raquel son hermanas. Sara es la mayor y disfruta cuando humilla a Raquel ante otras personas: la familia, sus amigas y las amigas de Raquel; en resumen, todo el mundo. Raquel ha comenzado una amistad especial con Lorenzo y después de varios meses, decide traerlo a la casa para presentárselo a la familia. Lo prepara de antemano para el predecible acoso de Sara.*

Tan pronto se sientan a cenar, Sara comienza a burlarse de Raquel. Luego de quince minutos de esta situación, Raquel levanta la vista del plato y le dice calmadamente a Sara: “¿Podrías venir conmigo a la cocina un momento?” Sara, sin advertir siquiera lo que ha estado haciendo, accede. En la cocina, Raquel, nuevamente con una actitud calmada, le dice a su hermana: “Quiero que sepas que te quiero, Sara, pero si no puedes decir nada positivo sobre mí frente a Lorenzo, él y yo nos vamos a levantar de la mesa e irnos a la sala hasta que nos pidas disculpas”. Sara queda atónita, enojada y dolida, pero no tiene una respuesta. Agitada y murmurando entre dientes que Raquel es “injusta” y “mala”, deja la mesa y se va a su dormitorio con lágrimas que le corren por las mejillas. Raquel regresa a la mesa con los demás.

Vergüenza y culpa

Aunque Raquel es la víctima de las burlas de su hermana mayor, ahora Sara es la que experimenta vergüenza y culpa. El impacto inicial de haber sido “descubierta” coloca a Sara en la defensiva, de manera que

busca desplazar la responsabilidad por sus sentimientos heridos fuera de sí misma (culpa a otra persona y llora), a la vez que se protege de un dolor adicional ocultándose en su habitación (siente vergüenza y se va a su cuarto). David Augsburguer sugiere que el dolor inicial de una injusticia puede aminorarse si la víctima está dispuesta a reducir su sentido de inocencia ultrajada (Augsburger, p. 10). En este momento, Sara no está dispuesta a asumir responsabilidad por su contribución a esta situación. Muchos eruditos en el estudio del perdón concuerdan en que cuando surge un conflicto entre adultos, aunque uno lleve la mayor responsabilidad, el otro adulto también ha contribuido de alguna manera a la situación. Según Augsburguer, obtener justicia y alcanzar el perdón ocurre mejor “por el proceso más maduro de evaluar la culpa y definir la responsabilidad, en vez de recurrir a la táctica anterior de la vergüenza y la culpa” (p. 14).

¿Por qué nos gusta culpar a otros? Augsburguer dice que llegamos a creer que culpar a otra persona reducirá el dolor, o que un “lo siento” de palabras solamente nos libraré del conflicto subyacente, o que dejar las cosas tranquilas de alguna manera nos ayudará a reconciliarnos, o, lo que es peor aun, que chismear con otro nos va a unir nuevamente con la persona. No obstante, ninguna estrategia de negación o escapismo producirá la reconciliación; esto sólo se logra enfrentando la realidad del daño infligido (p. 16).

Es importante distinguir entre la vergüenza y la culpa. La vergüenza, según la define Augsburguer, “es el sentido de rechazo total, confusión extrema, exposición completa, [que se siente] antes de rechazar a los demás”, una sensación de haber sido descubierto que nos motiva a escondernos (p. 14). Es sentir que se nos ha culpado de algo y necesitamos colocar la culpa en otro. La culpa, por otra parte, es una sensación relacionada con una conducta inapropiada o un valor violado. Nos lleva a admitir que hicimos algo equivocado, a confesar y a pedir disculpas (p. 15). El foco de la culpa es la responsabilidad, no buscar a quién acusar. Para que Sara reciba el perdón de Raquel, tanto ella como Raquel deben desplazarse de la culpa a una posición de participación mutua en la ofensa.

Finalmente, Lorenzo le agradece a la familia por la cena y se va. Raquel toca a la puerta del dormitorio de Sara y le pide permiso para entrar. Para

TE PERDONO, PERO...

ese entonces Sara ha tenido tiempo para pensar y aprecia que Raquel tome la iniciativa de comenzar una conversación. Raquel comienza pidiendo disculpas por “haber tenido que hacer las cosas de esta manera”, pero espera que Sara entienda por qué tuvo que confrontarla. Sara, todavía renuente a aceptar su responsabilidad, acusa a Raquel de ser insensible. “¿Cómo hiciste esto frente a Lorenzo?” En vez de entrar en la larga historia de las humillaciones sufridas por causa de Sara, Raquel le pregunta a esta cuándo habría sido el mejor momento para confrontarla. Sara no sabe qué responder y finalmente abraza a su hermana y le pide perdón entre lágrimas. Reconoce que está celosa de Raquel porque es más bonita que ella y consigue los chicos más apuestos. Raquel, por su parte, responde al abrazo de su hermana y confiesa que debería haber confrontado a Sara mucho antes, que nada de esto habría pasado si ella hubiese sido más firme y colocado límites más claros.

En los casos cuando uno es atacado por un extraño sin motivo alguno, parecería claro que la culpa debiera caer únicamente sobre el atacante, aunque se trate de dos adultos. Sin embargo, en los casos donde existe una relación, como hemos visto en el relato de Sara y Raquel, es útil que ambos adultos entiendan lo que cada uno contribuye al conflicto.

La negación

Un derivado de la etapa de la vergüenza y culpa es la negación, y funciona de manera diferente en la víctima y el ofensor. Para la víctima, el impacto de la ofensa puede ser tal que la reacción inicial sea la negación: “A mí no me puede estar pasando esto”. O, “aquí no pasó nada serio”. Es muy importante para la víctima superar la etapa de la negación, porque se requiere un reconocimiento del daño sufrido para poder proseguir a resolverlo.

Cuando Raquel entra al dormitorio de Sara, Sara siente alivio porque su hermana ha decidido romper el hielo, pero todavía niega sus celos hacia Raquel. Cuando Raquel le pide una “fecha” para resolver el problema, Sara advierte que no hay mejor momento que el presente y, finalmente arrepentida, confiesa.

Pero Sara todavía tenía la prerrogativa de negarle a su hermana y a sí misma que su conducta fuera irresponsable. La negación es una capa de

humor que permite al ofensor ocultar su culpa. Este tipo de ocultamiento permite que la culpa, la vergüenza y el enojo supuren día tras día y año tras año, con todos los perjuicios colaterales que esto representa para la mente y el cuerpo.

El enojo

¿Por qué es el enojo un resultado natural de una ofensa real o imaginaria? El enojo es un recurso de autopreservación frente a un peligro real o sentido como tal, y por lo tanto no siempre es algo malo. Frente a un ataque, la ira puede movilizar a la víctima a defenderse a sí misma o a escapar. Se cuenta de una dama de mediana edad que cuando salía del teatro oyó pasos detrás de sí. De inmediato se llenó de temor, pero luego sintió enojo al pensar que alguien pudiese planear asaltarla. Amignoró su marcha y de pronto se dio vuelta y gritó a todo pulmón: “¡Aléjese de mí, *#@; o lo mato!” ¡El presunto asaltante salió huyendo! (McKay, p. 3).

El enojo puede proteger también de abusadores que insisten en traspasar barreras colocadas por uno. Este tipo de enojo positivo puede manifestarse en la manera firme de aclararle a su jefe o a su cónyuge hasta dónde puede llegar. Esta fue la estrategia utilizada por Raquel para confrontar a Sara. Pero la violación de barreras en el caso del abuso de un niño por parte del padre es algo más complicado y devastador, porque la distribución de poder es muy desigual y la capacidad del niño para “defenderse” con un enojo apropiado está limitada por su inmadurez e inocencia. La recuperación requerirá que en algún momento la víctima haga valer su enojo legítimo de manera que supere el dolor y la humillación.

Cecilia fue criada en un hogar donde el alcoholismo había destruido la vida de tres generaciones. En su infancia fue violada por dos tíos, y como consecuencia tuvo dos abortos. Como adolescente, fue violada dos veces por el mismo hombre. Había pasado toda su vida intentando ahogar su confusión y dolor en el alcohol y las drogas. Para Cecilia, el enojo la había condenado a la autodestrucción.

La noche de su graduación tomó dos tipos de drogas, un estimulante y un tranquilizante, y esto provocó un paro cardíaco. En el hospital, los

TE PERDONO, *PERO...*

doctores esperaban que muriera de un ataque fulminante. Todos emitieron el mismo diagnóstico, excepto un médico que venía a visitarla cada media hora para asegurarle que se mejoraría. Finalmente sobrevivió, pero cuando regresó al hospital para agradecerle al amable doctor, le dijeron que no había tal médico en ese hospital. Hasta el día de hoy, Cecilia cree que fue un ángel en la forma de un médico quien la sostuvo en el cruce por el valle de sombra de muerte. Cecilia conoció a Cristo y su vida fue transformada. Hoy es una mujer casada y feliz.

Aunque en el caso de Cecilia los resultados fueron excelentes, la pregunta persiste: ¿Por qué un niño que ha sido abusado desea autodestruirse? Este fenómeno se entiende fácilmente cuando aceptamos que toda persona necesita amar. La luz de amor que Dios nos ha dado que hace que el niño abrace apasionadamente a su madre es la energía que cada uno de nosotros llevamos dentro y que nos permite vivir en comunión unos con otros. Cuando ese impulso natural se topa con un obstáculo (como sucede cuando hay abuso), la persona se enfada y ese enfado se torna en lo que Eli Siegel denomina “desprecio”. La persona no desprecia únicamente al abusador, sino que se desprecia a sí misma por odiar al abusador. Los humanos somos por naturaleza animales sociales con una profunda necesidad de estar en un contacto saludable con los demás. Cuando se nos niegan el amor y la comunión, nos enfermamos. Cuando el Creador dijo: “No es bueno que el hombre esté solo” (Gén. 2:18), estaba declarando un hecho espiritual, físico y psicológico respecto de nosotros.

¿Está mal que nos enojemos por una injusticia? La Biblia nos asegura que “podemos” enojarnos. Sin embargo, se nos dice que no debemos acostarnos con enojo. “Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo” (Efe. 4:26; ver Sal. 4:4). El Salmo 30:5 nos recuerda que incluso Dios puede enojarse, pero él merece nuestra alabanza: “Porque un momento será su ira, pero su favor dura toda la vida”.

El enojo que puede hacernos el mayor daño es el que cultivamos y acariciamos a largo plazo, aunque sea justificado. ¿Qué hubiera sucedido si Raquel no se hubiese enfrentado a su hermana y más bien le hubiese guardado rencor durante toda la vida? ¿Habría resuelto el problema de las

críticas? ¿Habría ayudado a Sara a convertirse en una mejor hermana? De hecho, es mucho más factible que Sara olvidara su costumbre de criticar a su hermana, mientras que Raquel continuara apuntando cada ofensa recibida en su registro de “inquinias”, lo que la haría cada vez más miserable. El perdón permite que la víctima supere los efectos potencialmente dañinos del enojo almacenado en la forma de rencores y resentimientos.

Creando el resentimiento

Luego de que la víctima supera la etapa de la negación, comienza a crear el recuento de lo sucedido a través de los lentes del enojo. Este recuento inspirado por el resentimiento es lo que mantiene vivo el enojo. Debbie Cuevas Morris, quien junto a su novio Mark Brewster fue asaltada violentamente por tres jóvenes, uno de los cuales se hizo famoso por la película *Dead Man Walking* (Abran paso a hombre muerto) cuenta cómo comenzó a dar forma a su recuento de resentimiento con una serie de “porqués” dirigidos a Dios, no sólo respecto de su horrible vivencia, sino respecto a toda su vida en general: el alcoholismo de su padre, los dos divorcios, la irresponsabilidad de su madre. “Mientras más preguntas me hacía, más víctima me sentía, más abandonada por Dios, y cada vez más enojada” (Morris, p. 107). Cuando se enteró que una monja, la Hna. Helen Prejean, era la consejera espiritual de su atacante, nuevamente se sintió traicionada, esta vez por el sistema de justicia.

En cierto sentido, el relato de lo sucedido es algo positivo para la víctima si esta puede situarse más allá del daño causado por la ofensa. El recuento contiene lo que sucedió: los hechos y los sentimientos de la víctima. Pero contar un relato y albergar un resentimiento son dos cosas diferentes. Un resentimiento es un relato atorado. Se lo cuenta de la misma manera vez tras vez, y la persona que lo cuenta siempre es la víctima. No hay información nueva sobre los hechos o el ofensor, no hay empatía; siempre son los mismos argumentos, los mismos jugadores y la misma justificación para aferrarse al resentimiento. Se ha dicho que negarse a perdonar y albergar resentimientos es como tomarse un veneno y esperar que muera la persona que nos ha ofendido. Un resentimiento es un veneno capaz de destruir literalmente a la persona.

Confrontación

Para superar el resentimiento, la próxima decisión que debe tomarse es si confrontar o no al ofensor. Para la víctima, esto requiere recordar cuidadosamente los hechos de manera que los detalles sean tan claros y precisos como sea posible. Recordar los hechos y las emociones facilitará, aunque sin garantías, que el ofensor reconozca su culpa.

Esta etapa requiere mucha consideración y oración, porque no puede enfrentarse por razones equivocadas ni de la manera equivocada. Como veremos más adelante, la confrontación debe tener una intención redentora y no debe ser meramente un desahogo. También debe efectuarse calmadamente y con emociones controladas; de otra manera, el ofensor no se sentirá “animado” a admitir sus errores. Raquel escogió cuidadosamente el momento y el lugar para confrontar a su hermana con calma pero con firmeza. Esta confrontación bien pensada le ofreció a la ofensora la oportunidad de una salida elegante. Aunque se señaló el perjuicio, se abrió una puerta al perdón. ¿No es así como Dios nos trata a nosotros?

Cathy Brammer aprendió que la confrontación puede venir en muchas formas (Brammer, pp. 84-87). Su esposo Gene, con quien tenía 29 años de casada, la había abandonado por otra mujer, y Cathy no podía aceptar que —después de haberle dado tanto durante tantos años— él pudiese traicionarla. Se torturaba pensando en todas aquellas vacaciones que habían planeado con sus amigos y sus planes de envejecer juntos en la casa de sus sueños. Ahora había quedado totalmente sola.

El día de los enamorados, cuando se encontraba especialmente deprimida, caminó por casualidad frente a uno de sus librerías y notó un libro de Charles M. Sheldon, *In His Steps* (En sus huellas), en el que el pastor Sheldon desafiaba a su congregación a pensar en términos de “¿Qué haría Jesús?”. Ella había leído este lema en pulseras y camisetas, y de pronto se le ocurrió que la respuesta a esta pregunta en su situación particular era “amar”.

Pero, ¿cómo amar a un hombre que le había dado la espalda con tanta crueldad? Pronto se enteraría. Pocos meses después de leer este libro y hacer suyo el lema, sonó el teléfono. Era Gene, lo habían ingresado al hospital con problemas del corazón. La primera reacción de Cathy fue vengativa: ¡Que “ella” lo cuide! Pero luego de pensar en qué haría Jesús,

decidió visitarlo en el hospital.

Para cuando entró a su habitación, Gene se había enterado de que su situación no era tan grave como se había pensado inicialmente, y se sorprendió de ver a Cathy. Pero se sintió agradecido por su presencia y confesó que se había dado un tremendo susto. Lo dijo como si ella fuese la única que lo pudiera comprender plenamente. Aunque nunca vivieran juntos nuevamente, Cathy se sintió agradecida porque había podido “confrontar” a su ofensor y mostrarle bondad. Si él hubiese muerto, ella habría quedado con una carga de culpa durante el resto de su vida.

Aunque la confrontación física no sea posible debido a la muerte del ofensor o por los peligros físicos que esto represente para la víctima, esta última puede “confrontarla” de diversas maneras, incluso aprendiendo más sobre el ofensor y permitiéndose sentir empatía de manera que esto lleve al perdón. Por ejemplo, cuando su atacante estaba a punto de ser ejecutado y se publicó en todos los periódicos que la Hna. Prejean lo estaba aconsejando espiritualmente, Debbie Morris había llegado al punto de sentir alivio al saber que el agresor —que había jurado matarla si salía de la cárcel— había tenido la oportunidad de hacer las paces con Dios. Esa noche, por medio de su empatía, ella mentalmente “confrontó” a Robert Willie y lo perdonó.

Arrepentimiento y confesión

Ni Sara ni Raquel estaban totalmente al tanto de su propia necesidad de arrepentimiento hasta que ocurrió la confrontación. El arrepentimiento se relaciona con el reconocimiento de un error cometido. La confesión es la expresión verbal de tal reconocimiento a la persona ofendida. El orden en que ocurren no es tan importante como el hecho de que debieran ocurrir.

¿Qué fue lo que produjo en Sara el deseo de arrepentirse? ¿Fue la seguridad de la cocina y su dormitorio, aparte del escrutinio público? ¿Fue el acercamiento calmado y racional de Raquel? ¿Estaría cansada de albergar rencores, de sentirse enojada contra su hermana más joven y bonita que ella? Afortunadamente para aquellos que desean perdonar, hay un límite de tolerancia al pecado en la mayoría de los seres humanos, un lí-

TE PERDONO, *PERO...*

mite que tarde o temprano nos trae a la mesa con nuestra culpa y una confesión. Ese límite está conectado al amor, y a pesar de todos los sermones sobre el fuego y el azufre del castigo divino que escuchamos cuando crecíamos, el amor es tan poderoso como el odio en la psique humana. Por muy horrendo que haya sido el pecado cometido contra nosotros, todavía somos capaces de perdonar porque todavía somos capaces de amar.

Al definir el perdón, encontrará que la confrontación, en la forma que sea, no siempre produce una confesión o arrepentimiento. No obstante, todavía se puede perdonar, y si lo hace, usted —el/la ofendido/a— es la persona que recibirá la mayor bendición.

PARA ESTUDIAR

Capítulo 1: La anatomía de una ofensa

1) Piense en las maneras en que una ofensa es similar a la ocasión en que usted hizo algo que el matón de la escuela o una persona que usted respetaba, no aprobaba.

- a) ¿Por qué se sintió avergonzado?
- b) ¿A quién culpó y por qué?
- c) ¿Por qué se sintió enojado? ¿Hacia quién se dirigía su enojo?
- d) ¿A quién quiso “confrontar” sobre este asunto? ¿A quién se lo informó (si hizo tal cosa), y por qué?
- e) ¿Hubo algún tipo de arrepentimiento o confesión? ¿Por qué?

2) Recuerde a una persona que recientemente lo haya ofendido profundamente.

- a) ¿Cómo lo hizo sentir su insulto, traición o crítica, etc.?
- b) ¿Qué se le ocurrió hacer inmediatamente para “resolver” esta ofensa? (¡Sea honesto!)
- c) Si usted entró en algún tipo de negación, ¿recuerda por qué? ¿Qué creyó lograr por medio de la negación?
- d) ¿Cómo trató con la vergüenza producida por esta ofensa? ¿Qué acerca de la culpa o el enojo?

LA ANATOMÍA DE UNA OFENSA

e) Si pudiese volver atrás, ¿qué enfoques habría empleado para “confrontar” al ofensor?

f) Si todavía guarda sentimientos de dolor o resentimiento hacia esta persona, ¿qué estrategias emplearía para iniciar el proceso sanador del perdón? ¿Emplearía la oración?

3) ¿Qué en cuanto a la confrontación solo o con testigos que estén de su parte? ¿Usaría el perdón “puro”? Explique. (Quizá tenga que leer un poco más de este libro antes de responder a esta pregunta.)

4) Recuerde un resentimiento que haya albergado y qué preguntas específicas sobre el “porqué” se hizo para justificarlo. Entonces intente recordar los pasos que siguió para librarse del resentimiento. Escríbalos. ¿Lo ayudaron a librarse totalmente de sus sentimientos? ¿O meramente pospusieron o enterraron sentimientos que perduran hasta hoy?

5) ¿Ha confrontado alguna vez a un ofensor diciéndole lo que hizo en vez de decirle cómo le hizo sentir lo que hizo? ¿Obtuvo los resultados deseados... una disculpa? ¿Por qué?

***A lo largo del libro, muchos de los nombres han sido cambiados para proteger la identidad de las personas.**