

Documento

# Los caminos del perdón

Walter Riso

Primera edición: Junio de 2013

ISBN: 978-958-57970-3-1

Reservados todos los derechos.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares.

© Walter Riso, 2013

© Phronesis SAS, 2013

<http://www.phronesisvirtual.com>

[info@phronesisvirtual.com](mailto:info@phronesisvirtual.com)

## Contenido

Acerca del perdón .....	4
Tres caras de la indiferencia .....	4
La emoción del odio .....	6
Qué no es perdonar .....	8
Qué es perdonar .....	10
Las condiciones del perdón.....	11
Los caminos del perdón .....	13
El camino del amor .....	13
El camino de la compasión .....	14
El camino de la comprensión.....	14
El camino del desgaste.....	15
El camino de la comparación.....	16

## **Acerca del perdón**

El tema del perdón es arduo y complejo, sin embargo, me parece conveniente acercarnos al tema, no sólo por la importancia que cobra el perdón en las condiciones de vida actuales, sino por las implicaciones terapéuticas del mismo en problemas en los que la ira, el rencor y el odio son determinantes, como por ejemplo: abuso sexual, maltrato psicológico, violencia intrafamiliar y psicopatía.

Preguntas difíciles de responder: ¿Cómo es posible que algunas personas que han sido violentadas en su fuero íntimo de la manera más brutal e ignominiosa puedan dejar a un lado el *yo* maltratado y saltar por encima del más profundo resentimiento (yo agregaría justificado) para llegar al tranquilo valle del perdón y redimir al agresor y liberarse a sí mismos? ¿Es posible alcanzar esta conversión del afecto negativo que compromete tanto al ofendido como al ofensor? ¿Existe algún proceso mental de preparación para que el perdón haga su aparición o, en realidad se trata, tal como sostienen algunos filósofos, de un acto gratuito y espontáneo? ¿Se trata de un fenómeno determinado por el amor o por la cognición? ¿Puedo perdonar con sólo proponérmelo?

Antes de explicar lo que es el perdón y cómo acceder a él, se hace importante señalar dos obstáculos que impiden muchas veces llevar a cabo el acto de perdonar: la indiferencia y el odio intenso. Veamos cada uno en detalle.

## **Tres caras de la indiferencia**

Cuando se dice que "matamos" a alguien con la indiferencia, no es tan simbólica la afirmación. El asesinato afectivo es un hecho cotidiano. Ignorar la naturaleza humana del otro es rebajar su condición moral y jurídica, es desconocerlo como un interlocutor válido y como sujeto. Si te considero prescindible, te hago a un lado, dejo constancia de mi desinterés, de mi apatía psicológica, del rechazo a tu presencia. Lo que se opone al amor no es el odio,

sino la pura y simple indiferencia. Si te digo que eres un idiota, al menos te estoy reconociendo como ser humano, así la motivación sea odiarte y desestimar tus logros y virtudes, pero si no te dirijo la palabra, te aplico la ley del hielo o te ubico por debajo de mis umbrales perceptivos, te excluyo del universo. Despareces para mí, y punto.

Pienso que el “estilo indiferente” puede tomar al menos tres formas, según cómo nos ubiquemos respecto de los demás. Aunque estas maneras de “vincularse” se entremezclan en la práctica, las separaré para fines didácticos.

Un primer modo consiste en **menospreciar al otro**. Es la política del narcisista, del ególatra, del que se considera especial y único, y ha hecho de su ego un santuario. La gente está para servirle o alabarlo. Tiene un valor, pero es siempre menor que el propio. El menosprecio reconoce al prójimo como un súbdito o un admirador, un mal necesario para alimentar la vanidad. Su existencia se justifica en la medida en que acrecienta la autoimagen de un yo cada vez más acaparador. Aceptar la superioridad del narciso hace que este te mantenga en sus huestes, pero si muestras cualquier esbozo de democracia, te echará rápidamente porque jamás compartirá el poder. Lo que piensan y sienten las demás personas carece de importancia, si no contribuye a la supuesta grandeza.

El segundo modo profundiza y hace más agresiva la lejanía. Es el estilo del sujeto **antisocial y violento**, de los sociópatas, de los “fríos de corazón”, de los que creen que están por encima de la cadena evolutiva y pueden aplastar a los de abajo sin culpa para sobrevivir. Para ellos, el mundo les pertenece a los más fuertes, así que los débiles solamente cumplen una función “alimentaria” para los depredadores más grandes. Dicho de otra forma: el otro está cosificado. Si en el modo narcisista la dinámica era el menosprecio, aquí es el *desprecio*: eres un “objeto” del que hay que aprovecharse sin miramientos. No hay moral ni ética, porque el ser humano desaparece. Y no es necesario buscar los psicópatas en algún archivo policial de asesinos en serie, ellos también andan a nuestro alrededor funcionando soterradamente; basta observar detenidamente para descubrirlos.

El tercer estilo se ubica en la **indiferencia pura**: ni menosprecio ni desprecio, lisa y llanamente, la no existencia ajena. Hay desvinculación total y de cuajo. No te veo ni te siento, estás en otra dimensión. Insisto: no se trata de desinterés, sino del destierro ontológico del otro. El ser se pierde, la humanidad se pulveriza. Los esquizoides y los ermitaños son expertos en hacer invisibles al prójimo. Se apertrechan en su territorio, llevan la autonomía al límite y declaran una autosuficiencia emocional radical.

Las tres formas reseñadas de “ruptura interpersonal” no agotan el tema. En realidad la indiferencia es un monstruo de más cabezas. Se cuela en la vida cotidiana, en los gobiernos, en la ciencia, los negocios y en todas las relaciones humanas, no importa la edad ni la clase social. Es una epidemia silenciosa que no parece tener cura. La indiferencia es lo que se opone a la ética y especialmente al altruismo y la solidaridad (perdón incluido), clave de la convivencia saludable. Por eso, los Derechos Humanos no solamente son un problema político, también son una cuestión psicológica. Vale la pena tenerlo en cuenta: indiferencia y vida, son incompatibles.

## **La emoción del odio**

Odiar no genera felicidad, aunque algunos se regodeen en la aversión al otro. Odiar es desearle el mal a alguien con alevosía y premeditación, es desear la destrucción de algún ser vivo y la esperanza de que el desenlace funesto ocurra. Cuando digo que el odio no es un placer a ultranza, me refiero a que el proceso de aborrecimiento conlleva sentimientos negativos que terminan lastimando a quien lo conserva y cultiva. Detestar, abominar y no aguantarse al prójimo afecta el propio organismo y enferma, porque el odio arrasa con todo a su paso. No obstante, esta enemistad visceral hacia una persona o un grupo determinado, puede convertirse en una vigorosa fuente de motivación negativa. Por ejemplo, la venganza es la satisfacción de tomar represalias o buscar compensación de un agravio recibido (por eso dicen que la venganza se sirve en bandeja de plata), pero lo que la mueve, además de la retaliación, es la

irritación y la amargura. Placer del “ojo por ojo”. Venganza y odio: dos caras de la misma moneda.

Algunas de las causas que explican el acto de odiar son los prejuicios y los estereotipos sociales; la incompatibilidad en la manera de pensar, sentir y actuar; la envidia; las viejas rencillas familiares, en fin, los caminos que conducen a la antipatía son innumerables. Inclusive, he visto casos de “odio a primera vista”, una curiosa forma de rechazo químico que no tiene más explicación que la naturaleza obrando misteriosa y subrepticamente.

Odiar es una emoción negativa que mata psicológicamente al otro, lo excluye, lo convierte en desechable, lo cosifica. El odio estremece, multiplica la ira y hace explosión sin consideración.

Las desventajas de sentir odio son muchas, por eso, la gente que logra hacerlo a un lado y controlarlo obtiene, al menos, los siguientes beneficios:

- Sentirse moralmente bien. A no ser que seamos unos desalmados radicales, odiar casi siempre hace que sintamos cierto malestar inconsciente, ya que estamos rompiendo las reglas básicas de la convivencia pacífica y la supervivencia de la especie. Es probable que cuando se nos pasa la cólera nos embargue el remordimiento, insisto, si no somos psicópatas consumados.
- No hacerse mala sangre. Maldecir, insultar, denigrar, producen una retroalimentación insalubre sobre nuestra propia mente creando un esquema negativo del mundo y los demás. De tanto odiar, uno termina por creerse el cuento hasta desarrollar una visión resentida generalizada donde nadie se salva.
- Descanso, liberación, hacer la carga a un lado. El odio es un peso que aplasta el alma, una forma de castigo autoimpuesto. ¿Cuál es la clave?: **el perdón**. Borrar la inquina de un plumazo, limpiar de virus el sistema.

**Gracias por descargar esta muestra de nuestra publicación.**

Para acceder al contenido completo por favor visita nuestra web en:

[www.phronesisvirtual.com](http://www.phronesisvirtual.com)