

DOCUMENTO

Por:

WALTER  
RISO

LOS  
CAMINOS  
DEL  
PERDÓN



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](#)

[Tres caras de la indiferencia](#)

[La emoción del odio](#)

[Qué no es perdonar](#)

[Qué es perdonar](#)

[Las condiciones del perdón](#)

[Los caminos del perdón](#)

[El camino del amor](#)

[El camino de la compasión](#)

[El camino de la comprensión](#)

[El camino del desgaste](#)

[El camino de la comparación](#)

## **Acercas 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. Desapareces 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.

El odio es una bomba de tiempo que se instala en el cerebro y que ciega nuestras decisiones. Su carácter obsesivo e inquisitivo impide cualquier tipo de convivencia pacífica. ¿Cómo tomar decisiones sabias, si el rencor me ciega, si la rabia me induce a la destrucción de lo que me rodea?

No digo que no se puedan tener a veces brotes de ira y “odiecitos”, pero lo importante es que podamos apagar el incendio, que ofrezcamos resistencia, que logremos modularlo o excluirlo de raíz. Algunos, para salirse de esta saña devoradora, apelan al pragmatismo y el autocuidado. La premisa es como sigue: “No me sirve odiar, me destruye, me quita espacio y hace que la memoria mantenga emocionalmente vivos a mis enemigos”. Quizás no sea la actitud del buen samaritano, pero librarse del odio pensando en uno, más que en el otro, es un recurso que funciona. El otro, como ya señalé, es el perdón radical: un regalo que tiene dos caras. Te quito la culpa y me quito la rabia. Sobre todo esto último. Un autorregalo: me quito la carga y desgaste de no quererte y desearte el mal.

## Qué no es perdonar

La respuesta a estos interrogantes se facilita más si partimos de la negativa, es decir: ¿qué *no* es perdonar? Siguiendo a los filósofos Comte-Sponville y Jankélévich, podemos definir los siguientes “no”:

1. Perdonar *no es absolver*. No implica borrar la falta como por arte de magia o hacerla a un lado como si nada hubiera pasado. El hecho queda registrado en la historia y, por tal razón, el pasado siempre está vivo de alguna manera en la memoria. La absolución total y radical sólo existe en la ilusión de lo sobrenatural, en la visión teológica y religiosa: “Yo te absuelvo”. ¿Quién tiene el poder de desvanecer la falta?
2. Como consecuencia de lo anterior, perdonar *no es olvidar*. El perdón no es amnesia, entre otras cosas, porque no sería adaptativo borrar al infractor de nuestra base de datos y quedar por ingenuidad en riesgo de un nuevo ataque. ¿Debe el niño olvidar el rostro del abusador que persiste en su afán destructivo? ¿Cómo olvidar al explotador y evitar que vuelva a estafarme? Un punto adicional: si dejáramos de recordar, ¿qué pasaría con las víctimas? ¿Deberíamos desterrar Auschwitz o Bosnia-Herzegovina de nuestros recuerdos e irrespetar la memoria de los inmolados? Ninguna víctima merece la indiferencia. El silencio en estos casos resulta ser cómplice y un detractor de la conciencia moral necesaria para fijar una posición frente al problema.

3. Perdonar *no es otorgar clemencia*, porque no ejercemos la función de jueces, al menos en la vida normal de relación. No somos quienes para decidir el tipo de castigo o su intensidad. Se puede odiar sin agredir y se puede castigar sin odiar, como hacen muchos educadores. Además, la clemencia puede llevar implícita cierta arrogancia, en tanto implica ponerse por encima del culpable. En realidad, todo el proceso que lleva al perdón debe quedar limpio de superioridad respecto del que solicita el perdón. Si crees que tienes el don de ser clemente y decidir sobre las sanciones de este mundo, necesitas urgente ayuda profesional
4. Perdonar *no es sentir compasión*. La compasión te solidariza con el dolor de la víctima, es una “virtud afectiva”, se trata de sensibilidad, de solidaridad emocional o de contagio, ya que el dolor ajeno nos toca o se refleja a través nuestro. La compasión es un sentimiento democrático, ya que la identificación del sufrimiento es más intensa cuando se realiza entre iguales. Es difícil imaginar el dolor de un famoso astro de Hollywood porque se le dañó el motor del yate o porque se quemó el tapete persa de doscientos mil dólares. Compasión: compartir el dolor. Quizás ayude a facilitar el proceso del perdón, pero no basta para definirlo.
5. Perdonar *no es renunciar a la justicia*. Recuerdo el caso de una señora que descubrió que su marido intentaba estafarla en un negocio sucio. Después de meditar varias semanas, me dijo: “Lo he pensado bien y he tomado una decisión: lo perdono, pero me voy a separar”. El acto de perdonar no entraña que debamos renunciar a defender nuestros derechos o dejar de luchar por lo que creemos, más bien se trata de no entrar en el juego del odio. Me pregunto, por ejemplo, si la labor de Simon Wiesenthal (un judío sobreviviente de los campos de concentración nazi) de identificar y capturar criminales de guerra pertenecientes a la SS estaba motivada más por el odio que por la justicia. Aparentemente no, porque el odio lo hubiera matado mucho antes de dar con el primer homicida. Me pregunto también si lo que mueve a las perseverantes madres de la Plaza de Mayo, estemos o no de acuerdo con ellas, es el odio por los golpistas o la necesidad razonada, imperiosa y vital de recuperar a los suyos: ¿justicia o venganza? La primera, con seguridad. Dicho de otra forma: *no odiar no es dejar de combatir, sino enfrentar la situación de manera serena*. ¿Puedo pelear o defenderme de mis enemigos sin odiarlos? Pienso que sí. De eso se trata el perdón. No es abdicar a la justicia sino ejercerla sin rencor, sin ira, sin aberraciones violentas: “Perdono, pero exijo justicia”, no por rencor, sino por principio. Cuando el Papa fue hasta la cárcel para encontrarse con el individuo que había intentado asesinarlo y le manifestó su perdón, nunca trató de eximirlo de su sentencia. Una joven mujer, profundamente enamorada de un hombre infiel, me preguntó en cierta ocasión: “Yo lo amo, ¿debo perdonarlo?”. Mi

respuesta fue la siguiente, y en ella me mantengo: “El amor no justifica la violación de su dignidad personal. Él le ha sido infiel en varias ocasiones comprobadas. Pregúntese si eso es negociable para usted, o no. Si lo es, *perdónelo* y continúe en la relación. Si no lo es, *perdónelo* y déjelo para siempre”.

## Qué es perdonar

Perdonar es no odiar, es extinguir el rencor y los deseos de venganza. Es negarse a que el resentimiento siga echando raíces. El psiquiatra cognitivo Aaron Beck ubica el odio como un sentimiento más intenso y profundo que la ira. Yo agregaría, más personalizado. El odio es una aversión esencial por el otro acompañada por unos fuertes e incontenibles deseos de destruir a la persona. El otro es visto como un enemigo peligroso, maligno y cruel. Aunque parezca absurdo, también se pueden odiar cosas inanimadas, como el caso del rey llamado Cirio que decidió secar un río porque su caballo se había ahogado en él. Así que dejó a un lado los planes de expandir su imperio e hizo que su ejército se dedicara a la tarea de construir ochenta canales para vaciar el río y “castigarlo” por su insolencia.

## Las condiciones del perdón

La mayoría de los autores coinciden en que el perdón requiere de ciertas condiciones:

- Solamente la persona ofendida es quien tiene el derecho a perdonar. Ese es el privilegio de la víctima. El perdón es algo *personal*, en él sólo intervienen los involucrados directos. No puedo perdonar a Hitler a la distancia, como un observador ajeno al dolor del holocausto y sin ser un judío damnificado directamente. Sólo el torturado puede perdonar al torturador, sólo el inmolado puede perdonar a sus verdugos. ¿Habría mayor presunción en quien cree tener el poder de perdonar a los asesinos de otro?
- El perdón requiere tiempo. El perdón fácil es sospechoso. Jankélévich afirma:  

“Este apremio de confraternizar con los verdugos, esta reconciliación apresurada constituye una grave indecencia y un insulto para las víctimas” (pág. 211).
- ¿Cuánto dura el proceso de perdonar? Nadie sabe. Pero sí sabemos que no es inmediato. Hay que sopesar muchas cosas, hay que pensar razones y darle

razones al corazón para que decida.

- El perdón sólo se justifica si existe rencor u odio. Sin tales emociones negativas, el perdón sobra o no tiene sentido.
- ¿Debe arrepentirse el ofensor para que haya perdón? No creo. El arrepentimiento facilita el perdón, sin lugar a dudas, pero no es una condición necesaria y suficiente. Condicionar el perdón al arrepentimiento es asumir una estructura autoritaria del perdón, es la filosofía del *tener* más que del *ser*. Fromm sostenía que, tradicionalmente, el pecado ha sido relacionado con la desobediencia y su expiación o perdón son el castigo. Sin embargo, desde una perspectiva más humanista, el único y fundamental “pecado” es el egocentrismo. Dicho de otra forma: el pecado universal es todo aquello que afecte el bienestar humano. En sus palabras:

“En resumen, en el modo del tener, y por ello en una estructura autoritaria, el pecado es desobediente, y se supera con el arrepentimiento, luego el castigo y posteriormente una sumisión renovada. En el modo del ser, en la estructura no autoritaria, el pecado es un alejamiento sin solución, pero se supera con el pleno desarrollo de la razón y el amor y con la unión”.

- El error se disculpa, la maldad se perdona. “Se disculpa al ignorante, pero se perdona al malvado”, dice Jankélévich. Si no hay intención, sólo hay traspie. “Discúlpame” significa: “quítame la culpa”. “Te disculpo”, quiere decir: “Te entiendo, hay atenuantes, hay excusas justificables, no fue tu intención”. ¿Pero qué ocurre si hay “mala voluntad”, si ex profeso alguien me hace daño? ¿Cabe la disculpa o se necesita pasar a otro nivel? “Si me hiciste daño a propósito, sólo queda el perdón”. ¿Tenemos la obligación moral de perdonar? No creo; más que un deber es un deseo, es el fuero interno el que decide. El perdón, entonces, supone la existencia de una actitud malvada de parte del infractor, es decir, mal intencionada. El filósofo Derrida afirma que el perdón es para lo “imperdonable”, para lo inconcebible, para el pecado mortal y no el venial. El perdón es para las atrocidades, para lo innombrable. No necesito el perdón para procesar la llegada tarde de un amigo, pero sí para hacerle frente a su traición y deslealtad, ya sea que me interese mantener su amistad o no.

## Los caminos del perdón

Mi defensa del perdón obedece más a razones psicológicas que espirituales o religiosas. Desde un punto de vista cognitivo, no sólo es un regalo que le hago al infractor, lo cual puede llegar a ser importante desde una perspectiva humanista, sino es un regalo que me hago a mí mismo, en tanto dejo de sufrir. Perdonar es aliviar la carga que me causa el rencor, es dejar mi corazón libre para que vuelva nuevamente a creer y/o amar, es volver al cauce natural. Parecería que no existe sólo un camino que conduzca al perdón. En mi práctica profesional he llegado a identificar cinco procesos básicos, los cuales muchas veces se entremezclan de manera compleja y producen un único fenómeno indiferenciado. Con fines didácticos, los presentaré por separado.

### **El camino del amor**

El amor *agápico*, desinteresado, no requiere del perdón para subsanar las heridas psicológicas, porque no alberga rencor. ¿Qué no le perdonarías a un hijo? Más bien, con ellos ocurre al revés: el esfuerzo se concentra en no quitarles el castigo antes de tiempo, en ejecutar la norma porque la sanción nos duele más a nosotros. El amor es el antídoto principal contra el rencor y el odio. Sin embargo, cabe la pregunta: ¿es posible amar al enemigo? He visto casos en que pese a lo terrible de la afrenta, el amor obra como una mampara antirrencor: nada que procesar, nada que analizar, sólo el amor que incluye el perdón; dolor sin rencor. ¿Cómo desearle el mal a un hijo que nos roba? ¿Cómo buscar venganza hacia la persona amada? Por desgracia no podemos producir amor a voluntad, ni en la terapia ni en ningún lado. Recuerdo el caso de una mujer de casi setenta años que vivía con un hijo adicto a la cocaína que la maltrataba y le quitaba a la fuerza el poco dinero que tenía. Pese a los intentos míos y de una colega, no pudimos hacer que ella lo enfrentara y defendiera sus derechos. No había límites, no existía rabia ni indignación en ella, sólo dolor por verlo sufrir. El autosacrificio era tal que en una cita me dijo: “Vea, doctor, ya no pierda el tiempo conmigo... Mi depresión va a seguir de todas maneras... Si usted espera que enfrente a mi hijo, lo eche a la calle o lo denuncie, el loco es usted. Si pudiera dar la vida por él lo haría... Yo no necesito perdonarlo, ya está perdonado de antemano...”. El amor tiene el don de brindar un perdón anticipado y generalizado. Nunca volví a ver a mi paciente, y aunque la teoría me indicaba que la asertividad era la mejor opción, nunca supe si alabar su conducta o censurarla.

### **El camino de la compasión**

Ya dije que compartir el dolor no es perdonar, pero he tratado casos en que de tanto ver sufrir al ofensor, el perdón empieza a gestarse en la víctima. Recuerdo el caso de una mujer joven de quien su padre había abusado durante su infancia. Se había ido de la casa desde hacía siete años y no había vuelto a tener contacto con él. Sin embargo, las cosas cambiaron cuando el hombre se enfermó de un cáncer linfático. Al principio, debido a la presión de la familia, lo fue a visitar de mala gana, pero con el transcurrir de los días, al ver su sufrimiento, comenzó a sentir pesar por el hombre. Poco a poco, la indiferencia se

convirtió en compasión y la compasión le fue ablandando el corazón. En sus palabras: “No sé qué decir... Siempre lo había odiado por lo que me hizo, pero cuando lo vi sufrir tanto... No sé, algo me pasó... Nunca hablamos del pasado, yo... ¡sentía tanto pesar por él! No era amor, sino lástima... Unos minutos antes de morir cruzamos una mirada y todo quedó claro para nosotros, fue como una exhalación... El odio desapareció... No hubo contacto físico, ni despedida, sólo esa mirada especial... Se fue en paz y yo quedé en paz... No sé qué ocurrió, pero le doy gracias a Dios...”.

La compasión es una virtud afectiva donde las razones sobran. Cuando se manifiesta, el dolor del otro puede transformarse a sí mismo en perdón.

### **El camino de la comprensión**

Es el preferido de los psicólogos clínicos, sin embargo, hay muchas dudas al respecto. ¿Perdonar es comprender? No necesariamente. Puedo concebir por qué un violador acaba con un niño, explicar su conducta científicamente, argüir razones y atenuantes de todo tipo, y aun así sentir odio por el hombre. Explicar un comportamiento no es justificarlo. Uno no perdona a fuerza de excusar, pero puede ocurrir que el damnificado, de tanto ponerse en el lugar del acusado, termine por identificarse mentalmente con él. La comprensión puede preparar el camino para que el corazón dé el vuelco, pero no más. Aprestamiento para dar el salto. Jakélévich afirmaba que, además del conocimiento, se necesita un impulso agregado, una energía suplementaria, para que el perdón tenga lugar. Aun así, de tanto machacar, de tanto ir y venir por los recuerdos, de tanto intentar explicar lo inexplicable, de tanto ponerse en los zapatos del otro, hay ocasiones en que el perdón asoma como una bendición, más o menos “comprensible”.

### **El camino del desgaste**

En los tres puntos anteriores, el proceso estaba centrado en el otro: amar, compadecer o comprender al infractor. En este caso, el camino es más autorreferencial. Hay ocasiones en que el desgaste que genera el rencor es tal, que la persona decide perdonar como un acto de supervivencia: “Me cansé de odiar”. No hay amor, ni compasión, ni comprensión, sólo cansancio esencial que se revierte sobre sí mismo: *odiar el odio*. Es una decisión de la mente dirigida por el organismo. El odio cansa, enferma e incluso puede enloquecer a quien lo padece. He conocido gente que llevaba más de veinte años planeando una venganza, y no estaba presa.

En el camino del desgaste, el perdón actúa como mecanismo de defensa, un recurso del *yo* sin importar tanto el *tú*: un autorregalo, “Lo hago por mí”, “Te perdono porque quiero seguir viviendo”. ¿Nunca has sentido una aversión especial por alguien que ni siquiera sospecha lo que sientes? En realidad, el perdón como procesamiento de la información del rencor no requiere de nadie más que de la víctima que lo padece, sea este justificado o no. Incluso en ocasiones el perdón está dirigido a una persona muerta o ausente, así que no hay retroalimentación de ningún tipo. Con o sin arrepentimiento, con

o sin requerimiento del trasgresor, el perdón siempre es un proceso personal.

### **El camino de la comparación**

Es una forma de identificación por lo bajo. “El que esté libre de pecado que tire la primera piedra”, nos enseñó Jesús. Existe otra entrada al perdón y es la de compararme con la persona que me causa el daño. ¿Y si me parezco al agresor? ¿Y si la auto observación arroja un saldo negativo? ¿Cómo odiar a quien se me parece sin odiarme a mí mismo? La comparación es un proceso de comprensión pero referido a las similitudes del ofendido con el culpable. El *yo* se involucra de otra manera. El mecanismo de identificación con el agresor no se hace desde el dolor sino desde la semejanza: “¿Cómo no perdonarte si yo hubiera hecho lo mismo?”, modestia, humildad, autocrítica. No pensemos en un genocidio, sino en esos pequeños actos de maldad que todos hemos cometido alguna vez. En palabras de Comte-Sponville:

“Puedo perdonar a un ladrón porque he robado (libros en mi juventud). Al mentiroso porque miento. Al egoísta porque lo soy. Al cobarde porque quizás yo también lo sea. Pero, ¿al violador de niños? ¿Al torturador? Cuando la falta supera la medida común, la identificación pierde su fuerza e incluso su plausibilidad”.

Cuando se trata de perdonar, no importa tanto el camino sino el resultado. Puedes elegir el tuyo o al menos identificar dónde estás parado. Tener un esquema positivo sobre el perdón implica estar dispuesto a no dejarse llevar tan fácilmente por el odio y a intentar terminar con el rencor, si ya está instalado. Si asumes que el perdón es un valor, si lo internalizas como una virtud, podrás cultivarlo y relacionarte mejor y más sanamente.

# Índice

Acerca del perdón	4
Tres caras de la indiferencia	5
La emoción del odio	7
Qué no es perdonar	8
Qué es perdonar	10
Las condiciones del perdón	10
Los caminos del perdón	11
El camino del amor	12
El camino de la compasión	12
El camino de la comprensión	13
El camino del desgaste	13
El camino de la comparación	14