



Me cuesta perdonar. (No logro ni quiero olvidar)

J. M^a García de Dios

¿Sabes por qué no nos atrevemos a enseñar a nuestros hijos que perdonen y olviden? Porque nosotros tampoco perdonamos ni olvidamos. Ella, desde hace 3 años y yo desde hace 8 años. Cada uno a una persona distinta: ni las perdonamos ni las olvidamos. Ni siquiera sabemos si podríamos olvidar aunque perdonásemos. ¿Nos dices algo? (Raúl y Estrella desde La Laguna)

Ésta es la asignatura pendiente de tantas y tantas personas. Y uno piensa ¿qué les pasa a nuestros resortes y aprendizaje del perdón y del olvido que tantas veces se nos atascan?. Como quien se despide de esta sección y dirigiéndome a vosotros y a todos los que la han seguido desde febrero de 1987: ¡Como siempre, va por ustedes!

Lección 1^a

Una buena higiene o pedagogía del perdón, que no sé muy bien cómo hay que decir, empezaría por haber aprendido a prevenir: eso de ver venir algo y lograr que no venga. Eso de nunca dejarse lastimar. Eso de que la flecha nunca nos lastima hasta que no la dejamos entrar en nuestra piel. Y hay mil y una maneras de lograr que las flechas que nos llegan o que nos lanzan no entren en nuestra piel.

Lección 2^a

Conocer los tratamientos de la herida. Reconocer la herida. Qué es lo que me lastima, cómo y por qué. El diagnóstico pasa por saber qué me está pasando a mí y por qué me está pasando. No lo que les está pasando a ellos.

Lección 3^a

No reabramos la herida cuando notamos que ya se está cerrando por el olvido. El rencor reaviva la herida. El rencor existe contra alguien que ya ni sabe de nuestro rencor. Lo difícil no es olvidar, sino recordar: porque supone un esfuerzo, porque supone mediatizar todas las otras actuaciones de la vida, porque supone detener el tiempo en su peor momento y detener las aguas sucias del río, cuando ellas ya se iban.

Volver a traer el agua contaminada, que ya se había ido, al presente para envenarme y ahogarme

en ella es un gran sinsentido. Tener como referencia preferente una mala experiencia no sirve para nada. Es como retener el mal olor en una habitación cerrada, o como retener en el estómago una comida en mal estado y mal digerida: el organismo tiene dos maneras muy eficaces de deshacerse de ella.

Lección 4^a

Determinar qué quiero hacer yo con esto que me está pasando. Y sobre todo saber si quiero autoencarcelarme en el rencor. Porque en realidad somos nosotros los que nos encarcelamos cuando mantenemos el rencor y tenemos que justificarlo. Y lo peor es que nunca encontramos una razón plausible para hacerlo. Ni plausible para nosotros ni plausible para los demás.

Lección 5^a

La libertad pasa por el perdón. La libertad pasa por el olvido.

Sólo podemos liberarnos nosotros. Pedir a los ofensores que nos liberen ellos es una contradicción. Depender de ellos es una incongruencia. Ni ellos son los dueños de nuestras heridas. Ni ellos son los dueños de nuestra libertad. Ni ellos son los dueños de nuestros sentimientos. Ni ellos son los dueños de nuestros resentimientos. Pero cuando no olvidamos les seguimos dando a ellos la iniciativa sobre estas cuatro experiencias personales.

Lección 6^a

Por ahora nadie ha demostrado que devolver bien por mal no sea mucho mejor que devolver mal por mal. Los profesionales de la venganza y del rencor no son bienhechores de la humanidad. Los libres hasta para perdonar y olvidar, sí. ■