



**HOGARES DON BOSCO**

**FORMACIÓN  
HUMANA  
ETAPA III**

**EL PERDÓN EN EL  
MATRIMONIO**

**ITER PARA EL ESTUDIO DEL TEMA**

- I. ORACIÓN**
- II. REFLEXIÓN**
- III. DESARROLLO DEL TEMA**
- IV. PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN EN GRUPO**

1. **I. ORACIÓN INICIAL:**

Gracias, Señor, porque me invitas a allanar los senderos, a preparar el camino para que vengas.  
Gracias, Señor, porque quieres contar conmigo y mi familia.  
Gracias, Señor, porque quieres entrar en mi casa y hacer de ella una morada nueva.  
Gracias, Señor, porque te acuerdas de nosotros y de mí, y te pones en el camino por el que yo voy caminando, para que te encuentre, porque Tú me has encontrado.

Amén.

**Padre Nuestro.**

***María Auxiliadora de los Cristianos. Ruega por nosotros***

2. **II. REFLEXIÓN:**

**El rencor, una carga para nosotros mismos**

Cuentan que hace mucho tiempo en un antiguo monasterio, el monje más sabio de la comunidad convocó a todos los aprendices a una reunión en la cocina. A medida que fueron llegando los jóvenes, el maestro les fue entregando a cada uno un saco de lona desteñida. Cuando todos se colocaron alrededor de la mesa central el monje les dijo:

- Todos guardamos en nuestro corazón diversos rencores contra familiares, amigos, vecinos, conocidos, desconocidos y a veces hasta contra nosotros mismos. Buscar en el fondo de vuestros corazones todas las ocasiones en las cuales habéis dejado de perdonar alguna ofensa, algún agravio o cualquier acción que os haya producido dolor. Entonces tomar una de estas patatas, escribir en ella el nombre de la persona involucrada y colocarla en el saco que os di. Repetir esta acción hasta que ya no encontréis más casos en vuestra memoria.

Acatando las instrucciones, todos fueron llenando poco a poco sus respectivos sacos. Al terminar el monje agregó:

- Ahora debéis cargar el saco que llenasteis todo el día durante dos semanas, sin importar dónde vayáis o qué tengáis que hacer.

Después de quince días, el sabio volvió a reunir a los aprendices y les preguntó

- ¿Cómo os habéis sentido? ¿Qué os ha parecido la experiencia?

- Es una carga muy pesada, tal vez excesiva. – Respondió uno – Estoy cansado y me duele la espalda.

- No es tanto el peso, sino el olor nauseabundo que empiezan a emitir las patatas que ya están podridas – replicó otro.

- Cuanto más pensaba en las patatas, más me pesaban y más sentía ese desagradable olor – dijo un tercero.

A lo que el maestro contestó:

- Pues bien, eso mismo es lo que pasa en nuestros corazones y en nuestro espíritu cuando en lugar de perdonar guardamos rencor. Al no perdonar a quién nos hirió, creemos que le estamos haciendo daño, pero en realidad nos perjudicamos a nosotros mismos. No sabemos si al otro le importa o no recibir nuestro

perdón, pero lo que sí es cierto es que el rencor que vamos acumulando a través del tiempo afecta nuestra autoestima, nuestra capacidad de vivir en plenitud, de amar, de ser felices y de desarrollarnos emocional y espiritualmente. El rencor se convierte en una fuerte y desagradable carga que lamentablemente se va haciendo más pesada cada vez que pensamos en lo ocurrido. El rencor va secando nuestro corazón. Debemos aprender a perdonar al otro aunque no se haya disculpado, ni aunque no se lo merezca. No sabemos si ese perdón será de utilidad para el otro, lo importante es que con toda seguridad nos fortalecerá a nosotros mismos.

### 3. La formación de hoy

#### III. Desarrollo del Tema: El perdón en el matrimonio

##### El poder del perdón

*Mientras exista la voluntad de cambiar y la sensibilidad para aceptar que todos somos limitados, el perdón y la reconciliación serán casi siempre posibles.*

Las ofensas de nuestros seres queridos suelen doler más porque al daño recibido se le suma el sentimiento de haber sido de alguna manera traicionados en nuestra confianza, nuestros afectos o nuestras expectativas.

Por eso los errores entre esposos tienden a convertirse no sólo en “problemas por resolver” sino en “dolores del corazón” que amenazan la relación misma y que hacen hasta dudar del amor. Muchas parejas empiezan así por preguntarse: "¿Cómo pudo hacerme esto?", "¿Cómo a mí que tanto lo/a quiero?", "¿Por qué si yo tanto he hecho o dado por él/ella?

Lo primero es por tanto entender que toda persona se equivoca pues está siempre en proceso de aprender y desarrollarse. Y tu cónyuge no es la excepción. Además, muchos de las limitaciones de los adultos para expresar el amor, como se debiera, provienen de las heridas emocionales que esa persona recibió en su infancia. Por eso, lo más probable es que detrás de los errores de tu pareja hay un niño o una niña herida que todavía debe crecer.

Ahora bien, si has logrado entender esos dos datos (que tu pareja no es perfecta y que posiblemente detrás de sus errores hay un niño o una niña herida que todavía debe crecer), estás entonces listo/a para cambiar tu odio y frustración y empezar a sanar tu corazón, y tu relación con el poder del perdón. Pero para que entiendas mejor de lo que se trata, es preciso entender bien qué es perdonar:

##### ¿Qué es perdonar?

Muchas personas temen que al perdonar le van a dar a la otra persona el poder de seguirlas ofendiendo, o que se van a rebajar o humillar. Sin embargo, es importante saber que:

- Perdonar no es aceptar lo inaceptable ni justificar males como maltratos, abusos, faltas de solidaridad o infidelidades. Tampoco es hacer cuenta que no ha pasado nada. Eso sería forzarnos o ignorar la realidad y a acumular resentimientos. Igualmente, perdonar no es tratar de olvidar lo que me han hecho, pues siempre es bueno aprender de lo vivido.
- Perdonar es sobre todo liberarse de los sentimientos negativos y destructivos, tales como el rencor, la rabia, la indignación, que un mal padecido nos despertó y optar por entender que está en mis manos agregarle sufrimiento al daño recibido o poner el problema donde está: en la limitación que tuvo mi cónyuge de amar mejor, en una determinada circunstancia.
- En síntesis, perdonar es: Otra manera, distinta de la rabia y el rencor, de ver a las personas y circunstancias que creemos nos han causado dolor y problemas. Es, poder mirar a mi cónyuge y sus acciones negativas, con el realismo y la misericordia propias de Dios que, sin desconocer nuestras faltas, no nos identifica con el pecado y nos da la ocasión de ser mejores.

### ¿Por qué perdonar?

- Porque mientras con el odio y el rencor quedamos atados al mal que nos han hecho y estancamos la relación matrimonial concentrándonos sólo en el error y el dolor que una determinada acción nos causó, el perdón nos da la oportunidad de ver la falta como un error real pero sin la carga emocional que nos daña. Entonces, además de recuperar la paz, recobramos la lucidez para evaluar el daño en su dimensión real y tomar las medidas necesarias frente a la relación.
- Porque soy yo mismo/a quien es responsable de producir la rabia o el odio y de aferrarme a ellos. *La rabia, es una forma de satisfacer mi ego igualmente herido.*
- Porque mi cónyuge, es mucho más que su error. Sin querer justificar su falta, es claro que detrás de su acción hay un “niño o niña herido/a” por los condicionamientos de su pasado, pidiéndonos, a través de su rabia, violencia o agresión, que lo auxiliemos, lo amemos, lo respetemos”.
- Es claro igualmente que si mi cónyuge me entregó un día su vida en matrimonio es porque me ama y que por tanto, lo más seguro es que su equivocación no fue deliberada sino el fruto de sus limitaciones como ser humano en proceso.
- Porque amar al cónyuge supone aceptar que es limitado y renunciar a mis expectativas a cambio de su realidad y buena voluntad de hacer lo mejor posible.

### Diferencia entre perdón y reconciliación

Mientras **el perdón es una decisión de cada persona**, al interior de su propio corazón, **la reconciliación supone la recuperación de la relación entre los dos**. Lo ideal es por tanto que, una vez me libere de la rabia y renuncie a identificar a mi cónyuge con el error que cometió, nos dispongamos juntos a analizar el daño y buscar, en la medida de lo posible, una reparación.

Dicha **reparación supone que el ofensor reconozca su error, valore el efecto de lo que causó y pida perdón**. El ofendido debe entonces igualmente aceptar las disculpas y ofrecer su perdón como la base para iniciar de nuevo una relación, sin rabia ni rencores, pero sabiendo que hay algo por mejorar.

Mientras exista por tanto la voluntad de cambiar y la sensibilidad para aceptar las propias limitaciones y lo que ellas pueden causar, el perdón y la reconciliación serán casi siempre posibles. Así el matrimonio se

convierte en la escuela de amor donde cada persona debe encontrar un espacio donde es amada y aceptada, aún en esas realidades que no fueron amadas y aceptadas en la propia familia. Y mientras es retada a cambiar puede, por amor, liberarse poco a poco de sus limitaciones de carácter y sentir que puede crecer en su capacidad de dar y recibir amor.

Esta oferta de perdón y reconciliación, no debe sin embargo ser forzada con manipulaciones como “si me amas realmente debes...”; tampoco con presiones como: “yo he hecho mucho por ti, por lo tanto tu...”. No. La oferta del perdón debe ser gratis, y la reconciliación un acto que los dos ofrecen y se comprometen de manera igualmente gratuita a realizar, por que nace del deseo de seguir amando y del dolor de haber herido al otro, sin pretenderlo o sin saberlo.

Hay sin embargo realidades que, si bien podemos perdonar, rompieron totalmente la confianza o demostraron que definitivamente la otra persona no está en condiciones de vivir en pareja. En tales circunstancias la reconciliación no es aconsejable. Tal es el caso de personas con vicios, depravaciones o deformaciones serias de su personalidad o conducta que pueden seguir dañando a la pareja y los hijos, y frente a los cuales el cónyuge está en el derecho de protegerse mediante la separación.

#### 4. **IV. PARA LA REFLEXIÓN Y EL DIÁLOGO EN EL MATRIMONIO Y EN EL GRUPO**

- 4.1. ¿Conocéis la diferencia entre perdón y reconciliación?
- 1.1. ¿Perdonáis fácilmente o guardas las ofensas de tu cónyuge?
- 1.2. ¿Habláis fácilmente, u os echáis en cara lo pasado?
- 1.3. ¿Os ponéis en la situación del otro a la hora de pedir perdón?
- 1.4. ¿Merece la pena estar disgustados?
- 1.5. ¿Reconocemos lo importante de tener al otro y sus virtudes?

5.

6.

7.

8.

#### **ORACIÓN FINAL.**

Señor, tu palabra tiene fuerza  
y yo la quiero guardar en mi corazón,  
para que dé frutos del Reino que nos has prometido

Señor, dame tu ayuda  
Pues yo soy frágil y sin ti nada puedo

Señor, toca mi corazón  
Y daré frutos de conversión

**María Auxiliadora. Ruega por nosotros**