



Una reflexión a la luz de investigaciones, donde se destaca además, que el perdón debe ser una forma de vida en la cual la Oración es de gran ayuda

De todos los hechos extraordinarios de la vida del Papa Juan Pablo II, pocos pueden compararse con los 21 minutos que paso en una celda de paredes blancas en la cárcel de Revibia, en Roma. Justo después de la Navidad de 1983, el Papa visito a Mehmet Ali Agca, el hombre que treinta meses antes le había disparado, en la Plaza de San Pedro. Le regaló a Agca un rosario de plata y algo mas: SU PERDON.

Naturalmente, hace falta una indulgencia como la de Cristo para perdonar a un presunto asesino.¿ Pero cuantos de nosotros estamos dispuestos a perdonar a un compañero conspirador, al que no nos acompañó en la campaña, e incluso al que nos quito el puesto en la cola o no nos cedió el paso en la vía?

La ausencia de perdón persistente, forma parte de la naturaleza humana, pero al parecer funciona en detrimento no solo de nuestro bienestar espiritual sino de nuestra salud física. Una importante revista norteamericana acaba de publicar, en edición en español un estudio sobre el tema donde se destaca que es uno de los campos de investigación mas tratados en la psicología clínica actualmente, con mas de 1200 estudios publicados, frente a los 58 que había en 1997. Hasta tiene su propia fundación-Compañía para la investigación sobre el perdón-que patrocina trabajos, conferencias, etc.

De acuerdo al reportaje, las investigaciones sugieren que el perdón funciona como mínimo de dos maneras: Una, reduciendo el estrés del estado de no perdón, una mezcla potente de amargura, ira, hostilidad, odio resentimiento y miedo (de ser humillado y lastimado nuevamente). Estos tienen consecuencias fisiológicas específicas con presión arterial mas alta y cambios hormonales, vinculados con trastornos cardiovasculares, supresión inmunológica y hasta debilitamiento de la función neurológica y la memoria.

“Sucede todo el tiempo, pero cada vez que uno siente la ausencia de Perdón, tiene mas posibilidades de desarrollar un problema de salud”dice Everett Worthington, director de

la Compañía de investigación sobre el Perdón. El otro beneficio que trae aparejado perdonar es más sutil; se relaciona con las investigaciones que muestran que las personas con redes sociales fuertes, de amigos, vecinos y familia, tienden a ser más saludables que las solitarias. Alguien que alimenta rencores y lleva la cuenta de cada desaire, obviamente perderá algunas relaciones a lo largo de su vida.

De hecho, según muchos investigadores el perdón resulta ser un proceso asombrosamente complejo. Worthington distingue lo que denomina “perdón por decisión”, un compromiso a reconciliarse con el perpetrador, el más significativo “perdón emocional”, un estado interno de aceptación.

El perdón no requiere que nosotros renunciemos a la justicia o que nos tratemos con personas a las que debiéramos despreciar. La ira tiene su lugar en la colección de emociones humanas, pero no debe transformarse en una forma de vida. “Cuando hablo de Perdón, me refiero a olvidar, no excusar a la otra persona o reconciliarnos con ella o aceptar la conducta –dice Worthington- simplemente es abandonar el propio sufrimiento”

Otro siquiatra citado por la revista insiste que el “perdón es un proceso, no un momento. Es algo que debe cultivarse, va contra la tendencia humana natural a buscar venganza y corregir la injusticia” por esa razón recomienda hacerlo con ayuda de amigos, un terapeuta o a traba de la ORACION.

Juan Pablo II extrajo de su fe la fuerza para perdonar a Mehmet Agca, dándonos un ejemplo a todos. El mensaje es el mismo más allá de lo que este expresado en el lenguaje de la caridad cristiana, la psicología clínica o la sabiduría de Confucio, como lo cita Hallowell: “Si dedicas tu vida a buscar venganza, comienza por cavar dos tumbas”.