

LH n.341

# 07/1

## Explorar el perdón individual y colectivo como herramienta terapéutica.

**Beatriz de Novoa,**

Servicio de Acompañamiento Espiritual y Religioso (SAER).

Parc Sanitari Sant Joan de Déu.  
Sant Boi de Llobregat (Barcelona)

La jornada **Perdón difícil, saludable compasión** organizada por el **Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER)** del **Parc Sanitari Sant Joan de Déu** en noviembre de 2024, exploró el perdón como proceso de curación individual y colectiva. Con la participación de expertos en psicología, espiritualidad y justicia restaurativa, se abordaron sus matices, dificultades y beneficios terapéuticos. Se discutió el perdón desde la perspectiva de la víctima, el victimario y la comunidad, así como su papel en la reconciliación social.

Testimonios de experiencias en conflictos bélicos y dictaduras ilustraron la complejidad del perdón en contextos de violencia e injusticia. Se reflexionó sobre el auto-perdón, la memoria histórica y el papel de la compasión en la transformación personal y social. La jornada concluyó con una interpretación teatral que permitió integrar los aprendizajes de manera experiencial<sup>1</sup>.

La vida es un proceso de aprendizaje continuo, que implica cometer errores. Aprender de ellos es parte esencial del crecimiento personal. Sin embargo, cuando nuestras decisiones nos llevan a un callejón sin salida, surge la duda de si podemos empezar de nuevo.

Si nuestras acciones lastiman a otros por egoísmo o crueldad ¿merecemos una segunda oportunidad? En general tendemos a ser más indulgentes con nuestros seres queridos y amigos que con nuestros enemigos, pero ¿qué sucede cuando nos equivocamos nosotros mismos? ¿nos permitimos empezar de nuevo?

Después de analizar la culpa en la anterior jornada organizada desde el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) del Parc Sanitari Sant Joan de Déu, nos comprometimos a explorar el perdón en la siguiente; el perdón como camino de curación, tanto individual como colectivo. Surgen dos preguntas en torno al perdón. El perdón es opcional, pero ¿es terapéutico?, como sociedad ¿contemplamos que la gente pueda cambiar? Y si es así ¿damos oportunidades para que lo hagan?

1. <https://www.youtube.com/watch?v=-hbW0BD-gyA>

Estas son algunas de las cuestiones que se plantearon en la edición del 2024. Bajo el título **Perdón difícil**, saludable compasión, el acto, al que asistieron cerca de 200 personas y más de 170 pudieron seguirlo en formato online, se centró en los matices y las dificultades del perdón y el abordaje de los procesos de reconciliación, tanto desde una vertiente individual como colectiva, así como desde las diferentes perspectivas que intervienen: la de la víctima, el victimario y la comunidad, con un papel clave en el desenlace.

En su discurso inaugural el director gerente del Parc Sanitari Sant Joan de Déu, **Dr. Sebastià J. Santaeugènia**, explicó que estas jornadas profesionales en torno a la atención espiritual y religiosa eran las primeras dentro del currículum formativo de los profesionales sanitarios acreditadas por el **Consejo Catalán de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias (CCFCPS)**; considerando la importancia de esta dimensión como parte fundamental de la atención en salud, especialmente en situaciones de vulnerabilidad.

El Dr. Santaeugènia resaltó que el acompañamiento espiritual es un elemento diferencial del modelo de atención integral de San Juan de Dios, reconociendo el esfuerzo y dedicación de los profesionales en este ámbito.

La ponencia inicial de la jornada corrió a cargo de **María Prieto-Ursúa**, psicóloga e investigadora de la **Universidad Pontificia Comillas** en Madrid, experta en psicología del perdón, que habló sobre los matices y las dificultades del perdón, acerca de su relativa conveniencia o la indudable inconveniencia de todo perdón prematuro o forzado.

En relación con el perdón a otros, Prieto-Ursúa habló del malestar post-ofensa como la experiencia personal común en las víctimas de una agresión. El proceso de perdón comienza con un análisis profundo de la herida y los sentimientos de la víctima. La agresión impacta en las dimensiones emocional, cognitiva y conductual,

y puede alterar las creencias básicas sobre el mundo y la propia identidad.

El proceso del perdón implicaría el abandono voluntario del resentimiento. Se trata de un derecho, no de una obligación, tal y como subrayó, basada en una decisión libre que produce efectos positivos en la salud, que han sido ampliamente descritos. Es considerado como un regalo incondicional al agresor con el objetivo principal de liberar a la víctima, no de cambiar al ofensor.

La ponente enfatizó que el perdón se presenta como una opción poderosa para reducir el malestar post-ofensa, aunque no es imprescindible ni obligatorio para sanar. Este perdón se facilita a través de cuatro pasos: reconocer el daño en profundidad, decidir perdonar, trabajar en el proceso de perdón y encontrar sentido a la experiencia.

Prieto-Ursúa también habló de los peligros del perdón, como el daño causado por el perdón forzado o superficial, la reducción del perdón a una mera herramienta psicológica, la perpetuación del abuso a través del falso perdón, y la dificultad añadida que puede suponer la gravedad del daño o la cronificación de la identidad de víctima. Es crucial reconocer que cada persona experimenta el perdón de manera única y no debe confundirse con la reconciliación.

Para acabar, Prieto-Ursúa habló del perdón a uno mismo que, tal y como señaló, implica enfrentar el daño causado, distinguiéndose así de la auto-compasión. La **respuesta psicológica inmune** y los mecanismos de desconexión moral pueden obstaculizar este proceso. El auto-perdón auténtico requiere reconocimiento, responsabilidad y reparación, ofreciendo beneficios como mejor autoestima y conductas pro-sociales, en un proceso que viene facilitado por contextos de aceptación por parte del entorno hacia la persona que desea redimirse.

La jornada también permitió la reflexión sobre las posibles articulaciones que pueden darse, en los procesos de reconciliación colectiva, entre

LH n.341

justicia penal y perdón personal, para encontrar respuestas a estas cuestiones, reuniendo en una misma mesa a tres testimonios de excepción, que hablaron desde la experiencia personal de una guerra en activo y desde experiencias ya pasadas que todavía se están digiriendo.

Desde Ucrania, la participación de **Olha Voronkova**, cofundadora de la **Asociación Ucraina de Logoterapia y Análisis Existencial y psicóloga** del **Hospital Psiquiátrico de Dnipro**, versó sobre lo complejo del perdón al analizarlo desde la experiencia de una guerra que todavía se está librando y que transforma nuestra habitual percepción de valores fundamentales.

Voronkova centró su discurso en la complejidad y el carácter personal del perdón, así como en la transformación que experimentan los valores durante las situaciones de crisis. Destacó el potencial del perdón en la sanación, pero subrayó que no es indispensable para todos. En situaciones de crisis, los valores se ajustan sutil y rápidamente, y puestas las personas en modo de supervivencia, sus valores pasan a articularse alrededor de la referencia de los peligros potenciales.

El perdón es un proceso interno e íntimo que no puede ser forzado ni exigido; debe tener un significado personal para el individuo. No implica olvidar lo ocurrido ni renunciar a la búsqueda de justicia, sino liberar el pasado y reconocerse como una persona fuerte a pesar del dolor sufrido. Cada persona, explicó, tiene su propio camino hacia la sanación y depende de múltiples factores, y aunque potencialmente valioso, el perdón no es una solución universal y su importancia debe ser determinada por cada persona.

A continuación, **Jorge Barudy**, médico psiquiatra chileno, referente internacional en terapia del trauma, fundador de **EXIL** en Bruselas, Barcelona y Chile (centro médico-psico-social para víctimas de violencia, tortura y violación de los Derechos Humanos) y co-fundador del **Instituto IFIV** (Instituto de formación e investigación-acción

sobre las consecuencias de la violencia y la promoción a la resiliencia) en Barcelona, compartió con el auditorio su experiencia personal como prisionero político y superviviente de la dictadura chilena, cuya vivencia transformó e hizo más profunda su comprensión sobre aspectos como la justicia, el perdón y la reconciliación social.

Estos aspectos, presentes en su núcleo familiar desde su infancia, junto con el compromiso social y el desarrollo de su espiritualidad, se intensificaron tras vivir la injusticia y la asimetría de poder.

Barudy enfatizó la importancia de la verdad para exonerar, en lugar de perdonar, y destacó el valor de la resiliencia y la búsqueda del bienestar como formas de resistencia contra la injusticia. Mantener la memoria de los que no sobrevivieron o desaparecieron, y continuar luchando por una vida significativa, constituyen actos de homenaje y resistencia frente a las injusticias arraigadas en la sociedad, dijo.

Por último, intervino **Jordi Palou-Loverdos**, abogado acreditado ante el **Tribunal Penal Internacional**, impulsor de las Audiencias Memoriales en Cataluña y abogado defensor de las familias de los españoles asesinados en Ruanda entre 1997 y el año 2000, actual asesor en justicia restaurativa del Síndic de Greuges de Catalunya.

Palou habló de las **Audiencias Memoriales en Cataluña**, una experiencia dijo, relacionada con la reparación del tejido social. Se trata de espacios públicos que dan voz a las víctimas y a sus descendientes hasta la cuarta generación, quienes comparten sus testimonios de la Guerra Civil y la dictadura franquista, como herramienta para construir una memoria verdadera y plenamente colectiva y contribuir al reconocimiento de estas experiencias y a la reparación simbólica.

Palou expresó que las Audiencias Memoriales han sido muy satisfactorias para los participantes,

distinguiendo tres momentos clave: el primero, una reunión preparatoria en un ambiente confidencial e íntimo donde los participantes comparten sus experiencias, reparatorio en sí mismo; el segundo, la audiencia memorial, donde algunos deciden compartir en público sus experiencias frente a autoridades y vecinos, en el mismo lugar donde sucedieron los hechos; y el tercero, un espacio de cierre informal y valioso, que permite a los asistentes reconocer y valorar esta memoria individual y colectiva.

Se trata, explicó Palou, de facilitar un espacio público de escucha y expresión respetuosa, donde las personas comparten sus experiencias vividas en primera, segunda, tercera o cuarta generación, en presencia de sus familiares, amigos, vecinos y representantes de instituciones locales y nacionales.

También hubo espacio, de la mano de **Xavier Melloni**, jesuita, antropólogo, teólogo y reconocido experto en mística comparada y diálogo interreligioso, para hablar sobre el perdón vinculado a los conceptos de redención y compasión, invitando a los asistentes a sentir que, quizás, ante el abismo del resentimiento solo tiene cabida la apertura a la compasión.

El ser humano se encuentra en un constante proceso de evolución, llamado a crecer en conciencia y amor, proceso que Melloni relacionó con la aceptación de toda la realidad.

Nuestra tarea, continuó diciendo, es ver la vida como un todo integrado, no como fragmentos aislados, y aceptar incluso aquellas realidades que parecen más difíciles de abrazar. Es a través de este viaje de autodescubrimiento y aceptación que podemos alcanzar una comprensión más profunda de nosotros mismos, de quienes nos rodean y de nuestra experiencia compartida. En este contexto, el amor se manifiesta como la habilidad de acoger una realidad cada vez más amplia, de abrazar cada vez más realidad, hasta llegar a abrazar aquello inabrazable, aquello que podría parecer imperdonable. El perdón, como parte crucial de este desarrollo, no puede ser

forzado, y tiene su propio tiempo y recorrido hacia la reconciliación.

Melloni habló del perdón como un acto transformador y liberador que se presenta como la apertura a nuevas posibilidades en nuestra vida y en nuestras relaciones, trascendiendo el conflicto y el dolor.

Describió el hecho de perdonar como un acto de dar sin medida, asociado a lo divino por su capacidad de recrear lo que parecía acabado. El perdón va más allá de una técnica o protocolo; es una transformación profunda de uno mismo y de las relaciones, que implica un nuevo conocimiento de la propia identidad y de la capacidad de crear relaciones diferentes, no basadas en la sumisión sino en la libertad y la horizontalidad.

Xavier Melloni habló de superar la dinámica víctima-victimario para evitar una visión “**di-abólica**” (que separa) de los otros e insistió en la importancia de buscar relatos “**sim-bólicos**” que unan, enfatizando la necesidad de comprender y abrazar el dolor para transformarlo, citando ejemplos de no-violencia. El valor de los rituales, tales como la eucaristía, puede ser útil para alentar y explicitar la necesidad de reconciliación en situaciones difíciles.

Por último, dijo que el proceso del perdón es complejo y que implica gestionar la memoria para liberarse del pasado, sin olvidar. En el desarrollo de este proceso, es crucial y esencial distinguir entre memoria tóxica y memoria enriquecedora. El desafío está en recordar sin quedar atrapado en el resentimiento, cerrando ciclos de manera creativa para avanzar y crecer. Esto permite transformar nuestras narrativas personales y abrir nuevas posibilidades de existencia.

La jornada concluyó con la actuación de **El Ensable TPB**, pioneros en teatro profesional Playback en Catalunya. Fundada en abril de 2018 por la actriz **Nadia Zuñiga**, esta compañía ofrece una experiencia teatral innovadora y participativa.

LH n.341

El Teatro Playback es una forma de improvisación teatral que transforma las historias personales del público en representaciones escénicas en tiempo real. Los actores utilizan técnicas de improvisación y recrean las experiencias compartidas por la audiencia, creando un espacio de reflexión, diálogo y empatía.

La actuación de El Ensamble TPB no solo cerró la jornada de manera impactante, con una interpretación improvisada centrada en el tema del perdón y las diversas cuestiones surgidas durante la misma, sino que permitió a los asistentes procesar y reflexionar sobre los temas tratados e integrar lo aprendido de forma significativa.

Clausuraron la jornada el **director general de Asuntos Religiosos de la Generalitat de Catalunya, Ramon Bassas** y la adjunta a la gerencia del Parc Sanitari Sant Joan de Déu, **Isabel Grimal**, quién apeló a la necesidad de seguir promoviendo y cultivando espacios dedicados a la reflexión continuada y profunda que permitan la incorporación a la práctica asistencial diaria de los elementos clave surgidos de dicha reflexión.

Precisamente, la organización de las jornadas descritas, responde al compromiso del Servicio de Atención Espiritual y Religiosa del Parc Sanitari Sant Joan de Déu en favor de una atención cada vez más reflexionada, humanizada, integral y con sentido.

---