

Módulo 2

El perdón: sanar el amor



**Material Rama de Familias
Movimiento de Schoenstatt**

El segundo módulo quiere invitar a ver las heridas que se pueden manifestar en mi forma de relacionarme (abandono, rechazo, etc.) y aborda el perdón, como una necesidad para sanar personal y socialmente.

Objetivos

1. Reconocer nuestra historia como una Historia Sagrada en la que el Señor siempre ha estado presente.
2. Reconocer las heridas que he sufrido y cómo pueden influir en la manera en que me relaciono con los vínculos fundamentales (Dios, los hombres, uno mismo y el mundo) afectando de manera especial a mis cercanos.
3. Entrar en el camino del perdón a Dios, a los hombres y a nosotros mismos.

Tema 1: ¿Cómo me relaciono?

Los seres humanos, varones y mujeres, somos seres complejos. El Buen Padre Dios le ha regalado a cada uno de nosotros una estructura física, instintiva, afectiva, intelectual y volitiva única que nos hace ser individuos únicos y originales, una obra de arte.

Junto a nuestra estructura personal nuestra la historia nos marca. Somos nosotros y nuestras circunstancias... lo que ha influido en la forma de relacionarnos con los demás. Las experiencias positivas y negativas van plasmando en nuestra forma de ser ciertas características y formas de relacionarnos con los demás.

Queremos **reconocerlas** para poder **comprenderlas** en su contexto. Una vez reconocidas y comprendidas anhelamos poder **agradecerlas** porque esas experiencias han forjado la persona que somos.



Los queremos invitar a ver el siguiente video:

<https://www.youtube.com/watch?v=wnKMP0uXG5E>

Trabajo Personal:

1. ¿Me sentí identificado con alguno de estos tipos de amor: evasivo, indeciso, controlador, complaciente, victimizarme?
2. ¿Qué ayuda le puedo pedir a mi cónyuge para complementar los aspectos que me ayudaría desarrollar?
3. ¿Reconozco alguno de estos aspectos en nuestra dinámica familiar?

Trabajo Matrimonial:

1. Como matrimonio conversar sobre los aspectos que nos parecen presentes en nuestra dinámica familiar.
2. ¿Qué podemos hacer para moderar los efectos?
3. ¿Cómo podemos expresar nuestro amor a nuestros hijos de manera de darles seguridad?

Trabajo de grupo:

El Papa Francisco en Amoris Laetitia n.º 90 dice:

!En el así llamado himno de la caridad escrito por san Pablo, vemos algunas características del amor verdadero:

*«El amor es paciente,
es servicial;
el amor no tiene envidia,
no hace alarde,
no es arrogante,
no obra con dureza,
no busca su propio interés,
no se irrita,
no lleva cuentas del mal,
no se alegra de la injusticia,
sino que goza con la verdad.
Todo lo disculpa,
todo lo cree,*



*todo lo espera,
todo lo soporta» (1 Col 13,4-7).*

Esto se vive y se cultiva en medio de la vida que comparten todos los días los esposos, entre sí y con sus hijos. Por eso es valioso detenerse a precisar el sentido de las expresiones de este texto, para intentar una aplicación a la existencia concreta de cada familia.”

Dinámica: En una hoja anotar las características del Himno del Amor que veo presentes de manera especial en mi cónyuge. Comentárselas.

Oración sugerida

Sugerimos que cada persona pueda preparar o formular una acción de gracias respecto de las características de cada uno y el regalo que son para cada una de nuestras familias.

Se puede llevar un pocillo a modo de capitalario, donde se escriban esas características que cada uno agradece de si mismo y que esta dispuesto a donar a los demás.



Tema 2. El perdón sana el amor

En el tema anterior miramos nuestra historia y tratamos de descubrir algunas experiencias que fueron marcando nuestro estilo de amar. Con el Himno de la Caridad nos mostró aspectos en que percibimos el amor del Señor que se hace

presente y actúa en nosotros... y posiblemente descubrimos espacios donde necesitamos que actúe con más profundidad.

Le sugerimos al matrimonio que prepara la reunión que:

1. Busque algún testimonio de perdón de su vida, algún video o canción que los ayude a entrar en el tema.
2. Invitar a comenzar la reunión en el Santuario filial, el Santuario Hogar o las ermitas para unir el perdón a la acción de la Mater en el Santuario.

Algunos conceptos importantes sobre el perdón:

1. Que NO es el perdón:

1.1. Perdonar no es hacerle un favor al que me hirió.

Podemos sentir que perdonar es hacer un favor al que me hirió. Cuando perdono me hago un favor a mí mismo porque el único que está viviendo mal soy yo: duermo mal, quiero vengarme.. y el otro sigue viviendo como si nada. El que vive mal por el resentimiento soy yo. ¿Cuántas enfermedades se producen por rencores ocultos?

1.2. Perdonar no es justificar, “comprender” o minimizar la actitud del que me ofendió. No es decir: “aquí no ha pasado nada” ni justificar la mala conducta.

Jesús no lo hace por ejemplo en Jn 8, 1-11 (la mujer adúltera) a la mujer le dice: “ve y en adelante no peques más” con lo que expresa con claridad que lo que hizo no estaba bien. Perdonar significa que

reconozco que el otro me hizo algo (un mal) que me afectó. Si yo decido perdonarlo es para cuidar mi propia salud y bienestar interior.

1.3. Perdonar no es olvidar.

Olvidar depende de la memoria, no depende de la voluntad.

El recuerdo depende de la carga afectiva y las cosas desagradables se fijan en los recuerdos para que podamos vivir mejor: imaginemos que se nos olvida que algo nos cae mal al estómago...

No podemos imponer el olvido a la voluntad. Olvidar no significa ni implica perdonar. Olvidar puede ser reprimir y recordar no implica que no he perdonado. Perdonar es no seguir sufriendo por la herida recibida (imagen de la cicatriz).

1.4. Perdonar no es “restaurar” o volver a como estábamos antes.

No significa volver a como eran las cosas antes de la ofensa o del

enojo, ni recuperar sentimientos o afectos. No siempre es posible volver a fojas cero. Tampoco significa renunciar a la reparación de la justicia, a la restitución de lo perdido, o un castigo digno...



siempre que no busque venganza sino justicia.

1.5. Perdonar no implica al otro.

Esto puede sorprender: que yo perdone no depende de que el ofensor esté arrepentido, que me quiera pedir perdón o disculpas, o de que lo haga. Si él no lo hiciera no podríamos perdonar... Nuestra sanación depende de uno mismo. No del otro.

2. El Perdón es:

- 2.1. Es una decisión de la voluntad, que proviene de mi libertad y a veces puede ser contraria a mis sentimientos. (Yo decido perdonar)
- 2.2. Se realiza en Cristo por la gracia del Espíritu Santo (es una gracia del Señor)
- 2.3. Se verbaliza (hay que decirlo en voz alta, al menos para mí y el Señor)
- 2.4. Aunque se puede demorar mucho tiempo, fruto de esta decisión viene la sanación de los sentimientos y la liberación de los apegos desordenados.

Sólo necesito pedir la gracia y tomar la decisión de perdonar Mc 11, 22-25: "Y Jesús les respondió y dijo: "¡Tened fe en Dios! En verdad, os digo, quien dijere a este monte: "Quítate de ahí y échate al mar", sin titubear interiormente, sino creyendo que lo que dice se hará, lo obtendrá. Por eso, os digo, todo lo que pidieréis orando, creed que lo obtuvisteis ya, y se os dará. Y cuando os ponéis de pie para orar, perdonad lo que podáis tener contra alguien, a fin de que también vuestro Padre celestial os perdone vuestros pecados. Si no perdonáis, vuestro Padre que está en los cielos no os perdonará tampoco vuestros pecados".



¿Cómo se realiza el perdón?

Para perdonar le pedimos al Espíritu Santo que nos de la gracia de perdonar, especialmente cuando sentimos que no tenemos la capacidad para hacerlo. El perdón es una decisión y puedo decidir perdonar aunque mis sentimientos se revelen, aunque no tenga ganas de hacerlo.

Es importante verbalizar el perdón, hacerlo con voz audible. El mismo Jesús en la Cruz formuló el perdón: “Perdónalos porque no saben lo que hacen” (Lc 23, 34).

¿Cuáles son los efectos del perdón?

El perdón me libera a mí y al otro y me convierte de víctima de las circunstancias en una persona libre, con capacidad de amar, crecer y ser feliz iniciando el proceso de sanación de toda mi persona. Parte desde la voluntad y va tomando mi mente, mi corazón, mis recuerdos y mi cuerpo.

¿A quiénes necesito perdonar?

Nuevamente citaremos a Jesús en Lc 10, 25-28: “Se levantó entonces un doctor de la Ley y, para enredarlo le dijo: “Maestro, ¿qué he de hacer para lograr la herencia de la vida eterna?”. Le respondió Jesús: “En la Ley, ¿qué está escrito? ¿Cómo lees?”. Y él replicó diciendo: “Amarás al Señor tu Dios de todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu fuerza y con toda tu mente, y a tu prójimo como a ti mismo”. Le dijo Jesús: “Has respondido justamente. Haz esto y vivirás””.

Necesitamos perdonar a los mismos a quienes amamos: a Dios, al prójimo y a uno mismo.

Al prójimo por las veces en que consciente o inconscientemente me hirió, me pasó a llevar o no me dio el amor que yo necesitaba en la forma y tiempo que lo necesitaba. Tengo que perdonarme a mi mismo por mis pecados de pensamiento, palabra, obra y omisión, por todas las veces en que no supe o no pude cuidarme y me pase a llevar por agradar a otro.

Muchas veces nos puede parecer un sin sentido o una locura perdonar a Dios. En realidad más que perdonarlo lo declaramos inocente por todas las veces en que lo culpe de algo, cuando lo hice, consciente o inconscientemente, culpable o responsable de algo e mi vida (enfermedad, muerte, dolores) por todas las veces en que reclamé porque permitió tal o cual cosa, por las veces en que me pregunté o le pregunté dónde estaba...

¿Cómo perdono?

Le pido al Señor Jesús que me regale la gracia de perdonar, apelo a la Redención que Él ya realizó en la Cruz y que pone a disposición de todos los seres humanos si abrimos nuestro corazón:

“En el nombre de Jesucristo, por su gracia y mi voluntad, yo perdono a, me perdono o perdono a Dios

Lo perdono por

Lo libero de toda culpa y te pido que lo bendigas a él/ella y a mí”.

Trabajo personal:

Cada persona hace una pequeña meditación en la que revisa:

- a quién debe perdonar y por qué.

Una vez que lo hayan contestado si lo consideran prudente lo pueden compartir matrimonialmente.



Trabajo grupal:

Se sugiere compartir las siguientes preguntas en base a lo trabajado:

- ¿Qué significa perdonar para mí?
- ¿Quién es para mí un ejemplo de perdón en mi vida?

Tener en cuenta

Puesta en común: No es fácil compartir experiencias dolorosas que implican traumas y dificultades con la familia de origen o con la familia de origen del cónyuge. Por eso queda a criterio del guía y de cada uno de los participantes lo que se quiera compartir.

Un par de criterios que pueden ayudar en el caso de hacer la actividad:

- 1. Absoluta libertad: nadie está obligado a compartir nada*
- 2. Si alguien decide compartir algo que sea:*
 - Verdadero: comparto algo que me pasó.*
 - Personal: comparto lo que a mí me pasó, no lo que le pasó a mi cónyuge*
 - Selectivo: decido qué, cuándo y cómo hacerlo.*
- 3. Acentuar las consecuencias positivas en el carácter y en la manera de relacionarnos fruto de la experiencia compartida, aunque esta haya sido dolorosa.*

