



No es lo mismo perdonar que retomar una relación. Hay que sopesar otros factores antes.

La opinión de la experta en mediación familiar María Álvarez de las Asturias, del Instituto Coincidir

La pregunta sigue en el aire ¿se puede perdonar una infidelidad en el noviazgo? Algunas de las personas que me han preguntado esto, creo que más bien lo que están pensando es ¿«tengo que perdonar una infidelidad de mi novio/novia»? Aquí tienen mi respuesta, que es mi opinión y, por tanto, no tiene por qué ser compartida.

Perdonar el daño que nos han hecho no es algo imperativo: no puedes obligar a alguien a quien has herido a que te perdone. Pero, a cualquiera que te haga daño, conviene que puedas perdonarle, entre otras cosas porque el perdón es liberador para quien perdona. Generalmente, este perdón puede llegar pasado un tiempo de la ofensa, con más dificultad de forma inmediata, cuando la herida está en carne viva y duele mucho.

Ahora bien, detrás de esa pregunta «¿tengo que perdonar?», me parece que algunos se plantean «si perdono, ¿eso equivale a que tengo que volver a la situación anterior a la ofensa/daño?». Como si el perdón tuviera que ir unido a borrar de un plumazo el hecho ofensivo.

La respuesta es ¡NO! Los hechos han ocurrido, la infidelidad se ha

producido. Y es una de las circunstancias que hieren más profundamente la relación de pareja. Por tanto: te perdono, pero ahora voy a pensar qué voy a hacer a la vista de lo que ha sucedido.

Llegados a este punto, me gustaría decirte que nadie puede decidir por ti si quieres continuar con la relación o romper: lo tienes que decidir tú. Tal vez te puede ayudar sopesar las circunstancias: ¿te ha pedido perdón, o no le parece un hecho relevante?; ¿ha sido un hecho puntual, o que se repite?; ¿en otros aspectos de vuestra relación te ha demostrado que merece o que no merece tu confianza?

Dos decisiones, ambas legítimas

Si decides romper, eso no significa que no hayas perdonado; son dos cosas distintas. Es perfectamente compatible perdonar y no querer continuar un noviazgo con una persona en la que ya no puedes confiar.

Digo esto porque puede haber confusión entre las dos cosas, comentarios como «si me perdonaras de verdad, no romperías conmigo». Este es un comentario trampa: insisto en que puedes perdonar y no querer continuar ese noviazgo.

Si decides seguir adelante, tómate tu tiempo. Hace falta un camino para recuperar la confianza perdida; la parte que ha sido infiel debe entender y aceptar que hará falta tiempo para demostrar que es merecedor de tu confianza.

Por otro lado, el perdón no es magia: quiero decir que también es normal que, una vez decidido que perdonas esa infidelidad, en algunos momentos surjan reproches, rabia, enfado... porque esa herida todavía no ha cicatrizado y se vuelve a abrir hasta que salga todo el daño que queda dentro.

Y es que una cosa es la decisión de perdonar y otra vivirlo con paz: el que ha sufrido la infidelidad, con frecuencia, se siente mal porque «quiero perdonar, pero cierro los ojos y los veo juntos». ¡Claro que sí, es normal!

El perdón como acto de la voluntad, ES PERDÓN: si decides perdonar al otro, ya le has perdonado. Pero esa decisión no baja inmediatamente al corazón: que haya una vivencia de ese perdón no es algo automático. De nuevo, necesita tiempo para que el proceso de perdón cierre la herida, deje de estar en carne viva y sólo quede una cicatriz cerrada.

Espero haberles ayudado con estas reflexiones.

María Álvarez de las Asturias en es.aleteia.org