

El Perdón: “Hacer de la herida mi victoria”

https://radiomaria.org.ar/_audios/21127.mp3

12/03/2016 – El Dr. Claudio García Pintos, Licenciado, Dr. en Psicología por la Pontificia Universidad Católica Argentina, y especialista en Logoterapia, con la que se conectó en el año '78, tuvo el privilegio de conocer y tener relación personal con Viktor Frankl, fundador de la Logoterapia, a quien generalmente lo conocemos por su libro “El hombre en busca de sentido”. En diálogo con Radio María habló sobre los beneficios de perdonar y dejó algunas herramientas para poder hacerlo.

¿Se puede aprender a perdonar?

A la hora de perdonar es bueno “reconocer en el otro a un par tan vulnerable como yo”.

“Una de las cosas más difíciles que nos cuesta transitar en la vida es perdonar en general, perdonar al otro, perdonar a la vida, pero el perdón más difícil de lograr es el perdón a uno mismo”.

El perdón tiene que ver básicamente con la comprensión de la vulnerabilidad de la naturaleza humana y sus limitaciones, el error, la ignorancia.

Por otra parte señaló que “las heridas dejan una cicatriz. Ahora, si constantemente meto el dedo en la herida impido que esa herida cicatrice”.

Para lograr crecer en la capacidad de perdonar, el Dr. Claudio García Pintos dijo que “lo primero que hay que hacer es entrar en diálogo con uno mismo, escuchar la voz de la conciencia”.

La Voz de la conciencia

“Es como una bombita que siempre está, no hay que construirla, es ese aspecto sano, bueno que todos tenemos”, dijo el Dr. refiriéndose a la voz de la conciencia.

Y agregó que, si a esa bombita la cubro con pantallas, que pueden ser los vicios, las limitaciones, los miedos, estos van a impedir que podamos escuchar esa voz que seguramente ponga luz sobre la situación por la cual estamos pasando.



“El que se quema con leche ve la vaca y llora”

En torno a este famoso dicho el Dr. Pintos dijo que, “el que se quema con leche, tiene que saber que la leche caliente quema, y tiene que saber manejar con prudencia la leche caliente y si la maneja con prudencia, puede disfrutar de la leche tibia”.

“Si yo aspiro a ser mejor persona, ahí voy a comprender que perdonar no es debilidad. Hay que tener coraje para poder perdonar, hay que tener templanza. Vale la pena esto”, indicó Claudio García Pintos.



En los estudios de la Radio estuvieron presentes representantes del Centro de Logoterapia Metahumanitas de Córdoba. Lic. Cecilia Barovero, Lic. Mirtha Sorbera y Dr. De Los Santos Lima.