

Como una mosca en día de calor  
Rebeca Reynaud

**Con el rencor las heridas no cicatrizan nunca;** por eso es tan tóxico en el plano psicosomático y en el espiritual, constituyendo muchas veces el hábitat adecuado para el desarrollo de tumores. Curar el rencor es una labor de sanación interior, esa curación se consigue con el perdón. El perdón es un acto de nuestra voluntad, que con la ayuda de Dios escoge desechar la venganza, lo que implica dejar de acusar, de juzgar, de perseguir y castigar al agresor o al otro. En cambio, se le desea el inmenso bien de que se arrepienta. Necesitamos sentirnos perdonados por Dios para ser capaces de perdonar. (cfr. Javier Luzón, *Las seis puertas del enemigo*, Ed. Altolacruz, España 2017, p. 112s).

No se trata de buscar un culpable sino de encontrar una solución. San Juan Crisóstomo llega a decir que "nada nos asemeja tanto a Dios como estar dispuestos al perdón" (*In Mat homiliae* 19,7).

El Papa Francisco comparó el rencor a una mosca en día de calor. Y pregunta: ¿Te lo llevarás a la tumba? ¡Cuántas lágrimas y sufrimientos podrían evitarse, si el perdón y la misericordia fuesen el camino de nuestra vida! ¡Cuántas familias desunidas! ¡Cuántos hermanos y hermanas que guardan rencor! Hay que reconciliarse cuanto antes. La Siracide dice: "Recuerden el final y dejen de odiar". En cuanto menos lo pensemos, estaremos en un ataúd.

En el rencor hay culpa. En rencor es un sentimiento de hostilidad o de gran resentimiento hacia una persona a causa de una ofensa o un daño recibido. El resentimiento es ira reprimida". Cuando hay resentimiento estamos siempre de mal humor, nos quejamos de todo, nos volvemos sarcásticos e hirientes, todo criticamos, todo nos parece mal.

El resentimiento nos lleva a culpar y responsabilizar a otro por las aflicciones personales, por la ofensa o por la falta de alegría, y no se busca la respuesta dentro de uno mismo. Cuando no se cumplen las expectativas, quieres controlar todo y tienes planes y proyectos inflexibles e inamovibles.

Heráclito de Efeso escribió: *Hay que mostrar mayor rapidez en calmar un **resentimiento** que en apagar un incendio, porque las consecuencias del primero son infinitamente más peligrosas que los resultados del último; el incendio finaliza abrazando algunas casas a lo más, mientras que el **resentimiento** puede causar **guerras** crueles con la ruina y destrucción total de los pueblos.*

El resentimiento es volver a sentir tratando de no sentir, pero hay ira y enojo. Es como un veneno que altera la salud interior. "El resentimiento es ira reprimida". Cuando hay resentimiento, dice Gloria Eva "estamos siempre de mal humor, nos quejamos de todo, nos volvemos sarcásticos e hirientes, todo criticamos, todo nos parece mal".

El resentimiento nos lleva a culpar y responsabilizar a otro por las aflicciones personales, por la ofensa o por la falta de alegría, y no se busca la respuesta dentro

de uno mismo. Cuando no se cumplen las expectativas, quieres controlar todo y tienes planes y proyectos inflexibles e inamovibles.

Francisco Ugarte, filósofo mexicano, tiene un libro sobre el tema titulado "*Del resentimiento al perdón*" (Ed Panorama), que es todo un tratado de cómo manejar la susceptibilidad, tan propia de nuestro pueblo. Afirma que el resentimiento aparece como reacción a un estímulo negativo que hiere el propio yo. Luego agrega que "la voluntad débil es también origen de resentimientos", pues "al no alcanzar lo que desearía, la voluntad influye sobre el entendimiento para que éste deforme la realidad y quite valor a aquello que no ha podido conseguir".

El resentimiento, dice Ugarte, "es quizás el peor enemigo de la felicidad porque impide enfocar la vida positivamente y aleja a la persona del bien que le corresponde como ser humano" (p. 21). Y continúa: "La tendencia a girar en torno a sí, a convertir el propio yo en el centro de los pensamientos y en el punto de referencia de todas las acciones se llama *egocentrismo* y es el principal aliado del resentimiento".