



A journey called forgiveness
Un viaje llamado perdón
原谅之旅

WORLD YOUTH PARLIAMENT

Beijing 2017

Promoted by



Idente Youth

Ad Deum propter humanitatem

Idente Youth – International
Via Aurelia 773, 00165 Roma
Tel. +39 06 65027500
adph@identeyouth.org



Fundación Fernando Rielo
C/ Goya 20, Madrid
Tel. +34 91 575 40 91
fundacion@rielo.com



Universidad Técnica Particular de Loja
San Cayetano Alto - Loja (Ecuador)
Tel. +593 1800 8875 88
www.utpl.edu.ec

Proemio

Hemos acariciado heridas ajenas
y hemos encontrado nuestra sangre.
La misma sangre que brotó
cuando aquella palabra dura
traspasó nuestro pecho.

El llanto nos ha limpiado los ojos
Ya no hay ruido
no hay razones
culpa.

Nuestras miradas se han vuelto niños
que sueñan abrazar sin condición
la humanidad que aman.

我们抚过他人的伤口，
摸到的是自己的鲜血。
当冷言冷语穿心而过，
那血就曾经这样滴落。

当泪洗涤了我们双眸，
于是再没有嘈杂喧嚣，
也不计较有理或有错。

赤子双瞳的目光灼灼，
从此在我们眼里闪烁。
梦想着无条件地拥抱，
我们深爱的人性广博。

We have caressed the wounds of others
and have found our own blood.
The same blood that was shed
when that harsh word
trespassed our chest.

Weeping has washed our eyes
Now, there is no noise
no reasons
no guilt.

Our glances have become children
that dream of unconditionally embracing
the humanity they love



Photo: Ekaterina Krat

PARLAMENTO UNIVERSAL DE LA JUVENTUD BEIJING 2017

Relaciones
interpersonales: claves
para una nueva
civilización

"Un viaje llamado
perdón"

MANIFIESTO PUJ 2017

I Constatación de hechos, causas y consecuencias

1.

Los jóvenes del PUJ, de diferentes países, detectamos desde nuestra experiencia personal, que vivimos en una sociedad con relaciones interpersonales profundamente deterioradas. La falta de amor y de generosidad es la principal causa de esta degradación, ya que el amor debería ser el fundamento de todas nuestras relaciones. Somos seres relacionales y la ruptura de nuestro vínculo con los demás desvirtúa nuestra propia naturaleza, llevándonos al sufrimiento y a la falta de sentido de la vida

2.

Uno de los principales síntomas de esta realidad es el individualismo que se manifiesta en el aislamiento, la desvirtuación de la comunicación, la falta de espíritu de colaboración e interés por los demás, así como en el deseo de autosuficiencia. Todo ello potenciado por la cultura de la competitividad insana, que nos separa al contraponer mis metas con las de los demás, así como la mala utilización de los medios tecnológicos, que muchas veces sustituyen el

trato humano necesario para establecer relaciones maduras.

3.

También se manifiesta, especialmente en las grandes ciudades, en la cultura del anonimato, que nos incita a creer que nuestros actos no tienen repercusión y se disuelven en la multitud. Por tanto, tendemos a aislarnos, a no establecer diálogos, compromisos o lazos con los demás. Esto nos impide descubrir quiénes somos verdaderamente, y manifestarnos con nuestro verdadero valor: la capacidad de amar y ser amados.

4.

En ocasiones nos sentimos rechazados, no "encajamos" con determinados perfiles laborales, sociales, de comportamiento, etc. Todo ello nos puede llevar a un creciente desinterés por el entorno o a luchar desordenadamente por conseguir esta aceptación, muchas veces en función de nuestro desempeño, productividad, y raramente por la valoración de nuestra dignidad humana.

5.

Por otro lado, observamos diferentes formas de odio y violencia, que se presentan como un círculo vicioso: el mal que recibimos nos produce un sufrimiento que se convierte en pensamientos y sentimientos negativos hacia los demás y hacia nosotros mismos. El

resultado es el deseo de venganza y el despliegue de diferentes mecanismos de defensa que desarrollamos a fin de protegernos ante ofensas futuras. También puede llevarnos a la depresión, baja autoestima, desánimo, falta de responsabilidad y capacidad de iniciativa.

6.

Las malas experiencias humanas nos producen resentimientos, falta de confianza, frustración, prejuicios y miedos. Este estado interior de nuestra persona herida, potenciado por el orgullo, nos incita a provocar el mal a los demás, alimentando una vez más esta dinámica, en vez de utilizar el potencial humano que tenemos para vencer el mal con el bien, a través del amor

7.

Nuestra tendencia es, por tanto, evitar el riesgo que supone establecer relaciones profundas, principalmente por el miedo a no ser amados. Por ello, buscamos satisfacciones inmediatas y superficiales que no nos obliguen a vivir en estado de vulnerabilidad ante el otro y ante un referente transcendente de perfección. Finalmente acabamos por anquilosarnos, encerrarnos en nosotros mismos, y desear que todos nos sirvan y satisfagan nuestras necesidades.

II ¿Qué es el acto de perdonar?

8.

El perdón es un proceso de restauración de las personas implicadas en una situación dolorosa, relacionada con la ruptura del vínculo establecido con los demás. Es un don que recibimos y que hemos de pedir cada día, que nos dispone a hacer un esfuerzo para liberarnos de culpas, rencores y prejuicios, porque supone la valentía de reconocer y aceptar nuestras heridas y desear curarnos de ellas.

9.

El perdón es una manifestación de amor y de misericordia que nos trasciende, que ha de ofrecerse libremente, y con la humildad de reconocer que para ello podemos necesitar ayuda. El acto de perdonar y el de pedir perdón son una puerta abierta a la paz y a la verdadera alegría, tanto del que perdona como del que es perdonado. Aprendemos a perdonar a los demás, sabiéndonos perdonados y perdonándonos también a nosotros mismos. El perdón es clave para la convivencia humana.

Dimensiones esenciales del perdón

10.

Reconocemos que algunas dimensiones esenciales del perdón son: la firme decisión de perdonar, la acción del tiempo, la gestión de los recuerdos, la defensa de la justicia, su capacidad pedagógica, su incondicionalidad y el arrepentimiento.

11.

Cuando nos sentimos ofendidos, no podemos empezar el proceso del perdón si no es desde la firme decisión de perdonar. Cuanto antes tomemos esta decisión, mejor. El perdón requiere poner un esfuerzo de la voluntad y no declinar hasta lograr haber perdonado verdaderamente, por ello, demanda también determinación, paciencia y perseverancia.

12.

El tiempo nos puede ayudar a superar el odio y a calmar los sentimientos negativos. Nos ayuda a que se dé un cambio de perspectiva, por el que logramos ver los hechos de otra manera, con más esperanza. Con el tiempo también maduramos, crecemos como personas. Aunque no basta con la acción del tiempo, sino que son necesarias otras ayudas, y en ocasiones, un don especial.

13.

Es fundamental la forma cómo gestionamos los recuerdos. No se trata de borrar los acontecimientos de la memoria, pero sí

tratarlos adecuadamente para no reavivar el daño sufrido ni atribuyendo la culpa al otro.

14.

También es importante que reconozcamos con claridad el mal cometido y que lo separemos de la persona que lo ha causado. Esto es posible solo si miramos a la otra persona con inocencia, sin olvidarnos que todos somos seres heridos e imperfectos. Si queremos defender la justicia, debemos restaurar el bien (el vínculo entre las personas) y corregir el mal (la acción que produce la ofensa).

15.

La dimensión pedagógica del perdón surge del interés por ayudar al otro a crecer como persona y nos hace más responsables, honestos y libres. Cuando cambiamos la forma de trato hacia alguien que no obra rectamente, -cuando actuamos con misericordia- ayudamos al otro a cambiar. En cualquier caso, el verdadero perdón es incondicional, dado que es un acto de amor, y no depende de la respuesta del otro o de la rectificación del mal

III Cómo emprender el viaje

Un primer contacto con el silencio

16.

Para emprender el camino y aprender a perdonar, vemos que es necesario contener nuestros pensamientos nocivos y guardar silencio. Nos referimos, concretamente, al silencio interior que nos necesitamos vivir, con el objetivo de contrarrestar nuestros impulsos negativos, que surgen como reacción instintiva ante el mal sufrido. Esta forma de silencio requiere disciplina y educación interior. Es, además, un ejercicio continuo, y método necesario para el acto de perdonar.

17.

No se trata, por tanto, del silencio exterior que puede venir alimentado por el resentimiento y el orgullo. Tampoco consiste en mantener nuestra mente en blanco, sino luchar para transformar todos aquellos pensamientos y sentimientos negativos que nos alejan de los demás y nos quitan la paz.

18.

Desde este silencio, logramos distanciarnos de la ofensa y verla desde otra perspectiva. Nos permite tomar las decisiones de una forma más madura y prudente, menos basada en nuestras emociones, y buscando objetivamente el bien propio y ajeno; sin cometer otros errores que puedan provocar

nuevas heridas que agraven la situación. En el momento en que nos disponemos a guardar este silencio, logramos ver también la importancia del vínculo con el otro, la necesidad de superar el mal, de no sobredimensionarlo, y de abrirnos más a la misericordia.

Una nueva mirada desde la veracidad

19.

Creemos que para progresar en el viaje del perdón necesitamos adquirir una mirada nueva sobre los hechos. Tiene que darse un auténtico encuentro entre personas para que podamos descubrir la verdad en nuestras relaciones, porque ésta se encuentra cuando caminamos juntos, y no con la perspectiva de una sola parte. Esto significa: ir más allá de mi propia visión, muchas veces egocéntrica; saber que todos cometemos errores y que no siempre hacemos el bien que deseamos; que no somos mejores que los demás, más bien, debemos aprender a reconocer en primer lugar nuestros propios errores; y tener en cuenta que todos actuamos condicionados por nuestros miedos, prejuicios y sentimientos.

20.

La veracidad en nuestra forma de mirar se percibe también en reconocer que no soy la única persona que sufre, y saber ponerme en

el lugar del otro; recordar que muchas veces hemos sido perdonados y este hecho nos ha dado esperanza y paz, nos ha ayudado a superar nuestros propios límites y a sentirnos verdaderamente amados.

21.

Una mirada así nos ayuda a ser conscientes de que nuestros defectos y acciones no nos definen como personas, sino la capacidad de amar y ser amados; que somos realmente hermanos y, por lo tanto, podemos considerarnos mutuamente como seres trascendentes.

22.

Todo ello refleja una actitud de humildad y misericordia, que nace en nosotros mismos y se proyecta hacia los demás.

Descubriendo ayudas

23.

En el viaje del perdón es importante recordar, siempre, que no estamos solos y que necesitamos ayuda. No debemos confiar solamente en nuestras propias fuerzas y virtudes, sino aprender a salir de nosotros mismos y a acoger una fuerza que nos trasciende, que brota de lo más hondo y elevado de nuestra interioridad, y nos ayuda a superar nuestros propios límites.

24.

También consideramos fundamental reconocer con gratitud los dones que recibimos cada día y ponerlos al servicio de los demás, con generosidad y humildad; así como aprender a identificar las cualidades de las otras personas.

25.

El diálogo también es una importante ayuda para el perdón. En este sentido, vemos la necesidad de aprender a escuchar al otro, expresar nuestros sentimientos a algún amigo, oír también testimonios de otras personas en relación con el perdón, y dejarnos guiar por quienes sean modelos auténticos de integridad y sirvan de inspiración para nuestras vidas.

IV La aventura de pedir perdón

26.

Pedir perdón es un acto extremadamente noble, pero también puede ser muy sufrido. Supone un riesgo y requiere valentía, porque no sabemos qué nos espera y cuál será la reacción del otro. Requiere educar la propia voluntad a elegir lo mejor (salvar el vínculo con la otra persona) ante el mundo de nuestros miedos y posibles justificaciones.

27.

Reconocer que hemos hecho daño a alguien puede ser doloroso, pero es positivo porque nos ayuda a tomar la decisión de resolver el conflicto. Acallar la culpabilidad no es bueno, ya que nos desvía de una visión veraz de los hechos. Si no reconocemos nuestros errores es más difícil recibir el perdón. Por ello, la decisión de pedir perdón, que ciertamente no es fácil, nos guía hacia la restauración de nuestras relaciones interpersonales.

28.

La disposición para recuperar el vínculo perdido se materializa en una búsqueda, una verdadera aventura en la que uno toma conciencia del valor original de lo que se ha perdido; donde uno puede ver el valor de la persona más allá de la ofensa. Cuando superamos nuestros miedos y pedimos perdón, la respuesta positiva del otro nos concede una fuerza, un don que ayuda a cambiar nuestras conductas negativas. Es más, cuando se trata de una debilidad que nos cuesta mucho transformar, el gesto de misericordia del otro nos fortalece en el propósito de no volver a cometer el error.

V Vislumbrando la estación de llegada

Tres formas de perdón hacia un vínculo insospechado

29.

Somos todos hermanos, miembros de una misma humanidad, conectados por esencia en cuanto el ser humano es un ser relacional. El "tú" es la base fundamental de nuestra existencia, la razón de nuestro ser. Dado que somos relacionales, nuestra felicidad depende de la medida en la que sepamos crear un verdadero vínculo entre nosotros.

30.

Tenemos miedo a estar expuestos, conscientes de nuestra vulnerabilidad; pero la única vía a la felicidad es arriesgarnos a abandonar nuestra cárcel, salir de nosotros mismos, porque solo de esta apertura podrá emerger la persona que realmente somos, y que es mucho más que ser individuos. Es una paradoja, pero sabemos que solo la aceptación del dolor podrá liberarnos de pasarnos la vida huyendo del sufrimiento.

31.

Nuestras relaciones vienen embellecidas por el perdón, que es la forma más sublime e íntegra del amor. El perdón rescata nuestras relaciones interpersonales del ámbito formal y jurídico, confiriéndoles calor humano y belleza, como el oro con el que en Oriente se repara la cerámica rota. En efecto, es un gesto

inevitable para poder estar en relación con los demás y no quedarnos destrozados.

32.

La pregunta esencial que tenemos que plantearnos es: ¿Por el bien de quién debemos perdonar? Somos conscientes del poder curativo que el perdón ejerce sobre la persona que lo concede. Sin embargo, sanarse a uno mismo, alcanzar la paz interior, no agota los objetivos del perdón. Aún más hermoso es perdonar desinteresadamente. De hecho, si perdonamos solo por nuestro propio bien podemos, fácilmente, provocar el efecto contrario: nutrir una tendencia egoísta y narcisista, sofocando así el fruto más bello, que es la reconstrucción de la relación.

33.

Consideramos que perdonar es ante todo abrirse a un vínculo que tiene que abarcar posiblemente tres ámbitos: la restauración del vínculo para hacer de una historia rota una historia nueva; trabajar por su fortalecimiento; y la creación de otros nuevos vínculos para fomentar una relación constante con los demás.

34.

Ante todo, debemos recordarnos y recordar al mundo que todos cometemos errores y nos quedamos cortos en relación a la perfección que quisiéramos vivir. Pero el perdón nos guía a la esperanza, porque abre nuevas oportunidades, más allá de todo ello. Además, la misma constatación de nuestra fragilidad nos hace estar más atentos a los demás, pensando no solo en nosotros mismos, sino en el daño que podemos causar a otros. De hecho, solemos ser muy sensibles a las ofensas que sufrimos y a los defectos de los demás, pero muy insensibles a los males que causamos. Todo cambia en el momento en que afrontamos las dificultades no partiendo de éstas, sino de lo que tú significas para mí.

35.

El perdón implica un desprendimiento de uno mismo, que trae como consecuencia mirar al otro con ojos diferentes. Es necesaria mucha sencillez, confianza, apertura, naturalidad, humildad y disposición a mostrarse vulnerables, para acercarse al otro con esta nueva visión que significa la apertura a la ventana del perdón. Solo ello podrá abrir nuestra mente para que supere las complejidades de nuestras psicologías, profundizando en la importancia del vínculo que nos une por naturaleza.



Photos: Ekaterina Krat

Signed in:

Beijing, 9 August 2017,

at the headquarters of the Chinese People's Association for Friendship with Foreign Countries

The "wypers" from

Bolivia, Brazil, Cameroon, Chile, China, Colombia,

Ecuador, Germany, India, Italy, Japan, Mexico,

Peru, Philippines, Russia, South Korea, Spain, USA



Photos: Ekaterina Krat



Photos: Ekaterina Krat



Photo: Ekaterina Krat

In these past three years, we, the young people of the World Youth Parliament, have placed forgiveness as a key to our interpersonal relationships. It required total commitment, yet, thanks to this, we have seen the beauty of an authentic relationship. We have collected all of our experiences in this Manifest. We place it in your hands.

Nosotros, jóvenes del Parlamento Universal de la Juventud, hemos puesto el perdón como clave de nuestras relaciones interpersonales, en estos tres años de trabajo. Ha sido un ejercicio que ha requerido todo nuestro compromiso, pero gracias a ello hemos logrado ver la belleza que tiene una relación auténtica. En este Manifiesto hemos recogido nuestras experiencias. Las ponemos en tus manos.

我们，世界青年大会的年轻人，在这三年的工作中，把原谅作为我们人际关系中的关键。这是需要我们全身心投入的训练，但只有原谅才能让我们认识到一段真正的关系中的美好。这份宣言中凝聚了我们的经历体验，现在我们把交到你手上。

