

**Diccionario práctica****Resentimiento**

Es éste un término sobre el que Alfredo Rubio reflexionó especialmente en los últimos años de su vida. Su interés en señalar cómo el pasado incide en que cada ser comience a existir, le hizo notar cómo, para muchas personas, la relación con su «pre-historia» deviene conflictiva. Además, palpaba cómo el pasado de pueblos, naciones o Estados, el resentimiento por hechos acontecidos en el pasado marcaba a fuego las relaciones de los presentes.

El resentimiento aparece en la Carta de la Paz dirigida a la ONU como uno de los obstáculos para la paz.\* Así es cuando el resentimiento —un sentimiento que vuelve sobre sí repetidamente— se remite a algo acontecido antes de que quien lo siente hubiera sido nacido. Es decir, algo de un pasado del que no se es sujeto activo. En lo sucedido no se tiene arte ni parte, según la expresión popular. Y sin embargo, lo que sentimos respecto de esto condiciona nuestro presente, bien en las relaciones que establecemos —o dejamos de establecer— con otros, bien en la relación que mantenemos con nuestra propia persona.

Califica Rubio de «absurdos» estos resentimientos, y lo son porque no tienen fundamento en la realidad. Los presentes no pudieron incidir en el pasado de forma que éste no causara los males que les carcomen por dentro. Así que sus descendientes —nuestros contemporáneos— tampoco son culpables de lo sucedido. Es un sinsentido albergar resentimientos hacia ellos.

De lo que atañe a resentimientos causados por hechos más inmediatos a nosotros, nos acercamos en el apartado contiguo. □

\* Para ampliar este tema, V. TORRALBA, F. «El resentimiento: obstáculo fundamental para la paz», en RICCA, J. y otros. (1995): *Convivencia en el siglo XXI. La Carta de la Paz*. Barcelona: ESIN.

## El tema Encadenados al pasado

Un efecto del resentimiento es quedarnos atados al pasado de tal manera que nos impide avanzar vitalmente, porque nos desgastamos en revivir sentimientos antiguos. Significativamente, el resentimiento no remite a vivencias gozosas del pasado, sino sólo a las que se relacionan con el odio, la afrenta, la agresión, la injusticia, la mentira, o cualquier otra experiencia que consideramos —no que necesariamente lo sea— un mal para nosotros. Siendo así, lo que se repite incansablemente no es una sensación agradable, sino más bien agría. Inevitablemente, la persona se amarga de manera paulatina y, a menudo, termina por ahogarse en sus propios resentimientos.

En definitiva, esto provoca que nuestra libertad, que se desarrolla en el presente y orienta el futuro, pueda quedar mermada a causa de un pasado que no termina de quedar nunca atrás.

Cierto es que algunos de los hechos que provocan nuestro resentimiento son heridas que aún sangran; situaciones que hemos sufrido en primera persona. En este caso no podríamos aplicar el mismo calificativo de «absurdo» que señalábamos en la columna anterior. Tienen una razón de ser. Pero lo que nos atrevemos a cuestionar ahora es si tienen una razón de seguir siendo.

Y es que lo primero que salta a la vista es que quien seguro resulta perjudicado por el resentimiento es quien lo siente. Por el hecho de ser un sentimiento activo, quizás pueda provocar acciones —en forma de chantajes y venganzas,

por ejemplo— que afecten a otros. Pero los primeros afectados por nuestros resentimientos somos nosotros mismos, pues impiden nuestra verdadera felicidad y alegría. Por mucho que nos lo repitamos, un mal causado a otro no nos resarcirá de lo sufrido. Lo ya sucedido no puede cambiar. Y no terminamos de saborear el presente porque arrastramos una indignación desde hace tiempo.

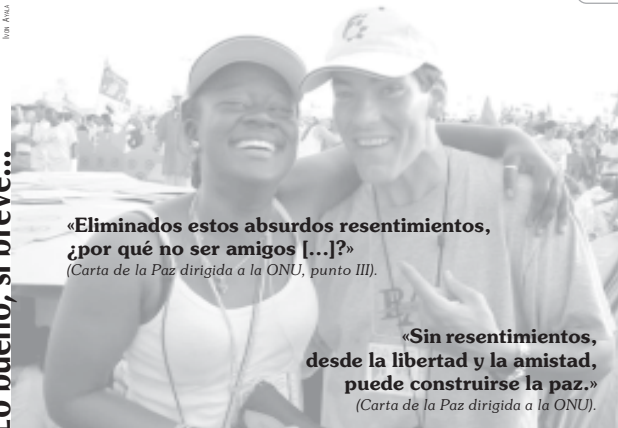
Parece conveniente hacer todo lo posible por asumir el dolor que se produce en nuestra vida. Cuando es por una agresión deliberada, y contemplada por el código penal, bueno es que se aplique la ley. Pero paralelamente no debe dejar de trabajarse la psicología y las emociones, para que sentimientos e ideas vayan serenándose. La virulencia no es buena compañera de camino. Y si no sabemos superar personalmente lo vivido, ninguna aplicación de

la justicia nos parecerá suficiente. En algún momento es bueno, quizás no olvidar, pero si superar lo que ya fue y no tiene vuelta atrás.

A veces estos resentimientos que nos amargan la vida remiten a falsos culpables. Falsos, porque no podemos considerar que tengan verdadera culpa de nada. Que nuestros padres sean de un determinado modo, que hayamos vivido unas circunstancias concretas en lugar de las que nos parecen óptimas, que el contexto de nuestro país marque de alguna forma nuestras vidas... Todo ello sólo es «culpable» si lo comparamos con parámetros ideales que, repetiremos una vez más, no existen en ningún lugar. Las realidades perfectas no existen. Existen vidas cuya perfección precisamente radica en que son reales. Resentirnos de que nuestra historia no sea «perfecta» es una expresión de infantilismo que puede hacerse crónica. □

PLIEGO • REALISMO EXISTENCIAL PARA TODOS  
sección **Carta de la Paz**  
*«Eliminados estos absurdos resentimientos, ¿por qué no ser amigos [...]?»*  
Llamada en Filosofía  
SALAMANCA

Lo bueno, si breve...



**«Eliminados estos absurdos resentimientos,  
¿por qué no ser amigos [...]?»**  
(Carta de la Paz dirigida a la ONU, punto III).

**«Sin resentimientos,  
desde la libertad y la amistad,  
puede construirse la paz.»**  
(Carta de la Paz dirigida a la ONU).