

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES



La importancia del perdón en nuestras vidas

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA
ESPECIALIDAD EN FILOSOFÍA Y RELIGIÓN

AUTORA

Judith Maquera Condori

ASESORA

Gissella Ana Flores Apaza

Lima, Perú

2025

METADATOS COMPLEMENTARIOS

Datos del autor

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos del asesor

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (obligatorio)	

Datos del Jurado

Datos del presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Datos del segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Datos del tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Datos de la obra

Materia	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma (Normal ISO 639-3)	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

REVISIÓN DEL TRABAJO ACADÉMICO

SEGUNDA ESPECIALIDAD EN FILOSOFÍA Y RELIGIÓN

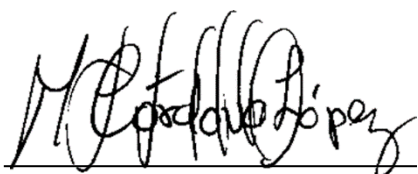
ACTA N° 376

Siendo las 09:00 a.m. del día 09 de abril de 2025, se inició el proceso de evaluación del Trabajo Académico de la egresada MAQUERA CONDORI, JUDITH, cuyo título es *“La importancia del perdón en nuestras vidas”* para optar el Título de Segunda Especialidad en Filosofía y Religión.

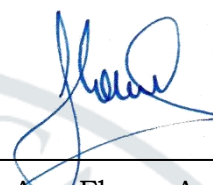
Habiendo concluido los pasos establecidos según el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae para la modalidad de Trabajo Académico, el Jurado Calificador a horas 10:00 a.m. le dio el calificativo de:

APROBADO

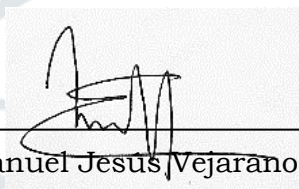
Es todo cuanto se tiene que informar.



Milagritos Del Pilar Córdova López



Gissella Ana Flores Apaza



Manuel Jesús Vejarano Ingar

Los Olivos, 09 de abril de 2025

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESORA DE TRABAJO ACADÉMICO CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Lima, 6 de diciembre de 2024

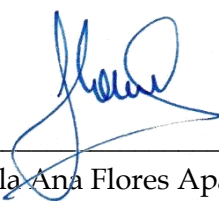
Señor,
MIGUEL EDUARDO MARTINEZ LA ROSA
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que el trabajo académico bajo mi asesoría, con título: “La importancia del perdón en nuestras vidas”, presentado por JUDITH CONDORI MAQUERA (código de estudiante 2024101082 y DNI 01870547) para optar el título profesional de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN FILOSOFÍA Y RELIGIÓN ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 8 %**. * Por tanto, en mi condición de asesora, firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



Gissella Ana Flores Apaza

DNI N°: 09976837

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6199-5203>

Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

ÍNDICE

Índice.....	2
Dedicatoria.....	3
RESUMEN.....	4
ABSTRAC.....	5
INTRODUCCIÓN.....	6
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
1,1 Descripción del Problema	8
1.2 Formulación del Problema:	11
1.3 Objetivo de la investigación	11
1.4 Justificación de la investigación.....	11
CAPÍTULO II: APROXIMACIÓN TEMÁTICA.....	13
2.1 Antecedentes de estudio.....	13
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	13
2.1.2 Antecedentes Nacionales	15
2.2 Aproximación temática.....	19
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	31
3.1 Tipo de investigación.....	31
3.2 Nivel de estudio	31
3.3 Estrategias de búsqueda de la información	31
3.4 Criterios de inclusión y exclusión	32
3.5. Bitácora.....	32
CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	37
4.1 Conclusiones.....	37
4.2 Recomendaciones.....	38
Bibliografía	39

Dedicatoria

Este presente trabajo está dedicado, primeramente, a Dios y luego a mis lindas hijas Cynthia y Ángela por su amor incondicional y apoyo constante.

A mis padres, por ser mi ejemplo de perseverancia y sacrificio. A mi hermano, por sus palabras de aliento en los momentos más difíciles.

A mis amigos, por estar siempre presentes, y consolándome en mis fracasos.

A todos ustedes, gracias por ser mi luz en el camino.

RESUMEN

El presente trabajo académico lleva por título *La importancia del perdón en nuestras vidas* cuyo objetivo que se desarrolló es describir la importancia del perdón en nuestras vidas, abordando desde diversas perspectivas el perdón para profundizar y reflexionar en relación a su práctica en nuestra vida diaria, empleándose desde un enfoque cualitativo, con tipo de investigación básica y en un nivel totalmente descriptivo, en este estudio se llegó a las conclusiones siguientes: La Iglesia enseña sobre el perdón porque recibe del mismo Jesús que es fuente de misericordia, Los beneficiarios son desde el ofendido, el ofensor y la comunidad en general y para conseguir perdonar es un proceso donde interviene Dios curando el interior de las personas.

Palabras claves: Perdón, misericordia y reconciliación

ABSTRAC

The present academic work is titled The importance of forgiveness in our lives, the objective of which was developed is to describe the importance of forgiveness in our lives, addressing forgiveness from various perspectives to deepen and reflect in relation to its practice in our daily lives, using From a qualitative approach, with a type of basic research and at a completely descriptive level, in this study the following conclusions were reached: The Church teaches about forgiveness because it receives from Jesus himself who is a source of mercy, The beneficiaries are the offended, the offender and the community in general and to achieve forgiveness is a process where God intervenes, healing the inside of people.

Keywords: Forgiveness, mercy and reconciliation

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo académico titulada *“La importancia del perdón en nuestras vidas”*, aborda el tema del perdón como un aspecto esencial en la vida del ser humano, tanto en su bienestar emocional como en su desarrollo social y espiritual, además se puede decir que el perdón es el acto de liberar sentimientos negativos, como el rencor, el resentimiento, la ira o el deseo de venganza hacia una persona, grupo o incluso hacia uno mismo, por una ofensa, daño o error cometido; en ese sentido, perdonar es una decisión personal que consiste en dejar en el pasado aquello que perturba nuestra alma y nuestro corazón. Sin duda, Jesús es el mayor referente del perdón e invita a todas las personas a poner en práctica la misericordia con el prójimo.

Por ello, en esta investigación se desarrolla el tema; en primer lugar, con la finalidad de motivar la reflexión sobre la importancia del perdón en la vida de todo cristiano; en segundo lugar, tomar a Jesús como modelo del perdón de todo cristiano que vive de cerca el amor filial y; finalmente, promover a la familia como lugar de encuentro entre Dios y los hombres donde experimentan el perdón filial y fraterno.

El objetivo de este estudio es analizar la importancia del perdón en nuestras vidas. La metodología empleada en esta investigación es de tipo básica, se desarrolló en un enfoque cualitativo, el nivel es descriptivo y un diseño no experimental.

Este trabajo de investigación se estructura de la siguiente manera:

En el Capítulo I, se desarrolló el planteamiento del problema, pregunta y objetivo de investigación, así como también la justificación teórica y por último la justificación social.

En el Capítulo II, se presenta los antecedentes nacionales e internacionales.

En el Capítulo III, se desarrolla sobre la metodología donde se encuentra el tipo y nivel de investigación, así como también las estrategias de búsqueda de información, así como también los criterios de inclusión y exclusión y por último la bitácora.

En el Capítulo IV, se desarrolla las conclusiones y recomendaciones. Finalmente, la bibliografía.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del Problema

A medida que pasa el tiempo el corazón de los hombres se ha ido transformando en un tempano de hielo, motivo por el cual el amor hacia a los demás cada vez se evidencia menos, en ese aspecto la capacidad de perdonar se va desvaneciendo, pero ello, podemos recordar y tomar como ejemplo a la figura de Esaú en el antiguo testamento, quien quería ver muerto a Jacob por robar la primogenitura; el ser humano está expuesto a sentir rencor, amargura, enojo, resentimiento, hacia su prójimo, incluso hacia sí mismo por la incapacidad de perdonar.

Según García (2017), el perdón es un proceso en el que se reconoce y se enfrenta el daño causado por una falta, en ese sentido, perdonar es muy importante porque conecta la memoria, la historia y el olvido; además, ayuda a curar las heridas personales y a crear un espacio donde las personas pueden recordar y entender lo que ha pasado. La falta de perdón al prójimo a lo largo de los años afecta más a sí mismo y puede llevar a padecer a diversas enfermedades producidas por las emociones negativas.

El Centro Nacional de Memoria Histórica (2012) en Colombia realizó un estudio de los años 1958 -2012 en el cual encontró que el conflicto que persistió por años ocasionó víctimas mortales que ascendieron a más de 218.094 personas, siendo el 19% correspondiente a 40.787 combatientes y el 81% restante corresponde a 177.307 civiles. El resultado estadístico fue desalentador por la cifra de víctimas que día a día iban en aumento; Colombia vivió momentos más sangrientos, hechos que contribuyeron a alimentar el rencor en el corazón de todo colombiano que sufrió una pérdida de un ser querido, dejando lejos la posibilidad de perdonar al ofensor. Del mismo modo Matta et al. (2018) determinaron que la ofensa provoca heridas tan profundas que emerge del corazón del hombre sentimientos como tristeza, dolor, rencor que los aleja de poner en práctica el perdón tan profundo, cabe resaltar que las personas que no participan en el ejercicio del

perdón experimentan actitudes negativas que influyen en su salud física, emocional y espiritual, en ese sentido, algunas personas persiguieron el afán de querer perdonar, pero no lo consiguieron, porque pudo más los sentimientos de resentimiento, odio, intolerancia, sed de venganza a la persona ofensora; en estos casos, hay la necesidad de un acompañamiento pastoral para que desde la mirada de la fe pueda descubrir el perdón como medio de liberación.

Por otro lado, Villa (2016) sostiene que la incapacidad de perdonar afecta negativamente la mente, cuando una persona encuentra en el odio un sentido para su vida, este sentimiento puede ir desgastando su salud física y mental. Cabe señalar que las emociones como la rabia, el dolor, la tristeza, el deseo de venganza y el resentimiento son inevitables en quienes han sido humillados o son víctimas en repetidas veces, estos sentimientos también tienen un impacto dañoso en su entorno social, bloquea en algunas ocasiones sentimientos como la empatía o la tolerancia. Por otro lado, perdonar contribuye a liberar a la persona tanto mental como físicamente, ayuda también a cerrar etapas y comenzar nuevas; en ese sentido, no se trata de rendirse, sino de afrontar de manera activa los problemas en las interacciones con los demás.

En el contexto nacional se han suscitado diversos aspectos que han aportado a polarizar la sociedad por ejemplo: la política, el deporte, violación de los derechos humanos etc. aspectos que contribuyen al resentimiento del corazón del peruano; por ello, la Comisión de la Verdad y la Reconciliación (2003) recogió lo ocurrido entre 1980 y el 2000 registrando 23,149 personas muertas y desaparecidas, unos a causa de asesinatos, ataques o atentados, que fueron reportados en situaciones de enfrentamiento armado, ello contribuyó a que cada vez el corazón guarde el rencor al ofensor por todo lo ocurrido.

Así mismo, Romero (2019) encontró que el perdón es una necesidad desde el punto de vista teológico, puesto que en la oración del padre nuestro se pide a Dios el perdón enfatizando

que el ser humano está dispuesto a perdonar; sin embargo, el problema es que la mayoría no pone en práctica lo que reza en la oración, agregando que la necesidad de perdonar es para que, no afecte la salud de aquel que perdona, porque no es aconsejable guardar rencor, odio, venganza porque se hace más daño aquel que mantiene un sentimiento negativo hacia el ofensor; al hombre le cuesta aceptar que el perdón es una necesidad, será porque corre el riesgo de ser considerado cobarde, blandengue a aquella persona que es capaz de perdonar, sobre todo en este tiempo que el individualismo va ganando terreno; por ello, es necesario mirar que el perdón tiene su raíz en la cruz con Jesucristo que concede el perdón a todo el género humano e invita también a perdonar.

Del mismo modo, Beltrán (2019) sostiene que la falta de perdón afecta negativamente la salud, en ese sentido, al no perdonar se mantiene el enojo, rencor y amargura lo que genera emociones dañinas. Una de las razones por las que se debe perdonar es para evitar los efectos perjudiciales de estas emociones negativas, que pueden causar malestar psicológico y físico; sin embargo, puede correr el riesgo de que la persona ofendida al perdonar puede ser considerada como sumisa y blanco de otra posible agresión, en ese sentido, se debe tener en claro que al perdonar puede optar por no continuar con la relación ya sea amical o de pareja con el ofensor.

De tal manera, Parraguez (2020), nos dice que el perdón es un proceso complejo que se hace de manera voluntaria ofreciendo buena voluntad hacia quien ha ofendido, en ese sentido, al perdonar sinceramente se encuentra paz y se sana las heridas internas.

Por otro lado, la incapacidad de perdonar puede generar en la persona que se aferre al rencor dificultando la paz interior y el fortalecimiento espiritual; así mismo, la amargura y el resentimiento puede apartar al ser humano de la relación cercana con Dios y con el prójimo, además de bloquear la empatía y la compasión hacia los demás. Por tanto, el presente estudio buscar presentar el perdón desde la óptica de la fe cristiana con la finalidad de ayudar a ser mejores

cristianos y poder irradiar con la actitud reconciliadora en los diversos espacios donde se desenvuelven.

1.2 Formulación del Problema:

¿Qué importancia tiene el perdón en nuestras vidas?

1.3 Objetivo de la investigación

✓ Analizar la importancia del perdón en nuestras vidas

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1. Justificación teórica

Esta investigación es importante; en primer lugar, porque busca sustentar las bases teóricas con diversas fuentes de información actualizadas como Dialnet, Alicia, Repositorios de universidades u otras fuentes confiables; en segundo lugar, porque busca reflexionar referente a lo necesario del perdón en la vida del ser humano desde la óptica de la fe cristiana y; en tercer lugar, porque servirá como antecedente de estudio para futuras investigaciones que busca profundizar el tema la cual es objeto de estudio.

1.4.2 Justificación social

Este trabajo académico es importante en cuanto a lo social por las razones que a continuación señalo: la primera razón es que busca que cada cristiano reflexione sobre la importancia del perdón en nuestros días y para que ello sea posible es necesario tener a Jesús como ejemplo de perdón, la segunda razón es que la práctica del perdón beneficia la salud física, emocional y espiritual de cada individuo, y por ende de la sociedad y, por último, ser agente del

perdón ayuda a poner en práctica valores como solidaridad, empatía y compasión actitudes que ayudan a construir una sociedad más justa y fraterna.

CAPÍTULO II: APROXIMACIÓN TEMÁTICA.

2.1. Antecedentes de estudio.

2. 1. 1. *Antecedentes internacionales*

Serrano y Cázares (2019) realizaron un estudio denominado *¿Qué y por qué perdonar?: una revisión deflacionaria de la moralidad del Perdón*, tuvo como objetivo argumentar el concepto del perdón y su implicancia en el contexto. En cuanto a la metodología es de un enfoque cualitativo, el tipo de investigación es básica y su nivel descriptivo. Los autores señalaron que la ofensa que se perdona no se considera simplemente como un daño o una herida cualquiera, sino como un daño moral, por ello, el resentimiento que se siente impide perdonar al ofensor. Sin embargo, el arrepentimiento hace merecedor al ofensor a recibir el perdón. Llegaron a las siguientes conclusiones que el perdón al ofensor puede considerarse bajo dos condiciones: en relación al estatus moral del agraviado teniendo en cuenta las normas de moralidad y el proceso de perdonar que se entiende de dos maneras: una que requiere cumplir ciertas condiciones por parte del ofensor y el ofendido, y otra que permite el perdón sin condiciones, siendo un acto gratuito del agraviado.

Castaño (2021) presentó su tesis de investigación titulada *Experiencias de perdón proyecto de vida y reconciliación, aportes a la construcción de paz*, para obtener el grado de Maestro en justicia social y construcción de paz de la Universidad de Caldas , cuyo objetivo fue analizar las experiencias de perdón del proyecto de vida, desde la posición de excombatientes y víctimas y su impacto para la consolidación de proyectos de vida y, procesos de reintegración y reincorporación a la sociedad civil. La metodología que empleó fue un enfoque cualitativo, su población fue de 10 personas y su muestra se enfocó en 7, la técnica empleada fue la entrevista y la observación, los instrumentos que utilizaron fue el guión de entrevista y el formato del diario de

campo. El autor sostiene que el perdón se ha entendido como un don divino, una capacidad que proviene de Dios y permite a una persona alcanzar su salvación, además enfatiza que desde la perspectiva religiosa, el perdón se ve como un proceso en el que las personas reflexionan y se esfuerzan por resolver sus diferencias de manera pacífica. Entre las conclusiones que presentó fue que el perdón y la reconciliación son acciones que ayuda a interiorizar y reflexionar al individuo después de un conflicto con la finalidad de construir la paz, en ese sentido, el perdón es el único camino de la reconciliación para poder tener un país en unidad y fraternidad. En el marco de perspectivas positivas se busca acciones de perdón con la finalidad de buscar un proyecto de vida distinto que ayude a superar los momentos difíciles y se ponga en marcha valores como la perseverancia, la esperanza y la solidaridad.

Gallo (2023), desarrolló una investigación denominada *El perdón hacia uno mismo y los rasgos narcisistas de la personalidad*, para obtener el grado de doctora en la Universidad Pontificia Comillas, el objetivo que planteó fue adecuar a la población española a una responsabilidad social en cuanto a deseo de reconciliación y perdón a uno mismo. En cuanto a la metodología, el nivel de investigación fue descriptiva, el tipo de investigación fue básica, la muestra fueron 152 españoles 83 mujeres y 69 varones, el instrumento fue la encuesta. Los resultados que presentó dicha investigación fueron que 59.89 de los encuestados pueden asumir la responsabilidad frente a una actuación errónea, el 76%54 de las personas pueden llevar a cabo el proceso de perdonarse a sí mismo. El autor sostiene que el perdón hacia uno mismo se puede entender como una serie de pasos en los que la persona: reconoce que hizo algo que lastimó a alguien, siente arrepentimiento y poco a poco disminuye su vergüenza, se compromete a mejorar y a actuar de una forma que repare lo que hizo y al final logra sentirse mejor consigo mismo, aceptarse y tener compasión por sus errores. Concluye manifestando que el modelo propuesto plantea una idea innovadora: aplicar

la teoría del auto-perdón para ver si esta práctica tiene un efecto positivo en el bienestar psicológico de las personas; además, el modelo señala que el narcisismo adaptativo puede ser beneficioso especialmente para la autoestima, mientras que el narcisismo desadaptativo tiende a tener un impacto negativo tanto en quien lo experimenta como en quienes le rodean.

Agustina (2023), en su trabajo de investigación titulado *El perdón y los vínculos del ofensor con la ofensa y la comunidad*, tesis para obtener el grado de doctor en la Universitat de Barcelona, cuyo objetivo que planteó fue describir la conciencia del ofensor en relación a la ofensa con la comunidad y cuál es el papel en relación a estos vínculos. En cuanto a la metodología se encuentra enmarcada en un enfoque cualitativo. El diseño de la investigación se desarrolló en tres fases: exploratoria, estudio de caso y diseño de propuesta. El autor sostiene que la palabra perdón viene de una idea que significa dar más de lo necesario, también se puede decir que el perdón es una acción buena, algo moralmente positivo que ayuda a reconstruir relaciones y fortalecer los vínculos entre las personas. La investigación concluye que los participantes menores de edad se sintieron muy solos durante la ofensa, con una percepción equivocada del ofensor, creyendo que este acto les había quitado oportunidades a futuro. Se sintieron emocionalmente abandonados, desconectados de sus seres queridos, y asumieron que el daño era irreversible, lo que los llevó a cargar con la culpa de sus acciones negativas.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Parraguez (2020), realizó una investigación denominada *Programa personalista para la formación de actitudes hacia el perdón en padres de familia de una universidad de Chiclayo-2020*, para obtener el título de licenciado en educación secundaria: Filosofía y Teología en la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, cuyo objetivo es diseñar un plan de formación promoviendo actitudes de perdón para los padres de familia de educación USAT. La metodología que desarrolló

fue un enfoque cuantitativo, su diseño fue no probabilístico, su muestra 32 padres de familia 24 damas y 8 hombres, entre los 38 y 58 años. El instrumento que empleó fue la escala Heartland de perdón sus resultados fueron: el 31% tiene una alta disposición de perdonar, el 63% tiene una disposición media y por último el 6% presenta una disposición baja del perdón. Estos resultados evidencian que la mayoría de padres tiene actitudes para el perdón, por ello la necesidad de fortalecer estas actitudes para que se lleve a cabo. El autor sostiene que el perdón es un proceso complejo que se hace de manera voluntaria ofreciendo buena voluntad hacia quien ha ofendido, en ese sentido, al perdonar sinceramente se encuentra paz y se sana las heridas internas. Llegó a las conclusiones siguientes: manifiesta la necesidad de formar doctrinalmente a las familias desde una mirada teológica reconociendo que el perdón es la voluntad de Cristo, por ello la necesidad de un plan de formación pastoral dirigida a los padres de familia con la finalidad de elevar su disposición de actitud de perdón hacia los demás.

Cubas (2019), desarrolló la investigación titulada *Taller Educativo Teológico basado en el Perdón para disminuir los conflictos en los matrimonios del distrito de Luya-Amazonas – 2019, Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación Secundaria con Especialidad en Educación Religiosa* en la Universidad Cesar Vallejo, tuvo como objetivo elaborar un taller basado en las técnicas de perdón para fortalecer los matrimonios en conflicto en Luya Amazonas. La Metodología empleada en esta investigación fue un enfoque cualitativo, su diseño no experimental y su tipo de investigación fue básica, descriptivo, de un corte teórico. El instrumento que empleo fue el CADRI, la técnica usada fue una encuesta tipo Likert para analizar la realidad y luego una herramienta del perdón, de lado un castigo o una deuda pendiente, cuando las parejas no se perdonan, llevan consigo algo sin resolver lo cual les causa dolor, resentimiento, enojo y les quita la paz. Se llegó a las conclusiones de que los conflictos dentro del matrimonio se

originan cuando no encuentra consenso para resolverlos pacíficamente. El perdón es un medio mediante el cual, se puede obtener la paz. Los conflictos dentro del matrimonio quitan la paz por lo tanto es importante trabajar por el perdón que restaura la paz en el matrimonio, siendo los padres los primeros en dar el ejemplo a sus hijos para que vayan adoptando el hábito del perdón para replicar en la sociedad.

Romero (2019), realizó su estudio denominado *La esperanza del perdón: una posibilidad desde el rostro de Dios* tesis para obtener el grado de bachiller en Teología en la Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima, planteó su objetivo de identificar que el perdón encuentra su fortaleza en la esperanza centrada en la imagen de Dios. Desarrolló un tipo de investigación básica con un diseño no experimental, y se centró en un nivel descriptivo con la finalidad de profundizar sobre el tema de estudio. El autor señala que el perdón se encuentra en el espacio que se crea entre quien hizo daño y quien lo recibió o sufrió, además se complica cuando los actos cometidos son deliberados, violentos y extremadamente crueles, lo que hace difícil perdonar. Arribó a las siguientes conclusiones: que el perdón solo se puede dar, se acoge al Padre desde la fe y se centra en la esperanza como don de Dios, el mayor ejemplo es Cristo que fue coherente, quien hablaba y vivía el perdón con todos los que acudieron a Él. En ese sentido, la iglesia es la primera en anunciar y vivir el perdón con los demás cuando das una apertura sincera al Espíritu Santo en el corazón.

Huamán y León (2022) presentaron su tesis titulada *Escala del perdón en la relación de pareja: evidencias psicométricas en adultos de Lima Metropolitana, 2021*, para obtener el título profesional de: Licenciado en Psicología en la Universidad Cesar Vallejo, su objetivo fue determinar cuáles son las propiedades psicométricas de la Escala del perdón en la relación de pareja. La metodología que desarrollaron en cuanto al tipo de investigación fue tipo aplicada, su

diseño fue instrumental, la población fue 4,283,200 personas que tuvieron pareja, conviviente, pareja o matrimonio que pertenecían a Lima metropolitana, la muestra se consideró a 201 personas adultas que se encontraban con una pareja, la técnica que emplearon fue la encuesta, en su instrumento fue escala de perdón en la relación de pareja. Los autores señalaron que, según los estudios de la comunidad científica internacional, el perdón se considera una respuesta positiva ante los conflictos entre personas, la falta de perdón o una respuesta negativa hacia él suele estar vinculada a pensamientos negativos, como el deseo de venganza, la infelicidad, la amargura, así como la soledad, el estrés, el desgaste físico y la ira. Presentó las siguientes conclusiones : que la escala del perdón si es válida y confiable para su aplicación en parejas, los encuestados presentan mayor disposición a perdonar a sus parejas favoreciendo de esta manera a su vida y a la de los demás.

2.2 Aproximación temática

2.2.1 Génesis de la palabra perdón

En un pasaje del evangelio, Jesús dijo a sus discípulos que no hace daño lo que entra, refiriéndose a los alimentos, y enfatizó sino que hace daño lo que sale, refiriéndose a los sentimientos negativos que salen del corazón del hombre como el rencor, el odio, la venganza etc. Por ello, la clave para limpiar el corazón es el perdón. El perdón al ofensor por el daño causado, pero esta decisión viene de lo profundo del corazón. Para profundizar más de donde se origina la palabra perdón se cita a Cubas (2019) quien sostiene que el perdón en el Antiguo Testamento muestra a Dios como un ser misericordioso. Cabe resaltar que la palabra "misericordia" viene del latín y está formada por tres partes: "mísere", que significa "miseria" o "necesidad"; "cor", que significa "corazón"; y "ia", que implica una acción dirigida "hacia los demás". En lo expresado por el autor se resalta la naturaleza misericordiosa de Dios, que muestra cómo Dios que concede el perdón a su pueblo a pesar de sus rebeldías y desobediencias reflejando que el perdón divino va más allá de la justicia estricta y se convierte en un acto de compasión que busca la redención y restauración del hombre.

Por otro lado, Romero (2019) señala que, la palabra perdón tiene sus raíces en el término griego antiguo *afihmi*, cuyo significado alude a "poner en movimiento" o "dejar ir". Desde los tiempos de la Antigua Grecia, especialmente en los textos de Homero, *afihmi* se empleaba para describir el acto de liberar, por decisión propia a una persona o a un objeto sobre los cuales se tenía algún tipo de control o autoridad ya fuera en un sentido legal o de hecho. En este contexto, el perdón no era solo una cesión de derechos, sino un gesto de generosidad y autonomía, un acto deliberado de dejar ir a aquello que se tiene bajo dominio. Con el tiempo, el término pasó a interpretarse también como "remisión"; posteriormente en la época carolingia, la palabra se

extendió en el latín con el sentido de "donar por completo", es decir dar hasta el máximo posible. Cabe destacar que el perdón se encuentra en ese espacio que se crea entre la persona que ha cometido una ofensa y la persona que la ha recibido o sufrido, es decir es un terreno intermedio donde ambos pueden reconocer lo ocurrido y donde se abre la posibilidad de sanar la herida causada; en ese sentido, el perdón permite construir un puente entre quien causó el daño y quien lo padeció, ofreciendo la oportunidad de reconciliarse y dejar atrás el conflicto.

Así mismo, Kim et al. (2021) definen el perdón a uno mismo, manifestando que las personas se auto perdonan cuando, al darse cuenta de que han actuado en contra de sus propios valores, deciden dejar atrás el resentimiento y otros sentimientos negativos que podrían volverse dañinos. En su lugar eligen tratarse con bondad, compasión, respeto y generosidad, respondiendo a sí mismas desde el amor y el reconocimiento de su valor. En ese sentido, una persona que se valora así mismo podrá valorar también a los demás, por lo tanto, será alguien que no guarda emociones que enferman el corazón, por el contrario, tendrá un corazón limpio capaz de poner en práctica el perdón al ofensor.

Así mismo, Ambrocio (2024) sostiene que el perdón es un acto que comienza con el reconocimiento de la existencia de la culpa, aceptando que ha habido una ofensa o un daño. Cabe resaltar que, al reconocer esta culpa, el perdón se convierte en un proceso profundo de transformación y renovación, en el cual la persona que perdona da un paso hacia su propia sanación. Este camino implica un sacrificio personal, porque perdonar no es sencillo; significa también involucrar al otro, al responsable de la ofensa, en este proceso de liberación. En este sentido, a través del perdón se busca ir más allá del resentimiento o el dolor y, en su lugar, avanzar hacia una paz interior que, paradójicamente, incluye al otro en el proceso de curación.

El perdón, desde el punto de vista de los autores, abarca algo en común: la capacidad de perdonar surge desde el mismo corazón, permitiendo que la persona libere sentimientos negativos y permita que su corazón se purifique.

2.2.2 El perdón y la misericordia desde la óptica cristiana.

En algunas ocasiones de la vida, el hombre se pregunta si debe perdonar la ofensa o daño causado por otras personas. No se trata de responder a la ligera; en realidad perdonar, es un asunto serio. No es fácil tomar la decisión de olvidar la herida causa en el corazón. Sin embargo, para obtener una respuesta que ilumine al hombre con certeza, es necesario profundizar desde la perspectiva cristiana, basándose en la parábola de Mateo 18, 21-29, que relata la parábola del siervo sin misericordia. Esta parábola trata sobre la importancia del perdón y la necesidad de ser generosos en misericordia, tal como Dios lo es con el hombre. En este pasaje, Pedro le pregunta a Jesús cuántas veces debe perdonar a su hermano, proponiendo que siete veces sería suficiente, sin embargo, Jesús le responde que debe perdonar "setenta veces siete" resaltando que el perdón no tiene límites. Después, Jesús relata la parábola de un rey que perdona una gran deuda a un siervo. Sin embargo, ese mismo siervo, al encontrarse con otro que le debe una pequeña suma, lo manda a encarcelar por no pagarle. Cuando el rey se entera de esto, lo reprende y lo castiga, porque el siervo no mostró la misma misericordia que él había recibido. El mensaje principal es que el perdón no tiene límites y que se debe perdonar a los demás con la misma generosidad con la que Dios perdona a las personas. Jesús enseña que si no se muestra misericordia hacia los demás no se puede esperar recibirla de Dios, por lo tanto, ser misericordioso es un llamado a vivir el perdón como un principio clave en las relaciones humanas reflejando el amor y la compasión divina.

Por otro lado, Mechan (2023) señala que, al revisar el evangelio de Mateo, se observa que la misericordia de Jesús se muestra en sus acciones de sanación y su ayuda hacia las personas. Así,

no solo comunica el mensaje de misericordia a través de su palabra, sino también a través de sus obras, las cuales permiten conocer mejor al Padre. Desde la fe cristiana, perdonar es actuar movido por lo más profundo del corazón, lo que le hace posible perdonar al prójimo. Dejando en el pasado la frase antigua: ojo por ojo, diente por diente, desde la óptica cristiana: ama a tu prójimo como a ti mismo, lo que implica que el amor es el motor del perdón, dejando de lado el rencor, el resentimiento y el deseo de venganza. Todo cristiano debe vivir conforme a las enseñanzas y los principios cristianos.

Del mismo modo, Abriojo (2019) considera que las enseñanzas de Jesús, que reflejan el amor misericordioso del Padre, explican de manera más clara el sentido del perdón cristiano. Para algunos autores, este perdón es especial porque implica la presencia de Dios, quien actúa en el perdón para salvar. Así, el perdón no es solo una acción difícil propia de los seres humanos, sino que es, en esencia, un acto profundamente teológico y centrado en Cristo. Este perdón revela su verdadera profundidad en una relación de amor genuino y sincero, demostrando una capacidad de amar que va más allá de lo puramente humano.

De igual forma, Lopes (2020) señala que, el perdón es un acto dirigido hacia quien ha causado un daño intencional, al perdonar se disuelven la hostilidad y el resentimiento hacia la persona que ocasionó el daño; sin embargo, el perdón alcanza su mayor profundidad cuando se otorga con amor hacia esa persona y especialmente cuando esta se arrepiente y pide disculpas. El perdón no elimina la culpa ni el valor negativo generado por el daño ni tampoco la desarmonía entre quien causó el mal y Dios; simplemente reduce el conflicto y la enemistad surgidos entre la víctima y el ofensor debido a la ofensa.

El perdón desde la fe cristiana, es reconocer que el ser humano es débil por naturaleza, por ello puede cometer errores y ofender, a veces sin pensar en las consecuencias que puede tener la

ofensa. Sin embargo, desde la fe, se puede mirar con ojos de misericordia y optar por el camino del perdón, sabiendo que la persona que perdona se libera de sentimientos negativos como resentimiento, odio, y la venganza, y puede mirar con esperanza al pedir la misericordia de Dios.

Jesucristo es el rostro del perdón.- El mayor referente del perdón sin duda es Jesucristo quien enseña de una manera coherente, a toda persona de todos los tiempos que a través de parábolas de la misericordia nos muestra el verdadero rostro de Dios Padre. Romero (2019) manifiesta que Jesús es el rostro del perdón porque a través de Él, Dios ofrece reconciliación de manera generosa y sin condiciones. En ese sentido, este acto de reconciliación con Dios invita y motiva a las personas a reconciliarse también entre sí. Por esta razón, ambas acciones están profundamente conectadas, pues el perdón que uno recibe de Dios inspira a buscar la paz y el perdón con los demás. Así lo ilustra el pasaje en el que Jesús exhorta a reconciliarse con un hermano antes de presentar una ofrenda, demostrando que la reconciliación es esencial en la relación con Dios y con los demás. Quien toma la iniciativa de perdonar al hombre es el Señor, todo surge de su amor incondicional e invita a toda persona a experimentar su misericordia para poder compartirla con los demás.

Así mismo, Mehan (2023) señala que Jesús es el rostro del perdón porque en Él no se ignora el pecado humano, sino que ofrece misericordia, que no justifica ni minimiza el mal ni sus consecuencias. En lugar de ello, Jesús reconoce y acoge a quienes se arrepienten de corazón. Su perdón y compasión brotan de un amor profundo que se expresa en su disposición continua a perdonar y a entregarse por los demás. En ese sentido, el perdón no solo se ofrece, sino que también se vive como un acto de amor y misericordia incesante hacia todos.

Por otro lado, el Papa Benedicto XVI (2007), en su encíclica *Spe Salvi*, reflexiona sobre el perdón como parte esencial de la esperanza cristiana. Señala que el perdón de Dios, ofrecido a

través de la muerte y resurrección de Jesús, es la fuente de la salvación y el modelo que los cristianos deben seguir. El Papa explica que el perdón no solo se trata de recibir, sino también de dar, ya que es fundamental para superar el resentimiento y vivir en paz. Según el Papa, el perdón es un acto de amor que nos libera del egoísmo y nos abre al encuentro con Dios y con los demás. De este modo, el perdón se convierte en un camino de transformación interior, que nos acerca a la verdadera libertad y a la esperanza cristiana.

2.2.3 Características del Perdón.

El perdón es un proceso complejo que se da en el interior de la persona no solo emocionalmente sino también cognitivamente. El perdón tiene ciertas características que es importante profundizar para poder aclarar los puntos más resaltantes. Como lo señala Jankélévitch (2019), en primer lugar, la característica del perdón nace a partir de un hecho concreto que ocurre después de una ofensa, la cual se siente tanto a nivel personal como socialmente reconocida. En ese sentido, quien no le da importancia al daño sufrido no puede perdonar, ni mucho menos sentir la necesidad de hacerlo, ya que no acepta que hubo una verdadera ofensa. En segundo lugar, el perdón es un gesto generoso que el ofendido ofrece al ofensor, tras una ofensa que ha dañado su relación, y requiere un esfuerzo para concederlo. A diferencia de la clemencia, que es un acto individual y sin interacción, el perdón implica reconstruir la conexión entre ambas partes. Finalmente, en tercer lugar, El perdón, al no estar limitado por las leyes, abre la posibilidad de analizar cómo se relaciona con la justicia. Aunque va más allá del ámbito legal, no deja de reconocer que hubo un daño real que debe ser entendido, lo que implica investigar lo sucedido, identificar a quienes son responsables y encontrar maneras de reparar el daño causado.

Así mismo, Romero (2019) señala que el perdón se entiende como una acción inherente a la naturaleza humana, ya que implica una experiencia que conlleva una postura frente a lo

sucedido. Al perdonar, la persona transforma su actitud hacia quien le ha causado un daño, además, en este acto, se observa cómo quien otorga el perdón renuncia a toda expectativa o demanda hacia la persona que ha ofendido, de manera similar a una situación en la que la víctima reconoce la "deuda" que se le debe y siendo consciente de ella, elige responder con un bien que supera el mal. El perdón no elimina la necesidad de justicia. Más bien, es un acto que alguien que ha sido herido hace hacia quien le ha causado daño, donde se reconoce el mal que ha ocurrido y, a la vez, se rechaza. Aunque se dice que a veces es difícil rechazar el error sin rechazar a quien lo cometió, el perdón nos invita a separar a la persona de su acción. Esto significa que, aunque se perdona, no se aprueba lo que se hizo mal. Perdonar permite ver a la persona como alguien que sigue siendo valiosa, a pesar de sus errores, sin disminuir su responsabilidad por lo que hizo.

Del mismo modo, el Papa Francisco (2015), En la encíclica *Misericordiae Vultus* destaca varias características del perdón cristiano. En primer lugar, señala que el perdón es un actuar con misericordia, tal como lo hizo Jesucristo. Este perdón no es solo una actitud interior, sino un compromiso que se expresa en la vida cotidiana. Además, el perdón es liberador, ya que permite superar el resentimiento y el deseo de venganza, abriendo el corazón a la reconciliación. El Papa también enfatiza que el perdón rompe el ciclo de violencia y promueve la paz, tanto a nivel personal como social. Es un perdón incondicional, que no depende de si la otra persona lo merece, sino de la gracia de Dios. Finalmente, Francisco subraya que el perdón cristiano tiene un carácter transformador, pues al perdonar, el cristiano se asemeja más al corazón misericordioso de Dios.

El perdón es una decisión libre, un regalo que se da sin obligación, y no depende de que el ofensor lo pida. Es una acción que nace de la propia decisión de quien perdona, aunque esté relacionada con otra persona. En cuanto al perdón, es importante expresar que aunque demostrarlo no es lo único que lo hace verdadero, esta muestra sigue siendo valiosa. Esto se debe a que el

perdón implica una relación entre quien lo concede y quien ha causado el daño, aunque a veces esa persona nunca llegue a pedir disculpas.

2.24 Los beneficios del Perdón

Una persona al perdonar tiene más beneficios incluso más de aquel que recibe el perdón, porque cuando la persona es capaz de perdonar quiere decir que libera los sentimientos negativos que tenía guardados en el corazón que no le permitían ser feliz de alguna manera.

Según, Ambrocio (2024) manifiesta que Dios es profundamente misericordioso y que expresa esa misericordia tanto con sus acciones como con sus palabras. Su disposición a no tener en cuenta el mal cometido por los demás refleja su amor y comprensión infinita. Para la teología católica, el perdón es mucho más que un simple acto de olvidar una ofensa; es un proceso de transformación y renovación interna que requiere esfuerzo y sacrificio. En ese sentido, perdonar no es algo fácil, ya que implica aceptar al otro, al culpable, y permitir que forme parte de un proceso de sanación personal, tanto para quien perdona como para quien es perdonado. Desde la óptica cristiana, podemos decir que perdonar obedece a las enseñanzas de Jesús que nos invita a perdonar al hermano como él nos perdona, por tanto, cuando alguien perdona es porque tiene sanado su corazón y está libre de resentimiento, rencor o cualquier otro sentimiento negativo, y por ello, tiene la capacidad de perdonar, pero todo esto ha sido un proceso.

Así mismo, Matta et al. (2018) manifiesta que el perdón es un acto que libera a las personas, tanto a nivel individual como social. Va más allá del beneficio personal, contribuyendo al bienestar común. Implica reflexionar sobre uno mismo y aceptar los propios errores, como parte de la condición humana. Este proceso de reconocimiento y transformación da sentido pleno a la vida. Además, el perdón tiene el poder de sanar heridas, restaurar relaciones dañadas y promover una convivencia más armoniosa en la comunidad.

Del mismo modo, el Papa Francisco (2023) sostiene que, sin el perdón realmente no hay esperanza ni puede haber paz, en sentido, el perdón es como el aire fresco que limpia el ambiente envenenado por el odio; es un remedio que elimina el veneno del resentimiento, también es el camino que ayuda a calmar la ira y a curar las heridas profundas del corazón, esas que afectan tanto a las personas como a la sociedad. A través del perdón, es posible sanar y liberarse de las emociones negativas que dañan las relaciones y crean conflictos. Por tanto, perdonar permite que las personas se reconcilien con Dios, consigo mismas y con los demás, contribuyendo así a una comunidad más fraterna. El ser humano en su día a día, va experimentando una serie de emociones tanto positivas como negativas que con el paso de los tiempos pueden desencadenar favorablemente o negativamente, en ese sentido, es necesario despojar del cuerpo y sobre todo del corazón aquello que, puede ser nocivo para la salud de la persona.

Así mismo, el papa Juan Pablo II (1980) sostiene que la misericordia divina es importante para la humanidad contemporánea, ya que a veces se olvida la necesidad de experimentar la misericordia de Dios, para luego compartirla con los demás, en medio de una sociedad consumista que promueve el individualismo, el egocentrismo, el egoísmo, etc. Por ello, la propuesta de Juan Pablo II de vivir el perdón transforma el corazón, favoreciendo la mejora de la relación con Dios y con la comunidad. Así mismo, si se integran la justicia y la misericordia, se puede contribuir a la construcción de una sociedad más humana.

También, Francisco (2015) manifiesta que el perdón cristiano transforma profundamente la vida del ser humano. Le permite reconciliarse con Dios, recuperando la comunión y la paz interior que el pecado había quebrantado. Al perdonar, la persona sana sus heridas emocionales y espirituales, liberándose del rencor y del peso de la culpa. Este proceso impulsa una renovación personal, motivando un cambio de vida orientado hacia el bien y la misericordia. Además, el

perdón fortalece las relaciones humanas, fomentando la reconciliación en la familia, la comunidad y la sociedad. Promueve la justicia y la paz, ya que rompe el ciclo de venganza y abre caminos de diálogo y comprensión. Al participar en el perdón, el ser humano se convierte en un reflejo del amor de Dios, viviendo con mayor plenitud su vocación cristiana y contribuyendo a un mundo más misericordioso.

Finalmente, Tala y Valenzuela (2019) sostienen que el perdón, especialmente el emocional, se asocia con mayores beneficios en la salud mental que en la física. Promueve el bienestar, las emociones positivas y la satisfacción con la vida, al mismo tiempo que reduce problemas como ansiedad, estrés, depresión y otras dificultades psicológicas. Además, se vincula con menos síntomas en trastornos de personalidad, adicciones, trastornos alimentarios y traumas, y disminuye el riesgo de suicidio al mitigar emociones negativas y fortalecer redes de apoyo.

En conclusión, es vital tener presente que el perdón no solo trae beneficio físico y mental, sino sobre todo en el aspecto espiritual, es decir, un cristiano es capaz de perdonar porque tiene la gracia del Espíritu Santo y aleja del corazón el rencor, la venganza, la envidia etc. Es necesario poner en práctica el perdón para mejorar nuestra interrelación con los demás, pero, sobre todo, la cercanía con Dios se da de una manera natural y sincera con un corazón limpio. Por tanto, el verdadero cristiano tiene a Cristo como espejo y busca reflejar su amor y su perdón porque quien sabe amar también sabe perdonar.

2.1. Análisis crítico A continuación, se presenta un cuadro comparativo con los análisis y síntesis de los autores citados.

Tópico	Autor	Definición	Comentario
Génesis de la palabra perdón	Cubas (2019)	Dios que concede el perdón a su pueblo a pesar de sus rebeldías y desobediencias reflejando que el perdón divino va más allá de la justicia estricta y se convierte en un acto de compasión que busca la redención y restauración del hombre.	Dios toma la iniciativa y siempre mira al hombre con misericordia y siempre espera con los brazos abiertos dispuesto a perdonar siempre a pesar de las infidelidades de la persona, Dios busca siempre salvar a las ovejas de su rebaño.
	Ambrocio (2024)	El perdón es un acto que comienza reconociendo la existencia de la culpa, aceptando que ha habido una ofensa o un daño; cabe resaltar que, al reconocer esta culpa, el perdón se convierte en un proceso profundo de transformación.	El primer paso que puede transformar la vida del hombre, es reconocer su culpa o responsabilidad frente al daño causado para luego pedir perdón por el hecho, y perdonar en ese sentido es un don de Dios.
El perdón y la misericordia desde la óptica cristiana.	Mechan (2023)	Jesús es el rostro del perdón porque no ignora el pecado humano, sino ofrece una misericordia que no justifica ni minimiza el mal ni sus consecuencias; en lugar de eso, Jesús reconoce y acoge a quienes se arrepienten de corazón.	El mejor referente de la misericordia es Jesús, modelo de hombre coherente, que invita a experimentar la misericordia en relación a Dios para compartir con los demás, porque los que se acercan a Jesús encontrarán misericordia.
	Lópes (2020)	El perdón es un acto dirigido hacia quien ha causado un daño al perdonar se disuelven la hostilidad y el resentimiento; sin embargo, el perdón alcanza su mayor profundidad cuando se otorga con amor.	El saber perdonar tiene que ver con la fe firme que tiene la persona, una fe madura le ayuda a tomar la decisión de mirar la debilidad del ser humano desde la óptica de la fe cristiana acogiendo al hermano con sus fortalezas y debilidades.

Características del Perdón.	Romero (2019)	El perdón se observa cómo quien otorga el perdón renuncia a toda expectativa, la víctima reconoce la "deuda" que se le debe y siendo consciente de ella, elige responder con un bien que supera el mal.	Quien perdona elige responder con un bien para superar el mal, siguiendo el ejemplo de Cristo, quien perdonó incluso a sus enemigos, se puede decir que la gracia actúa tanto en aquel que perdono como aquel que fue perdonado.
	Jankélévitch (2019)	El perdón nace a partir de un hecho concreto que ocurre después de una ofensa, en ese sentido quien no le da importancia al daño no puede perdonar ni evitar la necesidad de hacerlo, porque no acepta que hubo una verdadera ofensa.	En este texto resalta la importancia de reconocer la ofensa, subrayando la importancia de validar la experiencia del ofendido como un paso previo al acto de perdonar que ayuda a trascender del perdón y promover la reconciliación.
Los beneficios del Perdón	Tala y Valenzuela (2019)	El perdón, especialmente el emocional, se asocia con mayores beneficios en la salud mental y física. Promueve bienestar, emociones positivas y satisfacción con la vida, reduce la ansiedad, estrés, depresión y otras dificultades psicológicas.	Se resalta el beneficio físico y mental que contribuye el perdón, es decir una persona que tiene la capacidad de perdonar está mejorando su salud, además de contribuir a fortalecer en el aspecto espiritual.
	Francisco (2023)	Sin el perdón no hay esperanza ni paz, en sentido el perdón es como el aire fresco que limpia el ambiente envenenado por el odio; es un remedio que elimina el veneno del resentimiento, ayuda a calmar la ira y a curar las heridas profundas del corazón.	El perdón viene acompañado de esperanza, que tiene su punto de partida en lo profundo de del corazón de donde emana todo lo bueno, con la mirada fija en Jesús que es misericordia invita al cristiano a ser también misericordiosos.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Tipo de investigación

Este trabajo académico es una investigación de tipo básica, tal como lo ratifica Álvarez (2020) que en este tipo de investigación el único objetivo es aumentar el conocimiento y la comprensión de una realidad específica. Así mismo, Castro et al. (2023), señalaron que, en la investigación básica o pura, el investigador se enfoca en explorar y descubrir nuevos conocimientos sobre los principios fundamentales del tema que se está estudiando. Por tanto, en este estudio se busca profundizar teóricamente el tema de la importancia del perdón y las implicaciones en torno a ella.

3.2 Nivel de estudio

En cuanto al nivel de estudio, se empleó el nivel descriptivo tal como lo sostiene Romero (2020) que, en este tipo de investigación, ya se tienen claras las características del fenómeno, y el objetivo es exponer y describir los aspectos que se encuentran en un grupo específico de personas. Se busca analizar cómo se manifiestan estos elementos en ese grupo. Por otro lado, Rojas y Gutiérrez (2022) sostienen que la investigación cualitativa es un proceso organizado que enriquece los datos con mayor profundidad, contexto y detalles únicos, permitiendo una indagación flexible, natural y holística. Facilita una comprensión más profunda del entorno y las experiencias.

3.3 Estrategias de búsqueda de la información

Para el desarrollo de este trabajo académico se ha empleado estrategias de búsqueda relacionado al objeto de estudio “La importancia del perdón en nuestra vida”. Para ello, se ha recurrido a fuentes católicas, donde se ha incluido la Sagrada Escritura y los documentos eclesiales, los cuales han fortalecido el estudio realizado. Así mismo, se ha tenido acceso a repositorios de distintas universidades nacionales y del extranjero, Google académico, etc.

3.4 Criterios de inclusión y exclusión Los criterios que he tomado en cuenta para admitir o excluir en el presente trabajo son:

CRITERIO DE INCLUSIÓN	CRITERIO DE EXCLUSIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Temporalidad la información se encuentra del rango de los 5 años como máximo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se excluyó a los que tenía más de 5 años de antigüedad.
<ul style="list-style-type: none"> - Idioma el idioma que predominó fue el español en las distintas investigaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> - Todo documento que no fuera en castellano.
<ul style="list-style-type: none"> - Bases de datos Fuentes confiables como páginas católicas, Catholic net, repositorio de universidades nacionales y extranjeras 	<ul style="list-style-type: none"> - Se excluyó fuentes de dudosa procedencia.
<ul style="list-style-type: none"> - Línea de investigación es decir de acuerdo a lo que estudiamos filosofía y religión. 	<ul style="list-style-type: none"> - Se dejó de lado todo aquello que no apunta a la línea de estudio.

3.5. Bitácora

Se presenta a continuación la gama de fuentes consultadas.

Tabla 1

Tipo de fuente	Tesis	Base de datos	Repositorio UCV
Título	<i>“Taller Educativo Teológico basado en el Perdón para disminuir los conflictos en los matrimonios del distrito de Luya- Amazonas - 2019”</i>	Año de publicación	2019
Autor	Liborio Neily Cubas Gonzales.	pp	88
URL	https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/30063		

Tabla 2

Tipo de fuente	Trabajo académico	Base de datos	ALICIA
Título	<i>El perdón en las parábolas de la reconciliación</i>	Año de publicación	2024
Autor	Felipe Cari Ambrocio	pp	39
URL	https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSS_19db3b8f28588355795444df97c58ea4		

Tabla 3

Tipo de fuente	Trabajo Académico	Base de datos	ALICIA
Título	<i>Programa de escuela de padres, fundamentado en la pedagogía de la misericordia, siguiendo la encíclica Dives in Misericordia</i>	Año de publicación	2023
Autor	Eliana Marely Mechan Effio	pp	45
URL	https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSS_02b00cce9f5efd58a01887e56a26ac27/Details		

Tabla 4

Tipo de fuente	Tesis	Base de datos	Repositorio FTPCL
Título	<i>La esperanza del perdón</i>	Año de publicación	2019
Autor	Marilyn Romero Abrijo	pp	41
URL	https://repositorio.ftpcl.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12850/720/Marilyn%20Romero%20Abrijo.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Hablar%20de%20perd%C3%B3n%20es%20posible,de%20Dios%20a%20nuestras%20vidas%3A		

Tabla 5

Tipo de fuente	Artículo de investigación	Base de datos	Scielo
Título	<i>Si Quiero Sanar, Debería Perdonar: Una Revisión Sobre el Perdón y la Salud</i>	Año de publicación	2019
Autor	Álvaro Tala T. Jonán Valenzuela A.	ISSN Vol (Ed) pp	0717-9227 58 (3) 251-258
URL	https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272020000300251		

Tabla 6

Tipo de fuente	Artículo de Investigación	Base de datos	Dialnet
Título	<i>El Perdón en el Pensamiento de Dietrich Von Hildebrand</i>	Año de publicación	2020
Autor	Eugénio Lopes	ISSN Vol (Ed) pp	1886-4945 16(2021) 455-473
URL	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8244055		

Tabla 7

Tipo de fuente	Tesis	Base de datos	Repositorio ucaldas
Título	<i>Experiencias de perdón, proyecto de vida y reconciliación, aportes a la construcción de paz: una mirada al proyecto “¿qué tal si nos reconciamos, quindío?”</i>	Año de publicación	2021
Autor	Joan Stephane Castaño Bermúdez	pp	135
URL	https://repositorio.ucaldas.edu.co/entities/publication/89cda960-1988-400b-9c0b-edb92564b72e		

Tabla 8

Tipo de fuente	Tesis	Base de datos	Repositorio USAT
Título	<i>Programa personalista para la formación de actitudes hacia el perdón en padres de familia de una universidad de Chiclayo-2020</i>	Año de publicación	2021
Autor	Inés Lucero Parraguez Macalopu	pp	35
URL	https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3319		

Tabla 9

Tipo de fuente	Tesis	Base de datos	Dialnet
Título	<i>El proceso del perdón en las relaciones íntimas: Consecuencia para el bienestar</i>	Año de publicación	2019
Autor	Ana María Beltrán Morillos	pp	355
URL	https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=240942		

Tabla 10

Tipo de fuente	Artículo de investigación	Base de datos	Scielo
Título	¿Qué y por qué perdonar?	Año de publicación	2019
Autor	Francisco Javier Serrano Franco	ISSN	2594-1100
	María del Rocío Cázares Blanco	Vol (Ed)	13(25)
		PP	83-103
URL	https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2019000100083		

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

Entre las conclusiones derivadas del estudio realizado, tenemos las siguientes:

- ✓ La iglesia es fuente de misericordia, recibida por nuestro Señor Jesucristo, Él enseña de manera plena sobre el perdón; basta recordar que Jesús en la cruz perdonó a los que lo torturaron y humillaron, e incluso pidió a Dios Padre por ellos. En la actualidad, el perdón de Dios se concreta en el sacramento de la reconciliación.
- ✓ El perdonar es una capacidad que tiene la persona, producto de un proceso o sanación interior que se evidencia perdonando al ofensor. Perdonar es sinónimo de olvidar la ofensa para empezar una nueva etapa en la vida del ser humano y el perdón cristiano encuentra su raíz en Cristo y desde su gracia perdona igual que Él.
- ✓ Las características del perdón cristiano es un actuar con misericordia, con compromiso. El perdón libera de sentimientos negativos, permite abrir el corazón y apuesta por la paz y la reconciliación, pero no solo eso, sino que lo valioso está en que el perdón cristiano, el cual transforma la vida de la persona para bien.
- ✓ Los beneficiarios del perdón son muchos. Uno de ellos es el ofendido, quien verá su corazón libre de resentimientos, sin rastros de rencor ni de odio a nadie. El segundo beneficiario del perdón es el ofensor, quien no tendrá culpa que afrontar gracias al buen corazón generoso del ofendido. En tercer lugar, está la comunidad, que experimentará un espacio de fraternidad.

4.2 Recomendaciones

Es necesario tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- ✓ Ampliar el conocimiento doctrinal a todo el pueblo de Dios, promoviendo un espacio dentro de la parroquia para la formación doctrinal, revisando no solo la Sagrada Escritura, sino también los documentos de la Iglesia, con el fin de descubrir el mensaje central de Cristo sobre el perdón desde la óptica de Jesús.
- ✓ Promover, desde la parroquia, la práctica del perdón fomentando el sacramento de reconciliación con una campaña que se denomine “Jesús te invita a experimentar el perdón”. Así mismo, crear espacios de perdón en la familia, escuela y comunidad.
- ✓ Fomentar en los jóvenes la importancia del perdón teniendo en cuenta a Jesús como modelo de vida. Asimismo, fomentar mediante textos bíblicos como las parábolas de la misericordia, para descubrir que Dios perdona al pecador y hace una gran fiesta en el cielo.
- ✓ Difundir en los murales parroquiales los beneficios del perdón, enfatizando que contribuye al bienestar emocional y espiritual de las personas y, por ende, a la salud. Por tanto, se debe practicar el perdón con frecuencia como medio para que los fieles se sanen interiormente.

4.3 Bibliografía

Agustina M. (2023). El perdón y los vínculos con el ofensor con la ofensa y la comunidad.[Tesis de doctoral, Universidad de Barcelona].

<https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/208246>

Ambrocio F. (2024) *El perdón en las parábolas de la reconciliación*. [Tesis de pregrado de la Universidad Católica Sede Sapientae]. Alicia

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSS_19db3b8f28588355795444df97c58ea

[4](#)

Beltràn A. (2019). *El proceso del perdón en las relaciones íntimas: Consecuencias para el bienestar*. [Tesis de doctoral, Universidad de Granada]. Dialnet

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=240942>

Beltràn M. & Montoya E. (2019). Perdón y reconciliación desde los alabaos en las comunidades afros del Pacífico colombiano. *El Ágora USB*, 19 (1). 19-34. Redalyc

<https://www.redalyc.org/journal/4077/407760724002/html/>

Benedicto XVI (2007), Carta Encíclica Spe Salvi. *Vatican. va*

http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/encyclicals/documents/hf_ben-

[xvi_enc_20071130_spe-salvi.html](http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/encyclicals/documents/hf_ben-xvi_enc_20071130_spe-salvi.html)

Cazares B. & Serrano F. (2019). ¿Qué y por qué perdonar? Una revisión deflacionaria de la moralidad del perdón. *En-claves del pensamiento*, 13 (25). 83-103

<https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1870->

[879X2019000100083&script=sci_abstract](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1870-879X2019000100083&script=sci_abstract)

- Castaño J. (2021). *Experiencias de perdón, proyecto de vida y reconciliación, aportes a la construcción de paz: una mirada al proyecto “¿qué tal si nos reconciamos, quindío?”*
[Tesis de Maestría, Universidad de Caldas]. Repositorio Ucaldas
<https://repositorio.ucaldas.edu.co/entities/publication/89cda960-1988-400b-9c0b-edb92564b72e>
- Castro, J., Gómez, L. & Camargo, E. (2023). La investigación aplicada y el desarrollo La investigación aplicada y el desarrollo la sociedad del siglo XXI. *Tecnura: Tecnología y Cultura Afirmando el Conocimiento*, 27(75), 40-174.
<https://doi.org/10.14483/22487638.19171>
- Cubas. (2019). *Taller Educativo Teológico basado en el Perdón para disminuir los conflictos en los matrimonios del distrito de Luya-Amazonas - 2019*. [Tesis de pregrado de la Universidad Cesar vallejo,]. Alicia.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_e322a9018e7b60561e6b3b504fac1ed7/Details
- Mechan Effio, E. M. (2023). Programa de escuela de padres, fundamentado en la pedagogía de la misericordia, siguiendo la encíclica Dives in Misericordia [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de Tesis USAT.
<https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/7772>
- Gallo K. (2023). *El perdón hacia uno mismo y los rasgos narcisistas de la personalidad*. [Tesis doctoral de la Universidad Pontificia las Comillas].
<https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/85388/1/TD00633.pdf>

- Huamán, L. (2022). *Escala del perdón en la relación de pareja: evidencias psicométricas en adultos de Lima Metropolitana, 2021*. [Tesis de grado de la Universidad Cesar Vallejo]. RepositorioUCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82441>
- Jankélévitch, V. (2019). El perdón Flammarion, *Revista Filosófica de Coímbra* 29(57). 265-290.
Dialnet
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8048171>
- Kim, J. J. (2021). Validating the Enright Self-Forgiveness Inventory (ESFI). 41, 7604-7617.P
Anales de Psicología / Anales de psicología.39(3)
<https://revistas.um.es/analesps/article/view/522011>
- Lopes, E. (2020). El perdón en el pensamiento de dietrich von hildebrand. *Cauriensia*, 13(2021). 455-473.Dialnet.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8244055>
- Papa Francisco (2017) Bula de Misericordia Vultus. Vatican va
https://www.vatican.va/content/francesco/es/bulls/documents/papa-francesco_bolla_20150411_misericordiae-vultus.html
- Parraguez I. (2020). *Programa Personalista Para La Formación De Actitudes Hacia El Perdón En Padres De Familia De Una Universidad De Chiclayo-2020*. [Tesis de grado de la Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Alicia
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USAT_0467af8b036056b608d15c57504af6ef/Details
- Ramos, C. (2020). Los Alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-6.Dialnet
<http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>

Romero A. (2019). *La esperanza del perdón Una posibilidad desde el rostro de Dios*. [Tesis de pregrado de la Facultad de Teología Pontificia]. Repositorio FTPCL

<https://repositorio.ftpcl.edu.pe/handle/20.500.12850/720>

Rojas-Gutiérrez, W. J. (2022). La relevancia de la investigación cualitativa. *Stodium Veritatis*, 20(26), 79–97. Repositorio UCSS

<https://doi.org/10.35626/sv.26.2022.353>

Tala A. & Valenzuela J. (2020) Si Quiero Sanar, Debería Perdonar: Una Revisión Sobre el Perdón y la Salud. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 58(3).251-258.Scielo

https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272020000300251