

Reflexión y crítica

Culpa, disculpa y exculpación

Xosé Manuel Domínguez Prieto

Resumen

El psicoanálisis ha reducido la culpa a un sentimiento enfermizo y así es entendido en general en nuestros días. Esta concepción se debe a la confusión entre el sentimiento de culpa y la culpa misma como situación ontológica de la persona. En el presente artículo se estudia la culpa como un cierto tipo de vivencia afectiva, distinguiendo entre sentimiento adecuado y sentimiento patológico. Se analiza el por qué, el qué y el para qué de este sentimiento. Se aborda después la culpabilidad como estado antropológico y, finalmente, se muestran los dos caminos de afrontamiento: el camino de la disculpa y el camino de la exculpación.

Abstract

The psychoanalysis has reduced the guilt to a sickly feeling and in this way it is understood in general in our days. This conception must to the confusion between the feeling of guilt and the same guilt like ontological situation of the person. In the present essay the guilt is studied like a certain kind of affective experience, distinguishing between a suitable feeling and pathological one. It is analyzed the reason, the being and the purpose of this feeling. The guilt like anthropological state is approached later and, finally, are both facing ways: the way of the excuse and the way of the exculpation.

1. La «mala prensa» de la culpa

Está generalizada la concepción de la culpa como un sentimiento que debe ser eliminado porque, fruto de tabúes educativos, impide vivir con libertad. Así, ha impregnado el imaginario común la idea de que la culpabilidad está propiciada por dos instituciones: familia y justicia. Ambas tienen en común el castigo, que es causante de desarrollar el sentimiento de culpabilidad. Esta es la causa de la distorsión cognitiva y afectiva que tiene como resultado el pensamiento «Se me castiga, luego soy culpable». Por eso, cuando alguien se siente culpable, no falta quien le anime «a no sentirse culpable» y no fal-

tan los profesionales de la psicología y la psiquiatría que terminan implementando «técnicas» o administrando fármacos para poder hacer llevadero ese sentimiento y para, finalmente, eliminarlo por inadaptativo. Se supone, en fin, que si toda culpabilidad tiene su génesis en un tabú, eliminado éste quedará superada aquella. Semejante concepción se debe a varias causas: la primera es la confusión entre la culpa, el sentimiento de culpa e, incluso, la culpabilidad penal. En segundo lugar, la categorización de todo sentimiento de culpa como sentimiento morboso o patológico. En tercer lugar, a causa del reduccionismo que Nietzsche y Freud llevaron a cabo en la explicación del sentimiento de culpa, que ha terminado imponiéndose como verdad absoluta. Comenzando por esto último, trataremos de aportar alguna luz en el proceso de desenmadejar las confusiones más elementales que aquejan la comprensión de la culpa.

2. No a la culpabilidad: las propuestas de Nietzsche y Freud

Tanto Nietzsche como Freud afrontan la culpabilidad como conflicto que hay que disolver.

Para Nietzsche, el sentimiento de culpabilidad tiene su origen en el cristianismo, pues sitúa en la muerte de Cristo la salvación. Es la muerte la que salva. Por eso, vivir es ser culpable y ser cristiano es vivir con el sentimiento de culpa en el centro de la vida. Si Dios ha sido crucificado, todo lo que sufre es divino: esto es una degeneración de la vida. El hombre culpable es el resentido, el negador de la vida.

En *La genealogía de la moral* explica Nietzsche cómo los instintos que no se desatan, se interiorizan y crean en el interior la conciencia, el alma. Se crea una expansión hacia el interior de lo inhibido y reprimido. Los instintos de rencor, destrucción y crueldad dan lugar, abriéndose paso «hacia dentro», a la mala conciencia y el sentimiento de culpabilidad¹. Por eso, en *El Anticristo* afirma que el hombre religioso es un «tipo decadente», un enfermo, pues está en deuda permanente con Dios. La culpabilidad es autodestructiva. Así, la propuesta de Nietzsche es la de olvidar la conciencia y recuperar los instintos fuertes para superarse a sí mismo hacia la super-humanidad, libre y creadora. El declinar de la conciencia de la deuda trae

¹ Cfr. NIETZSCHE, Friedrich.: *La genealogía de la moral*. Parte II, §16.

consigo el decrecimiento de la fe en el Dios cristiano. El ateísmo, por tanto, traerá consigo una segunda inocencia².

Para Freud también resulta esencial el fenómeno de la interiorización y la represión, pero afirma la necesidad inconsciente de la culpa como una agresividad interiorizada que se apodera del super yo. El super yo es, por tanto, el depositario de la conciencia moral. En *Moisés y el monoteísmo* afirma que el niño, ante la frustración, agrede. Pero esta agresividad, mal soportada, se reprime e interioriza provocando la culpabilidad, pues la agresividad contra el ser querido resulta inaceptable. Por tanto, el sentimiento de culpa tiene un doble origen: la angustia ante la autoridad y ante el super yo (cuando se ha internalizado la autoridad). Por el primero, la persona reprime impulsos; por la segunda, se autocastiga. Para Freud esta culpabilidad deviene en neurosis, puesto que la neurosis es la repetición indefinida del pasado y, por tanto, una falta de creatividad en el presente. Sin embargo, el mecanismo de represión es lo que permite la cultura y la espiritualidad, y en este sentido puede ser aceptable

La culpabilidad mórbida sería la que se ha substancializado, la que ha congelado el pasado. El remordimiento y el arrepentimiento hacen del pasado un presente continuo. Por eso, según Pierre Bertrand en *El olvido*, el único remedio contra el sentimiento de culpa es el olvido, incluyendo la identidad personal. En todo caso, la culpabilidad mórbida sería la pérdida de capacidad de olvidar y el olvido nos hace inocentes, pues implica irresponsabilidad. Esto no arregla el problema: lo disuelve por simplificación.

3. Cartografía de la culpabilidad como sentimiento

El mundo sentimental no es laberíntico, al menos para quien lo recorra con la razón cordial, y no meramente con la fría razón cartesiana. La mera erudición libresca y las muchas categorías vacías de experiencia han llevado a algunos a concebir el mundo sentimental como laberinto, logrando también que algunos incautos se pierdan en él al leer libros laberíntico-sentimentales cargados de citas y de

² Nunca entendió Nietzsche que desde la perspectiva cristiana la clave no está en el pecado sino en el perdón de los pecados, en la salvación. La culpa se debe al pecado, y es real, pero superable y superado. El pecado queda superado por el amor. Por otro lado, la culpa es para el cristianismo la contrapartida de la libertad y la responsabilidad moral, características esenciales de la persona. La culpa, por tanto, es función del grado de libertad.

contenidos originales y brillantes. Lástima que lo que en estos libros hay de original no sea brillante y lo que en ellos hay de brillante no sea original de quien lo escribe.

Por nuestra parte, intentaremos aquí otro camino más cordial-razonable para acometer el mundo de lo afectivo, mundo cartografiable que no laberíntico: el de la propia experiencia fenoménica que todos tenemos de este ámbito de la vida personal. Rogamos al lector, en las líneas que vienen, un poco de paciencia pues el análisis ha de ser detallado y cuidadoso: el mundo de los afectos es de una riqueza mayor de la que nos parece a simple vista.

3.1. Las vivencias de la persona

La persona es un ser abierto al mundo, consciente, despierto. Tiene conciencia de sí mismo y conciencia de lo que está ante él. A diferencia de los animales, la persona se da cuenta de que existe y de que lo que está ante ella existe como algo independiente. Pero en la esfera de la vida consciente no todas las vivencias son del mismo nivel o tipo. Unas son vivencias intencionales y otras no lo son³, siendo las primeras de rango superior a las segundas, pues son las propiamente personales al estar referidas de modo consciente y significativo a un objeto. Por tanto, son vivencias en las que se tiene conciencia *de* algo. Distinguiremos así entre *vivencias de la persona* (las no intencionales) y vivencias personales (las intencionales).

Las *vivencias no intencionales* pueden ser de dos tipos: *meros estados* (aburrimiento, mal humor, contento), que son estáticos y siempre conscientes y las *tendencias teleológicas*, que son impulsos y deseos propios de la espontaneidad animal, que son dinámicos y pueden ser no conscientes. Así, el deseo de conservación, o el instinto de succión en el niño recién nacido.

Las *vivencias intencionales* son actos que implican la referencia consciente a una cosa exterior a la persona. Se dividen en *actos cognoscitivos* y *respuestas*. Los primeros incluyen la conciencia de un objeto, pero el sujeto no pone nada ante el objeto. Así, por ejemplo, la atracción física que se siente ante alguien concreto o el conocimiento de las características personales de alguien que está ante nosotros. Ambas vivencias exigen la presencia de alguien ante nosotros. Las respuestas, por su parte, suponen siempre un conocimiento

³ Seguimos la descripción de las vivencias concientes llevadas a cabo por Dietrich von Hildebrand en sus obras *Ética* y *El corazón*.

previo pero son un acto del sujeto, vivencias llenas de sujeto. Así, por ejemplo, la alegría de encontrarme con alguien que quiero. La alegría es una expansión de mi propio ser como respuesta a la presencia del otro o, del mismo modo, la gratitud es la respuesta de agradecimiento por lo bueno que se ha recibido de otro. Pero existen tres tipos de respuestas:

- a. *Las teóricas*, como sucede con la duda respecto de algo que conozco, la convicción de que algo que conozco es verdadero o la certeza respecto de una verdad;
- b. *Las prácticas*, que se refieren a los estados de cosas que no son pero que podrían llegar a ser como, por ejemplo, querer realizar una acción de justicia con alguien maltratado o reparar el daño hecho a una persona o querer estudiar algo para remediar mi ignorancia;
- c. *Las afectivas*, que son voces del corazón que revelan la importancia del objeto. Así, la admiración es una respuesta afectiva ante la grandeza y trascendencia de una persona o una acción valiosa. Junto a estas últimas, aparecen otro tipo de vivencias intencionales que son «el ser afectado», en las que la intención va del objeto al sujeto: el objeto afecta, se padece. Así, por ejemplo, la reacción interior que sentimos cuando alguien nos insulta o nos difama. La culpa es un tipo de respuesta especial, pues lo es ante cierto tipo de acción (o de omisión) llevada a cabo por la propia persona.

3.2. Sentimiento de culpa: aproximación descriptiva

Que la culpa sea una vivencia afectiva no significa que sea sólo un sentimiento. De hecho, es necesario distinguir entre la culpa y su sentimiento (o, como afirma Carlos Castilla, entre la culpa y su vivencia⁴), pues no son lo mismo y, además, puede ocurrir que haya culpa sin sentimiento de culpa y viceversa. En todo caso, vayamos de lo más conocido para nosotros a la cosa en sí. Por ello, hemos de comenzar describiendo la manifestación afectiva de la culpabilidad, su vivencia. Define Carlos Castilla la vivencia de la culpa como «conciencia del sentimiento que acompaña el cometido de una acción indebida»⁵. Cumple, por tanto, describir los rasgos de esta vivencia

⁴ CASTILLA DEL PINO, Carlos: *La culpa*. Revista de Occidente, Madrid, 1968, capítulo III, pp. 59-72.

⁵ *Ídem*, p. 60.

que se manifiesta afectivamente (justo para que se cobre conciencia de la misma culpa). Y así, podemos decir que dicha vivencia se caracteriza por:

- a. Pesadumbre, en tanto que el hecho o la omisión gravita sobre la conciencia mostrando patentemente la responsabilidad del actor.
- b. Angustia por no poder deshacer lo hecho (sentimiento superable por ser posible dotar al hecho de otro sentido, situándose la persona en un nuevo contexto interior).
- c. Preocupación por la toma de conciencia de la situación en que la persona se hizo culpable. De este modo, lo que muestra este componente afectivo es que el sentimiento de culpa catapulta a la persona a la realidad, le hace consciente de su responsabilidad ante lo real.
- d. Remordimiento, que para J. Lacroix es componente esencial al definirlo como el sentimiento dimanante de querer que no haya habido falta y no poder suprimirla. Está cerca de la angustia y es una forma de autocondenación. Justo de aquí surgen las desviaciones mórbidas, pues puede la persona recrearse en este sufrimiento (que es una forma camuflada de aceptar el mal) o incluso sentir remordimientos sin culpabilidad real. Otra consecuencia de no superar esta dimensión son los escrúpulos en tanto que forma de quedarse hundidos en la falta. «Pero en realidad esta culpabilidad del escrupuloso es un rechazo de la culpabilidad real, una de tantas formas de la peligrosa reivindicación de inocencia ante los demás y ante sí mismo. Con frecuencia acaba en melancolía, la forma depresiva más inquietante, que se manifiesta precisamente por la obsesión de culpabilidad y de iniquidad»⁶. Una persona así, anclada en la desesperación, no tiene más porvenir que el pasado y en ella el lamento se instituye como forma de ser. El remordimiento, por sí mismo, es una eternización del pasado, convirtiéndolo en espectáculo insuperable, rígido, congelado, inmutable. Es una mirada infernalizante al propio pasado, mirada condenadora pues se queda anclada entre lo que la persona es y lo que estaba llamada a ser.

⁶ LACROIX, Jean: *Filosofía de la culpabilidad*. Herder, Barcelona, 1980, p. 59.

4. Sentimiento de culpa: culpa natural y mórbida

El sentimiento de culpa surge como respuesta a un desorden introducido por la persona en la realidad, un desorden que, como veremos, es de consistencia axiológica. Claro que la persona puede contravenir los valores y normas asociadas a alguna de sus funciones, roles o personajes. Pero puede ocurrir que haya contravenido alguna norma sin que haya obrado con maldad, sin que afecte al núcleo de la persona. Así, si un futbolista que defiende una portería ha sido descuidado en la defensa con resultado de gol. Se puede sentir mal como futbolista, pero no pesa sobre él una culpa personal, no ha realizado un desorden en el ámbito ético. Sin embargo, si siente el mismo pesar, no es sino por haber absolutizado su personaje y sus reglas, y este es el origen de la patologización de la culpabilidad. Así, en general, diremos que un sentimiento de culpa que procede de una ruptura axiológica, de contravenir un orden de valores, de tomar conciencia de cómo lo que he hecho ha afectado negativamente a la realidad (incluyéndole a uno mismo y, por supuesto, a los demás), es un sentimiento proporcionado y auténtico. Pero cuando el sentimiento de culpa no surge de una conculcación de un orden real, sino de haber contravenido unas reglas relativas a una función, a unos usos sociales o culturales, podemos sospechar un escoramiento hacia la patologización. Incluso puede surgir una culpa mórbida de carácter retrospectivo, en la que se interprete y sienta como culpable lo que de suyo es neutro moralmente, en función de una (de)formación educacional⁷. En realidad en este caso lo que se ha dado es una vivencia de culpa no dirigida intencionalmente a la realidad⁸.

Además, el sentimiento de culpa se patologiza cuando el afecto me deja anclado en el pasado. Sin embargo, si la persona es un ser llamado, la persona no es conservación del pasado sino anuncio, espera, anhelo, apertura a la promesa. Porque la persona es un ser llamado, se le presenta su vida como anuncio, como promesa, como futuro abierto⁹. La culpa es sentimiento del malogro de este futuro al

⁷ Cfr. CASTILLA DEL PINO, Carlos: op. cit. pp. 96-97.

⁸ Por ello dice Carlos Castilla que «una persona a quien se le induce una tabla de valores al margen de la conciencia de la realidad, tenderá a hacer según esos valores y no, como en verdad se debe hacer, a partir del previo juicio de la realidad» (*Ídem*, p. 116). No hay que decir que este conflicto así creado es estéril y en vano se buscará la calma de la culpa, pues está instalada en la irracionalidad.

⁹ DOMÍNGUEZ PRIETO, Xosé Manuel: *Llamada y proyecto de vida*. PPC, Madrid, 2007; *El hombre convocado*. Ed. Progreso, México D.F., 2007.

que es invitado. Pero un malogro reversible. La desesperación es la clausura del pasado culpable sobre sí mismo. Mirar al pasado para recrearse en él y lamentarse es un síntoma de neurosis. Sólo se mira a la culpa pasada para descubrir el camino que no debo volver a recorrer.

Veremos más adelante cómo ocurre el afrontamiento de la culpa proporcionada. Pero terminemos ahora diciendo que ante la culpa desproporcionada o mórbida sólo caben salidas en falso: la huida, la depresión o la agresividad contra uno mismo (somática o psíquica).

5. Sentido profundo del sentimiento de culpa

Los afectos pueden llegar a ser desproporcionados, distorsionados o inadecuados. En este caso, pueden perturbar gravemente la vida de la persona y producirle gran sufrimiento. Sin embargo, estos trastornos, que habitualmente los psiquiatras y también ciertas corrientes psicológicas, han interpretado sólo como disfunciones, como síntomas «patológicos», son también susceptibles de una lectura positiva desde el ser personal y desde su realidad de amada y llamada, desde el núcleo de su corazón. Los trastornos afectivos también pueden ser tomados y vividos como modo de crecimiento, de personalización, como vías de plenitud. En todo caso, tanto la culpa proporcionada como la morbosa son susceptibles de una triple hermeneusis:

Arqueología de la culpa: la función de la culpa es la de ser el testigo o la señal de alarma de que la persona, por algo que ha hecho o ha omitido, no está pudiendo crecer, de que sus potencialidades están comprimidas o alienadas, de que algo le impide realizar su orientación vocacional o que tiene obstáculos en su apertura a los demás. Es esta una evidencia corroborada una y otra vez desde la psicología existencial (en especial por parte de C. Rogers) y fundamentada en la antropología personalista comunitaria. Se trata de la constatación de que toda persona se siente impelida a buscar y realizar su plenitud, su desarrollo, la puesta en juego de todas sus capacidades. Y este dinamismo personal es tan nuclear que toda situación social, familiar, escolar, que frustre, que impida o que bloquee este desarrollo y crecimiento genera una reacción en contra. Todo afecto negativo, como lo es la culpa, constituye, por tanto, un testigo o la señal de alarma de que no está pudiendo realizar su persona, de que sus potencialidades están comprimidas o alienadas, de que

algo le impide realizar su orientación vocacional o que tiene obstáculos en su apertura a los demás. Y esta señal es necesaria, porque al ser desagradable, dolorosa, fuente de sufrimiento, la culpa nos despierta. La culpa, como cualquier otro dolor, es la partera del interior, pues, como dijera Bloy, «el hombre tiene lugares en su pobre corazón que no existen todavía y donde el dolor penetra a fin de que sean»¹⁰. ¿Y de qué es testigo la culpa? ¿Qué es concretamente eso que bloquea a la persona?: un quiebra llevada a cabo por la persona en el ámbito de los valores, una transgresión axiológica (de la que la persona es agente o de la que se cree agente).

Ontología de la culpa: El segundo sentido de la culpa es el de compensación, permitiendo enmascarar el dolor de no poder crecer y vivir como persona en plenitud. La culpa, el sentirse culpables, muestra una manera de ser la persona, una forma de ser que *quiere* la persona. No la desea, sin duda, pero la quiere, porque estabiliza su vida, mientras no se «arregla» o se transforma lo que ha hecho mal. Sentirse culpable, triste, deprimido o angustiado, son modos de ser. Son maneras *provisionales* que tiene la persona de mantener una identidad, una coherencia, un centro, un cierto *autós*, esto es, una afirmación de sí. Sentirse culpable es, por tanto, una manera de reorganizarse la persona para no desintegrarse ante el mal hecho. Es el modo de mantener una apariencia, ante sí misma y ante los demás, de existencia personal cuando no sabe o no puede o no quiere afrontar lo que ha realizado mal, el daño que ha hecho o el bien que ha dejado de hacer. Es una forma inauténtica de adaptarse mediante una reducción de la propia identidad sustituyéndola por una identidad afectiva patogénica y dolorosa. «El sentimiento de culpa provoca este hacerse consciente de sí por sí mismos, y acompaña esta responsabilidad que es en verdad el honor del hombre: su finalidad no es sentirse culpable, sino hacerse responsable»¹¹. Por tanto, la culpabilidad es la forma que tiene la persona de tomar contacto consigo cuando ha obrado irresponsablemente, es decir, de modo inmaduro como persona, huyendo de sí, sin afrontar la realidad o la propia realidad. La culpabilidad es una manera de no desintegrarse cuando se ha bloqueado o detenido el proceso de crecimiento. Pero es siempre un mirar al futuro. Por eso, la culpa, si quiere ser efectiva y constructiva, ha de ser acompañada de una *confesión*. Y toda con-

¹⁰ BLOY, Léon en BÉGUIN, Albert: *Léon Bloy, místico del dolor*. FCE, México, 2003, p. 68.

¹¹ LACROIX, Jean: op. cit., p. 81.

fesión lo es de una culpa y ante otro: es necesario verbalizarla para hacerla plenamente consciente. Y, además, es reconocer la propia debilidad y falibilidad, condición necesaria para que la persona pueda seguir creciendo, así como para que las cosas puedan cambiar.

Teleología de la culpa. En tercer lugar, la culpa constituye un impulso dirigido a resolver la situación, dada su incomodidad y el malestar que produce. Es, por tanto, una ocasión que ofrece la vida personal y la propia realidad para que la persona despierte la conciencia de sí, se abra a la realidad, para que afronte lo que ha hecho u omitido. La culpa constituye una crisis que se convierte en *ocasión* para el crecimiento, para una mayor cota de plenitud. Lo importante de la toma de conciencia de que se es culpable es el *para qué* que nos revela. Y esta dimensión es la más importante porque es la dimensión positiva que encierra todo afecto negativo. Quedarse en el *por qué* o en el *qué* de la culpa es abrir las puertas al bloqueo personal, a la psicopatología. Abrirse al *para qué* supone descubrir el camino a lo más auténtico de la persona, el camino a su núcleo afectivo: el acontecimiento de ser amado (y poder amar) y de ser llamado a recorrer su propio camino con otros y para otros. La culpa nos despierta, nos invita a cambiar. Es una voz de la conciencia que nos dice que deberíamos haber actuado de otra forma, que se debería ser quien se está llamado a ser y no como se ha comportado. Y este deber ser se presenta no como mero deber imperativo sino como impulso, como un para qué. Sólo si no desespero de mí, admito la posibilidad del cambio. De ahí que a la culpa le siga el arrepentimiento, la petición de perdón y el impulso a cambiar o *metanoia*. La verdadera culpa es la que conduce a la transformación. Y, por el contrario, no hay transformación si la persona se cree inocente. Sólo puede comenzar su revolución personal, su propia transformación radical, quien reconozca su participación en el mal: «Llamamos revolución personal al proceso que nace en cada instante de una toma de mala conciencia revolucionaria, de una rebelión dirigida en primer lugar por cada uno contra sí mismo, sobre su participación o su propia complacencia en el desorden establecido, sobre la separación que tolera entre aquello a lo que sirve y aquello a lo que dice servir, y que se desarrollará, en un segundo momento, en una conversión continuada de toda la persona solidaria de sus palabras, sus gestos, sus principios, en la unidad de un mismo compromiso»¹². Sólo si to-

¹² MOUNIER, Emmanuel.: *Revolución personalista y comunitaria*. Obras I, Sígueme, Salamanca, 1992, p. 367.

mo conciencia de mi culpa, esto es, del mal que me es imputable, del mal que yo he introducido en el mundo, estoy en disposición de comenzar a transformar las cosas. Quien se cree bueno o está satisfecho nunca transformará nada. Quien, ante el mal, se limite a tratar de comprenderlo, ni lo comprenderá ni transformará nada. Al mal hay que combatirlo empezando por el mal que arraiga en el propio corazón. De ahí el error grave que supone silenciar el sentimiento de culpa, pues se impide a la persona reconciliarse consigo, con su llamada, con quien está llamada a ser.

6. Sentido óptico de la culpa

Buber, en «Culpa y sentimiento de culpa», muestra que además del abordaje psicológico de la culpa es necesario ir más allá, en dirección al núcleo de la persona, si queremos que la acción terapéutica sea plena y efectiva. Y no es fácil tomar conciencia de ello en un contexto de descubrimiento marcado por el psicoanálisis. Para Freud, toda culpa procedía de una trasgresión contra tabúes o contra tribunales parentales o sociales, de modo que el sentimiento de culpa no era sino el temor al castigo o la censura. Sin embargo, si la culpa se reduce a esto, una liberación madura respecto de los tabúes o de los temores infantiles serviría para eliminar todo sentimiento de culpa. Pero no ocurre así. La culpa asalta la conciencia continuamente, aunque haya pasado mucho tiempo respecto de la acción que la produjo, porque se presenta como irreversible, y el mal que se produjo, aparece como irreparable. Esta situación es difícilmente soportable, por lo que hay personas que prefieren negar la culpa (lo que, al cabo, se presenta como tarea imposible), o bien rechazarla o racionalizarla para así justificarse. Sin embargo, hay otros que se ocluyen y se niegan a ser perdonados y a perdonarse a sí mismos. Finalmente hay otros que confiesan su culpa y buscan el perdón. Pero en todos los casos, se muestra como insuficiente para liberar a la persona de su culpa el proceder a eliminar sentimientos de culpa¹³. «El psicólogo que ve lo que aquí se ha visto podría estar tentado a pensar que la culpa no existe porque se explica desde un tabú al cual es imputable el error. Pero más bien lo que ocurre es que este tabú y el papel que juega se hicieron posibles sólo a través del hecho de que los líderes de las co-

¹³ Cfr. BUBER, Martin: «Culpa y sentimiento de culpa» en *Sanación y encuentro*. Fundación Mounier, Madrid, 2005, p. 61.

munidades primitivas sabían y hacían uso de un hecho primordial propio del hombre como hombre: el hecho de que el hombre puede hacerse culpable y reconocerlo. La culpa existencial, esto es, la culpa que una persona ha asumido como persona y en una situación personal, no puede ser comprendida a través de categorías de la ciencia psicoanalítica tales como “represión”, y “hacerse consciente”. El portador de la culpa del que yo hablo lo recuerda por sí mismo una y otra vez y en suficiente medida. No es raro, ciertamente, que intente evadirla, (no el hecho recordado, por cierto, sino su hondura como culpa existencial), hasta que la verdad de su profundidad le abruma y el tiempo es ahora percibido por él como un torrente¹⁴. ¿En qué consiste entonces la culpa? Según Buber, «la culpa existencial ocurre cuando alguien lesiona un determinado orden del mundo humano cuyo fundamentos conoce y reconoce como siendo, a su vez, fundamento de su propia existencia y de toda existencia humana»¹⁵. Se trata, por tanto, no de la mera transgresión de lo aprendido en el proceso de socialización, sino de la ruptura de un orden de realidad, de un *ordo amoris*¹⁶, de una estructura de valores fundados en el propio ser de la persona y cuya realización constituye la condición de posibilidad de una vida realmente personal. Por ello, si sólo atendemos al sentimiento de culpa y lo tratamos para evitarlo o superarlo, la culpa queda oculta, pero no superada, porque no se ha afrontado. Sigue intacto y, quizás más adelante, se manifieste en otras formas patológicamente más agresivas.

Así las cosas, en resumen, ¿cuál es el sentido último de la culpa?

En primer lugar, como dijimos, la denuncia llevada a cabo desde la conciencia de que la persona ha bloqueado o interrumpido por su propia voluntad su proceso de dar-de-sí, que ya no camina como respuesta a su llamada a ser persona o que ha dañado su experiencia comunitaria.

En segundo lugar, que se ha producido, por tanto, una ruptura del orden de lo real, bien en la propia persona, bien en el mundo, bien en la relación con los demás. La culpa nos sitúa en lo más nuclear de la persona: en que es una persona llamada, llamada a ser plenamente y llamada a recorrer su propio camino. Cuando ha roto este dinamismo esencial, surge la culpa en la conciencia. Y surge porque la acción no era necesaria, de modo que esta alteración empobrecedora o

¹⁴ BUBER, Martin: op. cit. pp. 61-62.

¹⁵ *Ídem*.

¹⁶ Cfr. SCHELER, Max: *Ordo amoris*. Caparrós, Madrid, 1996.

fracturante de la realidad ha sido fruto de la libertad personal y, por tanto, es responsabilidad de alguien. La persona se hace responsable de la ruptura de su dinamismo de crecimiento y de la realidad que ha perturbado. Por tanto, nos situamos en un ámbito al que no alcanza la psicoterapia, un ámbito que sólo puede ser saneado desde la posición en que la persona alcanza cuando ha permitido el encuentro con otros. Pero, al cabo, deberá ser ella la que retome su llamada y la que recorra el camino de la expiación de la culpa.

7. Las formas inauténticas de afrontamiento de la culpa: la disculpa

La culpa resulta insoportable a quien la siente. Por ello, como dijimos, en su propio sentimiento está implicado un impulso a su superación. Pero este impulso puede resolverse de modo auténtico o en falso.

Las posibilidades de resolver en falso la culpabilidad son variadas. Se constituye así el falso camino de la disculpa:

- a. La primera es afirmar, tratando así de convencerse a uno mismo y a los demás, que el acto culposo forma parte del pasado y que, por consiguiente, ya no es real, pues «agua pasada, no mueve molino» (cuando, en realidad, todo lo pasado queda sintetizado y sobreactuando en el presente).
- b. Otras más radicales consisten en negar la culpa o en proyectar la culpa sobre otros: mecanismos de defensa.
- c. En tercer lugar, no es desacostumbrado aplicar diversos sistemas de racionalización: que tal acto fue necesario, que no se pudo hacer de otro modo, que se hizo como respuesta a una agresión, que las circunstancias lo hicieron obligatorio, es fruto de la debilidad, un efecto colateral no querido pero necesario, etc. Creen disolver la culpa mediante una disculpa.
- d. Tomar la propia vida sin seriedad, quitando importancia a todo y banalizando, para rebajar así la importancia de la propia culpa.
- e. Finalmente, otras formas de acometer en falso la culpa son la huida (mediante el trabajo, las adicciones o la continua diversión como forma de anestesia y dispersión de conciencia), la depresión (como forma de conjurar un pasado ante el que uno se afirma impotente para siempre) o la agresividad, como mecanismo compensatorio (la culpa misma es una forma de auto-agresión).

En realidad, son muchos los medios de adormecer o disfrazar la conciencia. Pero la realidad es tozuda y, en realidad, lo que ha sucedido nunca queda anulado. Lo sucedido ha sucedido y, además, quedan sus consecuencias: el nuevo estado de cosas que se ha producido, el dolor causado, la modificación que ha tenido lugar en el propio actor de la acción culposa. Por ello, dice Guardini, «del hecho de que lo sucedido es realidad, y de que yo tengo que responder de ello, se sigue que lo sucedido representa para mí una tarea ética»¹⁷.

8. *El afrontamiento auténtico de la culpa: el camino de la exculpación*

El camino de la exculpación sólo se recorre mediante una secuencia de actos liberadores: arrepentimiento, confesión de su culpa, reparación del mal hecho, petición de perdón y recepción del perdón. De esta manera, el pasado no se olvida sino que se sigue guardando, pero se recuerda ya como perdonado. Sólo así la persona puede rebasarse a sí misma una y otra vez. La *bybris*, por el contrario, impedirá este camino.

El primer paso ante la culpa, dice Guardini, es *reconocerla*.¹⁸ Reconocer qué es lo que se hizo, reconocer la propia autoría y responsabilidad en lo sucedido. Sin este paso previo no hay proceso de superación de la culpa. El primer momento, pues, consiste en volver a tomar contacto con la realidad, en asumir la realidad sin huir. La conciencia es capaz de tomar conciencia de su culpa, descubrir la distancia entre lo que es y lo que está llamada a ser y, desde este conocimiento, proceder a restaurar el orden de ser dañado, bien sea en sí, en el mundo o en la relación con otros¹⁹. Se trata, de este mo-

¹⁷ GUARDINI, Romano: «La realización ética» en *Ética*. BAC, Madrid, 1992, p. 333.

¹⁸ Cfr. *Idem*, p. 335.

¹⁹ Al respecto dice Buber: «Desde esta posición, una persona puede emprender la triple acción a la que me he referido: primero, iluminar la oscuridad que todavía ondea sobre la culpa a pesar de todas las acciones previas de la conciencia, aunque no se trata de iluminarla con focos sino con una onda de luz ancha y duradera; en segundo lugar, perseverar, sin importar lo alto que pueda haber ascendido en su vida actual sobre esta posición de culpa; perseverar para que, nuevamente, gane conocimiento humilde de la identidad de la persona que es con la persona que está llamada a ser en ese momento; y , tercero, en este lugar y de acuerdo a su capacidad, en la situación histórica y biográfica en la que se encuentra, restaurar el orden-de-ser dañado por él a través de una ac-

do, de ganar unidad, iluminando las profundidades de su culpa. Y lo que descubre al hacerlo es que en la culpa no se trata de una situación inmanente a la persona. La persona no es culpable respecto de sí. Descubre que su culpa es intencional, remite a algo, remite a un orden fuera de sí, a la realidad que ha dañado: «una persona es siempre culpable respecto de otros seres, respecto del mundo, respecto del ser que existe sobre y contra él»²⁰. La culpa se desvela así como llamada de lo real, como llamada a la reconciliación, a buscar restaurar la justicia, reparando el orden dañado. Y esta llamada lleva a acercarme a aquel respecto de quien soy culpable para reconocer ante él la propia culpabilidad y acometer la restauración de las consecuencias que se siguieron de la acción culpable. Pero reconocer lo hecho supone verbalizarlo, ponerlo delante de otros, reconocer ante otros lo hecho y todo lo hecho: confesarlo. Sólo así se muestra auténtica disposición de no volver a repetir.

El segundo momento es el del *arrepentimiento*. Arrepentirse no es trasunto de debilidad de carácter, sino, al contrario, de ejercicio de libertad al admitir que se ha errado. Se trata de un primer acto de libertad frente al pasado (libertad que impide el orgullo, la imagen hipertrofiada del propio yo). Arrepentirse es una forma de ponerse a distancia de sí mismo, de toma de conciencia de la propia realidad. El arrepentido asume lo que sucedió, aunque queriendo que no hubiese sucedido. Lo contempla así desde un nuevo contexto. El *arrepentimiento* constituye una mirada al porvenir e implica el rebasamiento de la falta por un deseo y decisión firmes de obrar mejor y de ser mejores. Se salva de la desesperación mediante una tarea que cumplir, por la que se le abre la esperanza. Se presenta así como capacidad de retocar la vida²¹. Es una forma de sanación, de recuperar fuerzas, de reintegrar el pasado en un nuevo orden y sentido. Por ello hay que distinguir lo que sucedió, el orden de los hechos, del orden de los acontecimientos, es decir, del sentido de los hechos. Los hechos no pueden cambiar pero sí su sentido, su significado en nuestra vida. El hecho es pasado, pero su sentido siempre es modificable. El sentido del pasado siempre depende del futuro. Por ello, «arrepentirse es librarse del determinismo del pasado»²². Esto impli-

tiva dedicación al mundo, para que las heridas del orden-del-ser puedan ser sanadas en infinitamente más lugares que aquellos en los cuales las heridas han sido infligidas» («Culpa y sentimiento de culpa» en op. cit., p.70).

²⁰ BUBER, Martin: op. cit., p. 79.

²¹ Cfr. LACROIX, Jean: op. cit., p. 61.

²² LACROIX, Jean: op. cit., p. 70.

ca un cambio de corazón, una *metanoia*, que da lugar a un nuevo yo. Mediante esta conversión del corazón se rehace el pasado, que mientras que dura la vida de la persona, siempre está abierto. Gracias a la culpa y al arrepentimiento, se produce una nueva recreación personal: «la historia de cada cual consiste en la re-creación o la descreación perpetua»²³. Por ello, renunciar a toda culpabilidad es renuncia a la superación personal, al crecimiento, a la propia plenitud. La culpa tiene, como vemos, un sentido positivo.

- a. Pero el arrepentimiento, si es real, exige una transformación interior, una *metanoia* que disponga a la persona a desear un nuevo tipo de actuar y a comenzar de nuevo²⁴. Este comienzo supone un impulso a un nuevo tipo de acción en el que se quiere que las cosas no vuelvan a ser tal y como se hicieron. No basta, pues, reconoce la culpa y arrepentirse: es necesaria una novedad interior y exterior.

Sin embargo, las acciones culpables, que parten de uno mismo, afectan a otros, sujetos pasivos de nuestra acción. La acción culposa es transitiva: afecta a otros (o incluso a uno mismo). Y esto trae consigo una doble exigencia: *la de petición de perdón a quien se ha dañado y la de necesidad de ser perdonado* (lo que confiere al ofendido y dañado un poder: el poder perdonar o, por el contrario, no perdonar, que es ya una forma de venganza). Dado que quien sufre la acción culpable es persona, su dignidad y su libertad exigen su participación en el proceso de exculpación. Por ello, tratándose de personas no basta la reparación del mal (si es posible) sino, además, pedir perdón. «La petición de perdón se basa en el convencimiento de que el mal infligido a un hombre sólo puede repararse si él coopera. Yo solo no puedo hacerlo. (...) El orden se reinstaura si el otro está de acuerdo con que así sea, y eso significa: si él perdona. A eso no tengo yo derecho alguno. Se trata de una gracia, y por eso tengo que solicitarla»²⁵.

- b. Finalmente, de nada valen el arrepentimiento y la petición de perdón si no se ejecutan *acciones reparadoras* de los efectos producidos cuando es posible, y en todo caso si no se produce *un nuevo modo de actuar*. De hecho, un perdón otorgado cuando no ha habido cambio de actitud ni nueva forma de ac-

²³ Ídem, p. 71.

²⁴ Cfr. *Ídem*, p. 338.

²⁵ Ídem. pp. 342-343.

Culpa, disculpa y exculpación

tuar resulta estéril. El arrepentimiento no se puede prolongar indefinidamente (sería un mecanismo egoísta e inoperante de manipulación del otro para conseguir el perdón sin un cambio real de vida). La transformación del corazón debe llevar aparejada un nuevo modo de actuar: la adquisición de compromisos.

Septiembre de 2007

Xosé Manuel Domínguez Prieto
IES Blanco Amor
Orense