

## «El valor del perdón radica en no olvidar»

José Villela sufrió un accidente que lo dejó paralítico a los 23 años. Hoy tiene 30, es médico psiquiatra y aquí habla sobre camiones que caen del cielo, el dolor, la lucha y el perdón.

21/09/2017

**¿Podrías contarnos de manera muy breve la historia de tu accidente?**

El 19 de enero del 2010 sufrí un accidente en el que me lesioné la médula espinal y me quedé con una discapacidad. Tuve que superar un largo proceso de rehabilitación y continuar con la vida, pero ahora desde una silla de ruedas.

## ¿Qué cambió en tu vida?

Después de una experiencia traumática —después de un episodio difícil en la vida—, aprendes a ver todo desde otra perspectiva: los problemas que antes te quitaban la paz, ahora ya no se ven igual.

Creo que la vida me ha dado la oportunidad de ser más sensible, ante lo que me rodea y con las personas. Como me dedico en gran parte a tratar con personas, esto ha jugado a mi favor, en el sentido en el que me identifico con esa vulnerabilidad que tenemos como personas. De otra forma, difícilmente hubiera adquirido esa sensibilidad.

**Después de tu accidente, acabaste tu carrera en medicina e hiciste una especialidad en Psiquiatría ¿Cuáles son tus siguientes metas profesionales personales?**

Ahora me tengo que consolidar poco a poco como psiquiatra. Voy haciendo un poco más de trabajo con pacientes en mi consultorio y también me he ido volviendo un conferencista, tanto para jóvenes como para adultos. He tenido la oportunidad de estar en diferentes foros compartiendo este testimonio y los aprendizajes que he tenido en este proceso.

Lo que sigue ahora son nuevos retos. Acabo de incursionar en la natación paralímpica y es un reto personal desde el punto de vista deportivo.

**Sabemos que cada año recuerdas el accidente como si fuera un aniversario o como si fuera un**

## **“cumpleaños” y no como un día fatídico**

Ese día lejos de ser un momento en donde me sienta triste o que reviva la parte difícil que todo esto implicó, es un día de agradecimiento. Y es un día para dar gracias pues se me dio otra oportunidad para seguir viviendo, ese pudo haber sido el último día de mi vida y sin embargo no lo fue. Yo lo veo como el primer día de esta nueva vida. Es tener un segundo cumpleaños y por lo tanto doble celebración.

**En tus conferencias, es muy emotivo escuchar que tus amigos y familiares se volcaron para darte muestras de cariño y cuidado  
¿Cómo percibiste el amor de Dios a través de estas muestras de afecto?**

Realmente cuando estaba más enfermo, al inicio de todo el proceso, yo le pedía a Dios que me ayudara y me dijera por dónde. A veces

esperamos que Dios se manifieste de una manera demasiado personal, casi se apareciera y te dijera lo que necesitas oír, pero luego entendí que el amor de Dios se manifestaba primero en la familia en la que se me permitió nacer y crecer; con mis padres, mis hermanos, mis abuelos, mis tíos: una familia llena de personas valiosas.

No pude haber estado en una familia más adecuada para enfrentar la adversidad y que además es una familia que tiene fe, cuando esta familia te lleva a buscar a Dios en el día a día, en el vivir cotidiano, tienes todo de tu lado para salir de una situación así.

De igual manera con mis amigos, esa red de amistad que hemos ido formando con los años requirió que cuando yo estuve mal, esos hilos de la red se unieran para soportarme y

creo que al final eso es la amistad. La amistad es meter el hombro por el otro y soportarlo en un momento difícil.

**Muchas veces te invitan a dar conferencias a jóvenes y más allá de lo impactante que supone la historia del accidente en sí misma ¿Cuál crees que es el mensaje más importante que los jóvenes que te escuchan deberían llevarse?**

El mensaje que cada persona se puede llevar de este testimonio parte de la reflexión personal que hacen a partir de una historia. Es una historia en la que hablo de una experiencia humana, algo que fue doloroso pero con el tiempo fue adquiriendo mayor sentido y que hoy en día me permite ver las cosas de otra manera, con mucha más alegría, ser mucho más agradecido con lo que la vida tiene.

Más que decir “yo te enseño algo con mi testimonio” creo que tú mismo, a raíz de una historia como la mía, puedes tener una reflexión profunda.

Siempre les digo que no escuchen mi testimonio como siempre escuchan un texto, si no que más bien traten de escucharla con el corazón, porque cuando la escuchan de esta manera es cuando logramos hacer una conexión y es donde se puede crear una reflexión valiosa para los demás.

**Has tenido la oportunidad de hablar ante muchas personas en tus múltiples conferencias, seguramente has recibido una gran variedad de preguntas**

Una pregunta que me hizo una vez un niño fue de las que más me ha impactado y me ha puesto a pensar, creo que entre más jóvenes son los que oyen las pláticas, son más directos y más precisos en sus

preguntas, entonces me preguntó “¿y ya perdonaste al chófer del camión?” A decir verdad, fue un momento en el que me sentí confrontado con esta tendencia que tenemos los seres humanos al resentimiento, a quedárnoslo guardado y no dejar ir.

En ese momento me di cuenta que estaba en el proceso de pedir a Dios que me ayudara a tener ese amor y ese cariño y esa humildad para perdonar, no tanto por el chófer, si no para yo estar bien, a veces pensamos que al perdonar le estamos haciendo un favor al otro y la verdad es que nos lo estamos haciendo a nosotros.

Con eso he aprendido que el resentimiento no tiene mucho sentido en nuestra vida, nos lleva a vivir enojados, amargados, cansados y tenemos que dejar ir, soltar las cosas y dar un paso. No es olvidar lo

que te hicieron o lo que sufriste, porque no se trata de que se dañe la memoria si no que por el amor de Dios, tanto a la víctima como el victimario podemos llegar ambos a estar en paz. En este caso el chófer falleció y yo todos los días tengo en mi pensamiento y en mis oraciones a su familia y obviamente pedir que esté con Dios.

## **¿Cómo diferenciarías el perdonar y olvidar?**

El valor del perdón radica en que no lo olvidas, si lo olvidaras entonces perdonar sería muy fácil, es por eso que se debe hacer un esfuerzo consciente para adquirir esa capacidad. Los seres humanos, generalmente somos muy egoístas y enfocados en nosotros mismos, y por lo tanto nos cuesta trabajo cuando alguien nos hace daño o lastima el decir “quiero perdonarte”. Pero cuando te enfrentas a una situación

así en donde las opciones son o vivir resentido o perdonar y seguir adelante te das cuenta que no vale la pena darle muchas vueltas a lo que te hayan hecho y esa es la diferencia.

\*\*\*\*\*

Publicado originalmente en la página web del Opus Dei en México

---

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-mx/article/el-valor-del-perdon-radica-en-no-olvidar-superacion-accidente/> (06/02/2026)