



ELEMENTOS BÁSICOS DE LA ATENCIÓN PASTORAL COMO RELACIÓN DE AYUDA. ACOMPañAR A FAMILIAS Y A PAREJAS

Ana García Mina
Profesora de Teoría e Intervención en Psicología Humanista.
Vicerrectora de Servicios Comunidad Universitaria UP Comillas

CURSO DE FORMACIÓN PARA SACERDOTES
Acompañamiento y Práctica del Discernimiento

16 de marzo de 2017

ELEMENTOS BÁSICOS DE LA ATENCIÓN PASTORAL COMO RELACIÓN DE AYUDA. ACOMPAÑAR A FAMILIAS Y A PAREJAS

¿Cuál es el propósito de esta mañana? Cómo nosotros podemos ser agentes de ayuda, agentes de cambio, agentes de buena noticia desde el marco de la Exhortación para aquellas personas que tantas veces os llegan –familias, parejas– en donde están en situaciones de dificultad, en situaciones de búsqueda, y que nos miran y nos buscan para poder encontrar claves para ayudarles a vivir. Desde ahí yo voy a intentar combinar la teoría y la práctica, este módulo es muy práctico. Puede ser muy interesante que no solamente os diga determinados aspectos técnicos de cómo poder acompañar la relación de ayuda, desde el marco de convertirnos en agentes de cambio, de buena noticia, sino que también hagamos una parte práctica para poder ver si la teoría la hemos entendido y para también debatir y cuestionar. Tendremos dos partes y las iremos trabajando a lo largo de la mañana.

He tomado lo que sería el salmo de esta mañana, para aquellos que hemos empezado la mañana buscando en la oración y el silencio y buscando a Dios en la Eucaristía, el salmo nos dice *“qué dichoso es aquel que tiene su confianza en el Señor”*. Para mí es importante empezar como intentando conectar con lo que a todos y a todas nos lleva aquí. Yo desde luego me siento tremendamente afortunada por tener la experiencia de fe y de gracia que me lleva a que Dios, Jesús de Nazaret, el Evangelio, la Biblia, sean referentes fundamentales de mi vida. Eso yo creo que es importante partir cuando nosotros queremos ser para otros, y como así nos llama y nos invita el Papa para ser para otros buena noticia, futuro y vida. Es importante estar conectados con lo que realmente nos ha llevado a estar donde estamos, cosa que la gente que vamos a ayudar muchas veces no tiene, no busca. Estamos en un momento en donde hay muchas personas que teóricamente no necesitan de Dios, tienen otras religiones sin Dios, que les lleva a cubrir ficticiamente sus necesidades y llegan a nosotros a lo mejor no tanto desde una crisis de fe, sino buscando humanamente salidas a su situación familiar y a su situación de pareja.

Creo que ese “estar tocados” por esa fe, por ese Dios que, como en la imagen del hijo pródigo –y esto está muy relacionado con la Exhortación–, que cuando el contacto, cuando el encuentro está basado en la misericordia, está basado en la caridad, está basado en ese amor incondicional misericordioso que nos lleva a sentirnos profundamente amados y con una honda oportunidad de ser de otra manera y de mejorar, eso nos lleva al cambio y nos lleva a salir de nosotros mismos. Cuando

tenemos esa experiencia de amor incondicional, misericordiosa, esa experiencia honda de Dios, es cuando realmente somos capaces de salir de nuestra zona de confort, somos capaces de arriesgarnos a tener relaciones de pareja, familia, en la que no tiremos la toalla en la primera oportunidad, sino que vayamos creando esos vínculos sólidos necesarios para poder vivir.

Entenderéis después por qué he hecho este contexto, porque lo que veremos es que los elementos básicos que nos propone la Exhortación y que tenemos que llevar en nuestro trabajo, va a estar basado en los principios evangélicos de ese amor, de esa caridad, de ese apoyo y de ese creer en el otro. Quería también poner cómo está siempre, y para mí es fundamental, cuando vamos a trabajar más técnicamente en cómo encontrarnos con el otro para poder transmitirles la buena noticia, para mí es muy importante el referente de Jesús de Nazaret. Jesús de Nazaret nos ayuda a todos nosotros a tener –y así también está presente en la Exhortación y está presente en muchos momentos en los que comparte el Papa sus reflexiones–, es una figura central para entender de qué manera hemos de encontrarnos para dar esperanza y para dar futuro, y por tanto lo que yo voy a trabajar desde la Psicología vosotros lo tenéis ya asimilado, vivido, experimentado desde vuestra vocación sacerdotal.

Por lo tanto, lo que hoy vamos a trabajar a lo mejor os digo alguna cosa nueva, pero muy probablemente lo que vamos a hacer es recordar, pasar por el corazón aquellos aspectos esenciales que tienen que estar en las relaciones humanas para que realmente podamos acompañar y podamos hacer de nuestro encuentro una experiencia de Evangelio. Porque realmente una de las cosas esenciales es que si ese amor recibido no nos abre, no nos descentra, no nos lleva a los otros, muy probablemente es que algo está ocurriendo, hay algún cortocircuito. Sin perder de vista esa experiencia central recibida, es el ver cómo técnicamente, comportamentalmente, vitalmente, nosotros en nuestro quehacer diario podemos llegar a trabajar de una manera con el otro que seamos futuro para él.

Para empezar, yo creo que está en esta Exhortación y en otras, el Papa siempre nos ubica en el contexto, y yo creo que es importante no olvidar el contexto porque después es lo que nos va a concretar de qué manera hemos de ayudar a otros. Es importante saber dónde están nuestras familias y nuestras parejas a las que ayudamos, dónde estamos en este momento como modo de vida en nuestro mundo. Nuestras familias, estas familias que nos buscan, que nos necesitan y que están urgidas de nuestra atención pastoral, son familias que están totalmente tiranizadas por la tiranía del tiempo, de la urgencia, de la prisa, de la superficialidad. No es menor el que la revolución tecnológica haya cambiado el sistema de comunicación entre las personas,

tampoco es menor ese activismo y, sobre todo, la situación de incertidumbre que hace que las familias estemos más en un suelo mucho más frágil, mucho más inestable, mucho más incierto. Por otra parte, creo que es esencial no perder de vista cómo en este momento estamos viviendo en una sociedad en donde hay muchas religiones, pero es una religión sin Dios, es una religión donde el poder, la riqueza, el prestigio, se ha colocado en el lugar de Dios. Por lo tanto las familias, las parejas, en muchas situaciones van a estar muy desnortados, muy perdidos y vitalmente desordenados.

El discernimiento tiene mucho que ver con esa necesidad de poner orden, de priorizar, de colocar las cosas en su sitio. Nos encontramos que nuestra vida está muy desordenada por una vida en donde, además –como muy bien en determinados momentos alude el Papa– estamos en una globalización de la superficialidad. Nos quedamos en la periferia, pero en la periferia de lo simple, no llegamos a profundizar ni a ahondar, quedándonos también en una globalización de la indiferencia ante las situaciones de injusticia, de desigualdad. Esta mañana el mismo Evangelio nos volvía a remarcar cómo hay esa gran diferencia, esa brecha tan importante entre aquellas personas que no tienen lo que se merecen, y cómo muchas veces los que estamos en el lugar privilegiado sólo nos hacemos conscientes de ello cuando la situación está en el otro lugar, acabamos en el lugar de los más desfavorecidos.

Esta situación también de crisis de evangelización, creo que también está en el contexto que nos ubica el Papa y está en esa mirada que tenemos que tener para poder ahora aterrizar y ayudar a la gente. Por lo tanto, por intentar un poco como concretar: el ego, ese yo que somos todos nosotros y que también forma parte de las familias y de las parejas ¿cómo está?, ¿a quién vamos a tener que ayudar? Es decir, pues está acelerado, desbordado, ensimismado, colonizado, inseguro, con muchos ruidos, vaciados de sentido, en donde en muchos momentos estamos desconectados entre el hacer y el ser y que en esas situaciones incluso a veces nos colocamos los creyentes en el lugar de Dios; no dejamos a Dios poder poner orden, no dejándole a Dios ser Dios.

Por eso las parejas, las familias, desde ahí os hablaría desde esa situación, yo soy una mujer, estoy casada, tengo familia, soy creyente, laica, comprometida porque estoy en comunidades, y esto es lo que vivimos las familias. Las familias muchas veces estamos desordenadas a nivel espiritual, porque estamos muy bombardeadas, muy tocadas, en donde humanamente se van haciendo unas relaciones mucho más frágiles porque el día a día –todos lo sabemos– vivir no es fácil, vivir en pareja, vivir en familia, educar a los hijos, es un reto, es un hándicap y más en esta sociedad y en este mundo tan incierto, tan volátil, con tantos valores en donde se nos han ido perdiendo,

y desde ahí muchas familias –yo misma y otros– vamos a vosotros a buscar ayuda, vamos a buscar un horizonte, vamos a buscar luz.

Por eso creo que desde ahí tenemos que volver una y otra vez a esa fortuna. Creo que los que estamos aquí hemos tenido la experiencia de encontrar un tesoro en donde ha tocado nuestro corazón, y esto también es importante. Porque nosotros como personas que queremos acompañar pastoralmente y espiritualmente a otros, nosotros necesariamente hemos de tocar el corazón, nos tenemos que convertir en ese Jesús de Nazaret que como, en los discípulos de Emaús, vamos contando las experiencias de vida, vamos siendo testimonio de experiencias del Evangelio, que hagan que las personas vayan sintiéndose, vayan tocando la realidad de Dios, y desde ahí –desde ese sentimiento de compartir eucarístico– estamos aquí.

¿Cuál es mi propuesta? ¿Cuál es yo creo la propuesta que nos va destilando el Papa en todos sus escritos y en la Exhortación? El que tenemos que tener una determinada manera de comportarnos, de ser y de hacer para transmitir la buena nueva. Es decir, que la evangelización, la pastoral –que en el fondo es ser esto, es poder ser experiencia de Evangelio– lo tenemos que cuidar, porque nosotros somos las principales herramientas. Eso implica por una parte una gran noticia, porque a veces con este panorama que os he puesto de contexto uno diría “yo no tengo medios para poder dar estabilidad a un mundo incierto”, o “yo no tengo la capacidad de poder cambiar el tipo de comunicación que tienen los jóvenes”, pero la realidad es que una de las primeras cosas que quiero transmitir es el poder y el valor que tenéis en vuestro ser personas. La principal herramienta de evangelización que tenemos somos nosotros mismos, y la fuerza y la capacidad de dar esperanza a otros desde el cómo nosotros vamos a ejercer nuestra pastoral, es muy significativa. A veces eso lo perdemos de vista, nos olvidamos, o nos sentimos tan abrumados por el día a día, que creemos que necesitamos a otros, a otra realidad, o cambiar para que llegue la experiencia de. Y sin embargo lo que se nos dice por la Exhortación es “no, no, que tú eres un medio eficaz para poder hacer este cambio significativo”.

En lo que se nos está llamando en este momento es, por un lado, la gente necesita valores, necesita caminos, necesita guías. Los valores nos vamos ayudando a saber lo que está bien, lo que está mal, trabajasteis con Julio Martínez la conciencia moral, cómo la persona tiene que saber distinguir lo que es lo correcto de lo que no lo es. Vosotros vais a ser ese medio de transmisores de valores, de trasmisores de sentido, y eso es esencial porque cada vez más las familias, las parejas, las personas nos vamos vaciando de sentidos existenciales. Esa va a ser una de nuestras tareas: el ser camino de sentido.

Por otro vosotros vais a ser transmisores de lucidez, si en el título está continuamente la palabra “discernimiento”, tiene que ver mucho por esa necesidad de iluminar, de esa necesidad de ayudar a uno mismo y a otros a encontrar esa capacidad de distinguir y de poder favorecer a la gente esos caminos que le van a conducir a una vida plena.

Por último está el horizonte, la esperanza, por eso el ir y proclamad la buena noticia a las familias, a las parejas, está vinculado necesariamente con esa lucidez, con ese camino y con esa esperanza. Eso lo hacemos desde el testimonio y lo hacemos desde nuestro modo de estar y de encontrarnos. Por eso en esta cultura que nos invita el Papa, de ser cultura de encuentro. No es nada fácil, parecería que es algo obvio y sin embargo detrás de eso psicológicamente hay un reto en todos nosotros. Yo voy a trabajar en esta mañana cómo hacer de nuestro acompañamiento una experiencia de encuentro, porque no toda relación es encuentro, no toda comunicación es encuentro. La buena noticia, la experiencia de Evangelio se hace con unas condiciones concretas en nuestra manera de comunicarnos y de acompañar al otro. Por eso no es una obviedad señalar el encuentro como clave del acompañamiento y por eso vamos después a aplicar unos aspectos de la relación de ayuda para ello.

¿Qué entiendo desde el acompañamiento? Creo que uno de los aspectos esenciales que vamos sintiendo en cada una de las páginas a los que nos va llevando la lectura del Papa, es en el que tendremos como referentes de acompañados a las familias, a las parejas, a las personas. Siento que mucho de lo que os voy a decir esto ya lo tenéis, pero pienso que muchos de vosotros cuando salgáis de aquí vais a estar en comunidades, en catequistas, en grupos, que a lo mejor no están tan formados como vosotros. Tenemos que ser a lo mejor esos multiplicadores de formación, quizá una de las cosas que pueda servir hoy es el que esto pueda después tener la posibilidad a gente que –a diferencia de vosotros– tenga una formación diferente y lo necesite para poder llevarlo a sus grupos de catequistas, a sus grupos de familia, a la pastoral que estáis realizando.

Cuando yo trabajo el acompañamiento espiritual con gente laica, en donde no tenemos esa formación teológica que tenéis vosotros, esto no es una obviedad, porque la gente como que cuando ve el acompañamiento rápidamente “yo y el acompañado”, y se siente que la responsabilidad del proceso del acompañamiento reside fundamentalmente en ellos. Y una cosa importante que no debemos de perder de vista es que en el acompañamiento pastoral y espiritual el verdadero protagonista es Dios, y que nosotros nos convertimos en esa especie de puente, de medio, para ayudar a que cada criatura se encuentre con el Creador, pero la realidad es que Dios habla en el corazón de las personas.

Quizá nosotros nos convertimos en esa especie de traductor, de intérprete para entender cómo Dios se encarna en las crisis, en las dificultades, en las heridas, y también en el día a día, en el debate, en la toma de decisiones, en la problemática que viven con sus hijos. En el acompañamiento hay realmente tres protagonistas, pero si tuviéramos que decir quién es el verdadero protagonista es ese Dios que se comunica continuamente con aquel que le llama y le busca.

Hay muchas definiciones de acompañamiento pastoral, y como es uno de los protagonistas quería decirnos al menos desde mi punto de vista por dónde yo entiendo el acompañamiento. Para mí el acompañamiento que para mí está tremendamente entrelazado, entrañado en la Exhortación, es que el acompañamiento es una ciencia del corazón. Es decir, es ese trabajar desde el corazón en donde está inherente la palabra de Dios como un aspecto nuclear, junto con encuentros interpersonales desde una escucha oral. Aquí de alguna manera también está lo que vamos a trabajar hoy, que además insistentemente –y no diría ya sólo en las palabras del Papa– sino también cuando nuestro Arzobispo en distintos momentos nos invita el Plan de Evangelización aparece la necesidad de la escucha, de poder estar en ese proceso de acompañamiento de una escucha orante y además una escucha que sea operativa.

Lo que se nos invita también a ser es puente, nosotros somos ese testimonio y también como ese puente para que las familias se encuentren, para que las parejas puedan también estar y poderse nuevamente vincular, y para que familias y parejas a su vez se encuentren con Dios. Desde ahí el acompañamiento pastoral y espiritual lo vivo desde ahí.

Ahora voy empezar a trabajar técnicamente, por daros algo operativo, creo que todo esto lo sabéis pero vamos a trabajarlo.

No toda comunicación y relación es encuentro. El encuentro es a lo que estamos llamados, eso es buena noticia, eso es a lo que nos impulsa el Papa una y otra vez desde sus distintas Exhortaciones, desde también la Exhortación de la Alegría del Evangelio y de otras. Continuamente está en donde no nos perdamos de vista, en donde hemos de ser una iglesia acogida, una tierra de acogida en donde las personas nos podamos encontrar y podamos transmitir a lo que estamos invitados a ser. Desde ahí entonces el encuentro vamos a trabajar tres destrezas.

Cuando en Psicología se utiliza la palabra “destreza” es porque se quiere aludir a que cada una de las palabras “acogida”, “escucha”, “respuesta”, implica un conjunto de habilidades. Cuando en Psicología se habla de destrezas es porque se dice que eso se

hace al final operativo porque tenemos que trabajar con distintas habilidades personales. Entonces vamos a ver que para poder realmente ser experiencia de encuentro hay que trabajar tres: la acogida, la escucha y el saber responder. Hay personas que son tremendamente acogedores pero se pierden en la escucha, y si te pierdes en la escucha, mala es la respuesta. Pero hay gente que sabe acoger, que sabe escuchar, pero cuando abre la boca es donde ahí pierde pie. Por lo tanto vamos a ir viendo para que la acogida hace posible la escucha y la escucha hace posible la respuesta. Y cuando unimos acogida, escucha y respuesta, somos capaces de poder entonces dar esa experiencia de futuro que tantas personas necesitan y nos buscan. La comunicación no es nada fácil para que sea encuentro. Hay que empezar por saber qué es aquello que nos impide una buena comunicación.

Voy a tocar dos aspectos que son nucleares para poder hacer bien todo ello. Es empezar por lo que nos hace muy difícil comunicarnos. El ser humano es un ser social, nos necesitamos unos de otros, por eso todo lo que tiene que ver con Evangelio, buena noticia, experiencia de fe, experiencia de encuentro con Dios, oración, implica una relación interpersonal, porque el ser humano solamente llega a su plenitud y llega a su felicidad en la medida en que tiene ese contexto de encuentro y de vinculación. ¿Qué es lo que ocurre?, que la comunicación humana, que la necesitamos para vivir, sin embargo es muy complicada. Hay tres factores que pueden hacer que sea muy complicado:

Uno es a nivel comportamental, por eso también estoy hoy aquí, por eso vosotros os convertís en modelos, en referentes en vuestras parroquias. Tenéis que enseñar a vuestros catequistas, a las familias con buena voluntad que se acercan para ayudar a otros, porque no toda comunicación es encuentro y hay que saber, y entonces hay que enseñar y hay que formar. Hay personas que su problema no es de falta de voluntad, son personas que intencionalmente están dispuestas a lo mejora, al mayor servicio, sin embargo no lo hacen bien porque les falta formación.

Otro aspecto que a veces no tiene que ver con la formación, sino que tiene que ver con la naturaleza emocional. El encuentro, la relación, el acompañamiento, es algo a veces complicado porque siempre que nos comunicamos con otra persona con verdad, hay un riesgo. Está el riesgo, el miedo a ser rechazado, a no gustar, a que se lleve una impresión el otro que no corresponda con lo que realmente soy. Incluso a cambiar, es decir, cuando yo me relaciono con alguien, cuando yo voy a la oración, cuando yo estoy en la Eucaristía y escucho la Palabra, estoy abierta o no a que esa Palabra me cambie, porque continuamente esa comunicación profunda nos va llevando a riesgos de mejora o de cambio. Por lo tanto esto es importante también. Yo como familia

quiero tu ayuda, pero que sepas que a lo mejor me voy a resistir a que me lleves a una situación que me haga cambiar.

Esto son las contradicciones humanas, las tentaciones humanas, quiero tener una vida mejor pero me da miedo dejar la vida que, aunque me empobrezca, necesito tener para ir desarrollando diferentes partes y facetas de mí misma, pero por otra tengo el miedo de fracasar, de no ser capaz. Esto es importante porque a veces os entraréis que la gente viene a pedir, pero cuando tú le vas a dar retira la mano, cuando tú le vas a dar lo que le das te dice que no es útil. No es algo personal, no tiene que ver nada con vosotros, tiene que ver más con ellos mismos, tiene que ver más con los miedos que supone siempre crecer, que supone salir de la tierra, que supone dejar de estar en un terreno seguro aunque ese terreno seguro también me produzca mucha infelicidad.

Esto va a hacer que nuestra relación de acogida, y de paciencia, y de compasión, y de misericordia, y de estar ahí, sea como tantas veces Dios antiguamente desde el Antiguo Testamento ha tenido que hacer y renovar esa Alianza, porque los humanos nos perdemos, y mucho de la comunicación y del problema viene de ahí, de los miedos. El ser humano en la medida que tenemos más inseguridad, tenemos miedos.

En tercer lugar, que es el último, pero es el que muchas veces más problemas nos genera en la comunicación, es el que tiene que ver con los factores mentales, es decir, cognitivos. Generalmente creemos que todo el mundo percibe la realidad del mismo modo, es decir, ha ocurrido algo en la parroquia y decimos “esto es obvio”, y sin embargo las interpretaciones de la gente son muy diversas; es más, probablemente después de esta semana de formación, al terminar cada uno tendréis una interpretación, una visión, una mirada de cada una de las sesiones diferente. Esto además forma parte del ser humano: el ser humano, para poder ver la realidad, tenemos unos filtros, unos filtros mentales, unos filtros psicológicos, unos filtros culturales, que van haciendo que cada uno vaya poniendo un significado a lo que ocurre de forma diferente.

Esto es muy importante en vuestro trabajo con las familias y con las parejas, y que muchas veces nos recuerda el Papa Francisco: cuidado con los prejuicios. Cuántas veces no estamos encontrándonos con el otro porque estamos encontrándonos con la idea que yo tengo del otro: viene tal persona, proviene de tal cultura, viene de este país... y ya rápidamente le coloco en la idea que yo tengo porque he tenido a lo mejor relación con gente de ese país, entonces digo “es que los peruanos, es que los...” El problema de los prejuicios, de los estereotipos, es que yo no me relaciono con el otro,

ni al otro le dejo que se relacione conmigo, sino que yo me relaciono con mis ideas, con mis creencias, o con las creencias que participamos en la Iglesia.

Por eso, unas de las cosas que una y otra vez yo creo que bombardea el Papa Francisco, es a que cambiemos la mirada, y esto también es muy propio del Arzobispo Carlos Osoro: muchas veces –al menos cuando ha venido a Comillas y ha hablado a nuestros alumnos– lo que les invita es a cambiar la mirada para cambiar el corazón. Porque es verdad que ojos que no ven corazón que no siente, pero también es verdad que corazón que no siente ojos que no ven, por eso hemos de hacer una mística de la mirada y también un trabajo del corazón.

Por lo tanto hemos de preguntarnos ¿cómo miramos a la gente?, y, hasta qué punto, cuando nosotros estamos con esa familia ya no vamos con ideas preconcebidas, “ya me han contado en la parroquia, ya me han dicho que...”, y entonces cuando llega la familia ya prácticamente tengo el consejo, ya tengo pensado lo que les voy a decir y no les dejo a lo mejor que me cuenten, que me hablen, que me escuchen. Esto es importante porque esto es lo que va a permitir o no el encuentro. Para que se dé una experiencia de encuentro tiene que haber una experiencia yo – tú, es decir, que al otro le permitamos ser, ser distinto a mí, ser distinto de lo que yo creo que debería ser o de lo que creo porque procede de tal cultura o de tal grupo.

Creo que muchas veces los problemas internos que tiene la Iglesia son estos, en donde estamos a veces divididos, con brechas, con fracturas, porque realmente no estamos en el encuentro con el otro: “procede de este grupo, de tal, de este otro”, y dices: pero si realmente el Dios al que todos adoramos, creemos, seguimos, es un Dios universal. Importante entonces, y lo veremos ahora porque puedes generar muchos problemas.

Por lo tanto, un aspecto capital es saber de antemano que cuando yo voy a trabajar con las familias, esas familias van a venir también con su propia idea, a veces probablemente os habéis sentido injustamente tratados, porque viene una familia, una pareja, una persona y os juzga por lo que sea. Bueno, pues tenemos que ser conscientes cómo los juicios dificultan y, el no saber comunicarnos, dificultan.

Yo me voy a centrar esta mañana en cómo comunicarnos eficazmente y que además, de alguna manera, está en esa forma tan clara, tan expresiva del Papa Francisco cuando nos invita al cambio.

Ahora pasemos a esas destrezas en donde, como os decía, hay tres fundamentales que tenemos que cuidar en las relaciones con las familias y las parejas para nuestro acompañamiento, en donde sintéticamente podríamos hablar de destreza de acoger,

que tiene que ver con la atención física, y destreza de la escucha activa, que la habréis escuchado muchas veces, que es como la manera que tenemos sintética de hablar, de cómo escuchar y de cómo responder. Y podríamos hablar que es la manera de atender psicológicamente a la gente. Pero las personas necesitamos ser acogidas, ser atendidas, física y emocionalmente, y personalmente.

Otra cosa que entiendo que vosotros es obvio que lo tenéis muy interno, pero siempre pienso que sois comunicadores para otros grupos. Un aspecto como muy esquemático: la comunicación no se hace sólo con la palabra, no solamente se hace desde lo relacional, sino que también es muy importante la dimensión corporal, el cuerpo, la dimensión cognitiva –donde después se expresan simbólicamente las palabras-, pero me gustaría también puntualizar algo de la dimensión no ética.

Yo puedo trabajar técnicas de comunicación para facilitar nuestra relación con el otro, con las familias y con las parejas, pero si no hay unas actitudes básicas inherentes a esas técnicas, las técnicas son vacías, y esto también de cara a vuestros catequistas, la gente que participamos en las parroquias que vamos buscando claves, consejos. Es importante empezar por las actitudes del otro, y esto es como una evaluación que es importante que tengamos en cuenta, porque si a estas preguntas no sabemos responderles o son muy negativas, es mejor que entonces por lo menos ese día no tengamos experiencia de acompañar con otros porque no lo haremos bien.

Para acompañar a la gente yo tengo que tener un deseo profundo de hacerlo, esto parece una tontería pero esto condiciona mucho. Todos los que estamos aquí somos humanos, estamos cansados, no siempre tenemos la cabeza vaciada de nuestros problemas. Por lo tanto yo puedo tener, como persona, un deseo de encontrarme con los demás, de escuchar a los demás, de participar en la vida de los demás, pero no siempre estoy disponible, no siempre estoy preparado cognitivamente, vital, emocionalmente. Por lo tanto a veces puede ser mucho mejor decir a la gente “oye, pues hoy no puedo, no me viene bien, vamos a dejarlo para mañana”, que sé que mañana voy a estar mejor, más descansado, o voy a estar ya despejando este problema que ahora me tiene atrapado, o lo que sea. Por lo tanto es importante preguntarnos ¿realmente yo estoy en disposición de salir de mí mismo, de vaciarme de mí para que otro pueda ser acogido por mi persona?, porque no es ser menos cristianos ni ser egoístas porque tengamos que poner límites en determinados momentos. Si no ponemos los límites, podemos hacer más daño que lo contrario.

Segundo y esto también es fundamental: como no creáis en el otro, que el otro es alguien valioso, que es alteridad, que es un tú, que no es alguien al que hay que

pastorear en el sentido de que el otro no entiende, no mira, no es capaz, no es lúcido para... no. Si nosotros no le reconocemos muy probablemente tampoco vamos a transmitir el mensaje del Evangelio. Nuestra mirada va a ser una mirada que no le va a ayudar. Pongo de referente siempre la imagen de la samaritana, es decir, ese encuentro de Jesús de Nazaret que le mira en la profundidad de su corazón y le transmite ese amor, ese creer en ella independientemente de lo que fuera y de lo que fuera a ser, esto también es importante.

Tercero, preguntaros si sois capaces de respetar la individualidad del otro, es decir, su toma de decisiones, y esto es complicado. Yo soy terapeuta, soy psicóloga clínica y trabajo con personas que tienen dificultades, y esto también lo tengo que aplicar a mí: ¿yo voy a ser capaz de asumir que el otro tome decisiones diferentes a las que yo creo que tendría que hacer? El acompañamiento muchas veces lleva consigo el tener que respetar en el otro la libertad que Dios le ha dado, y estar pendiente y estar a su lado para que cuando, de ese camino que yo creo que se va a perder, pueda volver, que yo esté ahí no tanto para reñirle o para decirle “mira que te decía yo”, sino para decirle “aquí estoy para seguir acompañándote”.

Y después yo creo que ahora mismo, tanto que se habla de la postverdad, etc., también es esencial. Si nosotros somos personas coherentes, comprometidas, honestas con las palabras que damos, eso también es muy importante. Si nuestras palabras van a estar vacías porque no nos las creemos, es mejor no decirlas o no tener una conversación con esa persona, porque todo aquello que no esté contenido en verdad, eso no hace libre a la gente, no da futuro a la gente. Por lo tanto, hemos de ser conscientes.

Hay otras cosa que también hemos de no olvidar, que probablemente ya la habéis trabajado. Yo creo que una de las cosas también que tiene el Papa Francisco, que tiene también nuestro Arzobispo, es que son pastores de la Iglesia que, cuando les escuchamos, nos ayudan a mirarnos con cariño, con benevolencia, con misericordia, y a empoderarnos. Es decir, a lejos de cuestionarnos se nos cuestiona con la habilidad de sacar lo mejor de nosotros mismos, y eso es muy importante, porque vosotros en el acompañamiento con las familias, con las parejas, os vamos a pedir ayuda, vosotros sois un referente. Difícilmente a veces yo voy a creer en mí misma si voy a hablar con vosotros, si vosotros no creéis en vosotros mismos. Hay una parte de contagio, de influencia, que tenemos las personas con los otros, que tiene que ver con lo que uno ya es. Jesús de Nazaret tenía esa fuerza inherente entre otras cosas porque más allá de que dijera, era. Era una persona que iba trabajándose también sus historias, aunque fuera Dios.

Quizá nos resulte a lo mejor más complicado, pero también, después sus discípulos, sus apóstoles, fueron personas que fueron trabajando la actitud con uno mismo. Esto es importante. Si no nos reconocemos personas dignas, valiosas, si no estamos reconciliadas ¿cómo vamos a reconciliar? Si estamos en conflicto ¿cómo vamos a ir caminando con otros que necesitan esa reconciliación, ese reencuentro? También es importante el que tengamos una vida interior fecunda, si nuestra tierra está reseca, es muy difícil que quien venga se encuentre en crecimiento. Por eso, no sé vosotros pero yo sí que me lo cuestiono mucho. Yo soy docente, soy terapeuta, soy laica, soy creyente, soy mujer, todo ello y ¿qué es lo que me ocurre?, yo sí me lo pregunto, que llevados por ese mundo que tenemos de referente de urgencias, de tiranía, de todo lo que es lo inmediato, etc., no cuidamos nuestra interioridad, eso se acaba notando. Por eso el acompañamiento a las familias, que parece que está como fuera, implica mucho un trabajo también personal, que es quizás lo que lleváis trabajando con todos mis compañeros que previamente han venido y que han ido trabajando la conciencia, etc.

Y, algo que parece una obviedad pero que está ahí: si en mi vida no hay cabida para los demás, es muy difícil el acompañamiento. Cuántas veces han ido a la parroquia gente y tú les ves que se quieren hacer los encontradizos, pero no acaban por llegar, la pregunta que tenemos también que hacernos es ¿les estamos mandando un mensaje de que no son recibidos? No porque tú no quieras recibirlos, sino porque tú tienes una agenda que es imposible que alguien entre, porque cuando terminas de la misa vas corriendo a no sé qué y después a no sé cuántos. Es verdad que la mies es mucha y los obreros pocos, pero creo una de las cosas que es fundamental en ese discernimiento es la priorización del orden de la vida, y creo que en eso es esencial el poner orden y ver qué es lo fundamental, porque a todo no vamos a llegar y no todo lo podemos hacer en nuestras manos. Por eso necesitamos la comunidad, por eso no somos nadie, cuántas veces habréis escuchado el proverbio africano “si quieres llegar rápido, vete solo; pero si quieres llegar lejos, vete acompañado”. El acompañamiento necesita tiempos y necesita espacios, eso hemos de tenerlo muy en cuenta en nuestra vida personal.

FIN DE LA PRIMERA PARTE

TURNOS DE PREGUNTAS, RESPUESTAS Y REFLEXIONES

P. Son cosas que empiezan en casa. Hay pocos padres, por ejemplo generalizando mucho, y quizás más los hombres, que se encuentren con los niños. El encuentro como escucha y acogida, que se aprende de manera muy natural en la familia, pues no se aprende, más bien es la pugna, la competición lo que a veces también se promueve y se fomenta en los grupos, en los niños. Estamos en un mundo ante lo que es diferente me definiendo, y ya cuando me definiendo te he convertido en un agresor, porque tú pretendías agredirme pero, como yo tengo miedo de ti, lo único que puedo hacer es eso. Es complicado. Cuando conoces personas, sean de donde sean, creyentes no creyentes, de distinta edad y condición, que tienen esa capacidad de estar un poco vacíos de sí mismos, de acogerte, de hacerte sentir que tú eres algo importante y rico para ellos, es como que tu corazón se ensancha y parece que respiras, pero se cuentan con los dedos de la mano, desgraciadamente. O quizás nosotros tenemos tantas cosas que hacer que la gente viene con la demanda muy pensada, muy formulada, y eso mismo te condiciona porque ya te encasilla en que vienen buscando quizás una receta, un consejo muy concreto, pero te encasilla demasiado. Es difícil hacer un encuentro verdaderamente humano y que crezca.

R. Has expresado determinadas cosas muy interesantes. Primero cómo el proceso educativo viene de alguna manera ya fragmentado, roto, es decir, que es cierto que cada etapa, cada generación ha tenido sus ventajas, sus desventajas y en este caso sí que nos encontramos que, probablemente también por todo el contexto que vivimos, pero las familias muchas veces no tienen ya esa experiencia de encuentro, no hay ese diálogo, hay esa oposición, esa dialéctica en donde vienen a veces a buscaros para encontrar un árbitro, pero no para poder establecer un diálogo. No, “quiero que me des la razón”. Es cierto que nos tenemos que convertir un poco en educadores de ir encontrando esos espacios en los que sean y les coloquen desde otro lugar, y yo creo que eso es cierto que tenemos que aprender y no es nada fácil. Porque cuando la gente viene y te viene a pedir un consejo, y te coloca en un papel de juez, tienes a veces la tendencia de rápidamente colocarte ahí, de árbitro, de juez, de lo que está bien, entonces perdemos lo que tú decías: la oportunidad de convertirnos en una Iglesia, en un espacio del encuentro, en donde después se encontrará respuestas pero que antes se dé la posibilidad de que ese padre con el hijo, de que esa madre, se puedan escuchar.

P. Esto es a lo mejor una cuestión muy personal. Cuando hablabas del encuentro y de estas fases, de la destreza de acoger, de escuchar, de responder, para mí la cuestión es como también la gratuidad. Yo antes de ser cura me formaron para vender y al final lo que quería era vender, el encuentro era para vender. Muchas veces me veo ahora como cura que eso se me cuele, que el encuentro al final lo que quiero es que sea catequista, o solucionar un problema, o porque quiero que salga adelante un grupo de matrimonios... Claves también para vivir desde la gratuidad. Tengo que luchar constantemente con el vendedor que llevo dentro, porque vivo la vida con objetivos, con resultados, con que quiero que el otro mire lo que yo hago.

R. Te voy a rescatar lo positivo de ser un vendedor. Creo que es verdad que todas las personas tenemos unos objetivos, hay un proyecto, y en una parroquia necesariamente hemos de tener proyectos, de tener objetivos, de medir resultados, para ver si realmente estamos llevando adelante lo que se nos pide. Lo que pasa es que es ahí donde el contenido de las tareas, de las labores que tenemos entre manos a nivel pastoral, tienen que nacer desde la gratuidad. Probablemente Jesús de Nazaret también estaría con ese objetivo: a ver a cuántos tengo que llevar a esto, que ya viene Jerusalén pronto, que tengo que pasar por... Estoy convencida que Él iba de un sitio a otro y tendría su organización. En este proceso el resultado tenemos que creer en el proceso, y ese proceso está basado en encontrarme con el otro, conocer al otro, preguntarle ¿y tú quién eres?, ¿qué necesitas?, ¿cuál es tu sed?, ¿cuáles son tus problemas? Porque teniendo ese proceso de gratuidad del estar, voy a tener resuelta la tarea de tocar el corazón de la gente.

Sintetizando quiero decirte que no está mal que todos tengamos proyectos, objetivos, tareas, porque si no nos perderíamos, podríamos ser grupos humanos muy centrados en lo emocional pero que no irían caminando hacia la misión; la misión es importante tenerla en el horizonte. Pero esa misión en nuestro caso, lo que nos dice Dios, es que nuestra misión está basada en un encuentro gratuito y que aunque creamos que perdemos el tiempo, todo tiene su momento –nos dice el Eclesiastés–. El momento de llevar la misión y esa venta es que en este caso nos la cambia Jesús y nos dice que es de un encuentro, en donde el otro no te vea que tú le quieres adoctrinar, sino que el otro perciba en ti un interés por realmente estar a su lado en el camino de su vida. Lo que podemos hacer es cambiar la misión, tener clara la misión: yo tengo la misión de tener catequistas, eso está bien, pero ¿cómo voy a lograr que haya chavales, madres, padres, que quieran ser catequistas?, tocando su corazón, y eso me coloca entonces en otro camino, en el camino del encuentro. Eso es como que te ayuda porque también te tranquiliza, dices: ah, vale, estoy en el camino de la misión. Haciendo esto es creerte

en esa confiada espiritualidad que nos marca nuestra fe, es decir estando en ese camino Dios va a poner también los recursos para que aparezcan otros que vayan haciendo posible en la parroquia las cosas que vayan saliendo.

P. Me ha parecido muy interesante el poner el acento en lo que has dicho: en el encuentro. En esos días escuchando y ahora escuchándote a ti otra vez, yo lo que me planteo es que la tentación que ha tenido la Iglesia en todas las épocas es asimilarse mucho a lo que es propio de la época, y cuando veía las primeras diapositivas que ponías yo pensaba: a nosotros nos pasa lo mismo, no tenemos tiempo, vamos deprisa, todo es programación, todo son actividades... y al final lo que plantea, lo que estamos viendo en el Plan Diocesano de Evangelización, cómo salir un poco de esto para que no sea solamente una cuestión de actividades la pastoral, sino de generar encuentro, que es lo que cambia el corazón de la gente. Y es verdad que, tú lo decías, yo recuerdo hace mucho tiempo me decía un amigo: he conocido a muchos curas y todos habéis tenido una cosa en común, que habéis tenido siempre una agenda muy llena. Hay gente que le da miedo acercarse a nosotros a pedirnos más, a pedirnos ayuda, porque estamos siempre demasiado ocupados, no tenemos tiempo. A mí se me plantea que es necesario cambiar la perspectiva del hacia dónde vamos, cómo estamos y por qué camino vamos. Eso me resulta muy interesante porque yo percibo muchas veces, - sobre todo el objeto de este curso es el acompañar a personas, a matrimonios, en situaciones duras, difíciles, irregulares- mucha gente viene con miedo, viene rota, y nosotros hacer camino con la gente necesita mucho tiempo, necesita hacerles superar en primer lugar el miedo, lo de la acogida que tú decías, cómo hacemos para acoger en las parroquias, para escuchar, para hacer que la gente se sienta mínimamente comprendida en lo que le pasa. Al escucharte me estaba acordando del libro este de Powell “¿Por qué temo decirte quién soy?”, porque si te digo quién soy quizá no te guste y eso es todo lo que tengo, y hay mucha gente así, tiene miedo a decir quién es. A mí esto me supone como el decir de alguna manera hay que poner un cambio en la forma que tenemos de hacer la pastoral. Qué te parece a ti desde la perspectiva de laica, madre de familia, persona que trabaja...

R. Mi espiritualidad es ignaciana, soy profesora en Comillas y mi formación ha sido desde ahí. Yo creo que una y otra vez a mí lo que me viene es la necesidad de discernir, es decir: dónde estoy, hacia dónde voy y qué es lo que Dios nos está pidiendo a cada uno, porque yo no sé hasta qué punto también a veces no dejamos a Dios hablar. Cogemos las programaciones, cogemos lo que creemos muy motivados también por las situaciones que vivimos, pero como que no damos ese paso atrás, no tenemos esas

pautas que nos lleven con serenidad, con silencio, a ir viendo en dónde estamos. Porque al final a veces somos tremendamente contradictorios: queremos ayudar a los que están fuera y maltratamos a nuestras comunidades, a nuestra gente más cercana, a nuestra familia, porque les abandonamos, porque no estamos ahí. Comparto todo lo que planteas y creo que estamos en un momento en que se nos reclama, por ejemplo en el caso de la Congregación 36 de la Compañía de Jesús, que ha sido muy reciente, dentro de los decretos que plantean a todos los jesuitas, pero también a los laicos que trabajamos en ellas, está una primera parte de discernimiento. Hemos de parar, a veces –como decía Almodóvar en una película– parecemos como vacas sin cencerro, vamos y no sabemos a dónde vamos, pero nosotros lo que hacemos es ir. Creo que sí, que se necesita discernimiento.

Otras de las cosas muy importantes es que se necesita colaboración, y volvemos un poco a la idea que tú también expresabas: una de las grandes cosas de la Iglesia es que somos una gran casa de familia, tendríamos que ser así, nos tendríamos que ayudar unos a otros y trabajar colaborativamente unos con otros; pero eso solamente es posible cuando ponemos el centro fuera de nosotros, cuando realmente dejamos que sea Dios el que lleve la dirección de nuestros grupos, de nuestras comunidades, de nuestra Iglesia, probablemente habría más colaboración porque dejamos de estar en nuestras cuitas personales.

Un tercer aspecto es esa necesidad que ya sería a otro nivel de trabajar en red, de poder también en esa colaboración trabajar en una red en donde haga que unos con otros –que a lo mejor están bastante lejos– podemos unirnos. Nosotros también hemos trabajado en Comillas las tentaciones, que ha sido lo último que acabamos de enviar recién a la Vicaría, y nosotros hemos elegido como tentaciones y como problemáticas de retos. Uno de ellos era la fragilidad de los vínculos familiares, que se producen en la misma vida de la universidad, en nuestros alumnos, entre nuestros profesores, entre nuestro personal de administración y servicios. También la formación de los intelectuales pusimos como reto, porque necesitamos que la Iglesia tenga una palabra que decir en esta sociedad en la que hay tanta corrupción, también decíamos esa necesidad de poder llegar. Pero tenemos que parar, y yo sí que lo creo. Tenemos que dejar que nuevamente nuestra misión fundamental sea escuchar y acoger realmente lo que en este momento en el signo de estos tiempos Dios tiene que decirnos a cada uno y trabajar en colaboración.

P. *Cuando hablabas de a veces ser conscientes nosotros mismos de cómo estamos, si estamos en disposición de vaciarnos para crear ese lugar, creo que a veces como curas y en este concepto que tenemos de “yo no puedo mostrarme nunca como que no puedo, aunque esté mal tengo que superarme...” me llama la atención que lo dijeras y cómo lo has dicho tan claro así como primer punto, porque a veces justo creo que sentimos lo contrario: tengo que hacer todo lo posible, esté como esté. A veces incluso con malos estados de salud. Yo creo que en ese sentido nos cuesta ser realistas.*

R. Hemos de cuidarnos. Para cuidar hemos de estar bien, porque si no nuestra calidad se ve mermada. El cuidado del otro pasa por nuestro propio cuidado. Muchas veces esto los hijos son muy sabios, les pedimos algo que no hacemos nosotros, el mostrarnos vulnerables, que las cosas nos afectan, lejos de que a ellos les afecte negativamente les ayuda a saber que somos tan humanos como ellos. A veces decimos ¿por qué esta persona tiene tanta gente para que se confiese, tal o cual?, a veces suelen ser las personas más sinceras, más honestas en lo que tienen, de lo que son en su conjunto, entonces lo que son de carne y hueso decimos “este es más mullidito”; los que nunca manifiestan nada, son fuertes, etc. a veces para determinadas cosas uno dice “no sé si me va a entender”, o “va a pensar que lo que voy a decir es una tontería”. De verdad yo sí que os diría: cuidaros, eso no es egoísmo, sino que también forma parte del mismo proceso de lo que yo creo que Dios quiere con nosotros. A veces es verdad que tenemos que tirar adelante con lo que fuere, pero a veces no sé hasta qué punto es algo que nosotros nos ponemos por el reconocimiento ajeno, por la necesidad de aprobación, por el querer estar ahí, por el que la gente no se olvide de mí... que es muy humano, pero que entonces no nos engañemos, no digamos que esto es por Dios, no, esto es por mí, porque Dios a lo mejor lo que te diría es “majo, quédate en la cama y deja a tu hermano de comunidad que haga las cosas por ti”.

P. *Sólo decir que todo esto ha tenido resonándome el texto que vamos a leer en la liturgia el domingo, el Capítulo Cuarto del Evangelio de San Juan, me parece que es un ejemplo magistral de todo lo que has dicho, y seguramente que si lo leemos y lo meditamos con detenimiento, dé mucho más. Os invito a que lo leáis entero, porque el texto litúrgico es una ensalada de frases sueltas. El texto entero.*

R. Te lo agradezco, no hay nada para Dios que sea ajeno de lo humano. Todo lo que vamos a ver después está en el Evangelio, y está hecho día a día en la relación que Jesús de Nazaret tiene con la gente.

La idea es, teniendo el marco técnico teórico de lo que sería el buen establecimiento del encuentro, hacer algún tipo de ejercicio que nos ayude a terminar de concretar.

Nos quedamos en la acogida. El Papa Francisco es una de las cosas que ha cuidado mucho, el que no nos olvidemos de la acogida y que para todos seamos tierra de acogida. La acogida ¿cómo se logra?, fundamentalmente a través del lenguaje no verbal. A la gente no le dices “yo te acojo”, sino que nosotros demostramos a la gente que la acogemos. La acogida, como destreza, como habilidad, está fundamentalmente hecha a través de los gestos y a través –muchas veces– de la previsión, de la preparación. Por ejemplo ahora cuando hemos bajado, el hecho de que teníamos preparado el café, las cosas, etc., es una manera que tiene el seminario de decir: qué bien que estáis, además os valoramos, queremos que además estéis en vuestra casa. Si nosotros llegásemos a cualquier sitio y uno no está, y además no ha avisado que iba a llegar tarde, eso muchas veces es lo que te genera la sensación de decir “vaya, creo que he metido la pata y no debería de haber venido”. La acogida es la clave del encuentro. Por ejemplo, un terapeuta, o cualquier persona que va a tener una relación estrecha, de intimidad con otro, en donde no le transmita al otro que te importa, que te interesas por él, que vas a estar a su lado, que te preocupas de que él esté cómodo y que haya una atención física. Si eso no lo hacemos la gente se va, por mucho que tú le digas “no, es el mejor médico, el mejor profesional...”, si ese profesional cuando llegas es gélido, parece que no le importas, no te mira a los ojos, da igual que estés que no estés, dirás que será el mejor de la Tierra pero desde luego no me quedo con él, porque te falta algo.

Simplemente recordar, sobre todo cuando estéis con vuestra gente, que el lenguaje no verbal es esencial para la acogida. Si queremos que alguien pueda sentirse cómodo con nosotros, tenemos que tener el detalle de cómo a nivel no verbal le transmitimos cómo para nosotros es importante, es significativo, tiene un interés, es valioso; y eso lo hacemos fundamentalmente a través de la mirada y a través de una postura en donde físicamente le transmitimos que no estamos defendidos. El lenguaje no verbal es fundamentalmente el responsable de la afectividad, de hecho muchas veces puedes decir cualquier palabra, pero si va acompañado de un gesto que lo contradice, la gente se queda con el gesto, no se queda con la palabra. La palabra yo la puedo manipular, el gesto es más difícil.

Y lo contrario, alguien que sea realmente acogedor y meta la pata, muchas veces la gente ni se da cuenta. A lo mejor tú eres una persona atenta, te importa el otro, has cuidado que va a venir una persona y que le gusta esto, todo lo tienes preparado, pero llegas, has pasado mal día y le sueltas una fresca, pero ha visto todo y te lo consiente mejor, y dice “bah, este ha pasado mal día”, pero ha visto cómo has estado preparando su llegada, les has ido a buscar a la estación, etc. Esto es importante el que lo veías. ¿Qué es lo no verbal?, es importante que a veces no reparamos lo situacional, con esto quiero decir el contexto, la distancia, todo lo que tiene que ver con el aspecto externo. Cada uno tenemos nuestra distancia personal, distancia que se va modificando en función de la relación que tú tienes con el otro: si no conoces a una persona de nada tiendes a estar más alejado que si es alguien muy de confianza. A veces una persona no se siente acogida por la distancia, hay gente que necesita estar como más cerca, se sienta a tu lado, y tú sin embargo cuando le dices que se siente le has colocado lejos. Si necesita más cercanía de lo que tú le brindas físicamente, esa persona puede no sentirse cómoda, ya no se siente escuchada.

Por eso es importante que cuidemos el espacio donde vamos a tener el encuentro de las familias, el encuentro del acompañamiento. Si es un espacio muy frío, muy desangelado, lleno de ruido, que continuamente van pasando los chiquillos de catequesis, etc., ahí la gente no se va a sentir acogida porque la gente necesita tener una intimidad, poder contar sus cosas en un espacio en donde se sienta arropado. Hay veces que tenemos el espacio que tenemos, entonces tenemos que ponernos en el lugar del otro y poderle decir “ya siento que a las 7:30 salen los de comunión, armarán un poco de ruido, vamos a cerrar...” y entonces ya le estás transmitiendo “me importas, te advierto esto, qué le vamos a hacer...”. Hemos de cuidar los espacios y las distancias, hay gente que le gusta estar muy cerca pero a lo mejor hay otras personas que necesitan más separación.

Los móviles, por ejemplo, no estés mirando el móvil cada dos por tres, o que no suene en medio de la conversación. Si lo tienes que tener por algo, díselo “lo siento, estoy esperando una llamada, lo voy a dejar aquí...” entonces la persona lo entiende, la gente no es cerril, pero si estás ahí y a la vez con el móvil, da la sensación de que no te importo mucho. Tengo muchísimos ejemplos en donde la gente no ha continuado un acompañamiento pastoral, ni un acompañamiento psicológico, porque hemos metido la pata. Yo recuerdo que me contaba una persona que iba a un acompañamiento espiritual a la casa del acompañante, era varón y ella mujer, y como no había espacio en la casa la llevaba a su habitación. Ella me decía que se sentía muy

incómoda, que estaba en un terreno que no quería estar, aun cuando se lo explicara al otro. Mejor entonces tómate un café, o date un paseo o busca otro sitio.

Por ejemplo también, si hace un frío enorme la gente a veces acaba centrándose en el frío y no acaba pudiendo hablar, o viceversa, hace un calor horroroso que no puede con ello. Y dices ¿esto es tan importante?, pues sí que es importante, si tienes un problema de aire acondicionado, se lo dices, o le das un abanico... Evidentemente hacemos pastoral donde podemos, no donde a veces sería lo mejor.

Otra cosa importante también: el paralenguaje tiene que ver con el tono de voz, los silencios, la cadencia, vinculada a la palabra. Cuando se habla de paralenguaje tiene que ver como el colorido que hacemos en las entonaciones. Esto también es importante. Yo recuerdo que cuando he estado dando clase en países latinoamericanos –vosotros veis mi voz que es potente–, un día vinieron y me dijeron “licenciada, ¿por qué está usted enfadada?” y yo: “yo no estoy enfadada, estoy encantada de estar aquí”, y me dijeron “es que habla tan fuerte...”. Hay veces que no somos conscientes de los mensajes que emitimos a través del lenguaje no verbal, y el lenguaje no verbal es el lenguaje de la afectividad, y la afectividad es muy importante porque es lo que toca el corazón. Desde ahí por eso quería comentároslo.

También es importante en el acompañamiento la palabra, y la palabra ajustada al interlocutor. Hay veces que la gente no nos entiende, hablamos con una jerga, con un vocabulario en donde el otro se vive muy alejado, porque son palabras que no saben. Yo hace muchos años estaba haciendo la tesis doctoral y les daba 400 y picos adjetivos, se tenían que auto-definir, y uno de ellos era “farisaico”, me levantaron la mano unos cuantos chavales, que qué es eso, y ya era hace bastante tiempo, y ya no había una cultura. Para nosotros la cultura religiosa, seas o no creyente, sabías quién era un fariseo, en el Evangelio lo tenemos harto ahí puesto, sin embargo la gente ahora no tiene esa cultura, no la tenía ya hace 15 o 20 años algunos... Si yo utilizo un vocabulario ajeno a su mundo, tampoco les hago que se sientan acogidos, se sienten que estamos en mundos distintos. Eso no quiere decir que nosotros dejemos de ser lo que somos, pero la clave no es ser coleguillas y entonces hablar con el mismo rollo, no, porque también ellos sienten que somos falsos; pero es verdad que tenemos que encontrar un lugar de encuentro, del diálogo, y si hay alguna palabra que no sabes cómo decirla de otra manera, pregúntale si lo está entendiendo o no para poder seguir.

Por lo tanto la acogida es fundamentalmente a través de las conductas: del contexto, de la distancia, los movimientos, la expresión del rostro, lo visual, del silencio. Yo lo que siempre hago es que el otro sea el que tome la iniciativa porque además te dice

mucho: “yo quiero decirte algo pero eso me asusta, necesito estar un poco protegida, necesito poner una mesa en medio”, hay otros que sin embargo se sientan en la silla que está más cerca. Es importante en la medida de lo posible que el otro tome la iniciativa, entonces tú ya te colocas en donde te está diciendo. Hay gente por ejemplo que os pide ¿por qué no damos un paseo?, sobre todo la gente joven, le resulta más cómodo y de hecho por eso muchas veces en las Pascuas y en otro tipo de encuentros con jóvenes, a ellos eso les facilita: el contacto con la naturaleza, en un espacio abierto, etc., pues bueno, también se puede hacer así. Eso los jóvenes, pero las familias y las parejas no te piden que pasees, es más en un entorno más de despacho en el cual quieren tener un silencio, quieren tener un lugar donde poder conversar.

La acogida es una clave de la escucha, por eso muchas veces cuando definimos qué es escuchar decimos que es acoger a la persona y ponernos en su lugar para entender qué es lo que está diciendo y cómo se está sintiendo. La acogida forma parte ya de la propia escucha. Todos sabemos lo que no es escuchar, por tanto vamos a pasar adelante. Me voy a centrar en lo que es.

Escuchar implica una actitud y después implica una técnica concreta. La actitud tiene que ver con el respeto y la autenticidad, y la técnica tiene que ver con la empatía, que es una palabra psicológica pero que ya está como muy socializada; es ponerte en el lugar del otro e intentar comprender lo que le pasa al otro pero desde él, no desde mí. Acordaros lo que os decía a primera hora de la mañana: todos somos distintos, no hay nadie igual a otro, cada uno percibimos la realidad, damos significado a la realidad, desde una manera distinta. Esto, cuando os llegan las familias rotas, cuando llegan las parejas en el desencuentro, tienen muchas veces este problema: uno reprocha al otro que no le comprende, que no le escucha, que no le atiende. ¿Por qué?, porque no salen de sí mismos, sino que creen que tú tendrías que entender lo mismo que yo entiendo, cuando la realidad es que no es así, cada uno percibimos, le damos una matización, un significado, un relato, una narrativa distintas.

La técnica psicológica que nos permite salvar la individualidad es la empatía, que es un ejercicio cognitivo y emocional de que yo me voy a poner en tu lugar –que eres una persona que tienes una historia, una manera de ver las cosas con unos filtros concretos de valores– y voy a entender cómo tú ves la vida, no lo que deberías de ver, no lo que tendrías que hacer o dejar de hacer, no; yo quiero entenderte, comprenderte, porque entender y comprender no es ni justificar, ni estar de acuerdo, no. La empatía no es estar de acuerdo, es que yo me entero de tu mundo, que es distinto al mío, y que gracias a que yo me entero de tu mundo después podré decirte “en mi mundo esto es así, en tu mundo tú lo ves desde aquí”.

Lo que hago es intentar ponerle, ser reflejo, ser espejo de lo que ellos son. Yo no les juzgo, no les cuestiono, no les digo lo que deberían de ver, después a lo mejor en el propio proceso damos un paso más adelante: “tú ves esto, pero quizás a lo mejor lo ves distorsionado”, pero primero me he enterado de cómo lo ve. Es muy importante la empatía, que es ponerme en el lugar y descodificar, traducir, lo que el otro me dice verbal y no verbalmente.

En lo no verbal muchas veces está la afectividad, el cómo lo siente la persona de lo que te está diciendo; mientras que en la palabra de lo que te habla es de lo que les está ocurriendo, pero no cómo se están sintiendo con lo que les está ocurriendo, te cuentan algo que ha ocurrido en la familia, pero notas que cuando te lo cuentan tiene un rostro triste, o tiene un rostro de enfado, o tiene una sensación de dejar de mirarte porque tiene vergüenza. Tenemos que ponernos en el lugar y captar lo cognitivo y lo afectivo.

Esto es lo que tenéis que escuchar, si queréis realmente encontraros con alguien, os tenéis que preguntar: esta persona ¿qué me cuenta?, ¿qué le está pasando?, esta persona ¿cómo se está sintiendo con lo que está pasando y qué es lo que le está afectando?, los sentimientos. También ¿qué me pide?, hay veces que la gente te lo dice, la gente viene “dame un consejo, dame una respuesta”, pero en mucho de los casos eso no te lo dice, por tanto también nos lo tenemos que preguntar: “esta pareja ¿para qué viene?, ¿qué me pide?, ¿qué necesita? A lo mejor lo que necesita es la bendición para que se separen pero ¿realmente eso es en lo que le vamos a ayudar, o lo que necesitan es un espacio en donde yo me convierta en un generador de comunicación para que se entiendan?, ya después decidirán lo que decidan, pero hasta ahora no ha habido un encuentro capaz de poder aclarar sus problemas. Acordaros, primero hay que cuidar la acogida y no dar nada por supuesto.

Segundo hay que escuchar, atendiendo al lenguaje verbal y no verbal, y descodificando, traduciendo lo que me dice con la palabra y, sobre todo, lo que me dice con las emociones que están expresadas en el cuerpo. Es muy importante las emociones, las mociones, cómo para poder ir tomando decisiones nosotros tenemos que escuchar a nuestro corazón, no sólo a nuestra mente, y desde ahí tenemos que ir viendo cómo nos está afectando y, sobre todo, cómo nos está moviendo Dios en aquello que estamos viviendo. En el discernimiento ignaciano decimos que tenemos que escuchar nuestras mociones, cómo esto me está dejando en consolación, en desolación...

Cuando yo estoy con otras familias, con otra gente, yo tengo que ayudar a entender esto que me cuenta cómo le afecta; en el fondo son esas mociones, que son –en el

lenguaje psicológico- las emociones. San Agustín decía: si vosotros queréis realmente transmitir a alguien que os importa, no le preguntes sobre lo que piensa, pregúntales sobre lo que ama, sobre lo que le hace vibrar, sobre lo que le hace vibrar, sobre lo que le afecta, sobre lo que le toca el corazón. Eso, traducido en el encuentro del diálogo ¿qué es?: pregúntale a la gente cómo le afecta aquello que te cuenta, tenemos que preguntar las emociones, y a veces nos creemos que somos respetuosos, “si no me ha dicho cómo se siente a lo mejor se va a sentir invadido si le pregunto cómo se encuentra, cómo se siente”. Preguntar sobre ello es preguntarle en el corazón, es realmente hacerle sentir que te está importando tanto que tú quieres llegar como a lo nuclear, al fondo, a aquello que es más suyo. Es muy importante porque las emociones nos van a dar mucha información de lo que les pasa, nos da mucha información también de cómo evalúa la realidad, a qué da importancia o no, qué es lo valioso para él, y después es un movilizador de las acciones. Si quieres que alguien que esté contigo, la pareja, empiece a dialogar, empiece a reconciliar, como no trabajéis las emociones se quedan paralizados o se quedan separados.

Realmente en terapia, en psicoterapia, para que alguien cambie tenemos que cambiarle la emoción. La gente tiene heridas, tiene problemas, y esas heridas y problemas se manifiestan en las emociones, las emociones son las guías que nos pueden ayudar a ir desbrozando de qué dolor, de qué necesidad, de qué herida me están hablando. Por eso en el acompañamiento tenemos que trabajar la emoción, hay que ayudar a la gente a que reconozca sus emociones, a que le ponga nombre, y también a que entienda qué es lo que la emoción le quiere decir de sí mismo, o qué esa emoción le quiere decir de la pareja, o de la relación que tiene con su hijo, con su hija. Por eso es tan importante en el trabajo de las emociones que no os se engañen los psicólogos con eso de “aquí lo importante es sentir”; no, sentir sin poner en diálogo el sentimiento con la razón y aprender lo que el sentimiento te está diciendo desde ahí, sería no ayudar en nada; provocar que la gente sienta y no ayudarles a después colocar en su lugar lo que le está moviendo, no le ayuda en absoluto. Por eso hemos de saber integrar posteriormente, contener y regular las emociones.

El final ¿cuál es? La respuesta empática. El hecho, en la empatía, sería devolverle al otro lo que el otro te dice. La interpretación no es ser empático, es decidir yo, en función de lo que me dice el otro, lo que yo creo que le pasa. Para el encuentro se necesita como primer lugar ser espejo, no contarle al otro lo que al otro le pasa, porque el otro lo que inicialmente necesita es escucha, y para que yo me sienta escuchada necesito que el otro no me cuente sus ideas, necesito que me ayude a comprenderme mejor a mí misma. Después, como segundo lugar es importante una interpretación.

Hay dos niveles de empatía, está la empatía de lo explícito: yo te devuelvo a ti lo que tú me has dicho, o lo que yo he comprendido de lo que tú explícitamente me quieres hacer compartir de tu vida; pero cuando uno ya se conoce mucho, a veces no hace falta que casi te digan las cosas para tú percibir si está triste, nervioso. Tú haces una interpretación, es lo que llamamos la empatía aditiva o empatía profunda, en donde tú eres capaz de devolverle al otro lo que el otro todavía no te ha dicho, pero que con las palabras que te dice, porque le conoces mucho o porque conoces mucho de la humanidad o de la psicología humana, pues te lleva a darle un paso más allá. El otro no me ha dicho que yo estoy hundida o que él está hundida, pero con lo que me ha dicho y le conozco, te digo “oye, esto te ha dejado hundido”, y te dice “sí”. Es una inferencia porque el otro no te lo ha dicho, no es un dato que el otro explícitamente te ha manifestado, pero es una inferencia interpretativa que cuando está muy ajustada a lo que la persona es, es como si fuera un dato.

Esto es uno de los motivos de conflicto mayores entre las personas y en las parejas. En las parejas, cuando llevamos ya 25 o 30 años juntos te conoces mucho, pero tienes el riesgo de hacer inferencias en donde pones intencionalidad a determinadas cosas que a veces no tiene. El problema que muchas veces nos ocurre –y esto nos pasará en comunidad, con quien conviváis y en la familia– que cuando estás a disgusto con alguien, o enfadado con alguien, todo lo que el otro haga, lo haga para bien o lo haga para mal, siempre le darás la vuelta en negativo: si se acerca “algo estará buscando”, si se aleja “con este no se puede contar”. Cuando uno está atrapado en una emoción X, te puede llevar a distorsionar lo que los otros dicen, hacen o piensan.

Por eso decimos que es una inferencia muy ajustada a la realidad, pero es inferencia, y cuando es inferencia lo que tenemos que saber los interlocutores es que yo me puedo equivocar cuando le diga algo, porque lo estoy haciendo desde mi marco de referencia, desde como yo veo las cosas, no desde como el otro ve las cosas. Hay gente que sí que tiene esto bastante diferenciado, pero hay otra gente que las inferencias que hacen de los demás para ellos son datos, “no me digas otra cosa porque no es verdad”, te dirán; no, al otro no le has dado ocasión de saber si es lo que piensa o no piensa. Por ejemplo cuántas veces alguien entra por la puerta de tu casa y, si son gente de tu familia, sabes quién es por cómo ha tirado la mochila, por cómo ha cerrado la puerta... es verdad, pero es una inferencia, no es un dato. El dato es que se ha cerrado la puerta, la inferencia es “ahí viene este y encima enfadado”, y es verdad, no te equivocas, pero ¿por qué?, porque estamos tan sintonizados con los demás que barruntamos, incluso a veces mejor que uno mismo, lo que el otro vive, eso es una intuición muy certera pero es una intuición.

Vamos a distinguir si es hecho o inferencia en un listado:

- ✓ Sonríe bondadosamente: inferencia, el “bondadosamente” lo ponemos nosotros, lo ponemos en función de nuestro concepto de bondad.
- ✓ Mira con altanería: inferencia.
- ✓ Se hunde en la silla: dato.
- ✓ Actúa nerviosamente: inferencia.
- ✓ Ojos pintados y uñas pintadas: dato.
- ✓ Se le ve muy triste y desalentado: inferencia.
- ✓ Parece que todo le va mal: inferencia.
- ✓ Mueve las manos una y otra vez: dato. Cuando alguien mueve las manos mucho, a veces hacemos la inferencia de “estar nervioso”.
- ✓ Se ve que no aguanta más: inferencia.
- ✓ Se ve que está a punto de irse: inferencia.
- ✓ Tiene mirada desconfiada: inferencia.
- ✓ Se va muy emocionado: inferencia.
- ✓ Tiene los ojos llenos de lágrimas: dato. Este nos podría decir que está muy triste, o se va emocionado, etc.
- ✓ Sonríe falsamente: inferencia.
- ✓ Se muerde los labios y frunce el ceño: dato.
- ✓ Aspecto bonachón: inferencia.
- ✓ Se sienta muy erguido y encuadra los hombros: dato.
- ✓ Sonríe nerviosamente: inferencia.
- ✓ Aspecto entristecido: inferencia. En 1871 fueron los estudios de las primeras emociones por Darwin, y es cierto como que genéticamente hay un lenguaje corporal que está muy mimetizado. Pero aun así nos podemos encontrar que hay gente que tiene una cara en donde está siempre triste, y no, es su cara, no tiene especialmente tristeza.
- ✓ Disfruta de la vida: inferencia.
- ✓ Le gusta arriesgarse: inferencia.
- ✓ Irradia actividad: inferencia.
- ✓ Manos sudorosas: dato.
- ✓ Aspecto cansado: inferencia. Volvemos a lo mismo, casi todos acertamos cuando alguien dice “pareces cansado”, pero hay gente que parece cansado toda su vida y no lo están.
- ✓ Muestra enfado: inferencia. Esto pasa mucho en las familias “es que te enfadaste”, “no, yo no me enfadé”.

Como os podéis dar cuenta el lenguaje no verbal es inferencia, porque todo lo que tú haces para poder poner palabras al lenguaje no verbal es una interpretación, entonces es una inferencia, lo que pasa es que hay interpretaciones que son muy certeras y que prácticamente todos acertamos.

Paso un caso que os podría llegar en cualquier parroquia, vicaría o lugar al que podríamos responder de cinco maneras distintas. Os pido que leáis el caso y a ver si adivináis cuál es la respuesta empática, aquella que le devuelve al otro lo que el otro de alguna manera te ha manifestado.

“Carlos, 35 años, tiene dos hijas de 3 y de 6 en el colegio. Su mujer acaba de morir de cáncer 8 meses después de que se lo diagnosticaran. Él nos dice ¿ahora qué voy a hacer?, ¿qué les voy a decir a mis hijas?” Imaginaros, esto sí podría pasar. Vamos a ir discriminando cada respuesta:

1. *En este momento no sabes que decir, en normal, ya verás cómo con el tiempo y las circunstancias te irán diciendo lo que has de hacer.* ¿Este tipo de respuesta es empática? No, no le decimos al otro lo que el otro vive, le decimos lo que nosotros pensamos, está desde nuestro marco de referencia. Aquí estamos intentando relativizar, quitar hierro, tranquilizar, pero ¿cuál es el riesgo si le dijéramos eso?, ¿os sentiríais escuchados? A lo mejor él diría “no me está entendiendo porque para mí sí que es algo que me genera mucha angustia: qué hago con mis hijas, esto no es normal, yo lo vivo con angustia”. Es verdad que puede haber personas que desde querer ayudar al otro para normalizar, tranquilice, pero cuidado, la tranquilidad puede generar en el otro una falta de escucha, no sentirse comprendido, no sentirse acogido, no sentirse escuchado. Sin embargo una tranquilizadora después de que has sido empático, de que ya has hablado con él está bien, pero previamente hemos de dar una respuesta que contenga lo que el otro vive.
2. *¿Sabes ya tus hijas que su madre ha muerto? ¿cuándo crees que es bueno decírselo?* Esta es un tipo de respuesta interrogativa que lo que busca es información. Es verdad que la información la necesitamos para ayudar a la gente, pero justo le estás preguntando aquellos que ya te ha dicho, que es que no les ha dicho nada, y te dice “¿pero ya se lo has dicho?”, entonces tú no te estás así percatando. Antes de buscar información es importante acoger y contener a la persona, una pregunta es bueno hacerla después de que le hayas devuelto cómo tú le estás viendo.

3. *Imagino lo angustiado que tienes que sentirte, no sabes cómo actuar con las niñas ni qué decir.* Esta sería más la empática, por tanto te acogería bien porque pensaría “este me está pillando, este sabe de qué va”. Es verdad que no da respuesta al problema, pero es el primer paso para poder seguir con otro tipo de preguntas.
4. *No creo que sea bueno tener a las niñas engañadas, en un momento u otro vas a tener que decirles la verdad.* Te conviertes un poco en juez de cómo tienes que actuar. Es lo que llamamos “respuestas valorativas”, valoramos lo que el otro está haciendo. Es verdad que nosotros tenemos que valorar en determinados momentos del acompañamiento la conducta del otro, pero si lo haces lo primero, el otro se puede sentir cuestionado, juzgado, y no se siente acogido.
5. *Te resulta difícil hablar de la muerte a las niñas porque ni ellas ni tú en este momento tenéis capacidad de entender por qué siendo tan joven ha tenido que morir su madre.* Esta una interpretación, es una inferencia. Es verdad que cuando la interpretación está bastante cercana a lo que le puede pasar, se acoge bien porque le estás ayudando a entenderse, pero cuidado porque hay veces que si interpretamos y está un poco alejado de lo que el otro vive, se puede sentir también que tú no le estás dejando ser.

En los tipos de respuesta, la respuesta que en el encuentro facilita más el diálogo es la empatía, pero también a lo largo del acompañamiento tenemos que valorar, tenemos que interpretar, tenemos que preguntar, tenemos que tranquilizar, y no son malas esas respuestas. Lo que hace bueno o malo a las respuestas es el momento en el que las dais, por eso en el acompañamiento es muy importante el momento en el cual el otro está viviendo las cosas y el grado de relación que tenéis con ellas: cuanto más les conocéis y más les vais acompañando, más podéis entrar en la valoración, o en la interpretación, porque como les conoces y has trabajado con ellos la comprensión; el otro se siente acogido, no se siente cuestionado, sabe que lo que tú le vas a decir es porque quieres ayudarle. Si lo hacéis con muy poco conocimiento y relación, la gente se puede sentir rechazado o generáis relaciones de dependencia, el otro cada vez que le pase algo va a venir a ti para que tú le digas lo que le pasa, para que tú le digas lo que tiene que hacer, para que tú le valores si está bien o está mal, o para que tú le tranquilices la conciencia. Pero relaciones de dependencia no son buenas hacer en un acompañamiento, aunque inevitablemente a veces tengamos personas que son más dependiente, eso es otra cosa.

Me gustaría acabar con San Agustín, que tenía determinados aspectos vinculados al encuentro muy bonitos, esto es una frase que él decía: “*Ojalá que al escucharnos,*

crean, y creyendo, esperen, y esperando, amen”. Pues ojalá que vuestros encuentros estén llenos de creer, de fe, estén llenos de saber esperar, de tener paciencia, de cuidar la fidelidad de la Alianza, y estén llenos –sobre todo– del amor que es lo nuclear que el Papa Francisco nos habla en la Exhortación.

Madrid, 16 de marzo de 2017