

MANUAL DE PSICOLOGÍA PASTORAL

Mihály Szentmártoni

LUX MUNDI

Manuales

80

MIHÁLY SZENTMÁRTONI

**MANUAL DE
PSICOLOGÍA PASTORAL**

EDICIONES SÍGUEME

SALAMANCA

2003

CONTENIDO

<i>Introducción</i>	9
1. Antropología pastoral	13
2. El diálogo pastoral	35
3. Técnica del coloquio pastoral	57
4. La dirección espiritual	77
5. La confesión	99
6. Enfermedad y sufrimiento	127
7. Muerte y duelo	139
8. La dinámica de grupo	157
9. Matrimonio y familia	183
10. Situaciones pastorales específicas	199
<i>Epílogo</i>	219
<i>Bibliografía</i>	221
<i>Índice general</i>	233

Cubierta diseñada por Christian Hugo Martín

Tradujo José María Hernández del original italiano *Camminare insieme. Psicologia pastorale*

© Edizioni san Paolo s.r.l., 2001
Piazza Soncino, 5 - 20092 Cinisello Balsamo (Milano)
© Ediciones Sígueme S.A.U., 2003
C/ García Tejado, 23-27 - E-37007 Salamanca / España
Tel.: (34) 923 218 203 - Fax: (34) 923 270 563
e-mail: ediciones@sigueme.es
www.sigueme.es

ISBN: 84-301-1508-0
Depósito legal: S. 1.341-2003
Impreso en España / UE
Fotocomposición Rico Adrados S.L., Burgos
Imprime: Gráficas Varona
Polígono El Montalvo, Salamanca 2003

INTRODUCCIÓN

La psicología pastoral es una reciente disciplina sectorial de la teología pastoral que consiste sobre todo en analizar la acción pastoral; sin embargo, también es posible profundizar en ella mediante una investigación sistemática. Además de análisis teóricos, intenta ofrecer técnicas para el trabajo pastoral, pero corre el peligro de centrarse unilateralmente en la comunicación, sobre todo a nivel individual (diálogo pastoral). Es verdad que en los últimos años ha aumentado significativamente el interés por los problemas de la muerte y del dolor; pero ni el culto, ni la liturgia, ni la predicación son aún objeto de la psicología pastoral.

Existen diferentes interpretaciones sobre el desarrollo de esta disciplina, sin embargo la duda mayor es su ubicación, a saber, ¿pertenece a la teología o a la psicología? Por otra parte, aún no se ha definido unívocamente su identidad, debido justamente a su carácter interdisciplinar.

Nosotros creemos que la psicología pastoral ha de considerarse psicología y no teología, aunque siga siendo una materia interdisciplinar. No en vano sus objetivos son distintos de los de la teología aplicada, ya que debe esclarecer ante todo los procesos psicológicos que acontecen en una situación determinada, explicar su naturaleza, las leyes a que obedecen y ha de elaborar los medios de ayuda y de cambio. Sólo recuperando esta autonomía, la psicología pastoral puede convertirse en una disciplina científica con un valor heurístico propio. Proponemos, pues, la siguiente definición descriptiva: «La psicología pastoral es una rama de la psicología que estudia los procesos psicológicos inherentes a las situaciones pastorales».

Esta descripción parece más adecuada para delimitar su campo. No se identifica, por ejemplo, con la psicología de la religión, que estudia los fenómenos desde el punto de vista del sujeto, es decir, como una experiencia subjetiva. La definición de cualquier disciplina psicológica debe incluir el sector específico al que se dirige y que, en el caso de la psicología pastoral, es la *situación pastoral*, que podemos definir como *la relación interpersonal entre el agente pastoral y uno o varios sujetos pastorales, abierta a la presencia de la trascendencia*.

Para poderse orientar más en concreto, conviene distinguir entre cuidado pastoral, diálogo y psicoterapia.

El *cuidado pastoral* es la acción pastoral más amplia y consiste en el trabajo, más o menos estructurado, con los jóvenes, los esposos, los adultos, los grupos, etc. Incluye aspectos religiosos, éticos y psicológicos, y su objetivo es que la comunidad cristiana sea testigo de la fe. La psicología entra aquí a un nivel específico, o sea, como formación complementaria del agente pastoral (sacerdote, religioso, laico con responsabilidad eclesial).

El *diálogo pastoral* hace hincapié en los problemas de la persona: el conflicto, la decisión y la depresión. Se distingue del cuidado pastoral porque el consultor debe prescindir de vez en cuando de los juicios morales sobre la conducta del individuo, centrándose sobre todo en los procesos psicológicos que pueden hacer que la persona alcance una mayor madurez. La psicología desempeña aquí un papel más específico, y esto requiere una mayor preparación.

La *psicoterapia pastoral* es la acción pastoral más especializada. Se suele desarrollar normalmente en centros especializados y supone un conocimiento profesional de la psicología y de la psiquiatría. Pero se distingue de la psicoterapia general por su vínculo con la tradición cristiana.

La estructura de nuestro estudio se apoya en dos principios organizativos. Partimos de los argumentos más universales para llegar a los más específicos. En todas las situaciones pastorales que se examinan, nuestra preocupación pastoral es ilustrar las dinámicas psicológicas subyacentes. Este planteamiento implica cierto carácter cíclico de los argumentos, que se reproponen acumulativamente.

El estilo más bien pedagógico que utilizamos tiene que ver con el objetivo del estudio, concebido en primer lugar como material

didáctico para estudiantes, pero también como orientación para todos los agentes pastorales interesados en el tema. Con esta intención se ofrece una amplia bibliografía.

Somos conscientes de que en todas las situaciones pastorales hay que tener en cuenta no sólo los factores psicológicos, sino también los sociológicos, los pedagógicos y, sobre todo, la acción de la gracia. Esta síntesis ha de hacerla personalmente el agente pastoral.

Deseamos que esta obra sea una modesta pero válida contribución a la «nueva evangelización».

La idea que guía la actividad pastoral es la *antropología* que aplica la persona que trabaja en este campo. Lo sepamos o no, todos tenemos nuestra teoría sobre la personalidad. Muchos son los factores que contribuyen a formarla, como las lecturas, la preparación profesional, la experiencia, los éxitos y fracasos que hemos tenido en el intento de ayudar a los individuos concretos... En el trabajo pastoral en general, y en el diálogo o consulta en particular, conviene saber cuál es esa teoría. En este capítulo queremos presentar brevemente las principales teorías sobre la personalidad y explicar sus respectivos conceptos básicos, que son útiles para el trabajo pastoral.

La *teoría de la personalidad* es un sistema de hipótesis que constituye el marco de referencia para explicar y/o describir el comportamiento y la experiencia del hombre. Y tiene que ver, por supuesto, con una determinada definición de la personalidad.

El hecho de que sea preciso seguir una teoría de la personalidad depende de una serie de preguntas sobre la naturaleza humana, sobre la motivación, sobre las alteraciones del comportamiento... Todas las respuestas que podamos dar se basarán en una teoría concreta de la personalidad, es decir, en una serie de postulados y principios sobre la naturaleza humana.

Las teorías permiten organizar un cúmulo de datos que, de otro modo, apenas servirían para nada. El conocimiento de las distintas teorías nos permite alejarnos lo suficiente para evaluar nuestro punto de vista, nuestras acciones y reacciones. Es importante que revisemos los postulados que cimientan nuestras opiniones para comprobar hasta qué punto son sensatas y responden a la realidad. Por otra parte, la familiaridad con las teorías más importantes nos

va a permitir examinar, evaluar y someter a disciplina nuestras intuiciones y nuestras «teorías» sobre la persona¹.

Entre los psicólogos destacan actualmente cuatro teorías de la personalidad: la psicodinámica, la comportamental, la humanista y la existencial². Vamos a repasar algunos conceptos básicos de estas teorías, que serán útiles en distintas situaciones del trabajo pastoral.

1. Teorías psicodinámicas

Uno de los sistemas más conocidos en psicología y psiquiatría es el psicoanálisis –que se suele denominar sistema psicodinámico– y que procede de las obras de Sigmund Freud³. La atención se centra sobre todo en los dinamismos intrapsíquicos y se considera que los *conflictos inconscientes* son la causa de los problemas de la persona. Las perspectivas psicodinámicas se abordan también desde un punto de vista marcadamente *evolutivo*, en el sentido de que ven el desarrollo como si pasara por distintos estadios en los que las experiencias anteriores, sobre todo las más primitivas, influyen determinantemente.

a) *El inconsciente*

La novedad que aporta Freud a la psicología tradicional es fruto de diversas convicciones. Freud compara la psique con un *iceberg*. La parte más pequeña que sobresale del agua representa la zona de la *conciencia*, y la parte que está sumergida en ella, la región del *inconsciente*. Y es justamente aquí, en el inconsciente, donde se buscan los impulsos, las pasiones, las ideas y los sentimientos *removidos*: un mundo subyacente de fuerzas vitales y des-

1. Cf. G. J. Craig, *Lo sviluppo umano*, Bologna 1995, 43-44.

2. Un resumen de estas cuatro teorías se puede ver en W. R. Miller-K. A. Jackson, *Practical Psychology for Pastors*, Englewood Cliffs, New Jersey 1985, 60-70.

3. La presentación más exhaustiva de la teoría psicoanalítica es la que hace el propio Freud en *Introduzione alla psicoanalisi*, traducida a muchas lenguas. Aquí, S. Freud, *Opere VIII*, Torino 1972 (versión cast.: *Obras completas*, Madrid 1999).

conocidas que controlan imperativamente las necesidades y pensamientos conscientes del hombre⁴.

Para Freud, la causa primaria de la *remoción* está en el tratamiento erróneo (fracaso) de los *impulsos instintivos*, de los deseos libidinosos de la primera infancia. Los instintos reprimidos son excluidos del crecimiento, es decir, se quedan ahí en un estado primitivo. Pero, como tienen un carácter dinámico, siguen influyendo en el comportamiento del sujeto. Y este, ya biológicamente adulto, se comporta infantilmente respecto de los impulsos removidos en la infancia.

Freud describe los diversos estadios de la evolución de la *libido* entre uno y seis años y encuentra en los adultos neuróticos, casi cristalizados, los estadios inmaduros de su evolución. La adaptación se «logra» mediante compromisos entre la realidad interna y externa.

Para explicar las dinámicas del desarrollo psicológico, identifica tres componentes de la personalidad: el ello, el yo y el superyó. El ello, que está ahí desde el nacimiento, es la fuente de los impulsos inconscientes que tienden a satisfacer nuestras necesidades y opera desde el *principio del placer*, o sea, intenta conseguir la gratificación inmediata.

Pero, a medida que el niño cae en la cuenta de que los demás tienen también sus exigencias y de que a veces hay que posponer la gratificación, empieza a desarrollarse el yo. Este aspecto racional de la personalidad, que emerge debido a experiencias frustrantes, tiene el objetivo de mediar entre las exigencias desmedidas del ello y los límites que impone el mundo real. El yo actúa según el *principio de realidad*. Es decir, trata de satisfacer las exigencias del ello de una forma realista y adecuada, aceptando la vida tal como es y no como el ello quiere que sea.

El yo lucha, además, para mantener a raya a otra fuerza irracional. A los cuatro o cinco años, cuando el niño empieza a identificarse con las normas morales de sus padres, comienza a desarrollarse el superyó que, como una conciencia inflexible, distingue lo justo de lo equivocado en términos irrealmente moralistas. Su objetivo principal es conseguir la perfección y controlar el ello.

4. Cf. S. Hall-G. Lindzey, *Teorie della personalità*, Torino 1989, 50ss.

El gran descubrimiento de Freud está en que, según él, todo lo que forma parte del inconsciente tiene un carácter impulsivo, *dinámico*, y tiende continuamente a salir a la luz (conciencia). Y cuando se lo impide la barrera de la conciencia, el inconsciente se las arregla para obviarla. De este modo, en la esfera de lo profundo se establece un juego de fuerzas y contrafuerzas en conflicto continuo y latente.

La intervención de ayuda trata concretamente de descubrir la *motivación inconsciente* del comportamiento normal y del comportamiento psicopatológico para mitigar los conflictos y devolver a la personalidad las energías de que se la ha privado hasta ahora. Un modo de captar la dinámica profunda de una persona es identificar sus defensas. Los individuos psicológicamente sanos tienen un yo fuerte, capaz de gestionar competentemente las exigencias del yo y del superyó. Sin embargo, hay ocasiones en las que, para afrontar el conflicto interno o las exigencias del ambiente, el yo puede recurrir a *mecanismos de defensa*.

b) *Los mecanismos de defensa*

Los *mecanismos de defensa* son procesos mentales habituales, inconscientes y a veces patológicos, que utiliza el yo para afrontar los conflictos con la realidad externa y/o con la realidad afectiva interna. El objetivo es enmascarar, con los comportamientos externos, la realidad interior para mantener el equilibrio del yo, protegiendo la *autoestima*, amenazada por las fuerzas pulsionales, y neutralizando los conflictos. Todos los mecanismos de defensa (inconscientes, pero reconocibles) tienen tres características comunes:

- niegan, falsifican o deforman la realidad interna y externa
- son automáticos y no actos deliberados
- actúan en el inconsciente, de forma que la persona no es consciente de lo que sucede.

Para entender el papel y el funcionamiento de los mecanismos de defensa, es preciso partir del concepto de *frustración*. Cuando se bloquea el camino hacia un determinado objetivo, hablamos de

frustración. Todos los obstáculos que bloquean el esfuerzo de la persona por conseguir un objetivo se pueden resumir en cuatro causas fundamentales:

- ambiente físico
- limitaciones biológicas
- complejidad de la estructura biológica
- ambiente social.

Ante una situación de frustración se puede reaccionar de una forma adecuada o inadecuada. Es adecuada cuando sirve para resolver la situación, e inadecuada cuando genera una frustración añadida. *Comportamiento adecuado* puede ser el esfuerzo suplementario, el cambio de los medios y el replanteamiento de la situación. *Comportamientos inadecuados* son la agresión, la regresión, la fijación y la resignación. Todos estos comportamientos son una solución «ad hoc» del problema, y como tales no son ni patológicos ni nocivos⁵.

Pero cuando alguien soporta una frustración grave o prolongada, su incapacidad para conseguir el objetivo puede suscitar sentimientos de fracaso personal o de ansiedad. Y entonces puede adoptar un comportamiento defensivo, o sea, recurrir a un *mecanismo de defensa*. No es fácil ofrecer un panorama de los distintos mecanismos de defensa. Desde una perspectiva pastoral, nos parece útil dividirlos en cuatro clases:

- diversas formas de agresividad
- evasión de la situación frustrante
- reinterpretación de la situación
- sustitución del objetivo por otros objetivos más accesibles⁶.

1. *Ataque y agresividad*. La agresión se basa generalmente en la afirmación de sí mismo. La tensión acumulada por la persistencia de la frustración se muestra a menudo en acciones agresivas que parecen mitigar, al menos temporalmente, el estado de frustración.

5. Cf. D. Krech-R. S. Crutchfield, *Elements of Psychology*, New York 1959, 311-318.

6. Seguimos la estupenda sistematización de A. Ronco, *Introduzione alla psicologia*, I. *Psicologia dinamica*, Roma 1994, 76-93.

La agresividad puede asumir la forma de sentimientos o de acciones de ira o de rabia, de violencia física real contra objetos o personas, de ataques verbales (denuncias y calumnias), de fantasías de violencia y de agresión. Las dianas de la agresividad no tienen necesariamente una relación lógica con la situación frustrante, ya que pueden ser otras personas (agresión *extrapunitiva*), pero la agresividad puede dirigirse también contra uno mismo (agresión *intrapunitiva*). La intrapunitividad o necesidad de ser castigado se debe a menudo a la necesidad de recuperar la *autoestima*, que se ha perdido sobre todo por los remordimientos, cancelando así la culpa mediante la expiación.

La agresividad debida a los problemas de adaptación puede ser directa, transferida y difusa. Es *directa* cuando se dirige contra el obstáculo o la barrera que impide la satisfacción. Es *transferida* cuando se dirige contra otros objetos. Y es *difusa* cuando se manifiesta como irritación o descontento general.

2. *Evasión*. Cuando se advierte que se trata de una situación difícil, el sujeto puede reaccionar tratando de evitar la decisión o de abandonar, si puede, esa situación. Las principales formas de evasión son la remoción, la proyección y la fantasmagoría, a las que se pueden añadir la regresión y la fuga.

La *represión* consiste en excluir de la consciencia —mediante un proceso del que no es consciente el individuo— necesidades y actividades específicas o contenidos psicológicos. El material que se reprime está en conflicto con los valores y los tabúes sociales que ha incorporado el individuo en el concepto ideal que tiene de sí mismo. Freud dice que las necesidades más susceptibles de ser reprimidas son el sexo, la agresividad y el poder. Una persona puritana que ha removido sus deseos sexuales puede convertirse en un ferviente reformador de la comunidad. Alguien que ha reprimido sus sentimientos hostiles hacia su padre, puede llegar a ser un héroe revolucionario que combate la autoridad.

La *proyección* es el proceso por el que se atribuyen a otros los atributos propios devaluados. Por ejemplo, necesidades y errores que no se reconocen ni aceptan. Entonces se echa la culpa de la propia frustración y de los propios fallos a otras personas u objetos. El tenista que falla un golpe mira la raqueta de reojo, la persona

que se siente moralmente culpable proyecta esta culpabilidad sobre los demás y ve en ellos el pecado. Los prejuicios, algunas opiniones incontroladas y las supersticiones no es raro que se basen en proyecciones. En la psicosis, sobre todo en la paranoia, en la depresión y en la esquizofrenia, existen proyecciones graves, o sea, proyecciones que distorsionan profundamente la realidad.

La *fantasía* y el *sueño*, como mecanismos de defensa, muestran la propensión del pensamiento a dejarse guiar por necesidades y emociones personales y no por la realidad objetiva. El autismo es una reacción común a la frustración de las necesidades y significa que el individuo es prisionero de sus propios pensamientos y fantasías. La fantasía puede generar creaciones artísticas o científicas, pero a menudo va acompañada por la pasividad.

La *regresión* es un retorno, causado por la frustración, a formas de comportamiento anteriores y menos maduras después de haber experimentado otras formas más maduras, como dar puñetazos en la mesa, recriminar o amenazar con agredir. Por su duración, la angustia y la agresividad deben considerarse estados de regresión permanente. Los estados de cansancio y de debilidad física por enfermedad generan estados de regresión, es decir, formas de evadirse de los problemas.

La *fuga* constituye la respuesta a la frustración. Alguien huye del obstáculo frustrante y consigue satisfacer sus deseos de distintos modos, a saber, con la fantasmagoría, el sueño, el alcoholismo, la droga, la evasión del trabajo... Una forma específica de este mecanismo de defensa es la *fuga hacia la enfermedad* («flight into sickness»), una fuga más o menos consciente ante una realidad ineludible en un estado morboso que elimina toda responsabilidad. Interviene, pues, un mecanismo de incapacidad de rendimiento, una reclusión en uno mismo, pobreza de contacto, resignación, sentimientos de inferioridad y otras sedimentaciones neuróticas. La fuga puede manifestarse, en general, como un tipo de respuesta interpersonal hostil en una persona agresiva o como una forma de timidez social en una no agresiva.

3. *Reinterpretación*. La reinterpretación consiste en una reestructuración cognoscitiva de la situación que, a juicio del sujeto, disminuye el conflicto y la dificultad que entraña. La reinterpretación

ción coincide con el mecanismo de la *racionalización*, que es el proceso por el que se justifican las propias necesidades, creencias y conductas cuando son desaprobadas por uno mismo o por los demás. La justificación consiste en inventar razones que el individuo cree que son auténticas y que explican y justifican que no se haya conseguido el objetivo. Hay varios tipos de racionalización, de entre los que subrayamos los siguientes:

- *Complejo de la uva agria*. Se elimina el conflicto de la situación devaluando artificialmente el objeto inalcanzable.
- *Complejo del limón dulce*. La insatisfacción que produce una situación imposible de cambiar se supera valorándola positivamente, minimizando las dificultades.

4. *Sustitución del objetivo*. Consiste en superar las dificultades que entraña la situación sustituyendo los objetivos que no se pueden alcanzar ahora por otros que se pueden alcanzar y que más o menos son iguales.

La *sublimación* consiste en adoptar conductas o sentimientos que están al mismo tiempo en armonía con los impulsos o deseos originales y con las exigencias de la sociedad o de la conciencia.

La *compensación* se puede definir como un esfuerzo psicológico, normalmente inconsciente, para contrapesar las debilidades y limitaciones personales. A veces consiste pura y simplemente en tratar de eliminar directamente la propia limitación. En ocasiones, una tarea concreta del sujeto exige un esfuerzo tan grande, que lo que antes era un límite se convierte ahora en un punto fuerte del individuo, en cuyo caso estamos ante una *supercompensación*⁷.

La *identificación* es un proceso por el que uno se configura a imagen de otro individuo o de otro grupo. La identificación lleva a la persona a incorporar las cualidades del otro o del grupo y a adoptar un comportamiento similar. El proceso de identificación es especialmente importante para entender la formación del grupo y el liderazgo («leadership»).

La *formación reactiva* es la fijación de una forma de respuesta interpersonal que se contrapone directamente a una fuerte tenden-

7. Cf. D. Krech-R. S. Crutchfield-E. L. Ballachee, *Individuo e società*, Firenze 1984, 141-150.

cia inconsciente. El que dirige una decidida cruzada contra la discriminación racial, por ejemplo, puede que lo que realmente quiera es reaccionar contra su propio prejuicio racial «culpable». Otros ejemplos: ser extraordinariamente simpático para enmascarar la hostilidad, o mostrar una etiqueta exagerada para ocultar el desaliento... La formación reactiva se caracteriza porque no hay formas intermedias para satisfacer el motivo, y también porque es incapaz de recurrir a las múltiples posibilidades de satisfacción que se tienen en vez de recurrir a formas extremas de satisfacción.

c) *Valoración*

Se ha criticado mucho al psicoanálisis porque no se tienen pruebas satisfactorias que demuestren su eficacia. Pero, a pesar del constante debate sobre el tema, es indudable que las teorías y los métodos introducidos por Freud han influido muchísimo en las formas en que hoy se practica la psicoterapia⁸. El contacto psicodinámico se ha aplicado a muchas situaciones pastorales y en los fenómenos religiosos más dispares. Los conceptos básicos del psicoanálisis, como los mecanismos de defensa y de *transfert* (o transferencia), se aplican con provecho en la dirección espiritual. El concepto del superyó como forma inmadura de la conciencia puede contribuir a clarificar la verdadera tipología de la conciencia humana.

Por otro lado, es preciso advertir que un psicoanálisis reducido puede llevar a conclusiones erróneas. Se ve, por ejemplo, la ocultación del sentimiento de culpa debido a la antropología analítica, según la cual el hombre es más víctima de su inconsciente que agente de su propia vida⁹. Nos hemos referido al psicoanálisis clásico de Freud, pero en el ámbito de las escuelas dinámicas existen diferentes orientaciones. Para el trabajo pastoral es igualmente provechosa la *psicología analítica* de C. G. Jung. Muchos principios de su psicología, como el estudio de los tipos de personalidad (introvertidos/extrovertidos), el proceso de individuación y el enfoque holístico se aplican cada vez más en la práctica del diálogo

8. Cf. G. Lindzey-R. F. Thompson-B. Spring, *Psicología*, Bologna 1991, 714-715 (versión cast.: *Psicología*, Barcelona 1978).

9. Cf. M. Szentmártoni, *Nuova psicologia e pratica spirituale*, en Ch. A. Bernard (ed.), *La spiritualità come teologia*, Cinisello Balsamo 1993, 206-231.

pastoral¹⁰. Entre los nuevos desarrollos podemos mencionar también la teoría de la relación objetual y el análisis transaccional.

2. Teorías del comportamiento

Como reacción ante las teorías psicodinámicas, las teorías del comportamiento hacen hincapié en el *comportamiento observable* influido por la experiencia y el ambiente. Como teoría de la personalidad, el behaviorismo prescinde de los problemas del sustrato biológico del comportamiento (herencia, control hormonal...) y de los estados subjetivos (como los sueños, alucinaciones, etc.), y niega la posibilidad de una ciencia de los fenómenos psíquicos. Los conceptos de «estímulo» y «reacción» son importantes para la ciencia psicológica, pero el concepto básico es el *aprendizaje*¹¹.

a) El aprendizaje

Las teorías del aprendizaje sostienen que la clave para entender nuestra naturaleza está en la forma en que el individuo es configurado por el ambiente en el que ha vivido. Según ellas, el comportamiento se configura casi siempre por el aprendizaje. Por consiguiente, según el modelo comportamental, el hombre es un *ser reactivo*. Este comportamiento supone que la naturaleza humana no es ni buena ni mala. Lo único que hacen las personas es reaccionar y responder al ambiente.

El aprendizaje es el proceso que sigue casi siempre a la experiencia y que modifica de una forma relativamente estable la capacidad de actuar del sujeto¹². Tiene que ver con una enorme gama de actividades, pues no aprendemos solamente las capacidades y conocimientos, sino también las actitudes, los sentimientos, los prejuicios, los valores y los esquemas intelectuales. La investigación psicológica ha resaltado los siguientes procesos de aprendizaje.

10. W. E. Hill-P. M. Mullen, *Jungian Psychology and Pastoral Care: Journal of Religion and Health* 31 (1992) 287-295.

11. J. B. Watson, *Behaviorism*, Chicago 1958.

12. Cf. A. Ronco, *Introduzione alla psicologia*, 2. *Conoscenza e apprendimento*, Roma 1994, 119.

1. *Aprendizaje por observación*. El comportamiento de una persona, desde la percepción de modos de comportarse de otras personas (modelos), se modifica justamente en el sentido de parecerse cada vez más al comportamiento observado. El mecanismo subyacente es la *identificación*, un proceso inconsciente y fundamental en el desarrollo de la personalidad, que dura toda la vida. Podemos observar, en efecto, cómo alguien se parece en algunos aspectos a su padre o a su madre, en otros a sus maestros o a sus hermanos, y en otros al sacerdote, al médico o a algunas personas importantes que él estima.

2. *Aprendizaje por refuerzo*. Si un modo de comportarse del individuo va acompañado o seguido de una situación agradable, de un estímulo placentero –o sea, es reforzado, consolidado y confirmado–, es muy probable que en el futuro se represente más a menudo y con más intensidad. Es evidente que el comportamiento de una persona se puede modificar gracias a los refuerzos que proporcionan las modalidades comportamentales que se desean.

Otra posibilidad de modificación proviene de la ausencia de refuerzo o de un refuerzo negativo para las modalidades comportamentales no deseadas, es decir, por *extinción*. Las modificaciones comportamentales se basan, en este caso, en la *ley del efecto* de Thorndike: el comportamiento social, intelectual y emotivo, acompañado o seguido de un efecto no satisfactorio (consecuencia negativa) o de ningún efecto, es más raro que se realice en el futuro (se debilitará y extinguirá)¹³. Un comportamiento negativo puede disminuir cuando no recibe ningún refuerzo en forma de atención y de consideración. Los problemas de comportamiento pueden surgir de dos maneras:

- la persona no consigue una forma adecuada de comportarse que se le exige y eso le plantea problemas;
- la mayor parte de los comportamientos neuróticos son esencialmente reacciones inútiles, porque el paciente ha adquirido una forma inadecuada y permanente de comportamiento.

13. Cf. D. Krech-R. S. Crutchfield, *Elements of Psychology*, 436.

b) *Valoración*

Dos son los puntos fuertes del planteamiento comportamental. Se insiste sobre todo en el *devenir* de la personalidad, de manera que incluso las reacciones innatas son modificadas sustancialmente o incluso suprimidas por la experiencia. De ahí la importancia que se da al aprendizaje. Pero también se insiste en la *adaptación* al ambiente, sobre todo social, a la que se califica de «satisfactoria» según criterios sacados del buen sentido.

El logro más importante de esta teoría, que sólo hemos esbozado, consiste en haber intentado verificar experimentalmente las hipótesis freudianas, liberando así muchos conceptos psicoanalíticos del carácter genérico y de la intuición personal a los que Freud los había abandonado. Entre sus limitaciones señalamos su reduccionismo, según el cual la persona es una suma de costumbres y de canalizaciones de necesidades. Entre los nuevos desarrollos podemos mencionar la *teoría del aprendizaje social* y la *terapia cognitiva*.

Algunos dicen que el modelo comportamental es *mecanicista* porque concibe a los hombres como máquinas que producen un *output* (respuesta) cuando les pone en movimiento un *input* (estímulo). También se la ha calificado de *determinista*, porque se cree que todos los aspectos del comportamiento del individuo, incluidos los valores, actitudes y respuestas emotivas, son producto del ambiente pasado o presente. En consecuencia, a conceptos como reprobación, respeto y dignidad se les considera irrelevantes¹⁴.

La teoría del comportamiento puede aplicarse en muchos ámbitos de la vida espiritual y en la acción pastoral. Y como las virtudes son comportamientos que se aprenden, el adiestramiento desempeña un papel esencial en la educación. Hasta hace poco, las instituciones educativas seguían en líneas generales este método: se ofrecían modelos de la vida que se deseaba y se daba la oportunidad de ejercitarse en las distintas virtudes. Incluso la ascetis se puede interpretar como una técnica para aprender o eliminar algunos comportamientos, y por eso puede aplicarse concretamente en la dirección espiritual.

14. Cf. G. J. Craig, *Lo sviluppo umano*, 45.

3. *Teorías humanistas*

El movimiento que desembocó en la *psicología humanista* comenzó en los primeros años de la década de los sesenta. Como reacción a la teoría freudiana, los psicólogos humanistas formularon una hipótesis sobre las motivaciones básicas todavía más positiva. Dicen que el ser humano está motivado, en primer lugar, para crecer y realizar sus potencialidades.

«Psicología humanista» es el nombre de una nueva escuela de psicología cuyo promotor principal fue Abraham Maslow. El programa básico de este movimiento, que se difundió mucho a medida que fue pasando el tiempo, tenía originariamente un carácter netamente científico y teórico. Los que intervinieron en la fundación de esta «tercera vía», como la llamaba Maslow, junto a las escuelas dominantes del psicoanálisis y del behaviorismo, estaban convencidos de que ninguna de esas escuelas podía proporcionar la comprensión de una personalidad sana y creativa. Decían que una personalidad así no persigue los objetivos de la vida y los valores porque necesita la homeóstasis, como enseña el moderno psicoanálisis, sino que los persigue con vistas a su *autorrealización* (E. Fromm, K. Horney) y a su *autoactualización* (K. Goldstein, A. Maslow).

Los psicólogos humanistas rechazan la premisa freudiana de que el comportamiento adulto es irremisiblemente un producto de experiencias pasadas, y son más optimistas al defender que se puede modificar la personalidad incluso en la edad adulta. Según las teorías de la autorrealización, los componentes de la identidad proceden de dos fuentes: nuestras potencialidades intrínsecamente únicas y las distintas modalidades con las que afrontamos los impedimentos con que nos encontramos en nuestro proceso de crecimiento.

a) *La autorrealización*

El concepto básico de la teoría humanista es la *autorrealización*. Se trata del desarrollo y de la expansión autónoma de todas las potencialidades físicas, psíquicas y sociales de que dispone un individuo. Según Maslow, la *autoactuación* ocupa el vértice de la jerarquía de motivos, y sólo se desarrolla después que se han satis-

fecho todas las necesidades de rango inferior. La tendencia a auto-realizarse significa, pues, el deseo de ser cada vez más lo que se es capaz de llegar a ser: es decir, lo que uno *puede ser, debe serlo*¹⁵. Por eso hay que considerar a la naturaleza humana como algo fundamentalmente positivo y constructivo, razonable y capaz de autoconocimiento. El hombre es bueno por naturaleza y tiende siempre al bien. Cuando esta fuerza interior que tiende a la «realización de sí misma» es obstaculizada, se producen intervenciones equivocadas en la vida psíquica. Las «tendencias positivas» cristalizan de una forma tanto más evidente, cuanto más personas se encuentren con actitudes de comprensión y aceptación. La causas de que no se integre la personalidad hay que buscarlas en el ambiente humano desfavorable.

Se concibe, pues, a la persona humana como comprometida de por vida en la búsqueda de los *valores internos*, o sea, de una identidad positiva. Los problemas de adaptación se deben a la discrepancia entre el «yo *actual*» de la persona y el «yo *ideal*». El proceso terapéutico se denomina «centrado en el cliente» porque no toma en consideración ningún diagnóstico, ninguna interpretación ni ninguna técnica persuasiva. Su objetivo es crear una atmósfera de calor, ensimismamiento y comprensión que permita que el sujeto mire a su yo individual. El cometido del terapeuta es comunicar su convencimiento sincero de que el sujeto —sin prejuicio alguno por sus disposiciones, pensamientos y comportamiento— es un individuo portador de un valor absoluto en sí mismo. El papel del terapeuta consiste, por tanto, en facilitar el proceso de crecimiento.

b) Valoración

La teoría humanista se ha aplicado mucho en la praxis pastoral, es decir, en el diálogo pastoral, en la dirección espiritual y en las instituciones educativas donde el ideal es crear un ambiente favorable al desarrollo de la persona. En realidad, entre la psicología humanista y la teología hay muchos elementos que coinciden, como el énfasis en la tendencia hacia un objetivo interior, el concep-

15. Cf. A. H. Maslow, *Motivazione e personalità*, Roma 1992, 98-99 (versión cast.: *Motivación y personalidad*, Madrid 1991).

to de la aceptación como necesidad fundamental, el valor y la dignidad de la persona humana y la posibilidad de «arrepentirse», es decir, de orientar la vida hacia fines más altos.

Para la pastoral, el significado de la *terapia centrada en el cliente* propuesta por Carl R. Rogers consiste sobre todo en el (re)descubrimiento de la actitud original cristiana de aceptar al hombre que se encuentra confundido, atemorizado y desesperado de sí mismo. Es verdad que Rogers sólo considera esta aceptación en categorías que desconocen el anhelo más profundo del corazón, como es por ejemplo la aceptación incondicional por parte de Dios, pero con la comprensión que él tiene y que se halla articulada y orientada prácticamente por la *empatía*, hace un magnífico servicio a la pastoral, en la que debe resplandecer la epifanía de un Dios que acoge, como ha quedado claro en la figura de Cristo. La pastoral puede aprender de la «terapia centrada en el cliente» no sólo cómo hablar de este Dios «empático», sino también cómo imitar creíblemente su praxis de aceptación¹⁶.

Junto a estos aspectos positivos, sin embargo, no hay que olvidar los límites de la psicología humanista, como atribuir al hombre la capacidad prácticamente ilimitada de cambiar, hasta el punto de olvidar que la vida tiene unos límites y que conocerlos es la base de la sabiduría; carecer, en su horizonte, de deberes, negaciones, inhibiciones o frenos, insistiendo casi únicamente en los derechos y en las oportunidades de cambio; y, finalmente, no disponer, por encima de las variaciones sociales, de una moral o de factores invariables en las relaciones interpersonales.

En estas teorías no se considera, pues, suficientemente el elemento que tiene en cuenta el conflicto interno de la persona y que justifica el esfuerzo moral que suponen los valores que superan al propio hombre. Pues la persona no crea siempre valores, sino que es llamada a «discernir». La psicología humanista nace y se desarrolla como una crítica a posturas comportamentales más o menos materialistas que niegan la trascendencia. Al reconocer el valor inmanente de la persona humana, puede tender hacia una «salvación», aunque en una visión restrictiva y reductiva. Pero, al mismo tiempo, si se quedase en el yo como fin último sin lograr «trascen-

16. Cf. I. Baumgartner, *Psicologia pastorale*, Roma 1993, 385-393.

der» hacia valores objetivos y hacia ese Dios que puede exigir, en el amor, incluso el sacrificio del yo, podría constituir un obstáculo a la llamada amorosa, aunque exigente, del Dios trascendente¹⁷.

4. Teorías trascendentales

El *análisis trascendental* es una expresión que aplica Viktor Frankl a su método antropológico y psicoterapéutico de relación y de investigación inspirado en Martin Heidegger, que él desarrolla desde la psicología profunda. El análisis existencial de Frankl —llamado también *logoterapia* o «tercera escuela de Viena»— intenta comprender la existencia humana personal desde sus valores y significados potenciales. A la *voluntad de placer* (Freud) y a la *voluntad de poder* (Adler), opone Frankl la *voluntad de significado*, cuya no realización o realización errónea se define como *frustración existencial* y constituye el punto de partida de la terapia. Frankl adopta como programa de su psicología un dicho de Nietzsche: «El que tiene un porqué para vivir, soporta cualquier cómo»¹⁸.

a) La autotrascendencia

El concepto clave de la psicología existencial es la *autotrascendencia*, que significa que básicamente estamos orientados hacia un *sentido*, hacia un *significado* que hay que identificar y hacia unos *valores* que hay que realizar. El presupuesto de fondo es que la autorrealización sólo se puede lograr entregándose a una causa que está «fuera» de uno mismo.

El *significado* no sólo comprende los aspectos positivos de la vida, sino también el dolor y la muerte. Frankl no rechaza totalmente el psicoanálisis de Freud, sino que intenta completarlo. El análisis existencial no vale tanto para eliminar los impulsos reprimidos, como para reanimar el *espíritu inconsciente*, cuya represión puede provocar alteraciones neuróticas.

17. Cf. F. Imoda, *Maturità umana e vocazione*: La Civiltà Cattolica 131 (1980) 467-473.

18. V. E. Frankl, *Logoterapia e analisi esistenziale*, Brescia 1953, 61 (versión cast.: *Logoterapia y análisis existencial*, Barcelona 21994).

La psicología existencial sostiene que el hombre tiende a buscar un sentido para su vida. Para realizarse, debe orientarse hacia algo o alguien distinto de él, es decir, debe perseguir un significado o tratar de encontrar otro ser humano, una causa a la que servir o una persona a la que amar. Y sólo se es verdaderamente uno mismo en la medida en que se logra vivir esta autotrascendencia de la existencia humana. Por consiguiente, el hombre se realiza, no preocupándose por su realización, sino olvidándose de sí mismo y donándose, dejándose a un lado y concentrando sus pensamientos fuera de sí¹⁹.

b) Valoración

Con su concepto de autotrascendencia, junto a todos los determinismos psicológicos y psicosociales, Frankl ha abierto un hueco a la *dimensión espiritual* que, por definición, es la de la libertad humana y no está sometida, por tanto, a las leyes deterministas. Pero lo que a Frankl le interesa no es la libertad *de* algo, aunque sea de los condicionamientos sociales (es obvio que no existe nadie que esté libre de sus condicionamientos físicos y psíquicos); lo que le interesa de verdad es la libertad *para* algo, es decir, para una *libre toma de conciencia ante el propio condicionamiento*. Se trata del «a pesar de esto», de la posibilidad que tiene el hombre de responder a su destino²⁰.

Los principios básicos de las teorías existenciales han sido bien acogidos en la interpretación de la vocación religiosa como concepto de *autotrascendencia*, en la dirección espiritual y en la pastoral de enfermos cuando se trata de dar sentido a la vida, al sufrimiento e incluso a la muerte²¹. Pero existen también otras situaciones pastorales en las que el planteamiento existencial puede prestar una gran ayuda. Por ejemplo, el acompañamiento de los jóvenes «en busca de sentido», la elaboración de programas para toxicómanos, la prevención del suicidio y otros muchos.

19. Cf. V. E. Frankl, *Un significato per l'esistenza. Psicoterapia e umanesimo*, Roma 1990, 36-37 (versión cast.: *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?*, Madrid 1983).

20. Cf. E. Lukas, *Dare un senso alla sofferenza*, 20-21.

21. Cf. Id., *Prevenire la crisi*, Assisi 1991; E. Fizzotti (ed.), *Chi ha un perché nella vita*, Roma 1992.

Entre los nuevos desarrollos de este planteamiento está también la *terapia de lo real* de W. Glaser, cuyo objetivo básico es que la gente se responsabilice del presente. Mientras que el psicoanálisis se centra en el pasado y trata de dar un sentido al presente, el planteamiento de Glaser es inverso, cree que el pasado se puede «pulir» o «redimir» a través del presente.

El aspecto técnico de este planteamiento fue elaborado y practicado por el jesuita francés Henri Jomin (1893-1982) y se llama *horathérapie*, o sea, terapia del momento actual. Su punto clave es la exposición existencial, es decir, la aceptación incondicional de la vida presente según el principio: «Quiero lo que hago» («Je veux ce que je fais»). No se trata de un principio voluntarista, sino de una implicación emotiva en el sentido de «amo», a saber, esa actitud que lleva a la persona a vivir el momento actual. Pero esta fórmula presupone otra: «Quiero lo que es» («Je veux ce qui est»). Esto permite reconciliar el presente con el pasado, de forma que el presente asume todo el pasado e influye en todo el futuro. Estas disposiciones aseguran la libertad, la paz y la alegría. El método de la *horathérapie* favorece la salud mental en general, pero en el caso del creyente regenera también la fe porque le hace más receptivo a Dios despertando la confianza²².

Esta teoría tiene también sus límites, como su aparato conceptual, que es más filosófico que psicológico. Además, se limita a algunos problemas psicológicos y desestima la fuerza del inconsciente. En el planteamiento logoterapéutico se advierte cierto «voluntarismo», o sea, la tendencia a lograr los objetivos desde las propias fuerzas. Quizás sería mejor definir su postura básica como tendencia a la «autodonación» más que a la «autotrascendencia»²³.

5. Síntesis personal

Adoptar una teoría, sea la que sea, ayuda a ordenar los pensamientos (y, por tanto, el diálogo), señala el punto clave de la atención, ofrece un marco interpretativo y sugiere lo que hay que hacer

22. Cf. P. de Labriolle-G. M. Oury-J. F. Vezin y L., *Quand le présent devient Présence*, Paris 1993, 18-87 y *passim*.

23. Cf. K. S. Berger, *Lo sviluppo della persona*, Bologna 1996, 53-54.

para ayudar. En ningún caso se puede imponer la teoría que hay que adoptar. En realidad, las teorías que hemos expuesto son *cuatro vías alternativas* del pensamiento psicológico. Lo realmente importante es que seamos conscientes de nuestra predilección por una de ellas. Es preciso tener en cuenta las hipótesis de trabajo, disponer de un conjunto ordenado de ideas sobre el hombre y sus problemas, y reconocer que todo eso influye en el trabajo del agente de pastoral. Corresponde al consultor elaborar un planteamiento personal que incluya la aplicación de las convicciones y de los puntos de vista personales. De hecho, todo el mundo tiene ya un sistema propio, y lo único que hay que hacer es ser conscientes de ello y enriquecerlo con elementos nuevos.

Las cuatro teorías abordan cuatro *estratos distintos* de la personalidad. El psicoanálisis aborda el aspecto irracional-motivacional; el behaviorismo, el cognitivo-comportamental; la psicología humanista, el tendencial-emocional; y la teoría existencial, el racional-decisional. Para tener una imagen más completa de la persona es preciso considerar los cuatro estratos.

Cada una de estas teorías contribuye notablemente al estudio de la personalidad. Las teorías psicoanalíticas subrayan la importancia de las experiencias de la primera infancia y del impacto de los «dramas ocultos» en nuestra vida diaria. Las teorías del aprendizaje muestran el influjo que el ambiente puede tener en el comportamiento. Las teorías humanistas abren un horizonte estimulante para los objetivos del desarrollo humano. Y las teorías existenciales nos hacen entender mejor cómo nuestro modo de pensar influye en nuestras acciones.

Pero cada una de estas teorías es también objeto de crítica. A la psicoanalítica se le acusa de ser demasiado subjetiva; a la del aprendizaje de ser demasiado mecanicista; a la humanista de ser excesivamente idealista; y a la existencial de ser demasiado voluntarista. Lo que sucede en realidad es que cada teoría, aisladamente considerada, es demasiado limitada para dar cuenta de la amplitud y diversidad de la persona humana²⁴. Y como no hay ninguna teoría

24. N. Hayes acusa a la psicología contemporánea de reduccionismo siempre que una teoría o una escuela intenta explicar toda la vivencia psicológica desde un solo principio. Cf. N. Hayes, *Psychology in Perspective*, London 1995 (versión cast.: *Psicología*, Madrid 1996).

que pueda abarcar todos los aspectos del comportamiento humano, la mayoría de los estudiosos dice que tiene una *perspectiva ecléctica*, indicando con ello que se vale de todas²⁵ sin adoptar exclusivamente una teoría específica.

Ninguna de estas teorías abarca toda la verdad sobre el hombre. Pero cada una aborda un aspecto importante para conocerlo mejor. De hecho, toda la vida espiritual se puede releer desde la clave de cada una de ellas. La mayoría de nuestras virtudes son realmente comportamientos aprendidos. La generosidad, por ejemplo, es un comportamiento observable que se toma de un modelo. Siguiendo las ideas de la psicología existencial, se puede decir que el secreto de una vida lograda consiste en hallar el significado de la misma vida. Lo que hay que hacer, pues, es dar un significado a la propia vocación matrimonial o celibataria, al sufrimiento, a la renuncia y a la muerte. Los intentos de leer la realidad espiritual en clave analítica siguen siendo numerosos. La teoría humanista se aplica un poco en todas partes²⁶. Los institutos de formación se interpretan como lugares que deben favorecer el crecimiento integral del hombre.

El problema de la antropología pastoral sigue siendo una cuestión abierta. Pues una de las explicaciones de la gran popularidad de las distintas *terapias alternativas* (incluido el diálogo pastoral) se busca sobre todo en la falta de una antropología universal que satisfaga a la psicología contemporánea. A. Görres expresa claramente esta sospecha cuando se pregunta si la psicología conoce de verdad al hombre... Y su respuesta es realmente descorazonadora²⁷.

Esta falta se debe a que se ha «expulsado al espíritu» de la psicología por considerarlo un concepto poco científico. Pero es imposible comprender al hombre sin tomar también en consideración sus dimensiones existenciales y religiosas. A estas dimensiones marginadas se puede añadir una tercera, a saber, la necesidad de

25. L. Beutler, *Eclectic Psychotherapy. A Systematic Approach*, New York 1983, 1-8.

26. Meissner, por ejemplo, la utiliza para la experiencia psicológica de san Ignacio: W. W. Meissner, *Ignatius of Loyola - The Psychology of a Saint*, New Haven & London 1992; Id., *Psychoanalytic Hagiography. The Case of Ignatius of Loyola*: Theological Studies 52 (1991) 3-33.

27. A. Görres, *Kennt die Psychologie den Menschen*: Internationale Katholische Zeitschrift 6 (1977) 451-465.

participación y trascendencia, o sea, el deseo de felicidad, pertenencia y aceptación. Pero, por desgracia, estos deseos se reprimen a menudo por razones ideológicas, aunque ahí siga la inquietud del corazón. El deseo de participación y trascendencia encuentra satisfacción en las relaciones humanas, de ahí la necesidad de la pastoral de la persona (diálogo pastoral), cuya fuerza está en que la aceptación del otro no es un mero acto de compasión, sino el reflejo de la misericordia de Dios.

Para comprender el sentido de la consulta o diálogo pastoral es preciso insertarlo en el contexto de la misión de la Iglesia, que es ayudar a los fieles a crecer en el amor de Dios y en el amor al prójimo. Una persona con problemas afectivos estará bloqueada justamente en su capacidad de amar, es decir, en su capacidad para entablar relaciones personales satisfactorias. La consulta puede ayudar a la persona a superar las alienaciones consigo misma, con los demás y con Dios, por eso incluye todos los conceptos teológicos del anuncio cristiano: pecado y salvación, culpa y perdón, juicio y gracia, muerte espiritual y renacimiento. El diálogo pastoral forma parte de la misión de la Iglesia como un *medio de evangelización*. El modelo es el propio Jesús que, además de enseñar a los grupos, se dirige también a las personas concretas con algún problema (Nicodemo, la Samaritana, los dos discípulos de Emaús, etc.). El diálogo pastoral es sobre todo una aproximación personal. La psicología ofrece los conocimientos de los procesos psicológicos que acompañan a esa relación a nivel teórico y las técnicas a nivel operativo.

1. *El diálogo pastoral*

Podemos describir concisamente el diálogo o consulta pastoral mediante los tres elementos constitutivos de toda situación pastoral: una relación interpersonal, abierta a la trascendencia, entre un agente pastoral y uno o más sujetos pastorales. La especificidad de la situación se debe a que alguien que tiene un problema psíquico, moral o existencial se dirige al agente pastoral. Podríamos decir, pues, que el diálogo pastoral es como una teología concretizada y

no una especie de psicoterapia disfrazada de pastoral. Tampoco es una especie de anuncio verbal de los contenidos de la fe, sino una *modalidad de la experiencia religiosa totalmente kerigmática y existencialmente liberadora*.

a) *El contexto teológico-eclesial*

El diálogo pastoral se distingue de la psicoterapia –además de por su objetivo específico– por la atención que presta a las personas esencialmente *normales*, aunque turbadas por una serie de dificultades o por crisis religiosas y existenciales. Y tiene una dimensión teológica en cuanto que, además del servicio eclesial, o sea, de la preocupación por la salvación presente y futura del hombre, hace una referencia explícita a las afirmaciones teológicas sobre la redención, la libertad y la liberación del hombre, el conocimiento y la experiencia de Dios¹.

El diálogo pastoral es una actividad *religiosa* por sus efectos (el resultado de un diálogo o consulta con éxito es un crecimiento en las relaciones interpersonales y en la relación con Dios), por su filosofía (reconoce que Dios es el agente último de la curación), por sus instrumentos (se desarrolla en un contexto de *agape*, es decir, de aceptación incondicional), por sus agentes (el sacerdote es un representante de Cristo y de la Iglesia), y por su objetivo final (trata de profundizar en la relación de la persona con Dios).

La *singularidad* del diálogo depende de los factores que concurren en esa relación: la formación del sacerdote (en filosofía, ética, religión, sociología), su papel simbólico y social (es una autoridad religiosa, y por eso se convierte en una figura de *transfert* que suscita sentimientos y recuerdos muy variados), el contexto y el lugar donde se realiza (normalmente en el ámbito de la iglesia o de la parroquia, insertando así a la persona en el contexto de los fieles), las fuentes religiosas (el sacerdote utiliza medios especiales como los sacramentos, la Escritura, la oración y la sabiduría de la tradición) y el objetivo final (el crecimiento espiritual).

Las *limitaciones* dependen de la situación y misión del sacerdote: el tiempo (el pastor tiene otras cosas que hacer además del

diálogo, al que es difícil que pueda dedicar todo su tiempo), la formación del pastor (por lo general insuficiente para afrontar los problemas causados por graves trastornos psíquicos), su papel (verlo como representante de valores religiosos y éticos puede dificultar que algunas personas, afligidas por la culpa, se dirijan a él), y el *transfert* (provocado normalmente por una relación duradera, exige un gran esfuerzo psíquico para soportarlo y resolverlo, y en algunos casos puede constituir una amenaza para la reputación del pastor).

Por otro lado, y respecto a otros especialistas, el sacerdote tiene algunas *ventajas* que se derivan de su persona y de su papel: la confianza (la gente confía más en él que en otros especialistas), las relaciones ya existentes (el sacerdote suele conocer ya a la persona que se dirige a él), el contacto con los familiares (el sacerdote accede más fácilmente a la familia de su paciente), su presencia en situaciones de crisis (enfermedad, muerte, duelo) y la facilidad para encontrarlo (sin formalidad alguna, no pertenece a ninguna institución pública)².

Pero, además de estas ventajas formales, el consultor pastoral cristiano tiene otras relacionadas con los contenidos. A nivel *epistemológico* puede obviar el reduccionismo psicológico ofreciendo una perspectiva teológica que concibe al hombre como una criatura que busca consciente o inconscientemente a Dios, junto a la experiencia de su propio fracaso. En su planteamiento teológico subraya la importancia de la dimensión *sobrenatural* en la vida humana. En cuanto a los contenidos, dispone del poderoso medio del *perdón*, que libera a la persona de la sensación de ser víctima del inconsciente o de su naturaleza. El consultor cristiano dispone, además, de una gama de *símbolos* que ayudan a discernir el bien del mal. El más eficaz de ellos es la *cruz*, que es el único medio de esperanza en el trabajo pastoral³.

Para plantear la consulta o diálogo pastoral, S. M. Natale parte del dato teológico de que la encarnación es un *proceso terapéutico* de Dios, la aceptación ontológica del hombre por Dios. El punto de

2. H. J. Clinebell, *Basic Types of Pastoral Counseling*, Nashville 1966, 41-56.

3. Cf. S. J. Sandage-K. H. Wibberly-E. L. Worthington, *Christian Counselor's Resources for Multi-Cultural Understanding and Counseling*: Journal of Psychology and Theology 23 (1995) 30-36.

1. Cf. B. Giordani, *La psicologia in funzione pastorale*, Brescia 1981, 37-38.

encuentro entre la teología y la psicoterapia es el presupuesto de que el hombre es un ser básicamente *aceptado*⁴.

El consultor pastoral entabla una relación de aceptación, no a nivel intelectual o científico, sino como *testigo* de la revelación cristiana respecto del hombre en un proceso terapéutico. Si se concibe así, el diálogo pastoral es una forma legítima del ministerio sacerdotal. Pero existe una diferencia importante, a saber, que el consultor pastoral no descubre la importancia de la aceptación de la persona estudiando psicología, sino que se convence de ello en virtud de su experiencia cristiana. De todos modos, el diálogo pastoral no se agota en el descubrimiento de la coincidencia con la psicoterapia sobre su «aceptabilidad», ya que el proceso va más allá, porque se realiza plenamente en la celebración de los sacramentos y de la Palabra.

b) *El coloquio pastoral*

El diálogo pastoral se concreta en una serie de coloquios. El *coloquio pastoral* consiste en el encuentro entre dos personas, en el que una expone su situación para conseguir una aclaración, un consuelo, una solución. El que pide ayuda cree que el otro está suficientemente preparado, que conoce el tema, que es prudente y que, por tanto, está en condiciones de dar un consejo.

El coloquio pastoral supone una relación específica y, como tal, se distingue de otras clases de encuentro. Se pueden distinguir los siguientes modos de *enfocar una relación*:

- La *conversación*. En ella se intercambian opiniones y se habla sobre cualquier tema para decir lo que uno piensa o para fomentar la amistad.
- La *discusión*. Se lleva a cabo en un clima de rivalidad, defensa o ataque, con una participación pasional e interesada. Es una relación de tipo dominio-sumisión, en la que es imposible la actitud comprensiva del otro.
- La *entrevista*. No trata de comprender a la persona, sino pura y exclusivamente de reunir datos sobre ella, sobre su modo de

pensar o sobre su cultura. Aunque la atención se centra en el sujeto, al que se le pide que hable de él, el objetivo que se persigue no es él ni su bien, sino el que busca el entrevistador.

- El *interrogatorio*. Trata de recoger datos y sitúa al individuo en condiciones de inferioridad. Las preguntas tienen un tono más o menos hostil y desafiante, y a menudo provocan una reacción defensiva.
- El *diálogo-monólogo* consiste en hablar sin tener en cuenta nada de lo que dice el interlocutor. Lo que se pretende con este tipo de encuentros puede ser imponer las propias ideas, orientar al otro hacia una postura concreta (motivos intencionales), satisfacer el instinto de dominio o el placer narcisista, hacer frente a la inseguridad provocada por lo que el interlocutor puede proponer (motivos a veces inconscientes).
- La *confesión* es un encuentro especial en el que la persona se siente culpable y obligada a decir todo aquello de lo que se cree responsable. Al sacerdote lo ve como juez⁵.

✓ El *coloquio pastoral* se distingue de los tipos anteriores de encuentro por su objetivo, por sus prerequisites mentales y por los peligros que conlleva. Su objetivo básico es *conocer* la realidad psicológica de la persona que tenemos delante. El consultor no adopta la postura del historiador, ni del policía, ni del juez. Por eso exige una mente abierta para comprender a la persona y un sentimiento de respeto (porque el cliente no es un *caso*, sino una *persona*, un hermano, un *prójimo* en sentido evangélico). El consultor debe preguntarse qué puede ofrecer al otro, es decir, debe tener una idea y una imagen de su capacidad profesional.

Entre los prerequisites mentales, los más importantes son la *disponibilidad* y la *profesionalidad*. El cliente, el fiel o el dirigido no es un amigo, y por eso se le debe tratar profesionalmente⁶. Pero además es preciso conocer el propio estilo mental y la antropología preferida.

El diálogo pastoral puede comportar también algunos *peligros* para el consultor. El coloquio pastoral nunca es *casual*,

5. Cf. B. Giordani, *La psicología in funzione pastorale*, 50-51.

6. Cf. G. Bartolini, *La terapia centrata sul rapporto*, Bologna 1996, 36.

4. Cf. S. M. Natale, *Pastoral Counseling*, New York 1977, 18.

sino que es un encuentro donde el pastor se «pone en juego a sí mismo», es decir, se implica porque el otro tiende a dejar su problema en la mente del consultor, y eso puede llevarle a ponerse a la defensiva y a ser cada vez más indiferente al sufrimiento humano.

2. Distintos modelos

El diálogo pastoral utiliza diferentes formas de ayuda. Examinaremos brevemente algunas propuestas antes de presentar algún principio universal válido para todos los modelos de coloquio.

a) La terapia psicodinámica

Freud afirma que la psicodinámica es un método de curación que se basa en las palabras, o sea, en el diálogo libre del paciente con el terapeuta, que trata de ayudarlo a descubrir los motivos ocultos y a cambiar el modo de verse a sí mismo. Hablando con los pacientes, los terapeutas los ayudan a identificar y a resolver sus conflictos para que se produzcan cambios en su vida que permitan una mejor adaptación. Para esta técnica, los pensamientos conscientes e inconscientes son los que determinan el comportamiento. Por eso lo que debe hacer el terapeuta es ayudar al paciente a descubrir las motivaciones ocultas y a cambiar la manera de verse a sí mismo y a los demás. Es el primer paso necesario para cambiar el comportamiento.

El terapeuta es esencialmente un *analista* que trata de excavar con los todos los medios los motivos inconscientes del paciente y de reconstruir el mapa de la dinámica del comportamiento. Por consiguiente, la interpretación es un método que se aplica progresivamente, no cuando el psicoanalista ha comprendido, sino cuando el paciente demuestra con sus sueños, sus declaraciones y su comportamiento que está a punto de comprender lo que va a aflorar a la conciencia mediante la interpretación.

En el contexto de una consulta o diálogo, y no de una psicoterapia, los principales conceptos operativos son: conflictos inconscientes, análisis del pasado, *transfert*, fantasía, realidad, etc. Suele

ser un proceso bastante largo porque la toma de conciencia de los conflictos inconscientes tiende a resistirse a la elaboración. En cuanto a los mecanismos de defensa, el diálogo psicodinámico se inspira actualmente mucho en la obra de Ana Freud.

Los autores difieren respecto a la naturaleza del cambio, pero están de acuerdo en que una simple reeducación no basta para lograr un cambio duradero. Lo que se requiere para la *curación* es una *experiencia reparadora* con el terapeuta, que hace de padre y permite que el paciente reviva sus experiencias infantiles en circunstancias afectivas similares. De ahí la importancia del *transfert*⁷.

El proceso de la terapia analítica presupone ser hábiles para entrar en un determinado tipo de *conversación reflexiva*. Si las neurosis surgen de la represión de pulsiones instintivas, de imágenes y de afectos, sólo se podrán curar eliminando la remoción. Para conseguirlo, se han desarrollado diversos métodos en el terreno del psicoanálisis.

Método de las ideas improvisadas. La norma básica de la terapia analítica es verbalizar todo lo que pasa por la mente aunque de momento parezca inconexo o incluso absurdo. Los pensamientos desinhibidos reflejan importantes conflictos inconscientes. Para facilitar que aparezcan estos pensamientos, el terapeuta acomoda al paciente en un diván y él se sienta al lado, pero fuera de su campo de visión. Freud daba mucha importancia a las *asociaciones libres* y a la *interpretación*.

Recordar, repetir, reelaborar. Normalmente se suelen cubrir con el velo del olvido los traumas decisivos de los primeros cinco años de vida. La terapia se propone llenar las lagunas de la memoria para que se pueda avanzar hacia la *verdad* de la persona y de su historia. Según el psicoanálisis, la «lucha por recordar» es una necesidad terapéutica. La posibilidad de volver a experimentar los acontecimientos pasados supone un proceso de *transfert*, que consiste en la tendencia del paciente a transferir al analista las sensaciones, impulsos, recuerdos y deseos asociados a personas significativas de su pasado, especialmente a algunas «figuras clave» como la madre, el padre, los hermanos y las hermanas. Por eso en el *setting analítico* el

7. Cf. M. Burton-T. Davey, *The Psychodynamic Paradigm*, en R. Woolfe-W. Dryden (eds.), *Handbook of Counseling Psychology*, London 1996, 123.

paciente revive emociones y frustraciones tan intensamente como en la experiencia original. De este modo, las experiencias reprimidas y desadaptadas de la infancia entran a formar parte del yo de la persona y pierden sus efectos patológicos. El análisis de estas respuestas ligadas al *transfert*, tanto si son positivas como negativas, se considera la clave para un tratamiento psicoanalítico logrado.

Análisis de las resistencias. Resistencia es todo lo que en el curso de una terapia obstaculiza y se rebela contra el proceso de curación. En los indicios de resistencia son la ausencia de recuerdos, sueños o ideas, poco interés en la terapia, llegar tarde, repeticiones inútiles... La terapia psicoanalítica se propone, en primer lugar, vencer la resistencia del paciente y explorar los conflictos subyacentes que se cree son su causa.

Análisis de los sueños. Para Freud, los sueños son la *via regia* hacia el inconsciente. Las representaciones rechazadas por la conciencia, por ser precursoras de ansiedad, afloran a la conciencia durante el sueño cuando disminuye la intensidad de la censura.

Interpretación. Trata de facilitar que afloren a nivel consciente las pulsiones removidas y su elaboración. Además de los sueños, también son objeto de interpretación las ideas improvisadas del paciente, sus *lapsus* involuntarios en la vida cotidiana, los síntomas neuróticos, la vida pasada y el comportamiento durante la terapia (*transfert*, resistencia).

La experiencia clínica indica que el psicoanálisis le va mejor a personas con trastornos leves o moderados con una capacidad intelectual y un «yo fuerte» que permiten sacar provecho del intenso autoexamen que comporta la terapia.

b) Las terapias del comportamiento

Las terapias del comportamiento parten del presupuesto de que el comportamiento anormal se adquiere y mantiene del mismo modo que el normal, o sea, por el aprendizaje. Esto sugiere que los trastornos del comportamiento se deberían tratar aplicando procesos de aprendizaje y no por vías indirectas.

Las terapias del comportamiento (o del aprendizaje) se centran más en las respuestas adquiridas que en las motivaciones incons-

cientes. Estas técnicas se basan en gran medida en los principios del condicionamiento operante y clásico.

1. *La terapia basada en el condicionamiento operante.* Estas terapias utilizan el refuerzo para lograr que las respuestas inadecuadas («desadaptativas») sean sustituidas por otras más adecuadas («adaptativas»). Las técnicas de la extinción y del modelamiento pueden utilizarse, por ejemplo, para tratar a niños autistas. Una de las técnicas que se utilizan es la denominada *economía de fichas*, pues se recompensa con una ficha a los pacientes que han seguido una tarea correlacionada con prestaciones mentales que van en la dirección de la normalidad y de la autosuficiencia. Las fichas hacen de refuerzos y pueden asumir la forma de un crédito anotado en un registro o de una auténtica moneda que el paciente puede cambiar por lo que quiera.

2. *La terapia basada en el condicionamiento clásico.* Una técnica que se utiliza en la terapia basada en el condicionamiento clásico es la «desensibilización» sistemática, donde se enseña al paciente a relajarse y a imaginar una jerarquía de estímulos, desde el que provoca una ansiedad mínima al que suscita una fuerte ansiedad. En el condicionamiento aversivo se utiliza la técnica del castigo para eliminar los comportamientos inadecuados.

3. *El modelamiento.* En el modelamiento o aprendizaje «por observación», las personas cambian su comportamiento observando el de los demás; en el «modelamiento» participante, después de haber practicado nuevos comportamientos junto al terapeuta. Para aprender a ser asertivos se utiliza el modelamiento y el juego de los roles.

4. *La terapia cognitiva del comportamiento.* Esta terapia pretende corregir directamente los esquemas intelectuales errados o inadecuados que se cree que originan problemas en la persona. Entre estas terapias están la racional-emotiva y la cognitivista.

5. *Las técnicas basadas en el autocontrol.* El individuo es también capaz de controlar autónomamente sus cambios de comporta-

miento. Las estrategias comunes son el control del estímulo, la autoinstrucción, el autorregistro, fijarse una meta y autoevaluarse, el autorrefuerzo y la autopunición.

El control del estímulo es una estrategia en la que la persona debe reordenar los estímulos ambientales para intensificar o reducir un comportamiento concreto. Para tratar la obesidad, por ejemplo, hay que dar los siguientes pasos:

- quitar la comida de todas las habitaciones de la casa, menos de la cocina;
- tener sólo la comida que exija preparación;
- comer a intervalos regulares: todos los días y en el mismo sitio;
- no realizar ninguna otra actividad (leer o ver la televisión) mientras se come.

Estas técnicas sirven para delimitar la gama de los estímulos que fijan la fase de la comida y a ser más conscientes de los hábitos vinculados a ellos. Para solucionar el problema del insomnio se aplica una técnica parecida.

A la luz de esta antropología, el *papel del terapeuta* o del consultor es el del educador que debe saber formular los objetivos concretos a conseguir en el comportamiento, asegurar la ocasión de adiestrar, controlar el resultado. El cambio en el modelo cognitivo-comportamental se ve como reducción de los síntomas y del comportamiento. La terapia empieza con un plan detallado que permite que el cliente manifieste su trastorno, a la vez que los pasos que se tendrán que dar para superar el problema. Además, al confrontar las situaciones de la vida cotidiana, la terapia ofrece ocasiones de entrenarse para aumentar su eficacia. Las técnicas más conocidas son:

- *Aumento de las habilidades de superación (coping skills)*, que se consigue mediante las instrucciones y el comportamiento subsiguiente. Por ejemplo, un cliente deprimido es incapaz de ser asertivo porque ha aprendido a no expresar sus deseos. Entonces se le anima a que se asocie con personas con las que puede ejercitar esta capacidad.
- *Reestructuración cognitiva*. Se le pide al cliente que recoja datos relacionados con la interpretación del comportamiento inadecuado, que luego se analizan y corrigen.

La terapia del comportamiento se ha aplicado con éxito en muchos tratamientos de estados neuróticos: fobias, trastornos sexuales, obsesivos y lingüísticos, alcoholismo. Y también en los trastornos del comportamiento infantil.

c) *La terapia no directiva*

La *terapia centrada en el cliente* fue desarrollada por Carl Rogers y es la terapia humanista más estudiada. Nuestro *concepto de yo* –o sea, el conjunto de los esquemas relativamente estables de las autopercepciones que hemos adquirido en la interacción con el mundo que nos rodea– determina en gran medida el modo de relacionarnos con las demás personas y con los objetos. En general, cuanto más positivo es el concepto del yo, tanto mayores serán las posibilidades de que las relaciones con el ambiente sean «adaptativas» y estén coronadas por el éxito. Un presupuesto clave de la postura de Rogers es la *hipótesis de crecimiento*, según la cual cada uno de nosotros está muy motivado para modificarse y para crecer positivamente, de manera que si estamos en un ambiente apropiado tendemos a desarrollar nuestros aspectos positivos.

El cometido del terapeuta, centrado en el cliente, es proporcionarle un ambiente que facilite su crecimiento positivo. Según Rogers, esta atmósfera terapéutica se caracteriza por tres aspectos centrales: que sea genuina; que la atención sea positiva e incondicional; que se dé la empatía⁸. Objetivo clave de la psicoterapia de Rogers es revitalizar la estructura interna del yo personal.

La psicología humanista se extendió con rapidez y en poco tiempo creció en importancia e influencia. Una de las razones fue que Carl Rogers aplicó, siendo uno de sus primeros seguidores, los principios de la psicología humanista a la psicoterapia⁹. Introdujo entre el terapeuta y el cliente un tipo de relación completamente nuevo: una *relación de persona a persona* en lugar de la autoridad sobre la persona enferma que tenía que narrar sus primeros conflictos emocionales con sus padres, tal como enseñaba el psicoanálisis.

8. G. Lindzey-R. F. Thompson-B. Spring, *Psicología*, 716 (versión cast.: *Psicología*, Barcelona 1978).

9. C. R. Rogers, *Client-Centered Therapy*, Cambridge MA 1951 (versión cast.: *Psicoterapia centrada en el cliente*, Barcelona 1997).

lisis. Esta iniciativa de Rogers pone en evidencia que no se puede concebir la psicoterapia sólo o principalmente como un método psiquiátrico para curar las enfermedades psíquicas. Y aunque un psicólogo humanista pueda formarse o especializarse en el tratamiento de las neurosis, su tarea principal y más frecuente es educar, no curar.

Los principios de cambio de la psicología humanista son tres:

- más consciencia;
- mirar al futuro;
- fuerza terapéutica del encuentro.

En las distintas escuelas de enfoque humanista, estos principios no tienen la misma importancia, pero siempre están presentes los tres. Así, por ejemplo, en la terapia centrada en el cliente se pone el énfasis en la relación, mientras que la tradición de la *Gestalt* subraya la importancia de la consciencia actual del cliente¹⁰.

1. *La consciencia*. La psicología humanista dice que todo lo que molesta al cliente se refleja en su consciencia actual. La persona sana es la que está totalmente abierta a las nuevas experiencias, mientras que la persona trastornada niega o distorsiona la conciencia de sí y de los demás para evitar sensaciones o experiencias inaceptables o amenazadoras. En la perspectiva de la *Gestalt*, la consciencia es la que indica la calidad del contacto entre la persona y su ambiente. Una consciencia mermada tiende a excluir datos esenciales para resolver sus problemas. Desde el punto de vista psicodinámico, el paciente debe llegar a ser consciente de los acontecimientos pendientes de solución y reprimidos durante su infancia, mientras que el planteamiento humanista cree que el cometido principal es explorar modos de negación de su consciencia actual.

2. *Orientación hacia el futuro*. Este principio se basa en el presupuesto filosófico de que la tendencia a autorrealizarse y crecer es innata en la persona y la mueve a buscar sin descanso. Lo que debe hacer el consultor es «caminar en la misma dirección que el

10. Cf. J. McLeod, *The Humanistic Paradigm*, en R. Woolfe-W. Dryden (eds.), *Handbook of Counseling Psychology*, 133-147.

cliente y con el mismo ritmo». El modelo original del proceso global de la terapia ha sido elaborado por Rogers en siete estadios consecutivos que van desde la comunicación de hechos puramente externos, pasando por la exploración de los propios sentimientos, hasta llegar al punto en que la persona se siente protagonista de su propia experiencia.

3. *Terapia del encuentro*. Para la psicología humanista, el proceso de aprendizaje parte siempre de la experiencia y se verifica en el contexto de una relación interpersonal. Mientras otros planteamientos terapéuticos insisten en la importancia de los elementos cognitivos, comportamentales o emocionales en el proceso del aprendizaje terapéutico, la psicología humanista sostiene que son sólo aspectos del único proceso de experiencia. Trabajar desde la experiencia significa tomar en consideración el influjo mutuo entre pensamientos, acciones y emociones en vez de cuidar una sola de estas realidades. El terapeuta se compromete a tratar al cliente como «persona» (no como un «caso» o como un «paciente»), porque el presupuesto de la terapia humanista es que una relación genuina con otra persona es ya de suyo curativa. Las personas padecen a menudo ansiedad y depresión o están confusas pura y simplemente porque no tienen una relación de apoyo con otra persona.

d) *La logoterapia*

Como método terapéutico, la logoterapia se basa en la neta división entre los factores del destino por un lado y la capacidad de adoptar una actitud y de actuar por otro. La técnica básica es la argumentación logoterapéutica. Hay problemas que se pueden suavizar ayudando simplemente al paciente a centrar su atención allí donde todavía tiene posibilidades de jugar su propio destino, en lugar de dar vueltas y vueltas a hechos irreversibles y sus posibles causas y consecuencias sin hallar ningún camino de salida. Por eso, la logoterapia no estudia tanto los conflictos instintivos como el estrato psíquico que activa y motiva a la persona para lograr que el paciente encuentre sentido a la vida. Los *estratos noéticos* de la personalidad son estimulados de diversas formas, mediante las ila-

madras «reacciones paradójicas». Es decir, se pone al enfermo en situaciones en las que no tiene más remedio que reaccionar. La técnica de la relación paradójica consiste en inducir al paciente a hacer lo que le da miedo, y se aplica sobre todo en las fobias.

Contra los síntomas del neurótico, la logoterapia moviliza las fuerzas psico-noéticas antagonistas. Es decir, trata de fomentar las facultades específicamente humanas, de favorecer la liberación de los síntomas neuróticos, de colmar las lagunas de la vida del neurótico, de que sea consciente de toda la gama de sus posibilidades concretas. La meta de la psicoterapia es situar al paciente frente al *logos*, frente al significado de su existencia. Las técnicas principales son: suscitar el espíritu de contradicción, la reacción paradójica, la derreflexión¹¹.

3. La relación personal

El proceso de la consulta o diálogo pastoral no es más que una *relación continua y dinámica* entre dos personas, cuyo objetivo último es el bienestar del cliente. En esta relación juegan un papel muy importante las cualidades personales del consultor. Las más importantes son:

- gran capacidad para comprender los sentimientos del otro;
- suficiente seguridad durante el diálogo;
- capacidad para mostrar calor, pero sin implicarse demasiado con la otra persona.

El modelo más utilizado en el diálogo pastoral es el no directivo de Carl Rogers que, en su elaboración personal del proceso de ayuda, no postulaba ninguna *técnica* en sentido estricto porque todo el proceso se ventila en la relación entre el consultor y el cliente. La calidad de esta relación *terapéutica* depende de algunas dotes personales que se revelan en tres actitudes: *autenticidad*, *calor no posesivo* y *empatía*. El orden a la hora de tratarlas no es casual: la «autenticidad» es una característica intrapersonal y describe la situación intrapsíquica del consultor; el «calor no posesivo» tiene que

ver con la relación, que debe situarse entre la profesionalidad y el amor genuino; y la «empatía» se refiere a la capacidad del consultor para penetrar en el mundo de experiencias del cliente.

a) La autenticidad

La *autenticidad* es la capacidad para ser auténticos en la relación de ayuda. Sólo así el consultor podrá ayudar al cliente a aceptar no sólo sus cualidades positivas, sino también las negativas. La autenticidad crea una atmósfera en la que el interlocutor es capaz de verificar su propia percepción de la realidad. De todos modos, no significa que el consultor deba renunciar a su rol de consultor y deba enmascararse delante del otro. La autenticidad consiste sobre todo en la disposición que el consultor asume ante sí mismo de conocerse realmente, de aceptar también los aspectos negativos de su personalidad y de presentarse ante los demás sin camuflarse. Otros términos para expresar la autenticidad son la congruencia, la sinceridad, la transparencia, la lealtad y la espontaneidad.

La autenticidad se realiza a un doble nivel:

- *intrapersonal*, cuando la persona deja que emerja a la conciencia y acepta como propio cualquier sentimiento, integrando así experiencia y conciencia;
- *interpersonal*, cuando se está dispuesto a comunicar libremente los propios estados de ánimo, integrando de este modo experiencia y comunicación.

El papel de la autenticidad en el coloquio es sobre todo permitir el ejercicio de la empatía y de la consideración positiva. Otra ventaja es entablar una relación libre en la que el consultor comunica sus reacciones de una forma no ambigua. Si le molesta o siente aversión hacia el que tiene delante y no es consciente de ello o no se lo comunica al interesado, aparece el fenómeno del doble lenguaje, es decir, la comunicación se mueve al mismo tiempo a nivel verbal y no verbal, y lleva al destinatario mensajes contradictorios. Esta comunicación distorsionada es percibida casi siempre por el cliente a nivel inconsciente. El doble mensaje lo desconcierta y lo hace inseguro y desconfiado. Para entablar una relación auténtica con el otro es

11. Cf. E. Lukas, *Dare un senso alla sofferenza*, Assisi 1983, 28-40.

indispensable que uno mismo se conozca y acepte. Cuando el consultor tiene sentimientos negativos para con su cliente (aburrimiento, antipatía, aversión o rechazo), se plantea una situación delicada y difícil. La educación recibida y los usos sociales inducen a las personas a ocultar ciertos sentimientos, camuflándolos a menudo con expresiones que dicen exactamente lo contrario de lo que se piensa, o se agrade al paciente, echándole la culpa de las propias reacciones interiores y llevando así la consulta a un callejón sin salida¹².

Para ser auténticos de verdad y no comprometer el coloquio se sugiere que digamos cuál es nuestro estado de ánimo *directamente*, es decir, como algo nuestro, como una reacción negativa que nos sale de dentro ante el otro y que nos hace sufrir. Un ejemplo: «Me pongo nervioso cuando hablas así y lo siento... Me cansa y molesta esta situación, pero quisiera ser capaz de escucharte...». Sin embargo, sería una equivocación comunicar *indirectamente* nuestros estados de ánimo, o sea, culpando al otro de nuestras reacciones. Se suele decir, por ejemplo: «Lo que me críspa los nervios es tu modo de actuar... Cuando veo tu rostro tan inexpresivo, me entran ganas de darte una bofetada... Cuando hablas me aburro...». Lo que cabe esperar es que el otro encaje el golpe humillándose y sintiéndose culpable, o que reaccione contraatacando.

b) *El calor no posesivo*

La actitud de *calor no posesivo* significa respetar la dignidad del otro. Pero no significa debilidad, ni aceptar un comportamiento que no se quiere. Se valora el comportamiento, no la persona. Rogers habla de *no-directividad*, es decir, se trata de una actitud por la que el consultor renuncia a orientar a la persona en una determinada dirección y evita inducirla a pensar, sentir o actuar según un esquema predeterminado.

Pero la no-directividad no es una ley absoluta en el diálogo pastoral. En líneas generales hay dos tipos de coloquio: «libre» y «dirigido», a tenor de una serie de condiciones mentales tanto en el consultor como en la persona que busca ayuda. Donde no se dan las condiciones para mantener una conversación, tampoco las hay

12. Cf. W. Schmiedbauer, *Die hilflosen Helfer*, Reinbek b.H. 1980, 173-196.

para un coloquio apoyado sobre todo en la libertad. Un esquizofrénico que sólo es capaz de pronunciar un torrente de palabras o alguien confuso o gravemente deprimido (situaciones de duelo) no soportan el estrés de un coloquio libre.

c) *La empatía*

La *empatía* es la capacidad de percibir el mundo privado y los sentimientos del otro, comunicándole esta percepción. La empatía es más que mera simpatía, que a veces carece de objetividad. La empatía comporta identificarse con el interlocutor y respetar la objetividad. Esto exige un esfuerzo intelectual, por eso la relación de ayuda siempre compromete¹³. En un contexto pastoral, la empatía podría compararse con la idea de «agape»¹⁴.

La actitud empática hace más fácil comprender con una mayor profundidad y exactitud el mundo interior del interlocutor. En el proceso que caracteriza normalmente el desarrollo del coloquio, la comprensión empática se manifiesta a niveles cada vez más profundos. La primera fase tiene que ver con la comprensión cada vez más puntual y circunstanciada de los *contenidos objetivos* que la persona expone. En la segunda fase, el consultor intenta captar los *sentimientos* que acompañan el relato, tratando de establecer una relación causal entre los contenidos y la reacción subjetiva del cliente. Finalmente, el consultor intenta comprender y comunicar el *grado de responsabilidad* que el cliente ha podido tener en la génesis de la situación.

R. Carkhuff ha ampliado los dos puntos fundamentales del sistema de Rogers:

- el análisis de las disposiciones personales del agente que ayuda;
- la articulación del aparato técnico-metodológico indispensable para una relación de ayuda eficaz¹⁵.

13. J. M. Fuster, *Personal Counseling*, Bombay 1980, 53ss.

14. Cf. H. Pompey, *Das seelsorgliche Gespräch und die Methode des Pastoral Counseling*; *Diakonia* 5 (1974) 11.

15. El modelo de Carkhuff se ha aplicado ampliamente en el diálogo pastoral. Cf. J. M. Fuster, *Growing in Christ*, Bombay 1981; Id., *Personal Counseling*, Bombay 1980; B. Giordani, *La psicologia in funzione pastorale*, Brescia 1981.

Rogers identifica una «tríada» de actitudes personales: autenticidad, aceptación incondicional y empatía, que tiene un carácter «pasivo». Un consultor dotado de autenticidad, aceptación total y profunda empatía es alguien con absoluta competencia «para responder», es decir, está capacitado para acoger al otro y crear una ecología relacional o una «atmósfera» que hace que la persona se sienta aceptada y bien protegida. La capacidad de acogida es una característica o una «atmósfera» que Carkhuff califica de femenina. Es esencial para la ayuda porque gracias a ella la persona es inicialmente libre para moverse sin peligros en su autoexploración, sentando con serenidad las premisas para hacer más compactas las energías endógenas de autorrealización.

Carkhuff afirma, sin embargo, que el terapeuta debe ser a la vez «masculino» y «femenino». Debe saber acoger como una madre y debe saber dirigir como un padre. Carkhuff añade al proceso de ayuda, junto a la dimensión fundamental del «responder», la dimensión de la «iniciativa», que se injerta en aquella. Es favorable a una *action oriented approach*, una acción «proactiva» de *counseling* que, fundándose siempre en una actitud primara de tipo no directivo, se proyecta también hacia el comportamiento y la acción. Así pues, Carkhuff ha dado pasos decisivos para superar una dicotomía mental (directividad/no directividad) que ha caracterizado a la relación de ayuda, pero que ahora se ve claramente que es demasiado rígida. Encerrar la intervención de ayuda en la lógica del «todo o nada» («o es completamente no directiva o no es *counseling*») es una premisa no necesaria ni algo que se derive de las categorías del *counseling*.

Lo que prohíbe, en realidad, esta estrategia de ayuda es una no directividad necesaria o apresurada. El modelo que propone Carkhuff conduce a organizar intervenciones de ayuda como si estas estuvieran situadas en un *continuum*, que va desde un máximo de aceptación y «reactividad» a un máximo tendencial de contraste y «proactividad» por parte del agente que lleva a cabo la ayuda. La directividad de Carkhuff va «más allá», no «antes» de la no-directividad de Rogers. Es una extensión de ella, no una negación.

A las actitudes básicas elaboradas por Rogers, Carkhuff añade otras dos: la confrontación y la inmediatez.

d) La confrontación

Por *confrontación* se entiende una actitud de «contraposición», no a la persona en sí, sino a algunos aspectos de su comportamiento (o de su modo de pensar, sentir, etc.). Desde fuera, estos comportamientos parecen contradictorios o incoherentes, pero pueden no ser percibidos por la persona debido a la presencia de mecanismos autodefensivos. La confrontación tiende, pues, a eliminar delicadamente las barreras internas que obstaculizan la maduración de la persona. Sus objetivos son ayudar al cliente a explorar áreas de sentimientos, de experiencia y de comportamiento que él ha tenido mucho cuidado en no explorar, y a que comprenda las modalidades comportamentales autodestructivas o los recursos infrautilizados.

Entre las modalidades autodestructivas o inadecuadas de comportamiento o pensamiento más comunes que pueden eliminarse mediante la confrontación, indicamos las siguientes:

- Las *discrepancias o incongruencias* sistemáticas entre lo que alguien piensa y siente, entre lo que siente y lo que dice, entre lo que dice y lo que hace («estás enfadado, pero dices que estás bien», «dices que es importante estar en forma, pero no paras de comer», etc.). Al subrayar las incoherencias entre los «niveles psicológicos», el agente hace que la persona dé un paso adelante hacia la comprensión.
- Las *distorsiones*, es decir, la incapacidad de «leer» o de captar la realidad tal como es sin distorsionarla según las propias necesidades.
- Los *juegos, las tácticas relacionales o las cortinas de humo* comunicativas que proporcionan gratificaciones a la persona o que le sirven para defenderse, instrumentalizando inconscientemente la relación con el otro (juegos del tipo «sí, pero...», alusiones, deducciones, etc.).
- Las *evasiones*, aquellos intentos de escudarse tras las palabras, generalizando y abstrayendo para huir de una realidad concreta que asusta o desagrada («hago todo lo posible para dejar de beber, pero no lo consigo»).

La confrontación resulta una intervención arriesgada porque puede contraponerse a la acogida y rechazar a la persona. Si el agente no la lleva a cabo con habilidad y responsabilidad o si el cliente no tiene la seguridad que le ha dado una aceptación o una empatía previas, la confrontación puede provocar clausuras defensivas y ser contraproducente. Pero aquí, más que de una técnica, hablamos de una actitud personal para percibir la necesidad de la confrontación y para saber practicarla de un modo psicológicamente atento. Se trata de una cualidad siempre positiva, más aún, es una habilidad fundamental, pues, si bien se mira, toda la relación de ayuda es un proceso de *confrontación* en el que la persona toma conciencia de sus modos inadecuados de ser o de hacer y trata de superarlos.

e) *La inmediatez*

La inmediatez (llamada también «relación al instante», «relación tú-yo» o relación mutua) es otra importante disposición «activa» del agente que presta la ayuda. Todas estas expresiones tienen que ver con la capacidad del consultor de comunicar al otro, abierta y directamente, impresiones u observaciones sobre el modo en que se está desarrollando en ese momento (aquí y ahora, en el propio proceso de ayuda) la relación entre los dos. El agente debe ser capaz de percibir eventuales *mensajes implícitos* relacionados con el modo con que el otro vive la relación con él «al instante» y de formular estas impresiones en términos explícitos de comunicación.

La inmediatez no es una intervención que pretende ofrecer un ejemplo (*modelling*) de cómo se puede decir, sin sobreentendidos ni reticencias o alusiones indirectas lo que se piensa o percibe en el otro en relación con uno mismo. Muchas personas que necesitan ayuda psicológica están «bloqueadas» porque se sienten incapaces de decir directamente lo que piensan de los demás o sienten sobre ellos¹⁶.

El mensaje que puede extraerse de este capítulo sobre los distintos enfoques del diálogo es que la elección de una determinada técnica de ayuda depende de los siguientes factores:

- La personalidad del consultor-agente pastoral. Algunos propenden más a profundizar en los análisis; otros tienen una gran capacidad para escuchar activa y a la vez empáticamente (modelo humanista); otros son más directivos y por eso se sienten a sus anchas en el contexto cognitivo-comportamental.
- El cliente. Algunos son capaces de afrontar un autoanálisis prolongado; otros, en cambio, sienten la necesidad de que se les guíe directamente.
- El problema en cuestión.

Sea lo que fuere, en la praxis pastoral se recomienda cierta flexibilidad (afrontar el problema desde varios puntos de vista) y cierto pragmatismo (elegir la clase de ayuda que promete la solución más rápida y satisfactoria).

16. F. Folgherait, *La relazione di aiuto nel metodo di Robert Carkhuff*, en R. Carkhuff, *L'arte di aiutare* 1-11, Trento 1989, 21-30.

TÉCNICA DEL COLOQUIO PASTORAL

Por su especificidad, el diálogo o consulta pastoral no puede reducirse exclusivamente a un modelo. Aunque es verdad que el modelo directivo es el más apropiado, el consultor pastoral debe saber aplicar eclécticamente en su trabajo concreto diferentes técnicas. Vamos a examinar ahora algunas, que son comunes a casi todas las relaciones de ayuda.

1. *La escucha activa*

Hemos visto que la empatía, es decir, las ganas y la capacidad de entrar en el mundo que el otro experimenta, ocupa un lugar central en el diálogo pastoral. Se trata de una actividad intelectual muy exigente porque supone que se controla continuamente el coloquio. La técnica consiste en la actitud de escucha activa y reflexiva. Para caer en la cuenta de la importancia de esta actitud, es preciso partir de la *necesidad de poder hablar*.

a) *La importancia de poder hablar*

Poder hablar es para todos un gran beneficio¹, pues mientras hablamos nos sentimos vivos, ya que la palabra es ante todo una fuente por la que nos percibimos a nosotros mismos y nuestra identidad. En la palabra y con la palabra estamos en condiciones de realizar un acto profundamente espiritual, diciéndonos a nosotros y a los demás que de algún modo hemos logrado descifrar el significado de las cosas y de las situaciones que nos rodean. Podemos de-

1. Cf. G. Colombero, *Dalle parole al dialogo*, Cinisello Balsamo 1988, 109-132.

cir que en el lenguaje humano acontece una especie de compenetración entre el espíritu humano y la realidad. La palabra es el lugar donde el yo toma *conciencia de sí*.

Encontrarse en la vida con alguien al que podamos contar nuestro estado de ánimo significa que tenemos a alguien que nos permite percibirnos como sujeto significativo. Además, hablar es *lugar de encuentro*, presupone siempre un tú. La palabra agrega, pues el sujeto ve en ella la posibilidad de realizar su necesidad de agrupación, de estar con otros, de sentirse profundamente parte de la existencia de otros hacia la que se descubre inclinado naturalmente. Hablar constituye además un factor eficaz de *aprendizaje* y desarrollo intelectual por la estrecha correlación que existe entre pensamiento y palabras. Poder expresarse supone la posibilidad de estar en *contacto con la realidad*, que es la principal característica de una mente sana. El enfermo psíquico se caracteriza porque le es imposible comunicarse con los demás, ya que, al vivir en un mundo absolutamente suyo, aunque no carezca de una cierta lógica interna, no logra comunicarlo ni compartirlo con quienes le rodean.

Decir es también el camino ideal para llegar a *ver claro*, pues la palabra puede concretizar conceptos y estados de ánimo, dándoles una imagen y un contorno definidos. *Expresar* es siempre *clarificarse a sí mismo*. Sucede muchas veces que alguien está viviendo unas situaciones realmente complicadas, que se simplifican enormemente cuando se puede hablar de ellas con alguien. Incluso hay problemas que se creen graves y que, si se habla de ellos, se les encuentra solución porque son problemas que nacen y mueren sólo en la cabeza del que los vive. La solución no pasa a menudo por modificar la situación, sino por el modo de verla y de afrontarla.

Hablar significa también *exorcizar*. Al comunicar a otra persona su problema, el paciente tiene que reducir al estado de objeto una parte de su mundo interior, asumiendo así su control. De ahí esa sensación de liberación que se siente cuando se ha hecho una confidencia a alguien. La palabra es capaz de *abrir el bagaje de la memoria* y de permitir contemplar retrospectivamente el pasado. Tiene el poder no sólo de hacer emerger, sino también de recapitular, identificando la concatenación de los episodios en sus antecedentes y en sus consecuencias y, por tanto, de tomar las riendas de rasgos significativos de la propia vida.

b) *El proceso de la escucha activa*

Tanto el sacerdote como el agente pastoral son alguien que debe *saber escuchar*. Existen algunas reglas que pueden enseñar a escuchar de manera refleja. Ante todo, es preciso admitir que toda afirmación puede interpretarse de distintos modos. Normalmente tendemos a interpretar todo lo que se nos dice a partir de nuestra experiencia, pero el interlocutor puede tener una intención completamente diferente. Por eso, escuchar reflexionando significa considerar distintos significados. El esquema siguiente recoge los diferentes elementos de la *escucha activa*.

El proceso empieza con lo que dice el interlocutor. El escuchante oye las palabras, pero la empatía exige que se identifique con exactitud lo que el interlocutor ha querido decir. Este intento de *decodificación* se transforma, en algunas hipótesis, en el significado del «comunicado», o sea, en lo que el interlocutor quería decir. Para poder verificar la exactitud de la hipótesis, el escuchante repropone de algún modo lo que ha oído decir al interlocutor, y esta es la fase de *codificación* de la escucha activa. El interlocutor, por su parte, puede aceptar, rechazar o corregir la interpretación del escuchante. Este proceso de decodificación y codificación normalmente es inconsciente. En la escucha reflexiva se hace consciente. Cuando se enseña la escucha activa, se proponen sencillos ejercicios como el siguiente:

INTERLOCUTOR: Hay algo en mí que me gusta, y es que soy abierto.
 ESCUCHANTE: ¿Quieres decir que te gusta estar rodeado de mucha gente?

INTERLOCUTOR: No.

ESCUCHANTE: ¿Quieres decir que puedes hablar fácilmente de tus sentimientos?

INTERLOCUTOR: Sí.

ESCUCHANTE: ¿Quieres decir que buscas continuamente experiencias nuevas?

INTERLOCUTOR: (tras una breve pausa) Sí.

ESCUCHANTE: ¿Quieres decir que sexualmente eres desenvuelto?

INTERLOCUTOR: (sonriendo) No.

ESCUCHANTE: ¿Quieres decir que puedes escuchar a la gente sin juzgarla?

INTERLOCUTOR: Sí.

Adviértase cómo es posible que en una comunicación haya distintos significados. La pausa indica que se ha tocado un significado que, en principio, el interlocutor no tenía en su mente. Y también se ve cómo el proceso de decodificación anima a la persona a seguir hablando. Además obsérvese qué fáciles son los equívocos (por ejemplo, la interpretación sexual)².

La actitud de la escucha activa es una de las principales condiciones y técnicas del diálogo pastoral. Todo encuentro entre dos personas es ya una comunicación, donde los mensajes se mandan no verbalmente, sino implícitamente, mediante la actitud de la escucha activa. «¡Quiero que me escuches!»). El mensaje del consultor se puede resumir en los siguientes puntos:

- ¡Eres importante! Al dedicar tiempo al otro se le sugiere que tiene un valor, que es importante, que merece atención.
- ¡Te respeto! En vez de imponer sus contenidos, el escuchante comunica confianza en los procesos de otros.
- ¡Quiero comprenderte! Aunque siempre puede suceder que no se comprenda del todo al otro, el deseo de comprenderlo favorece un entendimiento más profundo.
- ¡Puedes salir adelante! Una escucha atenta no amenaza al cliente, sino que le anima. Carl Rogers ha elaborado su sistema de no directividad desde este presupuesto.
- ¡Sigue hablando! Al hablar de sí, el cliente entra cada vez más profundamente en su mundo interno conectando los elementos de su pasado y de su presente.

2. Técnicas principales

Teniendo presente el principio de la no directividad, del papel principal asignado al interlocutor, de la comprensión empática a la que debe llegar el pastor, se deducen las técnicas principales, que corresponden a los tres niveles de la empatía: la reformulación a nivel de contenidos; el reflejo de los sentimientos a nivel de experiencias; y la reestructuración del campo a nivel de la responsabilidad.

2. W. R. Miller-K. A. Jackson, *Practical Psychology for Pastors*, Englewood Cliffs NJ 1985, 43-44.

a) La respuesta espejo

La *respuesta-espejo* es la técnica de escucha activo-reflexiva a nivel de contenidos. Consiste sustancialmente en captar lo que la persona ha expresado verbal y no verbalmente y en representárselo con claridad estableciendo, con paridad de lenguaje, nexos entre un tema y otro. No es lo que en psicoanálisis se denomina «interpretación», porque no ofrece hipótesis genéticas, no describe mecanismos de defensa y no señala deseos ocultos. Lo único que hace es añadir algo de significado a lo que ha dicho el interlocutor, suponiendo que existe algún nexo entre las distintas partes de su discurso por la sencilla razón de haberlas dicho durante el diálogo o coloquio. Este tipo de intervención garantiza al interlocutor, mucho más convincentemente que una afirmación explícita, que el agente pastoral participa profundamente en su experiencia y que se ha comprometido a pensar *con él* y no sólo *en él*. Este modo de proceder influye positivamente en la persona y la estimula, pues está seguro de que se le escucha con seriedad y de que se le comprende cada vez más profundamente. Y además, se da cuenta de que logra expresar ciertos estados de ánimo que él mismo tiene poco claros, etc. La reformulación permite, por otra parte, verificar continuamente el nivel de comprensión que tiene el consultor.

Los distintos tipos de intervenciones que presentamos a continuación no se configuran como técnicas sistemáticas y rígidas, sino que constituyen algunas formas y variantes posibles de la expresión verbal que surgen espontáneamente del consultor. La reformulación traduce prácticamente, de una forma más específica, la actitud del consultor, que se propone liberarse de su esquema de referencia para penetrar poco a poco en el mundo subjetivo del otro sin alterarlo con elementos extraños.

▷ La *reiteración* es la forma más elemental de respuesta espejo y tiene que ver con el contenido evidente de la comunicación del interlocutor. Es generalmente breve y se propone que el interlocutor esté seguro de que se comprende correctamente lo que él expone. Hay varias formas de reiteración.

La *respuesta eco* consiste en repetir las últimas palabras del interlocutor antes de una pausa. A veces basta para que el otro perciba que se está atento a lo que cuenta. Este tipo de respuesta sólo se

utiliza de vez en cuando, en un texto fácil de comprender, con un tono de participación activa y sentida. Si el consejero abusa, lo hace de forma monótona o como si estuviera ausente, el interlocutor lo puede interpretar como si no tuviera interés en escuchar.

Con *expresiones equivalentes*, el consultor puede «reflejar» al interlocutor la idea que acaba de exponer utilizando otras palabras, con tal de que no alteren el significado de lo que ha dicho.

El *resumen* se utiliza sobre todo cuando se trata de un relato largo y el consultor trata de «traducir» lo que el interlocutor cree que es esencial.

Las distintas formas de responder dan al interlocutor la seguridad de que se le escucha con interés y de que se le comprende correctamente.

Se entiende entonces que se sienta en cierto modo liberado y animado a proseguir el relato.

b) *El reflejo de los sentimientos*

Los tipos de intervenciones que hemos expuesto se refieren a los *contenidos* objetivos de la comunicación del cliente y se proponen estimular una toma de conciencia cada vez más clara. Con el *reflejo de los sentimientos* se trata, en cambio, de que salgan a la superficie los dinamismos de fondo del comportamiento. Cuando se advierte que la persona está embargada por un sentimiento fuerte, es preciso captarlo inmediatamente y formularlo. Si se deja que «caiga», vendrán otros sentimientos y es difícil que vuelva a plantearse la misma situación y el mismo modo de vivirla.

Mientras el sujeto expone su situación, puede tenerse la impresión de que las personas y los hechos que se evocan tengan pocos puntos comunes, pero si se les examina más a fondo se descubrirá un núcleo emocional en torno al que giran. A este núcleo es adonde debe llegar el sujeto con la ayuda del consultor. Es una de las tareas más difíciles. Se debe superar el contenido verbal del cliente para llegar a los contenidos emotivos y a las motivaciones de fondo. Cuando se está bastante seguro del estado básico de ánimo, se pueden formular frases de sondeo: «Me parece que estás inquieto... indeciso... que eres hostil..., quizás porque...».

c) *La confrontación*

En cuanto a la responsabilidad, el consultor hará todo lo posible por situar al cliente ante sus posibilidades de resolver el problema. El consultor puede intervenir en determinados momentos para reestructurar el *campo perceptivo del cliente*, sobre todo en la estructura del yo y en la imagen de sí mismo. Con esta intervención, el consultor intenta que el cliente descubra un aspecto nuevo de su estado de ánimo, un aspecto que le había quedado latente. Para explicar este proceso, que se puede desencadenar en el interlocutor, cabe pensar en las leyes de la organización del campo perceptivo. La psicología de la forma (*Gestaltpsychologie*) estudia las leyes que regulan las relaciones entre «figura» y «fondo» en algunos planes. La preferencia por una u otra de las dos partes que constituyen el campo perceptivo depende de factores objetivos y subjetivos.

Estas mismas leyes se pueden observar en el campo de la percepción no visual, en el del pensamiento y en el del sentimiento. Hay distintos modos de intervenir con los que se puede poner en marcha una reestructuración del campo perceptivo interior. El consultor se limita a veces a *subrayar* la «figura» tal como es percibida por el cliente para ponerla así en evidencia. Otras veces la puede clarificar *contrastando* los diversos contenidos expuestos por el cliente. Y, finalmente, puede modificar la percepción que el sujeto tiene de sí mismo y de la situación *ampliando* el significado de lo que ha dicho o *cambiando* el orden de importancia de los elementos que ha expuesto el cliente. Un ejemplo:

CLIENTE: La ciudad X, donde vivo, es un auténtico agujero. Tiene cerca de cien mil habitantes, pero no hay uno solo con el que se pueda mantener una conversación inteligente. Fijaos bien que no he dicho interesante, sino sólo inteligente...

CONSULTOR: Desde algunos puntos de vista... como el de la inteligencia... en X está usted prácticamente solo.

La intervención del consultor pone de relieve (ilumina como «figura») la actitud del individuo, dejando en el «trasfondo» los cien mil habitantes. Invierte así las posiciones que el cliente se había asignado a sí mismo y a sus conciudadanos. La nueva dimen-

sión alcanzada en el campo perceptivo permite que el interlocutor capte más integralmente su estado de ánimo y sus reacciones ante esa situación.

Otra forma de reestructurar el campo perceptivo es la *dilucidación*. Este modo de intervenir pretende que el cliente capte y reflexione sobre algunos elementos que no se han formulado explícitamente y que quizás no formaban claramente parte del campo perceptivo, pero que sí influyen en él. En cuanto que contiene elementos de interpretación, la dilucidación puede ser menos neutra y verse fácilmente contaminada por factores ajenos al campo perceptivo. Corre, pues, el peligro de no estimular la tendencia actualizante porque lleva fácilmente al cliente a atribuir al consultor la tarea de descifrar y resolver la situación. He aquí un ejemplo de dilucidación:

CLIENTE: Tengo un primo que se pasa de pretencioso. Cuando se le escucha, él es el único que cuenta. Sólo él tiene algo que decir. Desde que entra en escena, monopoliza completamente la conversación. No me queda más salida que saludar a todos y marcharme.

CONSULTOR: Si he entendido bien, el meollo del problema no está en cómo actúa su primo... sino más bien en que la forma que él tiene de comportarse no le favorece de uno u otro modo y termina excluyéndole a usted de la compañía.

Para disminuir el riesgo de interpretaciones indebidas es oportuno comenzar la intervención con alguna frase que elimine el significado perentorio y categórico que el interlocutor pudiera atribuir a la intervención. Podría decirse, por ejemplo: «Si he entendido bien... Me parece... Quizás quieres decir...». El hecho de reconocer un estado emotivo en nuestro comportamiento o de comprender la relación causal entre esa emoción y la acción es un logro importante en el conocimiento y en el dominio de sí mismo. Pero existen algunas intervenciones comunes en todo tipo de relación interpersonal que no parecen adecuadas para favorecer el desarrollo de un coloquio pastoral. Paralelamente a las respuestas adecuadas a tres niveles, podemos referir algunas *intervenciones inadecuadas*.

d) *Las intervenciones inadecuadas*

A nivel del *contenido* advertimos los siguientes errores más comunes. La respuesta *estimativa* emite una opinión sobre el mérito, la utilidad o la exactitud de lo que dice el cliente. Corre el riesgo de dar indicaciones moralizantes. En cambio, tenemos la respuesta *interpretativa* cuando el consultor indica al individuo, más o menos explícitamente, cómo podría o debería reexaminar la situación. Y, al hacerlo, el consultor expone su forma personal de ver y valorar.

A nivel de *sentimientos* sería prematura una respuesta *aseguradora* con la que el consultor trata de infundir seguridad en el ánimo del individuo. Indirectamente, el consultor minimiza su reacción. La respuesta *indagadora* consiste en hacer preguntas, más o menos explícitas, que tratan de descubrir elementos nuevos que favorecen la verificación, pero se corre el riesgo de desanimar o de diluir en el interlocutor los intentos de tomar la iniciativa en la comunicación.

A nivel de *responsabilidad* se considera inadecuada la respuesta *resolutiva*, con la que algunos consultores sugieren inmediatamente una solución al problema que se plantea. Puede ser un modo «limpio» de cerrar el caso o de manifestar cierto autoritarismo. La respuesta de *confrontación* es el intento de favorecer la comprensión, exponiendo experiencias propias, pero corre el peligro de minimizar el carácter singular de la experiencia personal.

Las seis actitudes («respuestas») que hemos enumerado se inspiran en un principio de base: ofrecer como válido al interlocutor algo que el consultor o el pastor vive como suyo y como válido para él. Esto denota que se desconfía de los recursos del otro al que se proponen estructuras y caminos para comprenderse en lugar de ofrecerle elementos básicos que le permitan conocerse a sí mismo. Es necesario que el consultor se autocontrole sin cesar para respetar la finalidad del coloquio.

3. *El contexto del diálogo*

A la esfera de la metodología pertenecen también algunas situaciones ante las que el consultor debe tomar postura.

a) *La comunicación no verbal*

La comunicación verbal transmite sobre todo informaciones relacionadas con los contenidos. La comunicación no verbal la transmite básicamente en el terreno de la relación. Para realizar un coloquio pastoral digno de este nombre, es preciso disponer de una habitación decente, modestamente decorada, pero no al estilo de un ambulatorio médico, y tener algo que personalice el ambiente. Recordemos que nuestro aspecto y nuestra actitud pastoral forman también parte del contexto del coloquio. Todos estos elementos contribuirán a componer la imagen que el interlocutor se formará de nosotros³.

1. *Aspectos materiales.* El ambiente es muy importante. Basta con que la estancia sea acogedora y silenciosa. Generalmente se suelen utilizar sillones formando un ángulo de 60 grados, de manera que los dos interlocutores puedan cruzar fácilmente sus miradas sin verse obligados a ello como en el caso de ponerlos uno frente a otro. No conviene poner una mesa entre ambos, pues es una barrera que impide un contacto natural. Es preferible una mesita baja⁴.

Existen otros aspectos, sólo a primera vista secundarios, que tienen que ver con la posición en el espacio, o sea, con la *distancia de cada uno*, con la orientación del cuerpo y con el comportamiento sospechoso e indagador. En relación con la distancia, se distinguen:

- la *zona íntima* (entre 14 y 46 centímetros), en la que se puede sentir el calor y el olor del otro. Se considera una «propiedad» privada adonde pueden entrar las personas más íntimas como los padres, los hijos y los esposos;
- la *zona personal* (entre 46 centímetros y 1,2 metros), es la cercanía que pueden permitirse los amigos y en la que se pueden tocar con la mano;
- la *zona social* (entre 1,2 y 3,6 metros), donde ya no es posible tocarse con la mano, es la distancia apropiada para los extraños y las personas con autoridad;

3. A. A. Semi, *Técnica del colloquio*, Milano 1985, 22.

4. Cf. *ibid.*, 19-24.

- la *zona pública* (más de 3 o 6 metros), que es la que se adopta ante un grupo.

La distancia en una situación pastoral de tipo coloquial está entre la zona personal y la social⁵.

2. *Aspectos personales.* El interlocutor suele sufrir en los momentos de silencio. El consultor puede encontrarse a disgusto si el silencio es para él un síntoma de su incapacidad para animar el coloquio. Si el cliente pasa por un intenso momento emotivo, el silencio del consultor le facilita un *insight* y la integración de los sentimientos.

Se considera que el *llanto* es un medio de comunicarse, igual que lo son la palabra y el silencio. Es fácil que el consultor se encuentre a disgusto ante alguien que llora. Se equivoca si hace como si no se diera cuenta, si sigue hablando (quizás cambiando de tema) o si trata de consolar o de mostrarse simpático. La única actitud que cabe asumir es la de permanecer presente con una comprensión empática y una disponibilidad silenciosa. Si el conocimiento del cliente así lo aconseja, puede evitarse un enfrentamiento entre la reacción (llanto) y la realidad.

b) *Las reglas de juego*

Todos los juegos tienen sus reglas y el diálogo pastoral no es una excepción. En el coloquio pastoral se pueden reducir básicamente a tres: las reglas del lenguaje, de la frustración y de la reciprocidad.

Regla del lenguaje. El lenguaje que se utiliza en un coloquio es el del interlocutor. Hay que evitar el lenguaje técnico-científico, que se emplea en las reformulaciones.

Regla de la frustración. Durante el coloquio hay que evitar satisfacer los deseos conscientes e inconscientes del interlocutor. Pero, por otro lado, no se pueden evitar las comunicaciones personales.

5. A. Pease, *Body Language*, London 1984, 20-28 (versión cast.: *El lenguaje del cuerpo*, Barcelona 1994).

Regla de la reciprocidad. Al irse, el cliente debe haber recibido al menos lo que ha dado. Es la ley del intercambio. La persona, que ha intentado exponer su situación mental, ha ofrecido algo precioso, y es obligado ofrecer una contrapartida. No se la puede despedir sin haberle dicho nada. En todo caso, se le puede proponer otro coloquio para hacerse una idea más clara de la situación.

Frecuencia y duración. Parece que el ritmo ideal de los encuentros es uno a la semana. Este intervalo basta para evitar que el cliente tienda a depender demasiado y al mismo tiempo para estimularlo a estar activo en el proceso de clarificación. Además, tiene tiempo para reflexionar sobre los problemas que ya ha expuesto. La duración del encuentro debe estar entre 45 y 60 minutos. Pero puede ser más breve con gente muy joven o con los que están nerviosos o inquietos. Es importante fijar de mutuo acuerdo el tiempo de cada encuentro.

Secreto profesional. El cliente debe poder contar con la absoluta reserva del consultor. Pero no se trata de un secreto de confesión, como a veces piden los clientes al sacerdote. La diferencia está en que el secreto de confesión obliga al sacerdote ante el mismo penitente también en el futuro, mientras que el consultor debe referirse cada cierto tiempo a los coloquios anteriores. Si sucede alguna vez que una tercera persona está implicada en la situación que hemos expuesto o cuando la autoridad pide que se la ilumine para poder intervenir constructivamente en el ámbito que le corresponde (como en el caso de aspirantes a la vida religiosa o sacerdotal), es necesario convenir previamente con el interesado los modos y límites de esa comunicación.

4. Anatomía del diálogo

Aunque el diálogo sea un conjunto orgánico (una *Gestalt* estructurada), por razones didácticas se le puede subdividir en diversas fases.

Si se trata de un primer coloquio, convendrá *fijar la cita* para un momento en que se prevea una relativa calma y un bajo estrés. Pe-

ro, aunque no se trate del primero, es necesario saber de todos modos que se dispone de al menos 45 minutos para dedicarlos íntegramente al interlocutor. Al fijar el coloquio le damos ya una primera comunicación al cliente, pues le aseguramos toda nuestra disponibilidad y consideración. Lo normal es que el consultor y el cliente concierten directamente la cita.

Otro problema inicial es la *elección del tipo de diálogo*. Los coloquios se suelen dividir, a grandes rasgos, en «libres» y «dirigidos». Elegir unos u otros depende de una serie de condiciones mentales. Cuando es claro que no se dan las condiciones para dirigir una conversación, es decir, un coloquio no profesional, tampoco se dan para un coloquio centrado preferentemente en la dimensión de la libertad (tipo no directivo). Una persona confusa o gravemente deprimida no soporta el estrés de un coloquio libre.

a) El comienzo de los diálogos

Para entablar correctamente una relación pastoral es muy importante el comienzo, el primer encuentro. Una de las dificultades que tienen los principiantes es cómo poner en marcha un coloquio. Hay algunas aperturas típicas⁶.

1. *El cliente presenta en seguida los síntomas.* Esto puede ser una señal de confianza, pero también un ataque agresivo, como si el cliente viera en su turbación un saco de inmundicia que lleva siempre consigo y no se le ocurre nada mejor que descargarlo sobre las espaldas de alguien. De todos modos, el hecho de presentar el síntoma a las primeras de cambio y de hacer inmediatamente un silencio, revela el intento de realizar una separación entre la turbación y la persona que la lleva.

2. *El interlocutor inicia su narración.* Normalmente ayuda que el cliente realice una introducción a su caso. Pero lo que indica por lo general la introducción es que se retrasa la comunicación más problemática. Hay introducciones interminables que es preciso interrumpir.

6. Cf. A. A. Semi, *Técnica del colloquio*, 43-59.

3. *El cliente habla de su ambiente.* Algunos empiezan hablando de su trabajo, otros de la familia y otros de cosas más materiales. Esto tiene que ver normalmente con cuestiones de identidad. Escribe A. Semi: «De todos modos, a partir de aquí y una vez sueltas las amarras de los pequeños rituales (cita, apretón de manos, aperturas típicas), la barca del coloquio se pone en movimiento y los dos interlocutores sostienen la barra del timón. No la mantengáis rígida: la barca temblará, afrontará mal las olas, y vuestro compañero de timón se sentirá inútil. Pero no la dejéis suelta, porque el mar se puede alborotar en un momento y vuestro compañero desea sentirse libre para aprender a hablar por sí mismo, pero no abandonado»⁷.

Un ejemplo puede ilustrar muy bien la dinámica de los primeros pasos⁸. Juana tiene veinticinco años. Es la primogénita de una familia con tres hijos. Su madre ha muerto y vive en casa con su padre y sus dos hermanos. Hace cuatro meses que se murió su padre. Ha pedido un coloquio con el párroco, primero por teléfono y luego por carta, «para hablar de religión y también de la muerte de mi padre». Se presenta en la casa parroquial y es recibida por el padre X, que sustituye al párroco durante algunas semanas. Tras algunas cortesías, la conversación empieza así:

JUANA: Padre, tenía muchas ganas de hablar de esto. Desde que murió mi padre, la vida me resulta más difícil. Al principio incluso demasiado; lo habría abandonado todo para reencontrarme con papá. Es tan sencillo: se toma algo y se desaparece en un mundo lejano. Pero bueno (sonríe con cierto embarazo)... sólo lo habría hecho si hubiera estado segura de dónde podría haberlo reencontrado...

Un largo silencio hace que el padre X entienda que Juana no seguirá antes de recibir una verdadera respuesta o una reacción de presencia humana. Es el momento de recordar que saber escuchar en silencio es signo de que se es un buen consejero pastoral. Se ha observado que los consejeros jóvenes propenden a hablar demasiado y demasiado pronto.

El padre X decide dar una primera respuesta a las frases de Juana. Pero veamos primero algunas posibles respuestas.

7. *Ibid.*, 48.

8. A. Godin, *La relazione umana nel dialogo pastorale*, Torino 1964, 38-56.

RESPUESTA 1: Ha hecho muy bien al no seguir esa idea.

RESPUESTA 2: Hijita, todos tenemos que soportar a veces situaciones parecidas.

RESPUESTA 3: Su padre vivió su vida, ahora le toca a usted vivir la suya.

RESPUESTA 4: ¿Y qué es lo que hizo?

RESPUESTA 5: Ha debido encontrarse usted muy afectada.

Tratemos ahora de percibir y analizar la probable implicación de cada respuesta respecto a la función de acogida y de captar su alcance psicológico en el plano de la relación que se pretende entablar.

RESPUESTA 1: *Ha hecho muy bien al no seguir esa idea.*

El rasgo esencial de esta primera intervención revela una actitud crítica. Juana ha actuado bien, pero podía haberlo hecho mal. La relación pastoral se aviva inmediatamente. Juana habla ante alguien que juzga moralmente lo que ella dice. Como primera respuesta no es nada feliz; al contrario, hay en ella un verdadero contrasentido, pues Juana no habla seriamente de suicidio y es probable que sólo se refiera a él para aludir con una triste sonrisa a su turbación afectiva tras la muerte de su padre. El consultor demuestra en este caso que ha entendido mal el sentido de las palabras pronunciadas por su interlocutora.

RESPUESTA 2: *Hijita, todos tenemos que soportar a veces situaciones parecidas.*

Prescindamos del tono paternalista que se utiliza discutiblemente con el apelativo «hijita». Es una generalización que le viene a decir: usted es un caso común. La correlación que se produce en la interlocutora es que no se siente acogida.

RESPUESTA 3: *Su padre vivió su vida, ahora le toca a usted vivir la suya.*

Se trata de una exhortación, de un consejo, de un sermón. Son palabras que ahora no vienen a cuento. Más tarde serán aceptadas, pero antes de pronunciarlas y de esperar su eficacia, el consultor deberá lograr el derecho psicológico.

RESPUESTA 4: *¿Y qué es lo que hizo?*

Una intervención absolutamente árida y aparentemente neutra. No aporta el calor del interés y de la acogida que exige la comprensión al comenzar el diálogo. Juana ha venido para mantener un diálogo más largo y esa expresión no enriquece en absoluto el primer contacto que se está produciendo entre los dos.

RESPUESTA 5: *Ha debido encontrarse usted muy afectada.*

Palabras sencillas, pacíficas y acogedoras, de una eficacia sorprendente. El sacerdote ha entendido lo que Juana quiere decirle de un modo impreciso, con una siniestra alusión a un suicidio improbable. Lo ha identificado y lo ha reflejado con calma y sin exagerar. El *reflejo* es la técnica fundamental de toda comprensión que se comunica con palabras. Para lograrla es preciso mostrarse siempre dispuestos a atender, a abrirse afectivamente y a estar mentalmente disponibles para los demás, cosa que pocos consejeros logran y mantienen.

b) *La fase libre de los diálogos*

A medida que se continúan, los coloquios deben conducirnos a ser cada vez más conscientes de nosotros mismos. Cuando dejamos que el cliente hable libremente durante cierto tiempo (jen veinte o treinta minutos se pueden decir tantas cosas!); cuando hemos saboreado cómo tolera la libertad de pensamiento y los silencios; cuando hemos visto cómo responde a nuestra breve intervención de prueba, podemos concluir tranquilamente que se ha terminado esta fase del coloquio, en la que hemos reunido gran cantidad de material. Han aflorado recuerdos, emociones, ideas, formas de expresarse, actitudes mímicas y sentimientos de diverso tipo dirigidos a nosotros o a otros. Todo esto ha suscitado en nosotros una serie de ideas, sentimientos, pensamientos, recuerdos e imágenes. Pero ahora es el momento de pensar, porque el coloquio entra en su fase libre. Siguiendo con el ejemplo anterior, se pueden observar los siguientes pasos.

Animada por la RESPUESTA 5, la interpelante se dispone a continuar el diálogo. En todo caso, la primera respuesta influirá en ella.

JUANA: Ahora estoy mucho mejor. Pero no sé ni en qué creer ni en qué pensar. Hasta que murió mi padre todo estaba claro. Usted sabe que soy creyente, pero me parece que nunca he puesto a prueba la solidez de mi fe.

Las primeras palabras indican que el «reflejo» de la RESPUESTA 5 era auténtico, es decir, que Juana estaba muy conmovida. Al haber sido aceptado su sufrimiento psicológico, ahora afronta directamente el problema de su fe en Dios.

AGENTE PASTORAL: Lo que le pasa a usted es que se halla en una situación de duda.

Respuesta perfecta desde el punto de vista de la acogida, que es la que más nos interesa. El sacerdote acepta totalmente lo que la joven se limita a decir con reticencia, y ella, que está dispuesta a seguir conversando, describe más detalladamente su estado psicológico y espiritual.

JUANA: Sí, dudo, es verdad. Dudo absolutamente de todo: de la vida, de mí misma. Ya no tengo confianza para afrontar la vida. En casa no puedo decir nada de esto. No es fácil hablar de estas cosas con mis familiares.

AGENTE PASTORAL: Y entonces usted ha sentido la necesidad de hablarlo con otro.

Conducir un coloquio pastoral permite, más aún, exige toda la creatividad del agente pastoral. Cada uno dispone de un teclado, pero a menudo nos limitamos a algunas teclas, siempre las mismas: exhortación, palabras de ánimo, órdenes, fórmulas teológicas o morales y es posible que también (y no sin peligro) afecto y simpatía humana. El progreso del diálogo pastoral depende de que amplíemos gradualmente la gama y de que toquemos esta o aquella tecla en función del interpelante y no en función de las disposiciones subjetivas del consejero.

c) *La fase conclusiva de las consultas o diálogo pastoral*

La conclusión de los coloquios tiene un significado especial porque aporta los mensajes sobre el futuro del cliente. El objetivo

de la clausura es concretar simbólicamente la transición del diálogo o la consulta formal a una relación pastoral «normal». Hay que hacerse dos preguntas.

1. *¿Cuándo concluir una serie de coloquios?* Se podrá ver cuál es el momento oportuno a partir de los siguientes signos: se ha conseguido el objetivo originario de la consulta o diálogo (por ejemplo, el cliente quería revisar una opción); se ha progresado razonablemente en el problema discutido (por ejemplo, el cliente se siente capaz de tomar una decisión que antes le daba miedo); el cliente decide terminar la serie de coloquios (una decisión que siempre hay que respetar y no hay que insistir en que siga adelante, pero dejando abierta la posibilidad de continuarla); cuando se ha llegado a un *estancamiento* (o sea, cuando no se advierten cambios durante un periodo largo de tiempo); siempre que el cliente necesite una ayuda cualificada (y haya que mandarlo a un especialista); que se den situaciones particulares que aconsejen no seguir con los coloquios (por ejemplo, si la relación se hace demasiado personal, erótica, o se produce una contratransferencia muy fuerte).

2. *¿Cómo terminar una serie de coloquios?* El arte de terminar una serie de coloquios puede ser un problema. Ofrecemos algunas sugerencias: no terminar nunca bruscamente o por sorpresa (conviene discutir desde el principio la posibilidad del final, diciendo al cliente que la experiencia enseña que pueden ser suficientes cuatro o cinco encuentros); discutir la decisión de acabar los coloquios (el consejero debe motivarla y debe escuchar también cómo reacciona el cliente); y no abandonar definitivamente el diálogo (hay que dejar abiertas otras posibilidades de encuentros, aunque sean ocasionales e informales).

3. *La sesión de clausura.* El último encuentro suele tener algunos momentos característicos: resumir el recorrido que se ha hecho (se puede recordar brevemente cuál era el problema y qué se ha hecho para resolverlo); subrayar el cambio (tras resumir cómo ve el progreso que ha tenido lugar, el pastor debe escuchar qué piensa el cliente); reconocer el éxito del cliente (pues es el protagonista principal del cambio, y el consultor sólo un acompañante y sostén);

discutir los cambios futuros (qué queda por hacer, cuál será el próximo paso del cliente, posibilidad de un encuentro de verificación); intercambio de símbolos (algunos clientes, agradecidos, quieren hacer un regalo. Al pastor le corresponde la discreción de aceptarlo o no. Si se trata de regalos extravagantes, lo mejor es no aceptarlos).

La lógica de estas sugerencias consiste en que, al iniciar una serie de coloquios, comienza un proceso, una dinámica interior en la persona, y el pastor es *responsable* ante su cliente, en el sentido de que se compromete a terminar de la mejor manera posible el proceso iniciado.

Una de las peculiaridades de todo ser humano es que no puede ser persona sin relacionarse con los demás a través del diálogo, pues el yo surge de la relación con un tú. Esta relación mediante el diálogo es también fundamental en nuestra relación con Dios. El *Catecismo de la Iglesia católica* subraya en este sentido la dimensión fundamental de la fe: «La fe es un acto personal, es la respuesta libre del hombre a la iniciativa de Dios que se revela. Pero la fe no es un acto aislado. Nadie puede creer solo, igual que nadie puede vivir solo» (n. 166).

El problema del acompañamiento espiritual es actualmente muy serio; por otra parte, también la psicología ha comenzado a prestar una mayor atención a la dimensión espiritual del hombre. No en vano, la psicología es de gran ayuda para diagnosticar cuáles son los factores psicológicos que intervienen mutuamente en el camino de crecimiento espiritual del hombre de hoy, que se dirige libremente a un guía experto para que lo ponga en relación con Dios.

1. *El acompañamiento espiritual*

La praxis de la dirección espiritual ha tenido, en el transcurso del tiempo, algunas constantes, aunque en determinados aspectos ha asumido distintos modos, dependiendo de las circunstancias históricas.

En el Antiguo Testamento, el rabí es el que hace de maestro espiritual. En tiempo de los profetas, los discípulos se unían a su maestro y vivían con él, acogiendo su enseñanza y participando en su misión. En los libros sapienciales, el padre espiritual enseña a sus hijos el camino de la salvación.

En el Nuevo Testamento, Jesús se presenta a sus discípulos como el único maestro al que tienen que seguir. Que su guía no era ajena a la tarea de formación lo podemos deducir de lo que le piden sus discípulos: «Señor, enséñanos a orar». Ante el maestro, el discípulo se muestra confiado y disponible.

En el siglo IV, la relación maestro-discípulo era la típica de la vida monástica y la palabra tenía un sentido profético con resonancias en la persona (estímulo, consejo, corrección). Más adelante se transformará en una verdadera dirección del espíritu: los monjes más experimentados en la vida espiritual dirigirán a los menos expertos.

a) Actualidad y definición

En el último cuarto del siglo XX, la dirección espiritual ha entrado en una *nueva fase*. Es un tema sobre el que se ha escrito mucho. Se han lanzado iniciativas y se han elaborado programas para preparar directores espirituales. Tras un periodo de crisis en la década de 1960, actualmente está volviendo a florecer y se está renovando. Los motivos y situaciones que han devuelto la importancia al director espiritual son de muy distinta índole. La situación actual de la familia hace cada vez más difíciles las relaciones interpersonales. La soledad aflige a muchas personas, que sienten la necesidad de comunicarse con alguien que le preste más atención y comprensión. Además, el hombre de hoy quiere iniciar un camino de fe más auténtico, personal y convencido, y se niega a vivir una religiosidad impersonal y genérica¹.

Pero ¿cómo podemos definir la dirección espiritual? Ch. A. Bernard escribe: «Hablamos de dirección espiritual cuando el creyente, que persigue la plenitud de la vida cristiana, recibe una ayuda espiritual que lo ilumina, sostiene y guía en el discernimiento de la voluntad de Dios para alcanzar la santidad»². Podemos afirmar, pues, que la dirección es parte de la necesaria mediación de la Iglesia en la obra de salvación del cristiano y que es seguramente uno

1. Cf. B. Giordani, *La direzione spirituale*, Brescia 1987, 163; cf. Id., *Encuentro de ayuda espiritual*, Salamanca 1985.

2. Ch. A. Bernard, *L'aiuto spirituale personale*, Roma 1985, 23.

de los medios más útiles para llevarlo a la plena madurez espiritual. Pero no todo tipo de coloquio y de relación espiritual se puede considerar dirección espiritual.

Conviene establecer, antes de todo, el *objetivo* de la dirección, que consiste en formar al cristiano para que sepa discernir personalmente, en todas sus decisiones, un bien aparente de un bien real. Y sobre todo cuando está en juego su vocación, para poner orden en su vida y orientar todo al fin último, que es la unión con Dios y el seguimiento de Cristo. Es obvio, además, que quien recorre un camino de vida espiritual tiende a mejorar su vida moral buscando siempre el bien y abandonando el mal. Escoger el bien lleva a la persona humana a unificarse, a amar cada vez mejor, a realizar plenamente su vocación y, en consecuencia, a lograr su plenitud humana. En la dirección espiritual se trata de «leer el movimiento de Dios hacia el hombre» y el «movimiento del hombre hacia Dios»³.

La situación actual en el terreno de la dirección espiritual se puede definir como una *búsqueda de nuevos modelos*. M. Winifred habla de las diversas *imágenes* de la vida espiritual, concebida como «plaza de mercado», como «peregrinación» o como «epifanía»⁴, a las que corresponden otros tantos tipos de dirección espiritual. El primer signo de este descubrimiento ha sido el gran interés que sienten, sobre todo los jóvenes, por los distintos «gurús» orientales. Tras haber visto que esos maestros no son adecuados, muchos cristianos están volviendo a descubrir el valor y la necesidad de la dirección espiritual. Un papel no desdeñable lo juega la psicología contemporánea (sobre todo la humanista), que subraya la gran labor de las relaciones humanas.

Es oportuno decir que, si bien el conocimiento de las ciencias humanas, como la psicología y la sociología, puede ayudar por un lado al director espiritual, por otro puede llevar a que se pierda el sentido ontológico de las verdaderas raíces de la dirección espiritual, de la acción del Espíritu santo que ha sido derramado en nuestros corazones. Hay una gran diferencia entre el cuidado del orga-

3. Cf. L. Ghizzoni, *Ad alcuni è dato il discernimento spirituale*: Presbyteri 27 (1993) 601.

4. Cf. M. Winifred, *Imagining Spiritual Direction*: Review for Religious 54 (1995) 531-534.

nismo humano (cuerpo y psique) y el cuidado del alma, entre el terapeuta y el director espiritual, entre el paciente y el creyente preocupado por su camino espiritual. Se caería en la ambigüedad si se considerase al padre espiritual como un terapeuta, dado el fin tan distinto que persiguen uno y otro.

La consulta psicológica y la dirección espiritual tienen algo en común, a saber, que quieren que la persona consiga su libertad. La psicología lo hace revelando el trasfondo personal, consciente e inconsciente, de la existencia actual. La dirección espiritual, en cambio, se propone que la persona comprenda cada vez más la acción amorosa de la gracia y del perdón de Dios. La docilidad del director y del dirigido a las inspiraciones del Espíritu es una disposición básica para la dirección espiritual.

b) *Diversos modelos*

I. Ganzi define así la dirección espiritual: «Dirigir a una persona es conducirla por los caminos de Dios, es enseñarle a escuchar la inspiración divina y a corresponder a ella, es sugerir la práctica de la virtud teniendo en cuenta su situación actual, y no sólo conservarla en su pureza e inocencia, sino hacer que avance en la perfección. En una palabra, es contribuir por todos los medios a elevarla al grado de santidad a que Dios la destina»⁵. En esta misma línea está el estudio clásico de L. M. Mendizábal, con una precisión importante para nuestro tratado: la dirección espiritual se sitúa en la pastoral de la Iglesia⁶. Se trata de una posición «clásica» que subraya la relación de autoridad. Hoy se prefiere hablar de un camino que se hace en diálogo y en búsqueda común, un camino de evangelización en el que se comparten experiencias, etc. La dirección espiritual se concibe sobre todo como una relación fraterna.

Según W. Barry y W. J. Connolly, la dirección espiritual se distingue de tantos otros métodos o medios (guía espiritual, sesiones psicológicas, predicación e incluso confesión) en que, aunque tiene

5. I. Ganzi, *L'ufficio del direttore spirituale*, en AA. VV., *La formazione spirituale del candidato al sacerdozio*, Città del Vaticano 1965, 237-238.

6. L. M. Mendizábal, *Dirección espiritual I*, Madrid 1978.

con ellos en común algunas cosas, su objetivo específico es asistir directamente a los individuos a que se desarrolle y crezca su relación personal con Dios⁷.

La dirección espiritual es una realidad compleja. D. L. Fleming afirma que se pueden distinguir al menos cinco modelos.

1. *Dirección institucionalizada*. Es el caso de los noviciados, seminarios e institutos religiosos, donde el director espiritual es nombrado oficialmente y la dirección espiritual es una parte de la formación o del camino espiritual. Su objetivo es guiar a la persona hacia la perfección, pero la preocupación se centra sobre todo en el plano moral y jurídico, distinguiendo, por ejemplo, lo que es preceptivo y lo que no lo es. Este tipo de dirección espiritual sigue este modelo: se dan las indicaciones sobre algunas normas externas que se deben observar escrupulosamente. Sus principales medios son instruir, introducir en la vida espiritual y religiosa, es decir, su objetivo es sobre todo la formación. A este modelo se le puede llamar también *dogmático-jurídico*. Tiene la ventaja de que doctrinalmente es claro y de que mantiene la autoridad del director, que procede de su misión. Pero tiene el peligro de generar una situación escasamente personalizadora, porque se trata de una relación que no se apoya necesariamente en la confianza mutua.

2. *Dirección como relación interpersonal*. Se elige libremente al director como compañero de un camino que recorrer juntos, en un clima de amistad y confianza. Su objetivo principal es facilitar a la persona su relación con Dios, formar cristianos capaces de experimentar la trascendencia en un mundo secularizado. Los modos de dirección se toman del método de C. Rogers, método que se caracteriza por la no directividad, la empatía y la congruencia. El padre espiritual anima al dirigido a expresar sus necesidades emotivas. No se hace hincapié tanto en enseñar como en expresar, en experimentar, para ser más conscientes del propio mundo emocional. Podemos denominarlo también modelo *existencial no directivo*. Su fuerza está en la relación de amistad y confianza. Pero se co-

7. W. Barry-W. J. Connolly, *The Practice of Spiritual Direction*, New York 1982.

re el peligro de subrayar los factores humanos o, si se trata de un modelo inspirado en una psicología de no-directividad, de exagerar la importancia de las técnicas psicológicas, en lugar de centrarse en la palabra de Dios, sustituyendo la dirección por el *counseling* y cayendo en un subjetivismo excesivo.

3. *Dirección carismática*. Es típica de los que se sienten llamados por Dios a dirigir a los otros hacia la santidad. Su objetivo principal es discernir los dones de la gracia y de la iniciación del neófito mediante un camino espiritual simbólico. La dirección se desarrolla en un clima de trascendencia, sin referencia a las técnicas psicológicas. En efecto, el guía no es más que el maestro del espíritu que inicia al discípulo a la vida espiritual y a la iluminación interior a través del lenguaje evocador de su propio ejemplo. Podemos llamarlo también modelo *mistagógico-profético*. Su fuerza radica en su orientación eminentemente religiosa, su debilidad en que la persona puede ser meramente pasiva durante su camino espiritual. Los riesgos están en una idealización exagerada del maestro, en el *transfert* y en una dirección demasiado limitada a lo espiritual.

4. *Dirección sacramental*. Es la que se da en la relación entre el confesor y el penitente. El confesor ofrece consejos y enseñanzas en una situación muy confidencial como es la del sacramento. Su ventaja está en que así se enriquece la praxis de la confesión, y su desventaja radica en el empobrecimiento de la misma dirección, entendida como algo secundario.

5. *Dirección encarnada*. A. Arvalli denomina de esta manera a un modelo de dirección que se propone ayudar al otro a descubrir el plan divino en su vida diaria, en una relación personal con Dios. Se basa en que la experiencia cristiana consta de tres elementos importantes: el mensaje cristiano, la fe en el kerigma del Cristo muerto, resucitado y ascendido al cielo, y los actos externos concretos. La dirección debe ayudar y educar al cristiano a realizar lo que ha decidido creer. Es, pues, una metodología al servicio del dirigido. Y como no existe nadie idéntico a otro, tampoco puede haber dos direcciones iguales. Este modelo, que podemos llamar también

*crístocéntrico-educativo*⁸, parece que es practicado sobre todo por personas de algunos movimientos espirituales que participan en el itinerario espiritual del movimiento y progresan también sin una dirección personalizada. Su ventaja está en su perspectiva evolutiva, o sea, en ver el proyecto divino en su vida como una continua aventura que hay que descubrir y realizar. Pero carece de precisión y sus objetivos no son claros⁹.

Todos estos modelos no sólo no se excluyen mutuamente, sino que es deseable que el director espiritual tenga un carisma especial para esa tarea y que mucha gente lo elija no sólo como acompañante, sino también como confesor. Digamos que, cuando se comienza la vida espiritual, el mejor modelo es el institucionalizado, que poco a poco podrá convertirse en acompañamiento o en un camino común. La aportación de la psicología a la dirección espiritual asume tres formas principales:

- en el plano *teórico* ayuda a conocer más y mejor al dirigido y favorece dirigirlo con éxito. Todo director espiritual parte del conocimiento más perfecto posible de la persona que dirige;
- en el plano *operativo* puede ofrecer al director espiritual la aplicación personal de algunos principios y técnicas psicoterapéuticas;
- en el plano de la misma *relación* puede contribuir a clarificar su naturaleza analizando el fenómeno del *transfert* y del *contratransfert*. La dirección espiritual es, por su propia naturaleza, una relación duradera que se da cuando dos personas entablan una relación vital.

2. Los dinamismos inconscientes

En el *plano teórico*, la psicología desempeña una labor importante aportando conocimientos sobre los dinamismos inconscientes

8. Cf. A. Arvalli, *Conversava con noi lungo il cammino*: Presbyteri 27 (1993) 582-583.

9. D. L. Fleming, *Models of Spiritual Direction*: Review for Religious 34 (1975) 351-357.

tes. Un aspecto específico, significativo para la dirección espiritual, es la existencia de mecanismos de defensa. Para orientar a alguien, es muy importante ayudarle a descubrir el verdadero móvil de sus inclinaciones. Sus áreas conflictivas se pueden detectar observando sus mecanismos de defensa.

a) *Los mecanismos de defensa y los grados de libertad*

Todas las personas llegan a desarrollar un *modelo propio* de tendencias adaptativas, que en mayor o menor medida se convierte en característico y que aparece en una fase relativamente precoz de su vida. Podemos decir que la manera como el individuo procede, tanto en la satisfacción de la necesidad como en la reducción de la frustración, puede tener consecuencias en su comportamiento posterior. Esas consecuencias pueden tener un carácter de adaptación o de desvío, de tal manera que van a conformar las tendencias, relativamente coherentes y estables en un individuo concreto, con las que responda a los demás de forma específica y característica. Son, por tanto, los rasgos de respuesta interpersonal del individuo, se organizan en sistemas complejos que se llaman «actitudes sociales» y constituyen el estilo de cada uno en sus relaciones interpersonales.

Añadamos que no todos los mecanismos de defensa son perjudiciales y no necesariamente patológicos. Como nuestro cuerpo está en continua batalla contra los agentes patógenos –virus, bacterias, células cancerígenas...– sin que nos demos cuenta de ello, también la psique protege «automáticamente» nuestra salud mental recurriendo a todo un arsenal de mecanismos de defensa¹⁰. Por eso es preciso distinguir distintos tipos, porque influyen de modo diferente en la libertad del individuo. La mayoría de los mecanismos de defensa tienen bien un aspecto defensivo, bien un aspecto positivo o *adaptativo*. Si los mecanismos de defensa no fueran al menos parcialmente eficaces, poco tardarían en desaparecer. Pueden proporcionarnos una armadura defensiva durante todo el tiempo necesario para aprender soluciones más maduras y realistas de nuestros problemas.

10. Cf. H. Ernst, *Gli anticorpi dell'io*: Psicología contemporanea 22 (1995) n. 132, 5-11.

Por otro lado, quien confía excesivamente en los mecanismos de defensa para protegerse, puede llegar a no necesitar nunca aprender esquemas de comportamiento más maduros. Los roles adoptados a través de estos mecanismos pueden ser irreales, llevando a la persona a aislarse socialmente más que a mejorar sus relaciones interpersonales. Las racionalizaciones pueden asumir la forma de rituales inútiles y de coacciones más que de un esfuerzo creativo. Incluso un comportamiento socialmente útil, que hunde sus raíces en fines irracionales, no será completamente satisfactorio mientras persistan los motivos que lo sostienen. Las acciones que se basan en estos mecanismos de defensa nunca llegan a su meta, pues la necesidad sigue ahí y el comportamiento subsiguiente no reduce plenamente la tensión¹¹.

Los mecanismos de defensa inventados por la psique (Ana Freud señaló diez en 1961, pero en su siguiente investigación describió hasta cuarenta estrategias distintas)¹², son de diverso tipo: primitivos o elaborados, simples o complejos, inmaduros o maduros. Estos niveles distintos son una clave excelente para leer hasta dónde llega la libertad interior de una persona y pueden prestar una gran ayuda al director espiritual a la hora de evaluar la situación actual del dirigido.

1. Los mecanismos *psicóticos* de defensa son la solución más simple de un conflicto psíquico. Se niega sin titubeos la situación real o se transforma y distorsiona por completo. El yo se defiende psicóticamente excluyendo radicalmente –sin exclusiones– la amenaza, tanto si es negada, transformada o proyectada. Es decir, sustancialmente hablando, los mecanismos de defensa más primitivos son una especie de plan de emergencia inmediatamente disponible y de efecto rápido. Se movilizan inmediatamente todas las energías psíquicas para hacer frente a la irrupción de un caos intolerable se sentimientos y dolores.

Se trata, obviamente, de casos extremos, patológicos, donde la libertad es bastante escasa. La enfermedad (psicosis) puede alterar

11. Cf. E. R. Hilgard-R. C. Atkinson-R. L. Atkinson, *Psicología. Corso introductivo*, Firenze 1994, 513-515 (versión cast.: *Introducción a la psicología*, Madrid 1999).

12. Cf. A. Freud, *The Ego and the Mechanism of Defense*, New York 1966 (versión cast.: *El yo y los mecanismos de defensa*, 1997 Barcelona).

de tal modo la experiencia de los valores y el juicio moral, que ya no se pueden tomar decisiones libres y responsables o sólo se pueden tomar esporádicamente, o sólo en ámbitos de experiencia no afectados casualmente por la enfermedad¹³. Creemos que no es necesario insistir en este tema, que plantea un amplio debate entre salud mental y vida espiritual.

2. Entre los mecanismos *neuróticos* de defensa encontramos una serie de estrategias que se basan bastante menos en la distorsión de la realidad. No buscan tanto soluciones de «todo o nada» como *compromisos* aceptables entre las expectativas y las exigencias del mundo externo y de los impulsos interiores. Por eso es por lo que parecen menos raras y patológicas, porque el neurótico no huye de la realidad, sino que trata más bien de acomodar a ella sus ideas y sus emociones, para no obstaculizar demasiado la vida diaria.

La *racionalización* es una de las formas más comunes de dominar los sentimientos amenazadores, que se escinden de los pensamientos que van ligados a ellos, de manera que su contenido real es «objetivado». Los que adoptan esta defensa son, a los ojos de un observador externo, unos individuos fríos, minuciosos y obsesivos. Como aquí la libertad está muy comprometida se pide una dirección fuerte y autoritaria. Se presentan casos de individuos muy escrupulosos, que suelen aparecer tras el impulso inicial de la vida ascética.

3. Los mecanismos *inmaduros* de defensa son trucos que se utilizan sobre todo cuando surgen conflictos duraderos y que parece que no tienen solución. Para un observador externo son a menudo comportamientos fuera de lo común y a veces extraños. Si empiezan a dominar la vida psíquica de alguien, se convierten en rasgos de la personalidad de tipo paranoide o esquizoide.

Los más comunes son la proyección, la huida a la fantasía. Los hipocondríacos utilizan su cuerpo para defenderse. El masoquismo que se advierte en varias formas de autopunición es el mecanismo preferido cuando deseos contradictorios sitúan al yo ante decisiones imposibles. En estos casos disminuye la libertad, pero no desaparece.

13. Cf. A. Görres, *Ai confini della psicoanalisi*, Brescia 1970, 53.

4. Mecanismos *maduros*. El importante descubrimiento de la psicología del yo —de que los mecanismos de defensa siguen desarrollándose hasta una edad tardía— proyecta una nueva luz sobre el poder integrador y creativo de la psique. Mientras que la mayor parte de las estrategias de defensa son fundamentalmente de tipo *reactivo*, las más maduras y creativas se distinguen porque buscan *activa* y casi lúdicamente soluciones nuevas por caminos aún no roturados. El individuo aprende entonces a convertir las derrotas en victorias, a reírse de sí mismo, a mantener el tipo, a interesarse por los demás aunque a él no le vayan tan bien las cosas, a proyectar su vida con realismo.

En la *sublimación*, no se reprimen ni enmascaran los afectos y deseos, sino que se «ennoblecen» y se hacen accesibles a un nivel superior. Innumerables biografías de artistas y santos ofrecen este tipo de elaboración de experiencias angustiosas, conflictos psíquicos y dolores graves.

Una forma especial de defensa madura es la *represión consciente*. El yo es lo suficientemente fuerte como para ser consciente de todos los deseos y pensamientos que están en conflicto, logrando controlarlos y soportando su sufrimiento. El yo es fuerte también cuando renuncia a la gratificación de los impulsos, un signo distintivo desde siempre de que se está psicológicamente maduro.

Freud consideraba ya el *humor* como un mecanismo de defensa particularmente evolucionado y eficaz. El sentido del humor permite afrontar los hechos de la vida sin desfigurarlos o hacerlos irreconocibles. Los conflictos psíquicos pueden expresarse sin dañarse ni a uno mismo ni a los demás.

b) *Las áreas conflictivas*

Partiendo de los mecanismos típicos de defensa se pueden formular hipótesis sobre las principales *áreas conflictivas* de su vida. Los mecanismos de racionalización, proyección e identificación se nutren a menudo de la sensación de fracaso. La autoagresión puede esconder el sentimiento de culpa. La sublimación y la formación reactiva se utilizan para ocultar hostilidad. Y, finalmente, el

aislamiento (autismo), la sublimación y la racionalización son mecanismos de defensa frente a los problemas afectivos y sexuales.

Es importante conocer los mecanismos de defensa porque la persona adopta el mismo comportamiento defensivo en su relación con Dios. Estos mecanismos no se pueden desmontar directamente, sino sólo señalando su existencia. Si proceden de la angustia sólo se pueden hacer desaparecer en un clima de *confianza*.

El objetivo principal de la dirección espiritual es crear un clima donde la persona sea aceptada incondicionalmente. Y el comportamiento del director debe demostrarle, a su vez, que Dios también la acepta. Por eso, una de las tareas de la dirección espiritual es que la persona confíe plenamente en Dios, algo absolutamente imposible para la psicoterapia. En este contexto, la *neurosis* merece una consideración especial.

La difícil cuestión de la relación entre *salud mental* y *santidad* suscita aún debates y controversias¹⁴. Hay que tener en cuenta que las turbaciones psíquicas, los desequilibrios emotivos, las angustias y los desórdenes mentales —o sea, todo lo que tiene que ver con la neurosis— *no impiden en absoluto* una vida justificada y santa. Como sucede con cualquier situación humana, la neurosis puede ser también un medio eficaz para encontrarse con Dios o un obstáculo que impide su presencia. Todo depende de nuestra libertad. Pero es cierto que un estado de neurosis parece incidir más directamente sobre el propio núcleo de la apertura y de la entrega generosa. Parece ser la forma menos ventajosa, dentro del ámbito de las condiciones humanas, para comprometerse genuinamente en la entrega a Dios y al prójimo, o sea, en orden a la santidad¹⁵.

La neurosis mueve a la persona a replegarse sobre sí misma, a buscar cualquier forma de cerrarse definitivamente, lo que dificulta la acción de Dios. Además, el neurótico tiene el peligro de hacerse ideas falsas sobre la verdad religiosa, falseando la imagen auténtica de Dios y las formas de relacionarse con él¹⁶. Impulsados

14. Cf. M. Szentmártoni, *Vita spirituale e salute mentale*: Rassegna di Teologia 34 (1993) 279-296.

15. Cf. G. del Lago, *Dinamismi della personalità e grazia*, Leumann 1970, 130-132.

16. Cf. J. W. Glaser, *Conscience and Superego*, en J. J. Heaney, *Psyche and Spirit. Readings in Psychology and Religion*, New York 1973, 31-48.

por la angustia y por los problemas internos, los neuróticos buscan un Dios «terapéutico» y una gracia-medicina que cure sus males. En la oración y en las relaciones con Dios pretenden ver un rito mágico de liberación y llegan a deformar el sentido de la confesión, de la comunión y de los demás sacramentos¹⁷.

Todo lo que se puede hacer en el terreno de la dirección espiritual debe interpretarse como un trabajo destinado a no obstaculizar la acción de la gracia. Se trata de favorecer que se acoja la llamada divina, ayudando a la persona a ponerse en sintonía con su verdadera dinámica. No se trata, pues, de una intervención «positiva» en el sentido de que, por medio del trabajo humano, se pueda lograr un resultado esencialmente sobrenatural. Sí se trata, en cambio, de crear una situación *que no impida* y que oriente a su vez a los mecanismos propiamente humanos en la misma vertiente y en la dinámica profunda de la gracia. Es decir, es preciso ayudar a transformar los mecanismos inmaduros en mecanismos maduros.

Al mismo tiempo se justifica la exigencia de acompañar también al director espiritual, porque él también tiene sus mecanismos de defensa, que si no se reconocen y controlan, podrían contaminar la relación.

3. Algunos principios de ayuda

En el *plano operativo* se pueden aplicar todas las técnicas que conozca el director y que esté en condiciones de llevar a la práctica. Ofrecemos ahora algunas aportaciones de la logoterapia y de la terapia del comportamiento que pueden ser útiles en la dirección espiritual¹⁸.

a) Las técnicas de la logoterapia

1. *Voluntad de significado*. Es uno de los principios terapéuticos básicos de la logoterapia. Viktor E. Frankl parte de la idea de

17. Cf. M. Szentmártoni, *La confessione. Teologia, psicologia e pastorale in dialogo*: Folia Theologica 6 (1995) 173-196.

18. M. Tejera, *L'apporto della psicologia nella direzione spirituale*, en AA. VV., *Elementi di medicina e psicologia pastorale* III, Varese 1970, 191-211.

que muchos presuntos «neuróticos» son así porque ya no saben por qué viven, porque no son capaces de dar un sentido y un valor a su vida. Sus situaciones se definen como «neurosis noógenas» porque el malestar físico proviene del ámbito espiritual¹⁹.

La tensión por buscar un sentido a la propia vida es un impulso primario. Por eso el director espiritual debe aprovechar esta *voluntad de significado*. Y el mejor modo de lograrlo no es limitarse a presentar un conjunto de valores, sino también apelar a ese impulso en busca de significado. Cada uno debe buscar el sentido de su vida porque su tarea personal radica en ella. Pero no lo encontrará ni en sí mismo ni en su propia realización, sino que viene de fuera, de la realización de un valor. Y es justamente a través de esta realización por donde se alcanza como consecuencia la propia autorrealización, no *per intentionem*, sino *per effectum*. Se trata de una idea muy productiva en la esfera espiritual.

Esta técnica se llama *reflexión existencial* y consiste en un conjunto de preguntas, comentarios, empatía, interpretaciones y un sincero interés personal del director espiritual por ayudar a la persona a que conozca todos los posibles significados que ha reprimido en el inconsciente.

2. *Derreflexión*. Es otro método de la logoterapia, que es útil cuando uno se concentra demasiado en un problema hasta el punto de suscitar una verdadera preocupación obsesiva en caso de escrúpulos y pedantería, es decir, cuando se produce un exceso de conciencia o de consciencia que lleva a la hiperreflexión.

La derreflexión se utiliza cuando se quiere liberar al otro de una preocupación ansiosa relacionada con su situación problemática, y se desea centrar su atención e interés en la salud y en metas positivas. Es una especie de apelación a los *valores* más profundos presentes en el interior de la persona. Se trata de «desviar» la atención del paciente hacia otros valores. Se sabe que la atención forzada sobre una acción perturba el decurso normal de esa acción. Un ejemplo clásico es el del sueño. Si alguien a quien le cuesta dormir se centra su atención en ello y se angustia por ello, lo más pro-

19. Cf. V. E. Frankl, *Man's Search for Meaning*, London 1976, 99ss (versión cast.: *El hombre en busca de sentido*, Barcelona ¹⁸1995).

bable es que se pase la noche en blanco. Para solucionar el tema basta con «desviar» la atención, mediante un pensamiento que resulte realmente interesante.

La técnica de la derreflexión es muy útil para tratar los *pensamientos obsesivos* que atormentan a tantos penitentes, que querrían atacarlos directamente, cuando precisamente el hecho de prestarles atención y de concentrarse en ellos es lo que agrava su permanencia angustiosa. En estos casos, lo que procede es adoptar una táctica indirecta, es decir, dejar a un lado los pensamientos ansiosos centrandolo el interés en otros campos de la vida espiritual. Esta técnica puede aplicarse utilizando, según los casos, uno o más de los comportamientos siguientes:

- apelar a los valores «nobles» (coraje, dignidad, orgullo, etc.) e indicar, en su caso, el ejemplo de otras personas;
- señalar tareas y/o metas que permitan a la persona la derreflexión. Si un «camino» está cerrado, pueden ofrecerse otros muchos valores y metas (por ejemplo, valores de creatividad y experiencia);
- resaltar ante la persona los posibles aspectos positivos de una situación o la posibilidad de valorarla y llenarla de significado. De todos modos, siempre se puede recordar que «no todos los males nos vienen para hacernos daño...».

b) *Las técnicas de la terapia del comportamiento*

1. *Relajación*. No se debe excluir que el director espiritual aplique también principios de otras antropologías. Aducimos como ejemplo una sugerencia del ámbito de la psicología del comportamiento (behaviorismo). El primer paso para la meditación es el recogimiento, que la psicología behaviorista llama *relajación*. Su técnica forma parte de las terapias behavioristas, de *training* autógeno, etc.

Los pasos para conseguir la relajación son:

- adoptar una actitud pasiva, o sea, abandonar los controles conscientes (cierta autohipnosis);
- alejarse del ambiente que distrae (no se puede meditar en la calle, hay que recogerse);

- concentrarse activamente en la estrategia mental (que se opone a la estrategia que utilizamos para dormirnos, cuando intentamos no «pensar» en nada);
- ser conscientes de la tarea (es preciso tener un objeto, un tema muy concreto en el que queremos meditar);
- relajar profundamente los músculos (postura corporal)²⁰.

Todo esto puede parecer pura y mera técnica, pero lo que nos dice la experiencia es que, sin estos métodos, no se consigue el recogimiento. Si uno de los cometidos del director espiritual, sobre todo al comienzo de la vida espiritual, es enseñar cómo meditar, no cabe duda alguna de que las técnicas behavioristas de relajación le prestarán una magnífica ayuda.

2. *Autocontrol*. Aunque los terapeutas del comportamiento insisten mucho en el influjo del ambiente externo en el comportamiento humano, no afirman taxativamente que las personas reaccionen de una forma meramente pasiva ante las fuerzas externas. El individuo es capaz de controlar autónomamente los cambios de su comportamiento. El desarrollo de las técnicas de autocontrol, que prometen un mayor dominio de la propia vida, quizás sea hoy la característica más significativa de la investigación y de la terapia comportamental. Los procedimientos para conseguir el autocontrol se emplean para adelgazar, dejar de fumar, disminuir el consumo de alcohol, mejorar los hábitos de estudio y modificar otros comportamientos importantes.

4. *El transfert*

Otro aspecto de la dirección que podría poner en peligro la libertad espiritual es la propia relación entre el director y el dirigido. En psicología se define el *transfert* o transferencia como un fenómeno general de la percepción o de la interpretación de situaciones actuales a la luz de situaciones pasadas. En la terminología

20. Cf. W. R. Miller-J. E. Martin (eds.), *Behavior Therapy and Religion*, Newbury Park CA 1988, 73.

analítica este fenómeno se entendió al principio como una disposición sentimental del paciente hacia el psicoterapeuta, similar a las disposiciones afectivas que el paciente sentía hacia las personas con las que antes había mantenido una estrecha relación (*intrafamiliar*). Sentimientos de amor, afecto y estima (*transfert positivo*), pero también de odio, miedo y humillación (*transfert negativo*) se experimentan ante el psicoterapeuta sin que él de ocasión para ello. Pero en el caso de que el psicoterapeuta provoque concretamente esos sentimientos, significa que también él se halla en un estado de *contratransfert*, que le lleva a distorsionar su relación con el paciente a la luz de sus necesidades irracionales e inconscientes, de sus conflictos no resueltos.

a) *El transfert en la dirección espiritual*

El *transfert* se produce también a menudo respecto al director espiritual, que en el ejercicio de su función evoca fácilmente la imagen del propio padre. Es muy importante que los directores espirituales comprendan estas reacciones y sepan interpretar actitudes y circunstancias que tienen que ver con ellos. La situación puede ser dramática cuando se experimentan sentimientos de odio, celos o miedo hacia el director.

De todos modos es importante que se instaure el *transfert* por varias razones:

- porque ofrece al director una ocasión para observar el pasado del sujeto y para entender la génesis y el desarrollo de muchos de sus conflictos;
- porque mediante el *transfert* se logra un conocimiento mutuo mayor y más profundo, también del dirigido respecto al director, siempre que este acepte adecuadamente la situación de *transfert*, pero no exactamente una «correspondencia»;
- porque, gracias al *transfert*, director y dirigido se mueven en una atmósfera gratificante que ayuda a mantener los frecuentes encuentros que exige una dirección seria.

Pero el director espiritual no debe provocar intencionadamente que surja en el sujeto un vínculo afectivo respecto a él. Porque él

sólo es un puente, un nexo para facilitar el encuentro con Dios. La máxima suprema del director espiritual debe ser la de san Juan Bautista: «Él debe ser cada vez más importante; yo, en cambio, menos» (Jn 3, 30). Todo lo que se oponga a esta norma será un obstáculo para el encuentro de la persona con Dios y hará que la dirección espiritual no sirva para nada²¹.

La relación de *transfert* es un hecho inicial y puede ser un instrumento; pero la relación propiamente pastoral es una obra que hay que levantar y perfeccionar continuamente entre dos en el plano de la libertad iluminada por la gracia. En el caso de una dirección espiritual duradera, regular u ocasional, pueden advertirse tres posibilidades de desarrollo del fenómeno de *transfert*.

- El *transfert* es inconsciente por ambas partes. Ni el consejero espiritual (sacerdote, religioso, responsable...) ni el dirigido parecen darse cuenta de que la fuerza del vínculo que los une no está en lo que dicen ni en el carácter religioso que se reconoce al guía, sino en el intercambio continuo y mutuo de los roles afectivos. Esto significa que, a la necesidad de dependencia pasiva corresponde la confirmación que el consejero espiritual experimenta al desempeñar una tarea de autoridad. Al deseo de ser objeto de una comprensión afectuosa corresponde la felicidad de poder difundir un poco de consuelo cálido que parece exigir la caridad. A la autojustificación obsesiva a través de mil excusas corresponde la infinita paciencia que constituye para algunos la grandeza de la actitud pastoral hacia el escrupuloso. En estas situaciones es imposible prever que madure de algún modo la relación de *transfert*.
- El dirigido es consciente del *transfert*. Puede suceder que algunos acontecimientos externos (matrimonio, edad adulta, cambio de domicilio, tratamiento psicológico) logren que madure o, al menos, se transforme el vínculo de *transfert* volviéndolo más consciente. Algunas personas se alejan con facilidad de su antiguo director, que puede reaccionar con

21. Cf. G. del Lago, *Dinamismi della personalità e grazia*, 145; E. Geromel, *Depth Psychotherapy and Spiritual Direction*, en D. L. Fleming (ed.), *The Christian Ministry of Spiritual Direction: Review for Religious*, St. Louis 1988, 148-158.

amargura ante su exdirigido. El director debería entender lo que pasa o, al menos, ser suficientemente humilde para retirarse sin demasiado resentimiento. Es el momento de recordar que nadie es absolutamente indispensable para la salvación de los hermanos o hermanas... menos el Señor.

- El *consejero espiritual* es consciente del fenómeno de *transfert*. Trata entonces de controlarlo, de eliminarlo o de restablecer en su integridad el alcance religioso de la mediación psicológica. Esta tercera posibilidad –que se presenta como norma o al menos como solución deseable– exige algunas observaciones que sugieren cómo afrontar esta situación de *transfert* (que algunos temen demasiado).

b) La solución

Un vínculo de *transfert* tiende a debilitarse si se reduce el número o la duración de los encuentros entre el consejero espiritual y el paciente, o simplemente *se regularizan* (a intervalos fijos). Un vínculo de *transfert* pierde su eficacia si se convierte en *tema explícito* de conversación, y sin embargo es más sólido cuando es aceptado tácitamente. El consejero espiritual no dudará en hacer una reflexión centrada, por encima del contenido de la conversación, en el estilo de la propia relación, de forma que el sujeto caiga en la cuenta de los matices afectivos presentes en la relación. La *solución* (en física este término indica la división de un compuesto en sus elementos simples) de un vínculo de *transfert* está en el movimiento que permite al paciente referir *espiritualmente* a Dios una parte de lo que fijaba psíquicamente en el agente pastoral o de reconducir al consejero espiritual –real o simbólicamente– lo que fijaba ilusoriamente en Dios.

La evolución pastoral de una dirección espiritual basada en el *transfert* es, pues, la siguiente: ambigüedad aceptada durante un tiempo, pero aclarada progresivamente, sobre la relación con el consejero espiritual; orientación dirigida, realizada por el consejero, de algunos matices de *transfert* en una línea simbólica, o sea, como «significante» de algunos aspectos del misterio de la salvación, de la relación con el Dios trascendente y salvador. Estos as-

pectos de la relación serán tenidos por no auténticos hasta que constituyan «fijaciones» de la relación con el consejero espiritual.

El consejero restablece su función de mediador a través de este movimiento progresivo, en el que se armonizan un trabajo de clarificación intelectual y una nueva experiencia afectiva. El *transfert* –aparentemente un obstáculo– se convierte en un medio y en una revelación. Recurriendo a una feliz expresión de R. Thibaut a propósito de Cristo, se podría decir que el consejero, «signo velado, se transforma en velo significativo»²².

¿Cómo se reconoce el *transfert*? El sujeto revela la presencia del *transfert* con tres actitudes: obstinación, resistencia y ambigüedad. La *obstinación* se percibe como testarudez en algunas actitudes. Por muchas que sean las explicaciones, informaciones y clarificaciones, la persona vuelve una y otra vez sobre el mismo tema, sobre el mismo problema. La *resistencia* se da en la oposición a las propuestas. La *ambigüedad* significa que la persona experimenta sentimientos contrapuestos, de amor y de rechazo, hacia el director, y se expresa comportándose con sumisión o agresividad.

En el caso del director, los signos de una relación de *contra-transfert* se manifiestan como miedo a intervenir para no perder la confianza del dirigido; como moralización, que normalmente muestra una propensión a dominar; y como irascibilidad o abatimiento durante el coloquio, signo evidente de que el director se siente ofendido.

5. El director espiritual

Dado que escuchar es ser capaz de captar lo que se comunica y constituye el vínculo y el medio de la dirección espiritual, es importante tener en cuenta lo que sigue:

- es preciso *confiar en sí mismo*, pues sin ello resulta difícil recorrer un largo camino. Pero tal cosa no elimina el miedo que produce saber que se penetra en un «lugar santo», sino

que aumenta la humildad de acoger a la persona sin ser oprimidos por ella;

- es necesario tener capacidad para *superar los conflictos* que pueden surgir del papel de director espiritual;
- es conveniente tener capacidad para *reconocer los límites* culturales, sociales y políticos en que vivimos y de los que formamos parte;
- es preciso *no depender* de la persona dirigida y gozar de la *libertad interior* respecto de la autoridad de la que depende la persona dirigida;
- es necesario tener capacidad para *aceptar fuertes emociones*, sentimientos profundos y experiencias no habituales;
- es conveniente desarrollar una relativa *tolerancia al dolor* provocado por ciertas experiencias con las que el director espiritual en ocasiones quiere cargar para ayudar a la persona.

Los autores comentan que un verdadero director espiritual debe tener todas estas cualidades. Cualidades que, más que resultado de un largo trabajo de aprendizaje, son un *don que hay que pedir a Dios*, un don que jamás se vivirá en su totalidad, en toda la grandeza de su contenido. El calor humano, la confianza en el Señor y en su voluntad de revelarse ayudarán muchísimo al director espiritual. Este «don» particular de ser director espiritual exige que se cultiven cualidades personales: experiencia vital conocimiento de un Dios salvador, pero que reta a la persona a que cambie; familiaridad con la Biblia como fuente de oración; conocimiento del Dios verdadero y de la fe de la Iglesia; estudio de la historia de la espiritualidad; suficiente familiaridad con la psicología (aunque no pretenda hacer psicoterapia).

Esta lista podría aterrorizar a quien es llamado a ejercer este ministerio en la Iglesia. Pero, vista la importancia de este servicio, el director espiritual –hombre o mujer– no puede eximirse de una seria preparación. Ser director espiritual es un proceso que dura toda la vida.

22. A. Godin, *La relazione umana nel dialogo pastorale*, Torino 1964, 109-117.

En cuanto situación pastoral, la confesión se puede definir como una relación interpersonal, abierta a la trascendencia, entre un agente pastoral (sacerdote) y un sujeto pastoral (penitente). Elemento específico de la confesión es la autoacusación de los pecados cometidos. El *Código de derecho canónico* ofrece una definición exhaustiva y descriptiva de la confesión:

En el sacramento de la penitencia, los fieles que confiesan sus pecados a un ministro legítimo, arrepentidos de ellos y con propósito de enmienda, obtienen de Dios el perdón de los pecados cometidos después del bautismo, mediante la absolución dada por el mismo ministro, y al mismo tiempo, se reconcilian con la Iglesia, a la que hirieron al pecar¹.

La persona se examina, analiza sus actos, es consciente de sus pecados y asume su responsabilidad: soy culpable, me he equivocado, he obrado mal. Se trata de un proceso de liberación, como subraya el *Catecismo de la Iglesia católica*:

La confesión de los pecados, incluso desde un punto de vista simplemente humano, nos libera y facilita nuestra reconciliación con los demás. Por la confesión se enfrenta a los pecados de que se siente culpable; asume su responsabilidad y, por ello, se abre de nuevo a Dios y a la comunión de la Iglesia con el fin de hacer posible un nuevo futuro².

Antes de profundizar en el análisis psicológico de la confesión, vamos a reflexionar sobre la legitimidad de ese planteamiento.

1. *Código de derecho canónico*, canon 959.
2. *Catecismo de la Iglesia católica*, n. 1455.

Cuando se decide hacer un análisis psicológico de la confesión o de cualquier otra realidad religiosa, se corren dos peligros. El primero es decir que todos los acontecimientos religiosos y místicos son meros fenómenos psicológicos. En el tema de la confesión se acaba afirmando que es *uno de tantos modos* de liberarse del sentimiento de culpa. Los que no creen van al psicólogo y los creyentes se confiesan, sin que entre una y otra cosa haya una diferencia esencial. Pero ya podemos decir de antemano que sí existe una diferencia esencial, y puede que una de las causas de la crisis de la confesión radique justamente en que hemos olvidado esa diferencia.

El otro peligro, o mejor, la tentación es afirmar que la confesión, que es un fenómeno trascendente, queda fuera del terreno de la psicología, y que, por tanto, los psicólogos harían muy bien si la dejaran tranquila, al margen de sus análisis.

Como suele suceder, la verdad está en el medio de estas dos posturas. Es verdad que la confesión contiene un elemento trascendente –la absolución sacramental– inaccesible al análisis psicológico, pero todo lo demás –el examen de conciencia, el conocimiento de los pecados, su manifestación verbal y la autoacusación, el arrepentimiento y la decisión de cambiar de vida, etc.– puede ser objeto legítimo del análisis de la psicología.

En un discurso a los miembros de la Penitenciaría apostólica (27 de marzo de 1993), Juan Pablo II subrayó la importancia de la psicología con estas palabras:

El sacramento de la penitencia no es ni debe ser una técnica psicoanalítica o psicoterapéutica. Pero una buena preparación psicológica y, en general, en ciencias humanas, permite al ministro penetrar más profundamente en el ámbito misterioso de la conciencia tratando de distinguir –lo que a veces no es fácil– el acto verdaderamente «humano» y, por tanto, moralmente responsable, del acto «del hombre», condicionado a veces por mecanismos psicológicos –morbosos o inducidos por hábitos inveterados– que eliminan o disminuyen la responsabilidad, a menudo sin que el sujeto agente tenga una idea clara de los límites que discriminan las dos situaciones anteriores³.

3. *Ad maiorem Paenitentiarium necnon minores Paenitentiariorum basilicarum Urbis*, Acta Apostolicae Sedis (AAS) 86 (1994) n. 1, 78-82.

1. Confesión y vida psíquica

Nuestros análisis psicológicos tienen que ver con los diversos niveles de la vida psíquica, con el sentido del pecado, con la patología de la culpabilidad, con la conciencia y con la dinámica del perdón.

a) Formas distorsionadas de la confesión

En la confesión como situación pastoral, se llama a la persona a reconocer y aceptar su responsabilidad. A este propósito, es interesante lo que dice la psicología. A veces se puede utilizar la confesión con fines contrapuestos, o sea, como una forma de minimizar la propia responsabilidad, como si uno fuera víctima de las circunstancias. Esta situación se puede manifestar de tres maneras: como legalismo, como escrupulosidad y como masoquismo.

1. *Legalismo*. Algunos penitentes se acusan de transgresiones que ni ellos mismos consideran importantes como, por ejemplo, no haber guardado la abstinencia el viernes, no haber rezado antes y después de la comida, haberse distraído durante la oración... Parece como si se escondieran tras el legalismo y *huyeran hacia la superficialidad*. Pero es muy probable que, al mismo tiempo, acusen a otros –miembros de su familia o gente en general– de ser malos, deshonestos y egoístas. Una pregunta del confesor sobre sus relaciones sociales puede mostrar que los verdaderos problemas –los pecados– se esconden a un nivel más profundo, sobre todo a nivel de relaciones interpersonales. Enumerar simplemente las transgresiones de las leyes eclesíásticas sólo es una forma de enmascarar el verdadero problema.

2. *Escrupulosidad*. Existe un tipo de penitentes que siempre repiten los mismos presuntos pecados, cometidos normalmente en el pasado, y que casi siempre son una pura banalidad. A esto lo podemos llamar escrupulosidad, o sea, *huida hacia el pasado*. La mayor parte de las veces se trata de un fenómeno neurótico y significa que el verdadero problema de la persona está en otro sitio, en el

terreno de los conflictos sin resolver⁴. Acusarse reiteradamente de los mismos hechos puede ser una forma de enmascarar las actitudes que mueven a la persona. Un ejemplo, no relacionado directamente con el confesionario, puede explicar el problema. Una mujer ser quejaba de que la atormentaban malos pensamientos. Tenía disfunciones psicofísicas, no podía dormir, durante la comunión la asaltaba una serie de ideas impuras... Pero el análisis dejó luego bien claro que esta mujer odiaba profundamente a su marido y que utilizaba la escrupulosidad para esconderse ante esta actitud inaceptable para ella.

3. *Masoquismo*. Es otro modo de servirse de la confesión para reducir la propia culpabilidad. Se confiesan no los pecados, sino más bien los defectos personales y de carácter, hasta llegar a una especie de masoquismo, o sea, de *huida hacia la compasión*. Parece como si se experimentara cierto placer humillándose ante el confesor. Lo que se persigue a menudo con esta forma de comportarse es caer simpáticos, lograr participación, ser aceptados. Es decir, revela una personalidad inmadura o histérica.

Hay una cosa que estos tres modelos tienen en común, a saber, que la persona se confiesa permaneciendo en el «primer nivel», es decir, analizando sólo superficialmente su yo sin entrar en los móviles profundos de su comportamiento. Pero una confesión «madura» exige que la persona examine su vida «con los ojos de Dios»⁵. Aquí es justamente donde la psicología puede echarnos una mano, porque un análisis psicológico de la experiencia vital puede ayudar al creyente a vivir más profundamente su experiencia religiosa.

b) *Los niveles de la vida psíquica*

El hombre es un ser *pluridimensional*. Esto significa que su vida psíquica se realiza a distintos niveles. Para mejorar el ejercicio

4. Cf. A. Cencini, *Vivere riconciliati*, Bologna 1988, 17-18 (versión cast.: *Vivir en paz: perdonados y reconciliados*, Bilbao 1997).

5. G. Sporschill (ed.), *Wie heute beichten?*, Freiburg 1974, 40.

de la confesión hay que tener también en cuenta esta realidad. Podemos decir, esquemáticamente, que la vida psíquica tiene lugar en tres planos distintos: público, privado e íntimo⁶. Un ejemplo muy sencillo, el del actor, facilita el discurso sobre estos tres niveles. El personaje que representa el actor no coincide con lo que es en la realidad, pero su valía está justamente en cómo llega a identificarse con su personaje.

1. El *nivel público* es representado por el rol. Todos somos más o menos conscientes de lo que nuestro ambiente espera de nosotros. Nos adaptamos a estas expectativas y tratamos de comportarnos según las exigencias de nuestro papel (padre, madre, estudiante, sacerdote, religiosa...). Esto no quiere decir que sea negativo todo lo que hacemos para no escandalizar a los demás o para que no disminuya su estima por este papel. Pero vale la pena saber que esto no lo es todo, como en el caso del actor que, tras la representación, deja el escenario, se cambia de ropa y vuelve a ser una persona privada.

2. El *nivel privado* tiene lugar cuando la persona se retira al anonimato, sin público. Lee, oye música, pinta, reza, etc. porque son cosas que le gustan. Es decir, se comporta de una forma relajada porque cree que nadie la observa. Sin embargo, a pesar de esto, se tiene a veces la sensación de que se está luchando con uno mismo, y es posible que hasta se dialogue consigo mismo. Nos sorprendemos de haber podido hacer o decir algo que no queríamos hacer ni decir. No comprendemos ni nuestro comportamiento ni nuestras reacciones. Y es entonces cuando nos damos cuenta del tercer nivel de nuestra vida psíquica.

3. El *nivel íntimo* está formado por nuestras experiencias más personales, cuando estamos solos y sin testigos, sin máscara, en una sinceridad total. Puede que estos momentos sean raros en la vida diaria, pero se dan. Y se dan, por ejemplo, antes de dormirnos tras un día movido, cuando nos damos cuenta de lo mucho que nos hemos equivocado y quizás nos sentimos inútiles, desorientados e

6. Cf. B. Basset, *Guilty, My Lord*, London 1974.

incompletos. Esta tercera dimensión es la experiencia de nosotros mismos en la totalidad de nuestro ser humano. Es el momento del «corazón inquieto» de que habla san Agustín, angustiado por la nostalgia de Dios, su creador. Esta experiencia nos trae siempre el mismo mensaje, a saber, que pertenecemos a Dios.

Esto implica dos cosas. Lo primero es la intuición profunda de que todo lo que tenemos se lo debemos a Dios. Y experimentamos un profundo *sentimiento de gratitud* por nuestra vida y por todos los bienes que hemos recibido hasta ahora. Pero, y casi al mismo tiempo, aparece también el sentimiento de nuestra responsabilidad ante Dios por una vida no plenamente realizada, en la forma de *culpabilidad personal*.

Se trata, pues, de una experiencia existencial que los no creyentes deben tener también en cuenta. Pues todas las personas, al margen de lo que crean, se sienten satisfechas por todo lo que han conseguido realizar y frustradas cuando no han logrado alcanzar la meta que se habían propuesto.

Es muy útil tener presentes estos tres niveles de la vida psíquica para mejorar nuestra vida espiritual, que también se desarrolla a esos niveles. Se pueden distinguir también tres niveles de *oración*: pública, privada e íntima. La oración pública es la que se lleva a cabo con y ante los demás. No tiene por qué ser necesariamente falsa, pero comporta un factor de representación. La oración privada existe cuando alguien, siguiendo el consejo de Jesús, se retira a un lugar solitario y ora al Padre. Y, finalmente, hay momentos en que se sienten impulsos profundos de devoción y arrepentimiento, cuando uno está solo ante Dios. Cuando se llega a esta situación, es muy frecuente que sobren las palabras.

Lo que decimos de la oración se puede aplicar también a la lectura de la *sagrada Escritura*. En esa lectura hay un primer nivel, que consiste en leer la Biblia como un texto más. Pero también podemos leerla meditando, o sea, como oración. Es el segundo nivel. Y sus palabras pueden penetrar en lo más hondo de nuestro corazón y producir cambios profundos, como les sucedió a muchos santos. A Francisco Javier le cambiaron estas palabras del evangelio: «¿De qué le sirve al hombre ganar todo el mundo si pierde su vida?» (Mt 16, 26).

Podríamos analizar igualmente los otros fenómenos de la vida espiritual como *el silencio*. Hay también tres clases de silencio: el silencio de la boca, o sea, privarse de hablar; el silencio del corazón; y, finalmente, el silencio de todo el ser: «Y Job respondió al Señor: Hablé a la ligera, ¿qué puedo responderte? No diré una palabra más. Hablé una vez, pero no volveré a hacerlo; dos veces, pero no insistiré» (Job 40, 3-5).

Está a su vez el «pecado estructural», perfectamente bien expresado en el episodio de David y Betsabé (2 Sm 11-12), donde se ve también la dimensión social del pecado. David lo comprende y percibe progresivamente: primero a nivel público, al reaccionar como un juez justo ante el relato del profeta Natán; luego a nivel privado, cuando se da cuenta de que ese «mal rey» no es otro que él; y por último a nivel íntimo, cuando pide perdón a Dios (cf. el salmo 50: *Miserere*)⁷.

Por consiguiente, la experiencia de *pecado* se puede y debe analizar también desde estas tres dimensiones. Cuando alguien ofende a otro y teme las consecuencias (como perder su benevolencia o incluso el trabajo si se trata de un superior) estamos ante una experiencia de pecado a nivel público. Es frecuente que en este caso se confunda el arrepentimiento con el miedo a las consecuencias. En la dimensión privada el pecado se presenta como un acto contra la meta final de la vida o contra los propios ideales. En este caso, el arrepentimiento puede adoptar la forma de vergüenza por haber faltado a un ideal o de rabia contra uno mismo por ser incapaz de llevar a cabo los propios proyectos. Y, finalmente, en la tercera dimensión, el pecado se experimenta como un acto contra el propio destino básico de criatura, o sea, contra el Dios creador. En este caso, el arrepentimiento es dolor por haber ofendido a la única Persona que merece ser amada por encima de todo.

Como el pecado es el concepto clave de la confesión, es preciso examinarlo detalladamente.

7. Sobre las «estructuras de pecado», cf. también Juan Pablo II, *Sollicitudo rei socialis*, 36-40; A. Moser, *Pecado estructural*, en *Nuevo Diccionario de Teología Moral*, Madrid 1992.

2. Pecado y culpa

El pecado es esencialmente un concepto religioso que se funda en nuestra relación de criaturas con el Creador⁸. No son pocos quienes piensan que el pecado es solamente un fenómeno social que no tiene nada que ver con Dios⁹. Esta misma idea se refleja a veces en la confesión, cuando el penitente, después de haberse acusado de todo, añade inmediatamente que no ha hecho ningún mal a nadie o se justifica escudándose en los tiempos que corren: «La verdad es que me he puesto como una fiera, pero es que los muchachos de hoy no tienen vergüenza... He mentido, pero usted me dirá si es posible sobrevivir hoy yendo con la verdad por delante...». Este modo de valorar los pecados muestra que se está viviendo sólo en el primer nivel, es decir, en el nivel público. Por eso es necesario profundizar en la idea de pecado.

a) Los niveles del pecado

1. El pecado se puede vivir a *nivel público*, lo que significa a menudo vivirlo en la dimensión de los *instintos*. Por el pecado original se da en el hombre una tensión entre las tendencias instintivas y las racionales. Como los controles racionales no son siempre suficientes para mantener a raya las tendencias instintivas, estas encuentran de vez en cuando la forma de exteriorizarse oponiéndose a la razón o perjudicando a nuestro prójimo. A este nivel, el pecado y el consiguiente sentido de culpa se fundan en el mismo acto que se ha realizado: gula, rabia, autoerotismo, etc. El individuo no se pregunta por los motivos que le han llevado a realizar tal acto, que muchas veces permanece a nivel de tabú, porque nadie se pregunta por el motivo de la prohibición¹⁰.

8. Cf. Constitución pastoral *Gaudium et spes*, 13: «Negándose con frecuencia a reconocer a Dios como su principio, rompió además el orden debido con respecto a su fin último y, al mismo tiempo, toda su ordenación en relación consigo mismo, con todos los otros hombres y con todas las cosas creadas».

9. Cf. M. McIntyre, *Sin, Evil and Death in the New Age: The Way* 33 (1993) 210-221.

10. Es el eco de la teoría de Freud sobre el origen de la culpa; cf. S. Freud, *Totem y tabú*, Madrid²¹ 1997.

El arrepentimiento se presenta en ocasiones como un simple deseo de evitar las consecuencias de dichos actos; así, en el hecho de confesarlos está ya la penitencia, porque no hay casi nada que «satisfacer» después de haberlos hecho porque la persona dice que es «víctima» de su naturaleza, de su pasado o de las circunstancias de la vida. La pregunta que se hace es la siguiente: «¿Qué he hecho?».

2. En la perspectiva de la *moralidad universal*, el pecado corresponde al *nivel privado* de la vida psíquica. La trasgresión y la conciencia se sitúan aquí en el marco de la libre decisión del hombre de autorrealizarse en su relación esencial con Dios y con los hombres. Se trata de la trasgresión de las leyes naturales y de los mandamientos de Dios. Pero hay que precisar que los mandamientos de Dios (el decálogo) no son algo exterior al hombre, sino que son sobre todo una forma de mostrar al hombre lo que es, su naturaleza, sus limitaciones y sus potencialidades. Por consiguiente, el sentido de culpa asume la forma de responsabilidad personal por haber actuado contra el propio bien. Esto quiere decir que el acto en sí no es lo único que determina la culpabilidad, sino también la intención; más en concreto, la orientación de fondo que es inseparable del acto. La gravedad de un acto no depende, pues, exclusivamente de sus consecuencias, sino que es preciso tener en cuenta también la decisión libre. El mismo sentido de culpa es ya un castigo.

El arrepentimiento consiste en reconocer el acto, ante uno mismo y ante Dios, como negación de uno mismo, y por tanto en condenarlo. La persona se pregunta: «¿Por qué lo he hecho?». Es importante advertir que no estamos ni ante una actitud pasiva ni ante ninguna clase de resignación, sino ante el deseo de restablecer la armonía que se ha roto. La confesión sitúa esta acusación en un contexto comunitario: todos somos responsables del orden moral objetivo.

3. A nivel del *amor*, el pecado se inserta en el contexto de la *vida psíquica íntima*. El amor moral consiste aquí en la relación madura de amor. La ley que dirige este encuentro no es ya sólo el deseo de autorrealización, sino la llamada a trascenderse a sí mismos en una relación personal con Dios. La forma más madura de

esta relación es la experiencia mística. La conciencia deja de ser un juicio racional o lógico y se convierte en un «sentimiento de Dios», en la conciencia de su presencia.

El pecado se vive como una infidelidad al amor; por esta causa el castigo por el pecado no está en las consecuencias externas, sino en el sufrimiento por no realizar el profundo deseo de encontrarse con la persona amada. Uno se pregunta: «¿Quién soy yo?». El arrepentimiento se sustenta en una doble realidad: la responsabilidad de la persona y la certeza de que Dios siempre está dispuesto a perdonar. La respuesta al arrepentimiento es el perdón, que no sólo restablece el diálogo del amor, sino que incorpora también al pecado a este diálogo. La confesión se vive como un signo de este nuevo encuentro.

b) *La culpabilidad*

Otra aportación de la psicología a la práctica de la confesión es la clarificación de la naturaleza de la *culpabilidad* –también definida como «estado de culpa»–, de la que se pueden distinguir diversas formas.

La *culpa* es un sentimiento que surge de la conciencia de haber trasgredido una obligación moral. Condición necesaria para que aparezca la culpa es que percibamos que nuestra acción discrepa de la acción «correcta», «moral» o «ética». La cuestión fundamental del origen de la culpa es lo que creamos que es una acción «correcta», o sea, sobre el criterio de fondo. Por consiguiente, podemos distinguir cuatro niveles de culpabilidad:

- *Existencial u ontológica*, que expresa la tensión inevitable entre lo real y lo ideal.
- *Racional*, que supone un juicio sobre una decisión que hay que tomar.

(Estas dos primeras clases de culpabilidad tienen en común que el punto de referencia es externo a la personalidad, por ejemplo, un valor a realizar).

- *Psicológica*, que es más un sentimiento que un juicio; además del sentimiento de culpa, también están presentes la ver-

güenza y el miedo (tres sentimientos que no se pueden separar netamente entre sí a nivel fenomenológico)¹¹.

- *Neurótica*, que es inconsciente, con un acentuado y difuso sentimiento de culpa.

(Estas dos últimas clases de culpabilidad tienen en común que el punto de referencia es la propia persona, su valor, y no un bien externo).

Para la confesión es necesaria y suficiente la culpabilidad racional, es decir, un juicio sobre los actos que se han hecho. El cristiano se acerca al sacramento de la reconciliación no con sentimientos de culpa, sino con la conciencia de su culpabilidad¹². A este respecto es importante subrayar que existen señaladas diferencias en la forma en que el individuo percibe la situación que provoca la culpa.

Él sabe muy bien lo que se le «pide» y reconoce con la misma claridad que ha violado esa «petición». Su sentimiento de culpa está directamente relacionado con la acción: «Me siento culpable de haber permitido que el vendedor me devolviera más de la cuenta». Ese sentimiento de culpa genera comportamientos que tratan de reparar el daño.

Puede haber situaciones más complejas, en las que el individuo no percibe lo que se le «pide» ni si su acción tiene que ver con esa «petición». En ese caso, el sentimiento de culpa no estará tan relacionado con algo que hayamos hecho. Esta situación se denomina «culpa difusa» y la ansiedad es uno de sus componentes más característicos. El individuo experimenta una culpabilidad ansiosa que no le deja ver de dónde vienen y a qué se deben sus sentimientos de miedo, terror o pena, y tampoco cómo puede cambiar su comportamiento para prevenir esos sentimientos. Si se trata de un altercado, se puede sentir la culpa como relacionada directamente con el individuo. No es que sea mala alguna de sus acciones, lo que

11. Cf. K. Kugler-W. H. Jones, *On Conceptualizing and Assessing Guilt: Journal of Personality and Social Psychology* 62 (1992) 318-327.

12. Cf. A. Nowak, *Pastoralpsychologische Auffassung des Bussakraments: Archiv für Religionspsychologie* 15 (1982) 267-276, donde afirma: «El cristiano se acerca al sacramento de la penitencia no con sentimientos de culpa (*Schuldgefühlen*), sino con conciencia de pecado (*Sündenbewusstsein*)».

realmente sucede es que el malo es *él*. Los sentimientos de culpa más profundos y perturbadores –como los que se encuentran en la autopenitencia fanática o en la locura mental– son de este tipo, pues se ve en el yo el punto clave y la causa fundamental de la acción culpable.

La distinción de diversos tipos de culpabilidad influye profundamente en la manera de resolverlos. Los sentimientos de miedo que están más «objetivados», es decir, relacionados más estrechamente con determinadas acciones, parecen más fáciles de remover, y es menos probable que persistan en la idea personal que uno mismo se hace. La confesión y la absolución sacramental consiguen este resultado: la persona sigue su vida con la sensación de estar «limpia», de haber sido liberada del sentimiento de culpa. Los *actos* de expiación que propone el sacerdote pueden *rectificar* la acción equivocada.

c) Culpabilidad y vergüenza

La vergüenza es un sentimiento que va unido a la percepción de que no nos comportamos según las exigencias de la imagen ideal que tenemos de nosotros. Por el sentimiento de culpa el sujeto se autoevalúa y ve que es alguien que puede causar daño, pero no como alguien inepto o incapaz... que es lo que pasa con la vergüenza. El sentimiento de culpa se distingue de la vergüenza o del embarazo porque tiene que ver con una *valoración negativa*, no en el sentido de ser inadecuado, sino de ser perjudicial, y porque esa valoración tiene que ver con el ámbito de la imagen y no de la equidad¹³.

El hecho de que la culpa pueda experimentarse como «objetivada» y no como relacionada básicamente con la concepción real que la persona tiene de sí misma, ayuda a explicar la distinción entre culpabilidad y vergüenza. Sentimientos de culpa, pero *sin* sentimientos de vergüenza, pueden producirse fácilmente cuando la persona percibe la culpa como «periférica» a su yo real: el que haya cometido una mala acción no influye en absoluto en la idea que tiene de sí mismo. Esto es verdad sobre todo en el caso frecuente

13. Cf. I. Poggi, *Sensi di colpa*: Psicología contemporánea 21 (1994) n. 124, 27-33.

en que la persona no acepta racionalmente el comportamiento más común (*standard*) moral externo, pero todavía está bastante sometida a su emotividad, de manera que una trasgresión provocará el sentimiento de culpa.

Y también puede suceder lo contrario, a saber, que puede haber sentimientos de vergüenza sin que haya sentimientos de culpa. Por ejemplo, alguien puede avergonzarse, pero no tener sentimientos de culpa, cuando está en una cena elegante y se da cuenta de que se ha equivocado de tenedor. Su vergüenza se debe a que se ha comportado ante los demás de una forma que no corresponde a la imagen ideal que tiene de sí mismo como persona «sofisticada». Pero no hay ninguna razón para tener sentimientos de culpa, porque no se ha violado ningún «modelo» moral.

No pasaría lo mismo si a esa persona se la hubiera sorprendido *robando* un tenedor de la mesa, pues en ese caso, esperaríamos una mezcla de sentimientos de vergüenza y de culpa. Y estaríamos ante otro caso si se tiene la percepción de que el acto es «equivocado» o «pecaminoso» o «inmoral» sólo porque la persona no se ha comportado de acuerdo con la imagen que tiene de sí misma.

d) El remordimiento

El sentido de culpa surge cuando examinamos cómo nos hemos comportado en una situación anterior y nos damos desgraciadamente cuenta de que hemos obrado mal. El *remordimiento* es una experiencia dolorosa, muchas veces más aguda que el sentimiento de culpa que hemos tenido en el momento de actuar. Pero no es necesario que la culpabilidad *se haya percibido* con anterioridad. Suele suceder con frecuencia que sólo percibimos la naturaleza y las consecuencias de nuestras acciones al verlas retrospectivamente, bajo una luz particular, como violaciones de lo que es «correcto». Esto puede deberse a la posibilidad de percibir sucesivamente las consecuencias reales de una acción. O también a la ausencia actual de los aspectos de «búsqueda de placer» de la motivación momentánea, que en el momento de actuar ocultó las exigencias morales de la situación. Además, la acción momentánea culpable se ve a menudo como motivada por un impulso incontrolable, «irracio-

nal», ante el que no podemos hacer absolutamente nada. Es probable que la fuerza de ese impulso no esté presente con la misma intensidad cuando se recuerda el momento pasado, y eso mismo puede hacer que la acción parezca más reproducible.

La intensidad de los sentimientos de remordimiento puede seguir siendo fuerte muchos años después. La inquietud que a veces acompaña al remordimiento se debe a la constatación de que ya no se puede modificar la acción que se ha realizado: «¡Es demasiado tarde, ya no puedo hacer nada para poner remedio!». Este elemento de la perspectiva temporal es el más crítico a la hora de provocar la experiencia del remordimiento¹⁴.

3. Patología de la culpabilidad

El sentido del pecado depende de la estructura de la conciencia moral. La patología mental, entendida en sentido lato, al alterar la conciencia moral, puede llevar a que surja una culpabilidad injustificada o, al contrario, impedir que se formen juicios morales y cualquier resonancia en el plano ético.

a) Los escrúpulos

El escrúpulo plantea un problema de orden *psicológico*. En él se constata la obsesión por un recuerdo, por una idea, por una duda sobre lo que se hace, se piensa, se dice o se quiere. Y también plantea un problema de orden *moral* que tiene que ver con la responsabilidad. Por tanto es, al mismo tiempo, un trastorno de la inteligencia, que no es capaz de distinguir lo verdadero de lo falso en el punto controvertido; o un trastorno de la sensibilidad, que se aterra ante su propia duda; o un trastorno de la voluntad, que nada puede ni ante la inteligencia ni ante la voluntad.

Conviene distinguir entre *escrúpulo* y *obsesión*. Ambos estados de ánimo tienen un trasfondo común, a saber, la presencia constante de una idea, de una imagen que la voluntad no puede eliminar.

14. Cf. D. Krech-R. S. Crutchfield, *Elements of Psychology*, New York 1959, 230-260 (versión cast.: *Elementos de psicología*, Madrid 1973).

Pero en el escrúpulo hay un elemento específico, la inquietud de la conciencia, o sea, el *remordimiento*. El rasgo normal del carácter del enfermo obsesivo es una gran indiferencia afectiva, pero no es auténtica, ya que en realidad es una máscara que se ha puesto por temor a las consecuencias de sus emociones. Además, es egoísta e incapaz de interesarse por los otros, y ambas cosas son un reflejo de la falta de atención de que fue objeto en su infancia. Es un perfeccionista a la hora de defenderse de los sentimientos de culpa que lo asedian sin cesar. Por eso también es minucioso y tiene un agudo sentido crítico que, por desgracia, tiende a ejercitar sobre él mismo y sus acciones¹⁵.

Las potencialidades de la atención están aquí falseadas. En una persona normal le permiten hacer actos positivos que fijan el espíritu y al mismo tiempo –accionando poderes frenantes, inhibitorios– rechaza el acceso de la conciencia a las ideas parásitas que pueden dominar al sujeto (el psicasténico, por ejemplo, sueña siempre lo mismo o sigue al mismo tiempo muchas ideas).

En la persona normal, el análisis de la responsabilidad de los actos, de los deseos y de los pensamientos tiene el límite de nuestro querer. Es una verdad absoluta que nuestros actos dependen de nosotros y que sufrimos sus consecuencias. El escrupuloso no se equivoca cuando piensa que debe dar cuenta ante su conciencia de las repercusiones incluso remotas de lo que ha hecho y querido. Pero no sabe detener el desarrollo de estas repercusiones, no puede dejar de pensar que sus intenciones pueden influir en los demás. Se pregunta sin cesar para saber si no ha consentido a una intención de hacer el mal.

No es difícil comprender que este desorden del espíritu, además de ser una fuente de dolor, a veces hasta el debilitamiento de los nervios, dificulta tener una vida espiritual normal e impide pensar establemente en cosas serias. Es reconfortante saber, a pesar de todo, que ha habido auténticos escrupulosos que han llegado a ser grandes santos.

El *tratamiento* de los escrúpulos incluye aspectos psicológicos y pastorales. Todos los maestros de vida espiritual coinciden en

15. Cf. J. A. Vallejo Nájera-R. Vizioli, *Introduzione alla psichiatria*, Roma 1970, 150 (original cast.: *Introducción a la psiquiatría*, Barcelona 1985).

considerar los escrúpulos como un veneno del alma y aconsejan actuar con esmero para curar a quienes los tienen. Y sólo será posible curarse si se trata de eliminar sus causas, que son al mismo tiempo fisiológicas y físicas. El médico podrá prestar una gran ayuda en el descubrimiento de los factores psicopáticos, residuos de una educación equivocada.

Pero la actuación del director espiritual no es menos importante. Además de hacer su trabajo estrictamente moral, debe tener presentes algunos aspectos psicológicos más generales. Es preciso que el director espiritual sea muy comprensivo con la persona «escrupulosa», pero también muy firme. Si falta una de estas dos cosas, será imposible curarlo. No tiene sentido discutir con el paciente sobre si sus temores son o no fundados, porque su agitación mental se caracteriza precisamente por la imposibilidad de convencerse ni una sola vez y de atenerse a esta convicción.

Dos puntos quedan aún por precisar, a saber, la confesión y la comunión eucarística. Lo que sabemos nos lleva a concluir que no se debe privar al escrupuloso de los sacramentos sin un motivo grave. Pero también sería un error dispensarlo completamente de la confesión con el pretexto de que es irresponsable, y al mismo tiempo proponerle la comunión como remedio espiritual. Si este modo de proceder no aumenta realmente los escrúpulos (y tampoco los disminuye), tiene el peligro de provocar en el escrupuloso un sentimiento de irresponsabilidad que puede trascender los límites en los que se sitúa el escrúpulo. Y también puede incitarlo a no esforzarse en absoluto en los otros campos donde su responsabilidad permanece intacta.

Lo mejor es mantener regularmente las confesiones *cada cierto tiempo* para evitar la obsesión¹⁶ y orientar el esfuerzo ascético hacia otros aspectos. Se pedirá al escrupuloso, por ejemplo, que

16. Al ser la preponderancia del *espíritu legalista* la causa fundamental del escrúpulo, la persona escrupulosa pide muchas veces al sacerdote que la confiese para cancelar las posibles culpas de su acción o la impureza de su intención. El sacerdote debe entender que, si acepta ese deseo, lo único que hace es reforzar la tendencia legalista y extrínseca de la persona. Por lo tanto, y aunque provoque una reacción de descontento, hará bien si le pide que confie totalmente en Dios, sin recurrir al juego de confesarse cada poco y mucho menos de hacer confesiones generales.

antes de comulgar haga algún acto de caridad. Porque estas personas podrán progresar a la vez de este modo en el terreno psicológico y en el espiritual, y su vida espiritual ya no se sustentará en la obsesión, sino en realidades positivas¹⁷.

Otro medio de ayuda, estrictamente psicológica, es *desviar la atención* (ascesis positiva, derreflexión). Se suele prestar una gran ayuda al escrupuloso cuando se le convence de que los valores espirituales profundos pueden subsistir a pesar de las obsesiones. La táctica eficaz para curarlo no consistirá en pedirle que no piense en lo que le turba, y mucho menos en imponerle que obedezca sin rechistar, sino que consistirá más bien en adoptar una postura positiva induciéndole a concentrar sus esfuerzos en un punto distinto del que le produce la agitación. Invitándolo a concentrarse en un campo distinto a aquel donde se recrudecen los escrúpulos, se logrará que poco a poco vaya haciendo actos de renuncia, sacrificios. Su voluntad se robustecerá al actuar en áreas que tiene en su mano, en lugar de agotarse en una lucha sin cuartel contra un enemigo que vuelve al asalto una y otra vez. Y llegará un día en que el sujeto estará en condiciones de luchar directamente contra lo que lo turbaba de una forma tan desordenada.

Excepto las formas morbosas —que van acompañadas de profundos estados depresivos que exigen un cuidado especializado— los escrúpulos presentan a menudo un aspecto benigno. El consejero espiritual tendrá como objetivo principal dejar cuidadosamente a un lado sus manifestaciones para que no invadan la conciencia e impidan comportarse con serenidad. Y si la conciencia del sujeto permaneciera un poco temerosa, será bueno no dar demasiada importancia a un estado de ánimo que en el fondo no obstaculiza el desarrollo espiritual. Después de iluminar con objetividad la conciencia del sujeto, el director espiritual intentará insistir en dos motivaciones complementarias: la confianza total en el Dios fiel y misericordioso y el deseo de servir a Cristo con todas las fuerzas, procurando no el bien de uno mismo, sino el bien del prójimo¹⁸.

17. Cf. R. Biot-B. Gallimard, *Guida medica delle vocazioni sacerdotali e religiose*, Bergamo 1952, 224-230.

18. Cf. Ch. A. Bernard, *L'aiuto spirituale personale*, Roma 1985, 124-125.

b) *La autopunición*

La tendencia a la *autopunición* implica el deseo de no dejar el juicio a Dios. Es sobre todo el caso de una sublimación sin éxito de algún instinto (sexo o agresividad) que genera luego un sentimiento de culpa. En este caso, no es raro que la persona se arrogue el derecho a autocastigarse. R. O. Sexton y R. C. Maddock comparan este intento con la caída de Adán y Eva. El pecado original comporta dos «subproductos»:

- querer determinar autónomamente la distinción entre bien y mal;
- querer administrar uno mismo el castigo¹⁹.

Todo esto se manifiesta en la confesión como descontento por la penitencia que ha impuesto el confesor, porque se cree que es insuficiente para los pecados que se han confesado.

En este sentido, el autojuicio es una repetición (a nivel psicológico) del pecado original. Además, es un problema teológico en cuanto que el individuo asume la jurisdicción sobre sí mismo para prevenir así la jurisdicción y el castigo divino, porque teme que el castigo divino fuera mucho más severo. Pero suele suceder justamente lo contrario, a saber, que la autopunición es mucho más severa y prolongada que el castigo de Dios. La culpabilidad difusa crea un estado de depresión que aumenta a su vez el sentimiento de culpa, y así se produce un círculo vicioso. La persona no puede salir de esta trampa si no recibe ayuda desde fuera. La consecuencia es normalmente el aislamiento, la huida hacia cualquier forma de dependencia (el alcohol o la droga). Incluso pueden aparecer ideas suicidas. El castigo que uno se administra suele no tener fin.

Los sujetos implicados en este intento de autopunición suelen concentrarse solamente en su comportamiento equivocado sin fijarse ni en la intención ni en el motivo. Esto es lo que sucede sobre todo en los casos de estupro, de aborto u otros relacionados con el sexo.

19. Cf. R. O. Sexton-R. C. Maddock, *The Adam and Eve Syndrome*: Journal of Religion and Health 17 (1978) 163-168.

La *ayuda pastoral*, o sea, el método para salir de esta trampa hay que buscarlo en el significado teológico del perdón. La intervención consiste en lo siguiente:

- hacer que la persona entienda que no está bajo la ley de Moisés, sino en la economía de la nueva alianza: «Tanto amó Dios al mundo que le entregó a su único Hijo, para que el que cree en él no muera, sino que tenga vida eterna. Dios no envió a su Hijo al mundo para juzgar al mundo, sino para que el mundo se salve por medio de él» (Jn 3, 16-17);
- ayudar a que comprenda la naturaleza del pecado original y de la jurisdicción divina;
- remover los síntomas relacionados con la culpa y sustituirlos por sugerencias relacionadas con el perdón.

Y si la persona es capaz y está dispuesta a aceptar el aspecto misericordioso del juicio de Dios, también lo estará para devolver a Dios la función punitiva.

Tanto el escrupuloso como el que delira a causa de la culpa sufren las consecuencias de una *culpabilidad inconsciente*. El primero sufre inconscientemente por su duda, el segundo se acusa de todos los pecados posibles. Pero el comportamiento de ambos remite simbólicamente a una culpabilidad antigua y primordial que a menudo tiene que ver con los fantasmas de la infancia. Lo que causa el sentimiento de culpa no es, pues, la idea de pecado; al contrario, el sentido de culpa es el que genera la idea de pecado por una exigencia innata en el espíritu humano, siempre propenso a racionalizar y codificar los datos de la sensibilidad²⁰.

4. *La conciencia*

El carácter de la confesión tiene mucho que ver con el carácter de la conciencia personal. Una de las tareas del confesor, pero también del trabajo pastoral en general, es educar la conciencia. El

20. Cf. *Patologia spiritual*, en S. de Fiores-T. Goffi (eds.), *Nuovo Dizionario di Spiritualità*, Roma 1979.

análisis psicológico ayuda a diferenciar entre la conciencia madura y la conciencia inmadura. La conciencia moral es un *juicio de la razón, con el que la persona humana reconoce el carácter moral de un acto concreto*²¹.

A nivel psicológico podemos describir la conciencia moral como una *introspección* en el amor y como promesa de amor, como llamada que hace el valor último, como advertencia sobre el poder destructor que comporta la indiferencia o el rechazo hostil de esta llamada, como paz (no auto-satisfacción o complacencia), como efecto del «sí creativo» para amar, como falta de armonía o desintegración de la existencia cuando contradice esa invitación al amor, invitación a la que se me llama a responder con todo mi ser y de manera afirmativa²².

El dato crucial para el análisis psicológico de la madurez de la conciencia es la percepción del *origen de la ley*. Cuando se trata de la conciencia moral madura, se percibe esta ley como *inherente a la naturaleza humana*. El *Catecismo de la Iglesia católica* enseña en su número 1776, citando a su vez un texto concreto del concilio Vaticano II, lo siguiente:

El hombre descubre en la intimidad de su conciencia una ley que él no se da, pero a la que debe obedecer y cuya voz, que lo llama siempre a amar y a hacer el bien y a huir del mal, cuando es preciso, habla claramente a los oídos del corazón... La conciencia es el núcleo más secreto y el sagrario del hombre, donde se encuentra a solas con Dios, cuya voz resuena en su propia intimidad (Constitución pastoral *Gaudium et spes*, 16).

a) *Conciencia inmadura*

La conciencia psicológica inmadura, que se suele llamar *superyó*, tiene una dinámica distinta. En la teoría psicoanalítica, el *superyó* es una de las tres instancias fundamentales de la personalidad. Desempeña la función de árbitro interno de la conducta, es un código interiorizado o, dicho más sencillamente, una especie de *control*

21. Cf. *Catecismo de la Iglesia católica*, n. 1796.

22. Cf. J. W. Glaser, *Coscienza e super-io: una distinzione chiave*, en A. Manti-C. Bresciani, *Psicologia e sviluppo morale della persona*. Bologna 1993, 265.

de la conciencia que castiga las trasgresiones con sentimientos de culpa. Según el modelo psicoanalítico clásico, el *superyó* se desarrolla en el niño mediante un proceso de identificación y de interiorización de las figuras significativas (normalmente los padres) y de su sistema de recompensas y castigos. Así es como aprende y se apropia de los valores y del código moral de la comunidad.

El *superyó* no tiene que ver con el amor extrovertido que intenta expandirse fuera de sí, sino con la preocupación introvertida de *ser amable*. La dinámica del *superyó* se deriva de la compulsión frenética de sentirse seres amables, no de la invitación a comprometerse a amar. La fuente de las órdenes y prohibiciones del *superyó* es el deseo de ser amados y aprobados o, negativamente, el miedo a perder el amor y la aprobación. No coincide con la conciencia moral de la tradición occidental, porque su modo de actuar es en gran parte inconsciente.

El predominio del *superyó* en el adulto lleva a distorsionar la *imagen de Dios, porque se le ve como juez severo y no como Padre*. Se vuelve uno ciego ante los valores religiosos y morales y se propende a un cierto formalismo y legalismo. Para entender mejor la naturaleza de la conciencia moral madura y de la inmadura conviene enumerar algunas características que distinguen el *superyó* de la conciencia genuina²³.

El *superyó* genera el *sentimiento de culpa*, que consiste en la angustia (somatizada a veces en forma de sensaciones psicofisiológicas en el estómago y en la garganta) por haber trasgredido una norma o una prohibición. La causa del complejo de culpa es el miedo a ser castigados o a perder una seguridad o una recompensa del *superyó* (la fuente del propio amor: padres, superiores, sociedad). El efecto del complejo de culpa es evitar el malestar psicofisiológico, sentirse sucio, manchado y humillado. Lo que en realidad se encuentra en el fondo de todo esto es una imagen falsa de Dios que, en la conciencia de alguien en quien predomina el *superyó*, es fácil que tenga las características de un juez severo, tiránico y vengativo²⁴.

23. Cf. J. W. Glaser, *Conscience and Superego*, en J. J. Heaney, *Psyche and Spirit. Readings in Psychology and Religion*, New York 1973, 31-48.

24. Cf. K. Frielingsdorf, *...Ma Dio non è così*, Cinisello Balsamo 1995.

b) *Conciencia madura*

El superyó es, por consiguiente, un principio de censura y control pre-personal, pero eso no obsta para que desempeñe una función útil para el hombre, y en el niño una función incluso necesaria. Es un estadio previo al desarrollo de la conciencia genuina y de la percepción de los valores. En el adulto, el superyó tampoco es superfluo. En ciertos ámbitos de la vida ahorra energía y facilita la tarea. Cuando está integrado en una conciencia madura, el superyó dispensa de tener que decidir siempre –en todas y cada una de las situaciones ya decididas legítimamente por las costumbres, el gusto y los convencionalismos sociales– sobre lo que «se debe» o «no se debe» hacer.

El paso de este censor pre-personal primitivo del niño a la percepción madura y personal del valor, no es ni automático ni infalible. El objetivo es llegar a una conciencia madura que genera un auténtico *sentimiento de culpa*, que consiste en ser conscientes de que se ha trasgredido un estilo de vida que se ha elegido libremente, de haber ido contra los propios principios. La causa de este sentimiento es no haber realizado por sí mismo un valor importante, mientras que su efecto es una reorientación ética: «No quiero hacerlo otra vez. Quiero volver al valor que he traicionado»²⁵. El fin de la pastoral y de la educación es reducir el influjo del censor infantil para que crezca y se desarrolle cada vez más la percepción genuina de los valores.

Educación de la conciencia es una tarea que dura toda la vida. Hace que el niño conozca desde sus primeros años la práctica de la ley interior que reconoce la conciencia moral. Una educación prudente *enseña la virtud*, evita o cura el miedo, el egoísmo y el orgullo, los sentimientos de culpa y los movimientos de autocomplacencia que nacen de la debilidad o de los errores humanos. No cabe la menor duda de que la educación de la conciencia garantiza la libertad y pacifica el corazón²⁶.

25. Cf. A. Pacciolla, *Psicodinamiche del perdono: Anime e Corpi* 143 (1989) 265-280.

26. Cf. *Catecismo de la Iglesia católica*, n. 1784.

5. *La dinámica del perdón*

Muchas veces nos confesamos de pecados de los que no nos arrepentimos de verdad porque desconocemos sus raíces profundas. Por eso es conveniente, después de llevar a cabo el examen de conciencia, repasar cada uno de los pecados añadiendo esta sencilla pregunta: «¿Por qué no he tenido paciencia?», «¿por qué he dicho mentiras?», «¿por qué...?».

Todo esto puede quedar más claro si nos fijamos en la parábola de las vírgenes necias (Mt 25, 1-12). Cinco muchachas llegan a la boda con un retraso imperdonable y se excusan diciendo que no tenían aceite para sus lámparas. El Señor podía haberles preguntado: «¿Por qué no teníais el aceite necesario?». Desgraciadamente se nos escapa su respuesta, pero su ejemplo puede iluminar muchas confesiones infructuosas.

a) *El examen profundo de la conciencia*

Muchas veces sólo nos acusamos de los hechos en su primera dimensión («no teníamos aceite») y confesamos el resultado equivocado; pero la respuesta al porqué de la falta de aceite se encuentra más adentro, en lo íntimo de la personalidad. El mismo Jesús inventó la *terapia del porqué*: «¿Por qué ves la mota en el ojo de tu hermano y no ves la viga en el tuyo?» (Lc 6, 41). El cardenal John H. Newman responde así: «Veo la mota en el ojo de mi hermano porque lo odio». Es decir, tengo yo la culpa.

Una respuesta así viene de la tercera dimensión, donde el evangelista Juan ha identificado al menos tres: «Los apetitos desordenados, la codicia de los ojos y el afán de grandeza humana» (1 Jn 2, 16). De los apetitos desordenados proceden, en la primera dimensión, los actos de infidelidad y el adulterio, la humillación de nuestro prójimo, a quien se considera un objeto para satisfacer nuestros deseos, y todas las demás formas de dependencia de los placeres materiales. La codicia de los ojos genera actos de avidez, de tacañería, de hurto, etc. Y el afán de grandeza humana se manifiesta en las injusticias, en el odio, en la explotación de los demás, etc.

Sería interesante poder «confesar», en este sentido, a algunos personajes famosos del evangelio. Por ejemplo, preguntar a Pilatos por qué se lavó las manos aunque estaba convencido de que Jesús era inocente; preguntar a Judas por qué traicionó al Maestro y luego se suicidó tras decir que estaba convencido de que Jesús era justo; preguntar al fariseo Simón por qué invitó a Jesús a su casa para tratarlo a continuación como a un extraño, etc. ¿Qué podrían habernos respondido? Pilatos: «Por ansia de poder». Simón: «Por prestigio». Judas: «Primero por codicia de los ojos y luego por afán de grandeza humana, que no permite aceptar el fracaso».

Todas respuestas breves, en pocas palabras. Pero la tercera dimensión —la de los verdaderos motivos de nuestro comportamiento— sólo conoce este tipo de respuestas. Nuestras confesiones serían más fructíferas si, antes de hacerlas, efectuáramos al menos de vez en cuando un examen de conciencia de este tipo.

b) *La experiencia del perdón*

Uno de los temas centrales del evangelio de Lucas es que Jesús se define como el que ha venido «a salvar a los pecadores». Y en ese sentido afirma que es Dios, porque según la concepción judía sólo Dios puede perdonar los pecados. El pecado es la muerte espiritual. El hombre, por su propia naturaleza, está orientado hacia Dios y el pecado destruye esta relación. Esta muerte tiene signos visibles como la esclavitud, el hambre en el mundo, la agresividad, etc. El hombre puede aniquilar su vida suicidándose, pero puede suicidarse también espiritualmente. No hay nadie que se pueda devolver ni la vida física ni la vida espiritual. Nadie se puede perdonar un pecado a sí mismo, es algo que sólo Dios puede hacer. Dicen Z. Alszeghy y M. Flick: «Atribuir a la absolución sacerdotal el efecto de perdonar los pecados presupone, pues, la verdad de que sólo Dios puede perdonarlos. Lo que añade es que, en esta nueva creación, Dios quiere servirse de la mediación de su Iglesia»²⁷.

Cristo, que perdona los pecados, es la revelación del amor incondicional de Dios, del que acepta al hombre sin condiciones. Lo único que hay que preguntarse es qué tiene que hacer el hombre

27. Z. Alszeghy-M. Flick, *Il sacramento della riconciliazione*, Torino 1976, 82.

para participar de este amor incondicional. Y la respuesta es bien sencilla. Lo que debe hacer es reconocerse pecador y, por tanto, necesitado del perdón y del amor de Dios²⁸. La tragedia del hombre de hoy está precisamente en que no quiere reconocerse pecador y se niega a aceptar su culpa. Y, además, pretende presentarse como víctima de las circunstancias o como un producto anónimo del proceso evolutivo.

En este contexto, lo que hasta ahora se consideraba «culpa» se cree que es una descompensación inevitable de la evolución o del progreso. La psicología contemporánea ha tenido un papel importante en esta nueva tendencia, al insistir excesivamente en el subconsciente, convirtiendo así al hombre en un producto del «subterráneo», en un ser que no es activo, sino sobre todo pasivo²⁹. Todo esto ha generado una esquizofrenia en el mundo actual, ya que muchos están dispuestos a estigmatizar el mal en los demás, pero son pocos los que están dispuestos a reconocer y asumir sus propias responsabilidades³⁰.

Nos parece oportuno recordar la advertencia de Juan Pablo II a los confesores:

Es preciso decir con toda claridad que demasiado a menudo algunas actitudes del pensamiento moderno excusan sin razón algunos comportamientos que, debido al comienzo voluntario de una actitud, no se puede o no se les puede excusar del todo. La finura psicológica del confesor puede contribuir mucho a facilitar que se acusen las personas tímidas que sienten vergüenza y tienen problemas para expresarse. Esta finura, junto con la caridad, intuye, anticipa y serena³¹.

Reconocerse pecadores significa que necesitamos salvación y perdón, realidades que no son producto de nuestras prácticas ascéticas, sino un don gratuito de Dios. La experiencia de *ser perdonados* es el motivo más sólido del amor. Jamás apreciaremos la confesión

28. Cf. A. Cencini, *Vivere riconciliati*, 31-32.

29. Cf. M. Fornaro, *Psicanalisi e morale: conflitto o cooperazione?*: Rivista del Clero Italiano 69 (1988) 829-840.

30. Cf. A. Görres-K. Rahner, *Das Böse*, Freiburg i.Br. 1982, 204; cf. también M. Szentmártoni, *Nuova psicologia e pratica spirituale*, en Ch. A. Bernard (ed.), *La spiritualità come teologia*, Cinisello Balsamo 1993, 206-231.

31. AAS 86 (1994) n. 1, 78-82.

como es debido. Y eso puede deberse también a que tenemos una idea equivocada de ella. Lo normal es que nos quedemos en el aspecto negativo de tener que decir los pecados, pero eso constituye sólo una pequeña parte de la confesión, de la que encontramos una magnífica imagen en el evangelio, en el encuentro de Jesús con la pecadora en casa de Simón el fariseo. El punto clave está en lo que Jesús dice a la mujer: «Tus pecados te son perdonados» (Lc 7, 48). Sin estas palabras, sin esta absolución, no nos serviría absolutamente para nada manifestar nuestros pecados ante el mundo entero.

La confesión es un encuentro personal con Jesús, con el Dios misericordioso que nos comunica el mismo mensaje por la Iglesia y por las palabras del confesor: «No tengas miedo, te quiero. A pesar de todo, todavía eres mío». Sentirse pecador es tener nostalgia de estas palabras de bondad y de amor. De ese encuentro surge la alegría de los redimidos, de los que se sienten amados por Dios.

c) *Las actitudes pastorales*

Retomando al final de nuestro estudio la tesis de partida —es decir, que la psicología y la teología tienen mucho en común en el problema de la confesión—, nos creemos autorizados para afirmar que no sólo se trata de dos realidades que no son antagónicas, sino estrechamente relacionadas entre sí. La psicología puede clarificar muchos dinamismos que intervienen en la praxis de la confesión. Es también claro que la confesión no es una obligación puramente externa que se impone a los fieles, sino una exigencia íntima de la psique humana. Examinando a fondo los motivos del obrar, aceptando las propias responsabilidades y el perdón recibido, la persona recupera una y otra vez su equilibrio psíquico, asegurándose así un progreso continuo hacia una madurez psíquica cada vez más profunda.

Pero podemos hacernos otra pregunta: ¿qué tipo de confesión exige el hombre de hoy? El análisis fenomenológico del problema muestra que lo que plantea dificultades a los creyentes no es tanto la validez del sacramento o su fundamentación teológica, como la *praxis*. Podemos suponer, pues, que el problema radica en que ha disminuido la sensibilidad pastoral, en que las confesiones son bre-

ves, anónimas y en ellas el pastor no presta muchas veces atención al individuo, no se conoce su «historia de pecador» y, por tanto, es imposible entablar un diálogo que tenga momentos distintos y sucesivos de verificación y crecimiento.

De ahí la necesidad de que los que se preparan para ser «pastores de almas» se preocupen por conseguir una actitud orientada hacia el otro, aunque para ello tengan que aprender algunos elementos básicos de la psicología.

Este capítulo de la psicología pastoral se inserta en la pastoral de los sacramentos, pero también se puede relacionar con el diálogo pastoral, teniendo presente una situación especial como el sufrimiento y la enfermedad. Subrayaremos algunos resultados de la observación psicológica sobre el estado de ánimo de las personas enfermas y moribundas para formular algunas sugerencias en orden a la asistencia pastoral.

1. *El sufrimiento*

La sensación de sufrimiento es una experiencia compleja, causada sobre todo por el dolor físico cuando la reacción de pánico aumenta por el miedo y por el desconocimiento de la naturaleza del dolor. Al margen de la sensación subjetiva, el dolor, objetivamente considerado, consiste en la reacción global determinada en el individuo por un estímulo dañino. Esta reacción se puede describir en términos neurológicos, fisiológicos, behavioristas o psicoterapéuticos.

Distinguimos tres clases de dolor:

- *dolor físico*, experiencia de padecimiento sensorial que carece de mediaciones representativas;
- *sufrimiento*, experiencia de padecimiento corporal enriquecida con representaciones y palabras;
- *dolor mental*, experiencia de padecimiento mental exclusivamente humano, con unas características cognitivo-valorativas y con funciones simbólicas¹.

1. L. Ancona, *Dalla sofferenza al dolore mentale: un oggetto psicoanalitico*: Archivio di Psicologia, Neurologia e Psichiatria 52 (1991) 467-481.

Cuando hoy se habla de enfermedad, normalmente la gente se refiere al cáncer (patología neoplástica) y hay muchos estudios psicológicos sobre las repercusiones de esta enfermedad en el que la padece. El halo de misterio y de sufrimiento que rodea la palabra «cáncer» ha llevado a pensar que la patología neoplástica es una enfermedad incurable y mortal. No se puede evitar, por tanto, que la diagnosis y los sucesivos momentos terapéuticos generen en el paciente profundas angustias de transformación corporal, de soledad y muerte². También el *Catecismo de la Iglesia católica* subraya en el número 1500 esta dimensión angustiosa de la enfermedad:

La enfermedad y el sufrimiento han sido siempre problemas que ponen a prueba la vida humana. En la enfermedad, el hombre experimenta su impotencia, sus límites y su finitud. Toda enfermedad nos puede dejar entrever la muerte.

Pero, al mismo tiempo, la enfermedad puede provocar la búsqueda de Dios y entonces se convierte, según el mismo *Catecismo*, en el número 1501, en una situación pastoral privilegiada:

La enfermedad puede generar angustia, puede llevar a replegarse sobre sí mismo y, a veces, a desesperarse y rebelarse contra Dios. Pero también puede hacer madurar a la persona, ayudarle a discernir qué es y qué no es esencial en su vida para dirigirse hacia lo que es esencial. La enfermedad provoca con mucha frecuencia una búsqueda de Dios, un retorno a Él.

a) Modelos de adaptación

Todo individuo reacciona ante la enfermedad con un estilo propio, que es determinado por el registro interiorizado de las capacidades o de las incapacidades y elaborado a lo largo del desarrollo para mantener la identidad e integridad del yo. Este estilo está formado por el conjunto de modos de pensar y de comportarse que se conocen generalmente como *mecanismos de defensa*, pero que, en el caso de la enfermedad, podrían conceptualizarse también como

2. L. Grassi-A. Caracciolo-S. Molinari, *Psicología e cancro: aspetti clinici e relazionali*: Archivio di Psicologia, Neurologia e Psichiatria 51 (1990) 160.

modelos de respuesta de adaptación individual a una amenaza real del instinto de supervivencia.

En las distintas fases de la enfermedad, la diagnosis en estadio avanzado y terminal puede poner de manifiesto algunas actitudes que expresan el significado profundo del impacto emocional que provoca la enfermedad en el paciente:

- modalidades *regresivo-pasivas*, que se caracterizan por la dependencia total del personal sanitario, que se ve como un grupo de figuras protectoras y paternas;
- actitudes *proyectivo-agresivas*, que se expresan en impulsos de rabia y en vivencias persecutorias;
- tendencia a *racionalizar* el fenómeno enfermedad, despojado de sus aspectos afectivos y percibido como una «entidad anatómico-clínica»;
- actitudes de *negación* parcial o total de la enfermedad, con posible incapacidad de seguir los procesos diagnósticos o terapéuticos;
- modalidades de tipo *reactivo-combativo*, por las que la conciencia decidida y firme de la existencia de la enfermedad parece asumir un doble significado: de esperanza de que la neoplasia «descubierta y admitida» sea más clemente como por arte de magia, y de autorización para retarla, combatirla y en su caso derrotarla.

El fracaso, momentáneo o más duradero, de estos modelos de reacción o adaptación a la propia existencia amenazada, favorece que aparezcan o aumenten señales emocionales y afectivas acompañadas de ansiedad, culpa o tristeza y sentimientos de desesperación. Todo eso es síntoma de la mayor o menor desorganización a la hora de afrontar las múltiples amenazas y pérdidas que conlleva la patología neoplástica. Desde el punto de vista clínico, este fracaso puede manifestarse en cuadros de sufrimiento psicológico moderado o grave de naturaleza extraordinariamente diversa.

De lo que hemos dicho se deduce claramente la necesidad de que el médico (agente pastoral) sea capaz de captar lo mejor posible la esencia de los fenómenos defensivos y de las «adaptaciones» más o menos logradas activadas por el paciente, así como de los

fracasos de esas defensas, y que esté en condiciones de identificar las señales que indican la aparición de cuadros de sufrimiento psicológico secundario de la enfermedad.

Traducida al lenguaje del ministerio sacerdotal o del agente pastoral, el objetivo de esa asistencia es *reorganizar la esperanza*, ofreciendo al enfermo un mapa mental para que sitúe su sufrimiento en el plan salvífico de Dios. De ese modo, el encuentro entre el agente pastoral y el enfermo se convierte en una situación pastoral, o sea, en una *relación interpersonal abierta a la trascendencia*. A este respecto, es útil examinar las distintas actitudes que se adoptan ante el propio sufrimiento.

b) *Actitudes ante el propio sufrimiento*

Nadie es indiferente ante el sufrimiento y el dolor, realidades que el hombre debe interpretar. Podemos identificar, en general, cuatro aspectos del dolor:

- el dolor como consecuencia de la culpa y del pecado;
- el significado pedagógico del dolor;
- el dolor como prueba y ocasión de encuentro con Dios;
- la aceptación del dolor como solidaridad³.

Según las investigaciones de D. P. Foley existen once interpretaciones diferentes del propio sufrimiento⁴.

1. *Como castigo*. El sufrimiento se interpreta como castigo de Dios por los pecados cometidos. La persona se enfada consigo misma por haberse procurado este sufrimiento y se siente culpable, pero puede tener envidia de los que no han sido castigados del mismo modo. Se tiene una imagen falsa de Dios, a quien se hace aparecer como alguien totalmente injusto. La acción pastoral debe intentar corregir esta imagen impropia.

3. Cf. M. A. Monge, *La sofferenza nella malattia. Alcuni punti chiave per aiutare gli ammalati a viverla in modo sano*: Dolentium Hominum 11 (1996) n. 32, 29-32.

4. D. P. Foley, *Eleven Interpretations of Personal Suffering*: Journal of Religion and Health 27 (1988) 321-328.

2. *Como prueba*. El que reconoce que ha sido ingrato con Dios acepta el sufrimiento como prueba de su fidelidad. Pero también puede sentir rencor contra él cuando algún pariente o conocido parece que no ha superado la prueba (por ejemplo, si se ha suicidado después de un fracaso o ha perdido la fe tras la muerte de un ser querido). Se tienen dudas sobre la sabiduría o la justicia de Dios, que no ha tenido suficientemente en cuenta la resistencia de esa persona.

3. *Como infortunio*. Al sostener que las peripecias adversas que producen sufrimiento suceden por casualidad, la persona se siente desafortunada e indefensa ante estos acontecimientos. Se siente víctima por la sencilla razón de estar en el sitio equivocado en el momento equivocado. Estamos de nuevo ante una imagen distorsionada de Dios, como si algunos hechos acontecieran sin que él los controlara. Es decir, estamos ante un Dios con capacidades limitadas.

Estas tres actitudes ante el propio sufrimiento tienen algo en común: la interpretación de Dios como causa del sufrimiento.

4. *Sometimiento a las leyes de la naturaleza*. Las enfermedades y los sufrimientos siguen automáticamente las leyes de la naturaleza, y por tanto lo único que se puede hacer es soportarlos con paciencia. Se cree en Dios, pero si no llega el milagro que se pide en la oración, surge la duda sobre su bondad y omnipotencia. Lo positivo de esta actitud es la convicción de que Dios no es la causa del sufrimiento.

5. *Resignación ante la «voluntad de Dios»*. Es una actitud básicamente pasiva. La persona se siente impotente ante las razones de Dios, se siente avasallada y vencida. Se advierte una visión fatalista de la vida. La imagen de Dios se mezcla con elementos negativos, como si gozara con el sufrimiento humano.

6. *Aceptación de la condición humana*. Se ve el sufrimiento como un componente inevitable de la vida. Es una actitud activa porque se afronta el sufrimiento intentando vivir una vida por encima de ella, con la esperanza de que llegará un día en que termine el sufrimiento. Se cree en Dios y se ora pidiéndole ayuda.

Las actitudes quinta y sexta coinciden en que Dios no es la causa del sufrimiento, pero se le concibe como alguien que no se interesa en absoluto por la situación del hombre.

7. *Como crecimiento personal.* Se está convencido de que no hay mal que por bien no venga y de que el sufrimiento es un medio para mejorar. Pero puede experimentarse cierto resentimiento para con Dios por no haber revelado el plan de crecimiento para cada uno. No se acepta el sufrimiento en sí mismo. El hombre pide a Dios que le cure y se convierte en alguien cerrado y solitario.

8. *Actitud defensiva.* La persona se abstrae de su sufrimiento, se niega a analizar sus causas, no busca ayuda, dice que no sufre, no hace planes para el futuro para evitar que se repita una experiencia negativa. Los mecanismos de defensa pueden ser los siguientes: rechazo, sentirse fuera de lugar, reacciones histéricas, distorsión perceptiva, represión y aislamiento.

9. *Minimización.* Se adopta la lógica de «podría ser peor». Se compara el propio sufrimiento con el de los demás y se concluye que el nuestro no es el peor. Por eso se da gracias a la providencia divina, pero al mismo tiempo se afirma que es imprevisible en su modo de fijar quién debe sufrir y quién no.

10. *Perspectiva divina.* La persona trata de ver los acontecimientos a la luz de Dios y descubre que su sufrimiento puede esconder una bendición. No trata de explicar el sufrimiento, porque sabe que es inexplicable. Dios no quiere el sufrimiento, pero sólo él puede darle un significado. Existe sin embargo el peligro de convertir el sufrimiento en un privilegio, pues se puede desnaturalizar la realidad y caer en el orgullo espiritual.

11. *Interpretación redentora.* El que sabe unir su sufrimiento al de Cristo participa de algún modo en la redención del mundo. Esta convicción hace que la persona confie y espere mucho en los beneficios espirituales que puede conseguir. Para llegar a este nivel se precisa una profunda espiritualidad cristocéntrica. La actitud redentora puede adoptar diversas formas: oblativa, unitiva, participativa, altruista, sacrificial, penitencial, reparadora, intercesora, etc.

Las dos últimas actitudes coinciden en la convicción de que a Dios se le encuentra también en el sufrimiento. La ayuda pastoral quiere llevar a la persona a una *espiritualidad cristocéntrica*. Psicológicamente puede ser útil la logoterapia, con su técnica de puntualizar y reafirmar los significados vitales⁵.

2. *Imágenes de Dios*

Las actitudes que hemos expuesto se distinguen según la imagen de Dios que tiene la persona. Desgraciadamente, muchas veces estas imágenes son incompletas o falsas, a veces incluso negativas. Por consiguiente, uno de los deberes del agente pastoral es corregirlas sustituyéndolas por imágenes positivas de Dios que permitan reorganizar las experiencias dolorosas, ubicándolas en un proyecto divino.

a) *Imágenes falsas de Dios*

La investigación psicológica ha advertido que la imagen de Dios que la persona se forma no es raro que sea falsa⁶. K. Frielingsdorf ha seguido un método clínico y ha identificado cuatro tipos principales de imágenes falsas de Dios, a las que denomina «demoníacas» porque destruyen la vida espiritual:

1. *Un Dios que juzga y castiga.* Tiene las características de un juez amenazante, un super-Dios que lo único que hace es meter miedo y generar aprensión en el alma humana, un tirano severo que no admite objeciones, que no tiene sentimientos de piedad, que lo que realmente quiere es que el pecador sea castigado y condenado para reparar el mal que ha causado. Es evidente que este modo de ver a Dios sólo puede generar en la persona un *estado de con-*

5. M. Szentmártoni, *Identità personale. Un concetto ambiguo*: Orientamenti Pedagogici 35 (1988) 440-450.

6. Cf. K. Frielingsdorf, *...Ma Dio non è così*, Cinisello Balsamo 1995; cf. también D. Stollberg, *Gottesbilder in der Seelsorge*, en P. Raab, *Psychologie hilft glauben*, Freiburg i.Br. 1990, 60-73; W. Bruners, *Gottesbilder und Persönlichkeitsstruktur*: Lebendige Katechese 16 (1994) 83-88.

fusión en su relación personal con la divinidad. Surge una situación especialmente difícil cuando uno se siente perseguido por Dios, que sólo hace que juzgar y condenar, y entonces uno se impone un comportamiento a base de renunciaciones y constrictiones, porque cree que esto es lo que agrada a Dios. Empieza así un camino de *ascesis negativa*, de *comportamiento autodestructivo*.

Las palabras clave que se le imponen al sujeto en esta situación son: olvidado, rechazado, víctima, superfluo, etc.

2. *El Dios de la muerte.* A Dios se le ve como un demonio que causa muerte, que no construye, sino que destruye. Ante su espíritu maléfico nadie se siente seguro, sólo puede salvarse el que no se rebela ante sus caprichos. Hay que aceptarlo todo con total resignación. La persona se siente como un «muerto viviente». Las consecuencias para la vida espiritual son una *falta radical de confianza en la vida, en la relación con los demás y, como es lógico, en la relación con Dios.* Estas personas adoptan ante la vida una actitud desesperada, sin confianza alguna. Esperan que se acabe lo antes posible su experiencia terrena, porque no tiene ningún sentido. Muchos tratan de salir de su desesperación mediante comportamientos forzados que deberían protegerles de este Dios de la muerte. Se trata de un *perfeccionismo forzado* que no admite que se tengan debilidades ni se tomen pequeñas libertades, exigencias personales ni deseos, obligándole a vivir con un esquema de vida absurdo e ilusorio.

No es raro que esta imagen de Dios sea la consecuencia de la percepción que tiene la persona de no haber sido querida por sus padres, de haber sido rechazada, de haber sido considerada una carga. Las palabras clave que la identifican son las siguientes: no querido, no deseado, muerto, enterrado vivo, nada, muerto viviente, etc.

3. *Un Dios contable y legalista.* Dios es como un mecanismo que anota todos los errores e incumplimientos de su ley y reparte castigos por los pecados. Pero la «cuenta» queda pendiente hasta el juicio final, lo que constituye una especie de condena que hay que vivir en una espera llena de desasosiego y miedo.

Las consecuencias de esta visión para la vida espiritual son desastrosas. Muchas personas se vuelven *escrupulosas*, ser cristiano

se relaciona con el respeto a una serie de prohibiciones y leyes, no se concibe positivamente la ley como una ayuda para una vida lograda, sino como un control. De aquí es posible llegar al miedo a la muerte y al infierno que agobia a los escrupulosos y que hunde sus raíces en la «culpa de la vida». El pecado fundamental no está en haber trasgredido los mandamientos, sino en no haber cumplido el cometido que se tenía asignado.

Las palabras clave que identifican a estas personas son: nada, superfluo, insignificante, envoltorio vacío...

4. *El Dios de la eficiencia, que exige eficiencia.* Un Dios que pide eficiencia impulsa a la persona a un activismo excesivo y la lleva a su autodestrucción. Lo que realmente importa en la vida es producir y, por tanto, *se está convencido de que hay que merecer el amor de Dios con la eficiencia, el trabajo y el esfuerzo.* La iniciativa la toma el hombre, que decide hacer algo por Dios. Una forma muy corriente es el *activismo espiritual*, muy extendido entre los círculos religiosos y que se confunde a menudo con el celo apostólico. Es muy frecuente que la razón de que se trabaje excesivamente en el apostolado sea no tanto el compromiso con el prójimo necesitado, como el miedo a la soledad y al vacío.

Las palabras clave que identifican a estas personas son: insignificante, inmundicia, liquidado, muestra sin valor, individuo modelo... Predomina el intento de autorrealizarse en el sentido de autorredimirse, y, al competir así con Dios, uno se cree capaz de hacerlo todo. Pero este intento provoca en seguida desilusiones, frustraciones y autocondenas hasta que se acaba fracasando por completo.

La acción pastoral trata de cambiar estas imágenes negativas por las imágenes positivas de Dios presentes en la revelación bíblica.

b) *Imágenes positivas de Dios*

Las más constructivas son cuatro.

1. *El Dios creador.* La imagen de un Dios que crea al hombre a su imagen y semejanza es una fuente de autoestima incluso cuando se pierde el sentido del valor. El hecho de sentirse hecho «a

imagen de Dios» da dignidad y valor a pesar de todas las experiencias negativas. Pueden servirnos como referencia bíblica el relato de la creación (Gn 1) o el salmo 139. También será útil meditar sobre la liturgia bautismal, rechazando los mensajes contrarios a la vida y renovando las promesas de fe.

2. *El Dios buen pastor.* La imagen de Dios que ama y se preocupa por el hombre puede ayudar a los que se sienten solos, abandonados, descartados, excluidos e instrumentalizados. Se trata de reconstruir una relación de confianza y de amistad. Como referencias bíblicas pueden servir los pasajes que hablan de un Dios que se preocupa por el que sufre: por ejemplo, en el Antiguo Testamento, Is 40, 11 y el salmo 23, y en el Nuevo Testamento Jesús como el buen Pastor que ama tanto a sus ovejas que, cuando se le pierde una, «deja las noventa y nueve y va en busca de la perdida hasta que la encuentra...» (Lc 15, 4).

3. *El Dios misericordioso.* La imagen de Dios con rasgos maternales puede ser un respiro para quienes han tenido una experiencia negativa con sus padres. En este nuevo encuentro con Dios pueden ver que no es un tirano siempre dispuesto a juzgar y a castigar, sino un padre bueno que ama con ternura a sus hijos y quiere su salvación y su felicidad eterna. En los evangelios Jesús se dirige a Dios alrededor de ciento setenta veces llamándolo «padre». Hay que puntualizar que la palabra «padre» no se contrapone a «madre» para distinguirlos sexualmente, porque Dios es a la vez padre y madre. El texto clásico es la parábola del hijo pródigo (o del padre misericordioso), donde el padre representa a Dios, que demuestra su amor incondicional. El padre es fiel al hijo y el hijo debe sentirse tan acogido y protegido como si estuviera en el seno materno (Lc 15, 11-32).

4. *El Dios compasivo.* La imagen de un Dios que sufre con nosotros puede ayudar a los que sufren y que ya no tienen esperanza de curarse. Dios se presenta como quien libra del sufrimiento y de la muerte y ofrece la perspectiva de una vida nueva. La referencia bíblica es la liberación del pueblo de la esclavitud: «Dios escuchó sus gemidos y se acordó de su alianza con Abrahán, Isaac y Ja-

cob. Dios vio cómo estaban los israelitas y se conmovió» (Ex 2, 24-25). En el Nuevo Testamento, Marcos subraya la compasión de Jesús: «Movido a compasión...» (Mc 1, 41).

Es preciso decir que el mayor peligro de falsear la imagen del «Dios verdadero» de la Biblia se corre sobre todo cuando, con un criterio restrictivo y unilateral, se toma por el todo una pequeña parte del grandioso «mosaico de Dios». Cuando se absolutiza un aspecto parcial no se tiene en cuenta la necesidad de integrar y dejar abierta toda imagen singular de Dios. Por eso, hasta las imágenes negativas de Dios tienen un *aspecto positivo*, como sombras que reflejan las imágenes positivas y luminosas del verdadero Dios. Si, por ejemplo, consideramos a la luz plena de la revelación el Dios de la muerte, nos remite al «sí» irrevocable de Dios a favor de la vida. El Dios exigente de la eficiencia no es aniquilado por un opuesto «Dios del ocio y de la inacción», pues a la luz del anuncio bíblico el rendimiento y el trabajo son buenos en sí mismos, siempre que su punto de referencia sea el Dios de la vida y se expresen en un amor «ordenado» hacia uno mismo y hacia el próximo. Y, de la misma forma, el Dios que juzga y castiga refleja al Dios justo, que ha puesto en manos del hombre su propia vida y lo ha responsabilizado plenamente de ella⁷.

7. Cf. K. Frielingsdorf, ...*Ma Dio non è così*, 141.

El tema de la muerte pertenece a la pastoral de los enfermos¹ y su objetivo es preparar para ese acontecimiento extremo. Leemos en el número 1014 del *Catecismo de la Iglesia católica*:

La Iglesia nos anima a prepararnos para la hora de nuestra muerte («De la muerte repentina, líbranos Señor»: Letanías de los santos), a pedir a la Madre de Dios que interceda por nosotros «en la hora de nuestra muerte» (Ave María) y a encomendarnos a san José, patrono de la buena muerte.

1. *Actitudes ante la muerte*

El análisis sociológico se detiene sobre todo en algunas actitudes de la persona ante la muerte inminente, que se ha convertido en un «tema psicológico» gracias a los escritos de E. Kübler-Ross y de otros, que dicen que la muerte es una experiencia humana universal.

a) *Las cinco fases de Kübler-Ross*

Analizando las actitudes de las personas con una enfermedad incurable, la famosa estudiosa de origen suizo ha identificado cinco fases en la manera de afrontar la idea de la muerte. Son mecanismos de defensa que protegen de la desesperación².

1. Cf. M. Szentmártoni, *Introduzione alla teologia pastorale*, Casale Monferrato 1992, 48-50.

2. Cf. E. Kübler-Ross, *La morte e il morire*, Assisi 1984.

1. *Rechazo y aislamiento.* La primera reacción, cuando se sabe que se tiene una enfermedad mortal, es normalmente el rechazo: «No, yo no, no puede ser verdad». Es un modo saludable de afrontar una situación desagradable y penosa, porque hace que el enfermo no pierda el valor y le permite emplear con el paso del tiempo otras defensas menos radicales.

2. *Cólera.* Cuando no puede durar más la primera fase de rechazo, es sustituida por sentimientos de rabia, envidia y resentimiento. La pregunta siguiente es: «¿Por qué yo?». Al contrario que el rechazo, la fase de cólera le resulta muy difícil de sobrellevar a la familia y a las personas que asisten al enfermo, pues la cólera se proyecta en todas las direcciones, impregna el ambiente y, a veces, se desencadena sin mediar motivo. A los familiares que visitan al enfermo les recibe con frialdad e indiferencia. El encuentro se convierte en algo penoso, y ellos reaccionan con dolor, con lágrimas, con sentimientos de culpa o de vergüenza. A veces, incluso, evitan volver a verlo, y esto lo único que hace es aumentar el desconsuelo y la rabia del enfermo.

Es probable que, al comportarse así, trate de asegurarse de que no se le olvida. Alzará la voz, protestará y pretenderá que se le atienda mejor con este mensaje: «¡Todavía estoy vivo, no lo olvidéis!». Un enfermo respetado y comprendido, a quien se atiende mejor y se le dedica más tiempo, bajará pronto la voz y se quejará menos y con menos rabia. Es importante aguantar su cólera (racional o irracional) sin ponerse a la defensiva. Hay que saber escucharlo, pero esto sólo es posible si se ha afrontado el propio miedo a la muerte.

3. *Pactar.* La tercera fase es la del compromiso. El enfermo trata de llegar a una especie de acuerdo, con la esperanza de retrasar el suceso inevitable: «Si Dios ha decidido llevarme de este mundo y no responde a mis súplicas casi rabiosas, quizás cambie de actitud si se lo pido delicadamente». Todos conocemos estas reacciones cuando observamos a los niños, que primero exigen y luego piden por favor.

Tratar de pactar es, en realidad, un intento de retrasar las cosas. Se trata de conseguir un premio «por buena conducta», se pone un

límite concreto de tiempo (un espectáculo, la boda de un hijo...) y se promete implícitamente que no se pedirá más si se concede este retraso. Observa Kübler-Ross a este respecto: «Ninguno de nuestros enfermos ha mantenido la promesa, es decir, son como niños que dicen: 'Si me dejas salir, ya no volveré a pegar a mi hermana'».

Estos pactos se suelen hacer con Dios y normalmente se mantienen en secreto o, si acaso, se mencionan de pasada o en un coloquio privado con el sacerdote. Los estudiosos están impresionados por la cantidad de enfermos que prometen «una vida entregada a Dios» o «una existencia al servicio de la Iglesia» a cambio de un poco más de tiempo de vida. Las promesas del enfermo se pueden vincular psicológicamente con alguna culpa que desconocen los que le atienden, y por eso no es conveniente infravalorar esas revelaciones de los enfermos. Si un sacerdote o un médico sensible oye cosas de este tipo, puede tratar de descubrir si el enfermo se siente realmente culpable porque ya no va normalmente a la iglesia o si son otras las inquietudes que hay detrás de este sentimiento de culpa.

4. *Depresión.* Cuando el enfermo incurable ya no puede negar la realidad, cuando tiene que ser intervenido u hospitalizado, y se siente cada vez más débil, ya no puede comportarse con desenvoltura y sonreír. La indiferencia y el estoicismo, la cólera y la rabia serán sustituidas pronto por la conciencia del grave deterioro que sufre. Aparecen entonces dos tipos de depresión: una reactiva por las pérdidas que ha sufrido hasta ahora; y otra preparatoria, a la vista de las pérdidas que aún deben sobrevenir.

El segundo tipo de depresión suele ser silenciosa, a diferencia de la primera, durante la cual el enfermo tiene mucho que comunicar y exige varios intercambios verbales y a menudo intervenciones activas de las personas competentes en las distintas disciplinas. Cuando llega el dolor que prepara inmediatamente la muerte, hay que hablar poco o quizás nada. Lo que cuenta de verdad es la expresión mutua de un sentimiento, y por eso es mejor acariciarle la mano o el pelo, o sencillamente estar cerca en silencio. Es el momento en el que el enfermo puede pedir una oración porque empieza a ocuparse de la realidad presente más que de lo pasado. Y es el momento en el que las excesivas interferencias de los que quieren consolarlo obstaculizan más que favorecen su preparación emotiva.

5. *Aceptación*. Si el enfermo ha tenido suficiente tiempo (no ha muerto de repente) y se le ha ayudado a superar las fases anteriores, llegará un momento en que no estará deprimido ni enfadado por su «destino». Tras expresar algunos sentimientos –envidia de las personas sanas y activas, cólera ante los que no tienen que afrontar la muerte tan pronto, tristeza por tener que dejar tantas personas y lugares queridos– se enfrentará a su fin inminente con cierta serenidad.

La aceptación no debe confundirse con una fase feliz. Es casi un vacío de sentimientos, es como si el dolor hubiera desaparecido, como si la lucha hubiera terminado y hubiera llegado el tiempo del «reposo final antes del largo viaje», como lo ha definido un enfermo. Al tener por fin un poco de paz y de aceptación, desaparecen muchos de sus intereses. Quiere que se le deje en paz, que no se le moleste con noticias y problemas del mundo exterior. Ya no desea tanto las visitas, ya no tiene ganas de hablar. La comunicación con él es sobre todo no verbal. Puede tomarnos de la mano y pedirnos que estemos en silencio, como para asegurarse de que estaremos con él hasta el final. Es ahora cuando la familia suele necesitar más ayuda, comprensión y apoyo que el propio enfermo.

b) *Las cinco tentaciones del Ars moriendi*

En su acepción medieval, *Ars moriendi* («arte de morir») se refiere a una serie de textos destinados en principio a los sacerdotes para ayudarles en su asistencia a los moribundos. Trataban sobre todo de las *cinco tentaciones* con las que el diablo acecha al moribundo: dudas de fe, desesperación por los pecados, apego a los bienes terrenos, desesperación por los sufrimientos y orgullo por las propias virtudes. Estos libros se difundieron mucho durante los siglos XIV y XV cuando los laicos empezaron a recurrir a ellos. A menudo incluían grabados que representaban al moribundo en el lecho de muerte, mientras los ángeles y los demonios se disputaban su alma.

En un artículo sobre la muerte³, L. Bregman compara los «cinco estadios» de E. Kübler-Ross con las «cinco tentaciones» de los

3. Cf. L. Bregman, *Dying: A Universal Human Experience?*: Journal of Religion and Health 28 (1989) 58-69.

antiguos manuales del *Ars moriendi*. Cada una de las tentaciones tiene su remedio específico, y es propio del amigo, más que de los familiares del moribundo, participar en la batalla final contra estas tentaciones⁴. El orden de las mismas no tiene por qué ser secuencial, como prevé la «psicología de la muerte» de E. Kübler-Ross.

1. *Tentación contra la fe*. Es la tentación más grave, porque la fe se presupone para la salvación del alma. El moribundo se prepara para encontrarse con Dios, que juzgará su vida y sus obras. La fe se necesita también para encuadrar la muerte y el juicio en una única visión. Para vencer la tentación contra la fe, los que asisten al enfermo han de recitar el *Credo* en voz alta, estableciendo así un «mapa cognitivo» que permite al enfermo encuadrar todas sus experiencias pasadas.

2. *Desesperación por los pecados*. Es verdad que el moribundo sufre físicamente, pero también lo es que este sufrimiento es mayor por el recuerdo de los pecados y de los fracasos del pasado. El remedio contra esta tentación es la promesa de salvación, que no depende de nuestros méritos, sino que es un don gratuito de Dios mise recordioso. El autor propone, citando a san Bernardo, imaginarse a Cristo que muere en la cruz («su cabeza inclinada para salvarte, su boca abierta para besarte, sus brazos extendidos para abrazarte, su corazón abierto para amarte, su cuerpo distendido para darse a ti»). Cristo es, pues, una presencia acogedora, fuerte, casi maternal, que restablece el valor de la persona que se está muriendo.

3. *Impaciencia por la duración del sufrimiento físico*. Aunque se puede prever cierta impaciencia, no se puede aceptar, porque quejarse de los sufrimientos se considera un pecado contra la caridad y contra la voluntad divina. Es un signo de que no se ama a

4. Cf. R. Rudolf, *Ars moriendi*, Köln 1957, 69-74. Entre los importantes tratados italianos de *Ars moriendi*, citamos: *De modo bene moriendi* (P. Barozzi, 1531), *Dottrina del ben morire* (Pietro di Lucca, 1520), *De arte bene moriendi* (Roberto Bellarmino, 1621), *Peregrino della tierra ovvero apparecchio per la buona morte* (V. Caraffa, 1645), *Apparecchio alla morte* (Alfonso M. de Ligorio, 1762). Uno de los autores universales más importantes es Erasmo de Rotterdam (1466-1536): *Ars moriendi: De praeparatione ad mortem* (1534).

Dios como hay que amarlo. Y la manera de superar esta tentación es ofrecer los dolores a Dios, aceptándolos como una expiación temporal.

4. *Complacencia, o sea, orgullo espiritual.* Puede que haya algún momento en que el enfermo esté contento de sí mismo, como si quisiera decir: «¡Fijaos qué valiente soy, lo firme que es mi fe!». Esto puede suceder por influjo de algún modelo o ideal que dice cómo se muere como un santo. La manera de hacer frente a esta tentación es considerar lo frágiles e inconsistentes que somos y recordar que la gracia de Dios no depende de nuestras obras.

5. *Demasiada preocupación.* Al negarse a aceptar la inminencia de su muerte, el enfermo quiere seguir ocupándose de los negocios, bienes materiales y lazos personales. En este caso, corresponde al amigo espiritual hacerle una serie de preguntas y exhortaciones para convencerle de que acepte la situación con realismo.

La característica más importante de los libros «sobre el arte de morir» es que ni el estado de salud ni los miembros de la familia desempeñan un papel importante en esta experiencia decisiva, que se considera una *aventura espiritual*: la lucha por la vida del alma y al mismo tiempo la derrota del cuerpo. Las ilustraciones de una de las ediciones de este libro representan al moribundo rodeado de figuras espirituales: Cristo en la cruz, María y los santos, ángeles y también demonios. Un ángel sostiene una sábana para proteger al moribundo de dos personajes, que representan a los familiares. Esto significa que morir es separarse de los vínculos vitales y experimentar la presencia amorosa de Cristo.

c) Orientaciones pastorales

1. *Asistencia espiritual al moribundo.* Se puede decir, en líneas generales, que lo que más suelen necesitar los moribundos, desde el punto de vista espiritual, es la búsqueda de sentido, de perdón, de esperanza y de amor. Es una consecuencia del «viaje a la propia interioridad» que hace el moribundo para responder a sus interrogantes más hondos. En esta búsqueda, oscila entre dos acti-

tudes ante la muerte: hay en él una tensión entre el «resistir» y el «dejarse llevar». Cuando se impone la segunda actitud, el moribundo tiene la sensación de que su destino se está realizando y de que es inútil resistir al orden natural del universo.

En el viaje a la propia interioridad, el moribundo puede experimentar sentimientos de culpa evocando expectativas no satisfechas, omisiones o acciones reprobables. Del dolor espiritual brota el deseo de *perdón*. Una de las necesidades espirituales más evidentes de los moribundos es la necesidad de *amor*, un amor que se les puede demostrar con palabras y obras o con una presencia silenciosa y sensible. Otro consuelo es la *esperanza*, que puede asumir las características de la concreción y de la trascendencia. La esperanza concreta es la que tiene que ver con aspectos de la experiencia personal, como la ausencia de dolor o de otras molestias físicas. La experiencia trascendente se caracteriza por perspectivas espirituales y menos inmediatas, y se refiere a significados teológicos y filosóficos que proyectan al individuo por encima de sus esperanzas concretas⁵.

Ante el dolor y la muerte, las teorías de la autoliberación son problemáticas. En la resurrección de Jesucristo, después de pasar por *la pasión y la cruz*, la fe ofrece un posible modelo de liberación para explicar las situaciones desesperadas. A pesar de ello, el dolor y la muerte, como consecuencia del pecado original, son experiencias tristes para el ser humano. Pero, incluso en esta situación, el pastor puede acoger empáticamente el dolor del que sufre e invitarlo a considerar su situación infeliz mirando al crucificado: quizás en este diálogo silencioso encuentre el enfermo una «respuesta» por sí mismo⁶.

2. *Asistencia espiritual a los familiares.* Toda enfermedad, sobre todo si es crónica o está en su fase terminal, implica una adaptación de la familia, que ya no será la de antes. Pero desencadena también en el enfermo una serie de procesos psicológicos cuyo objeto específico es la familia: dolor al ver sufrir a otros por su culpa, preocupación por un futuro muy distinto al que antes se pensaba,

5. Cf. M. Petrini, *Accanto al morente*, Milano 1990, 151-153.

6. Cf. K. Frielingsdorf, *...Ma Dio non è così*, 15.

etc. En un plano más analítico, por encima de las reacciones individuales de sus miembros, existen al menos cuatro modelos fundamentales de interacción en la familia.

- *Modelo lineal*. El individuo, al que la enfermedad ha convertido en enfermo, es el «familiar enfermo». El carácter lineal de este modelo consiste en las reacciones emotivas y en los comportamientos de los familiares ante la enfermedad, que van desde la negación hasta la expresión ante el personal sanitario, desde la regresión y el autoaislamiento hasta la confianza realista.
- *Modelo circular*. Se caracteriza por una serie de reacciones mutuas del enfermo y de la familia que se contagian entre sí. En esta tipología reactiva aparecen fenómenos de hiperprotección por parte de los familiares; y por parte del enfermo (sobre todo si es niño), el posible rechazo de su enfermedad porque culpabiliza inconscientemente a la familia, que no ha sabido protegerlo.
- *Modelo sistémico*. La enfermedad es la expresión de una crisis total del «sistema familia» que se vive como una amenaza a la estabilidad del propio núcleo familiar. En este proceso se podría excluir y marginar al enfermo por ser un factor de inestabilidad, con su consiguiente aislamiento.
- *Modelo narrativo*. Cuando la enfermedad se prolonga ya no es algo transitorio y accidental, sino algo que cambia radicalmente la historia de la familia. Se corre el riesgo de «ceder» el enfermo –psicológica, si no materialmente– a quien lo cuida, sacándolo del contexto familiar y dejando que sean otros (por ejemplo, un grupo de voluntarios) quienes se ocupen de él⁷.

d) *Las experiencias vividas en el umbral de la muerte*

Las «experiencias pre-muerte» (EPM), como suelen llamarse, se han convertido en una especie de nuevo género literario en el que las personas que han estado en coma cuentan lo que han experi-

rimentado⁸. Médicos e investigadores, a veces ateos, pero dignos de crédito, han recogido los testimonios. Las experiencias son extraordinariamente parecidas y contienen algunos elementos típicos: salida del cuerpo, observación del mundo «desde fuera», aparición de un ser luminoso y transparente que plantea preguntas y hace revivir el pasado, sentimiento intenso de paz y alegría. Después del «retorno», estas personas no encuentran palabras que puedan describir su experiencia, les parecen inadecuadas las categorías normales de tiempo y espacio, son incapaces de precisar cuánto ha durado ese estado, y tienen la impresión de que el pasado, el presente y el futuro existen al mismo tiempo. ¿Cómo se pueden explicar estos fenómenos?

Un primer intento consiste en establecer un *paralelismo con el sueño*. Igual que los sueños sobre el paraíso o sobre el infierno no prueban su existencia, también las experiencias pre-muerte prueban muy poco a este respecto. Pasa lo mismo con la experiencia de salir del propio cuerpo, como sucede en el recuerdo de la persona que los médicos creen que está clínicamente muerta. ¿Es que el alma ha abandonado de verdad el cuerpo? Experiencias similares suceden también en el sueño cuando se ve el mundo externo desde una perspectiva que es imposible en la realidad. Y, sin embargo, nadie sostiene que sea necesario que, para que se den esos sueños, el alma abandone el cuerpo.

Pero, además, hay una diferencia sustancial entre el sueño y la experiencia que se vive en el umbral de la muerte. Cuando la persona se despierta después de soñar, es muy consciente de que se trata pura y simplemente de un sueño. Pero, después de la muerte clínica, está firmemente convencida de que no fue un sueño, sino una experiencia real completamente distinta. Es el momento de recurrir a la psicología en busca de ayuda. Sabemos que la memoria tiene sus sustratos biológicos, que se llaman *engrammas*, es decir, cambios permanentes del sistema nervioso que se deben a una excitación temporal. Se ha formulado la hipótesis de que este proceso, probablemente de carácter químico, sea la base fisiológica de la memoria.

8. R. A. Moody, *La vita oltre la morte*, Milano 1980 (versión cast.: *Vida después de la vida*, Madrid ¹⁹1984); cf. A. Pacciolla, *EPM. Esperienze pre-morte*, Cinisello Balsamo 1995.

7. Cf. S. Leone, *Il malato terminale*, Cinisello Balsamo 1996, 12-15.

Para nuestra reflexión es importante que, si lo que cuentan «los que vuelven de la muerte» son verdaderos recuerdos, es que el cerebro funcionaba todavía y, por tanto, no se habían muerto. No afirmamos esto como un argumento absoluto, porque estos mecanismos fisiológicos de la memoria todavía son poco conocidos, pero nos parece justificado no tener que recurrir a explicaciones más complejas. El que nuestros conocimientos no puedan explicar aún algunos fenómenos no nos autoriza a decir que son de origen trascendente. Y todavía es preciso añadir que nuestro concepto mecanicista de la función psíquica resulta poco adecuado para explicar esos fenómenos.

El psiquiatra S. Grof aborda esta duda y afirma que, como ha demostrado la teoría de la relatividad, la física de Descartes y Newton ya no vale para explicar el mundo físico. Y, del mismo modo, el modelo psicológico mecanicista tampoco vale para explicar la naturaleza de las experiencias humanas. Una prueba de ello la ofrecen las drogas psicodélicas. El autor se dedica desde hace más de treinta años a cuidar psicodependientes, y ha descubierto que la mayoría de sus sensaciones tienen que ver con experiencias anteriores a su nacimiento o con experiencias de la muerte. Si es posible provocar fenómenos similares con las drogas, teóricamente no es imposible suponer que llegará un día en que el psicoanálisis encontrará una técnica «normal» para reevocar las experiencias anteriores al nacimiento. El autor llega a afirmar que ha descubierto dicho método, al que denomina «teoría holotrópica», pero parece que su teoría no ha encontrado eco entre los psicólogos⁹.

Este breve paréntesis puede aclarar mejor una circunstancia relacionada con el contenido de los recuerdos de las personas clínicamente muertas. Aportamos, como una curiosidad, la interpretación de algunos autores de corte *psicoanalítico* que ven en estos recuerdos un reflejo de la experiencia del nacimiento. Ellos dicen que el fenómeno es una consecuencia del intenso *shock* que se experimenta y que proyecta en la conciencia todo el contenido del inconsciente, que conserva todos los recuerdos, incluso los anteriores al nacimiento. Y es que, dicen estos autores, los fenómenos que se describen después de la muerte clínica se parecen a los del na-

9. Cf. S. Grof, *Tod und Transzendenz*, München 1985.

cimiento: *salida* por un túnel estrecho de la oscuridad a la luz, donde espera un ser tierno, etc. Pero además hay una *dificultad teológica*, pues «los que vuelven» cuentan casi siempre que han sentido una inmensa alegría. Esto llevaría a pensar que la muerte es menos terrible de lo que se cree. Ninguno ha hablado de miedo, maldición o condena. Es el momento de hacer una observación: el mismo R. A. Moody insiste en que sus sujetos eran «gente normal y buena» y sugiere la posibilidad de que se trate de la realización de su deseo de morir feliz y tranquilamente. Pero, por desgracia, faltan los recuerdos de los malos. ¿Qué han sentido ante la cercanía de la muerte?

Confirmamos que nuestras explicaciones clásicas de esos fenómenos y de esas experiencias ante la muerte no son suficientes y que es necesario encontrar otros modelos. Podemos concluir por ahora que la llamada «muerte clínica» no es idéntica a la «muerte», cosa que se deduce de la experiencia de los moribundos, que tienen la sensación de que se acercan a un muro, a una barrera, pero sin pasarla. La conclusión es que los muertos clínicos no son muertos, sino personas «que han vuelto de la vida a la vida»¹⁰.

A pesar de los avances de la medicina, la muerte es algo que no controlamos: muerte y angustia son dos cosas inseparables. Si no hubiera angustia ante la muerte, estaríamos también ante un fenómeno patológico. Pero, por otro lado, esa angustia no se puede eliminar con ningún mecanismo psíquico, con ninguna terapia o análisis, porque forma parte de la existencia humana. La única solución es «rendirse» ante Dios, único dueño de la vida y de la muerte. Y, al llegar aquí, la psicología cede la palabra a la teología.

2. El duelo

La tristeza como emoción nace de la percepción de la *pérdida* de algo que se ha buscado y apreciado. Su intensidad depende del valor (aprecio). Normalmente la tristeza más profunda se debe a la pérdida de personas muy queridas. El duelo es un proceso dinámi-

10. Cf. W. Lauer, *Sterben und Tod*, München 1983, 49ss.

co que debe desarrollarse en plenitud si se quiere superar. Sus elementos estructurales son múltiples.

- *La causa de la muerte.* La intensidad del duelo depende del tipo de muerte. La muerte de una persona anciana, por ejemplo, se acepta relativamente mejor que la muerte de un niño o que la provocada por un accidente imprevisto. Podemos decir, más en general, que cuanto más repentina es la muerte, más duele y menos se acepta.
- *La relación con el difunto.* En el tema del duelo son importantes el papel que ha desempeñado el difunto y el tipo de relación que se ha tenido con él.
- *El contexto humano y social* en que vive la persona su experiencia de duelo. Hay que tener en cuenta, pues, las relaciones familiares, la cultura, los amigos, los asistentes sociales, la comunidad parroquial, etc.
- *El repertorio de recursos personales.* Intervienen aquí las diferencias entre las personas que afrontan el duelo con más o menos ánimo. Se puede decir, en general, que las personas o los contextos familiares más cerrados y aislados son menos propensos a exteriorizar y comunicar los sentimientos, y por tanto suelen reaccionar negativamente ante el duelo.

a) *La dinámica del duelo*

1. *Reacciones típicas ante el duelo.* La aflicción es una experiencia que implica a toda la persona en todos sus aspectos físicos, psíquicos y espirituales.

- *Reacciones físicas.* Se pueden sentir punzadas en el pecho, momentos de pánico, de ahogo o desvanecimiento, dolor de cabeza y sensación de opresión, insomnio, pérdida de apetito y de fuerza física, intranquilidad, ausencia de deseo sexual. Todas estas expresiones, que si duran poco pueden considerarse normales, si se prolongan requieren cuidados e intervenciones especializadas. Algunos estudios han demostrado que la tasa de mortalidad es muy alta en los primeros meses de viudez.

- *Reacciones emotivas.* Se presentan en forma de *shock* (atontamiento, pánico, incredulidad, rechazo), de *rabia* contra el que recuerda aquel deceso, e incluso miedo de faltar al respeto al difunto cuando se empieza a tener la alegría de vivir. Se tiene *miedo* al difunto, a la propia muerte, a los propios límites. Una reacción frecuentísima es la *tristeza* en todas sus manifestaciones, causada generalmente por el vacío y la soledad, que puede agudizarse en determinados periodos. Y está también la *depresión*, una forma de rabia que, en vez de dirigirse hacia fuera, se concentra en la persona. Puede haber reacciones de alivio, sobre todo si la muerte ha estado precedida de una enfermedad larga y penosa.
- *Reacciones mentales.* Se manifiestan normalmente en que es *difícil concentrarse*, en que se pierde *capacidad de proyectar* (sobre todo cuando la vida de pareja estaba consolidada) y en que *se busca a la persona perdida* en los objetos, recuerdos, olores y sueños, llegándose a tener alucinaciones auditivas o visuales.
- *Reacciones sociales.* Se manifiestan normalmente en forma de *resentimiento contra los otros* que no logran entender nuestro dolor, o de *sentimiento de no pertenencia*, es decir, la sensación de sentirse excluidos del consorcio humano (sobre todo en caso de viudez), o de *elaboración de una nueva identidad*, que es una reacción de crecimiento a través del dolor.
- *Reacciones espirituales.* La experiencia de duelo puede poner en crisis algunas convicciones superficiales de fe e incluso las más profundas. Una de esas reacciones es la *toma de conciencia de la propia finitud*, de la debilidad y vulnerabilidad de la naturaleza humana. Este puede ser un elemento muy positivo. Se rompe la ilusión de inmortalidad. Lo más importante de todo es la *consideración del papel de Dios* y la consiguiente *búsqueda de significado* de la propia experiencia del dolor.

2. *Reacciones atípicas ante el duelo.* Algunas han de considerarse patológicas. La forma patológica del duelo acontece, en general, cuando, en la aparición normal de los mecanismos de defensa para aliviar el dolor, se produce un bloqueo en un determinado

mecanismo que causa el bloqueo de la dinámica de la condolencia, de la que no se sale.

- *Condolencia anticipatoria.* Sobre todo en el caso de una enfermedad prolongada, que llevará inevitablemente a la muerte, se puede ser conscientes de lo que sucede y una preparación anticipada del inevitable acontecimiento. A continuación se emplea mejor el tiempo de que se dispone. Es un tipo de condolencia positiva.
- *Condolencia retardada.* El que vive este tipo de condolencia controla la situación, sobre todo al principio, tanto para no dejarse abrumar por ella, como porque debe dar ánimo a las personas que le rodean. El dolor se manifestará, incluso violentamente, en un segundo momento.
- *Condolencia crónica.* La situación de condolencia no se resuelve y dura incluso años, porque la persona está anclada en el pasado y no espera en el futuro.
- *Condolencia patológica.* La persona se encuentra abrumada por el dolor de la pérdida y presenta también graves desequilibrios físicos y psicológicos.

3. *La resolución de la condolencia.* La condolencia es un proceso, una dinámica. Podemos resumir en cuatro puntos una trayectoria equilibrada para solucionarla.

- *Aceptar la pérdida.* Aceptar la pérdida de una persona es difícil. La condolencia no puede evolucionar si no se es plenamente consciente del carácter definitivo de la pérdida y de la necesidad de plantear una vida en soledad. Sólo aquí puede empezar un camino de esperanza que trascienda la muerte.
- *Expresar la condolencia.* No se deben reprimir todos los sentimientos suscitados por el evento luctuoso, sino que hay que reconocerlos tal como son, hay que saber de dónde vienen, hay que aceptarlos y no juzgarlos ni reprimirlos, hay que expresarlos verbalmente o en el comportamiento, hay que integrarlos en la experiencia humana.
- *Acostumbrarse a vivir la nueva situación.* El superviviente debe aceptar los retos que le plantea el cambio de vida, que ya no es como la anterior... porque falta el difunto.

- *Invertir de otra forma la energía emotiva.* Es preciso dirigir hacia otros sitios la capacidad de amar y de darse. Así se podrá hablar de la persona amada sin desconcertarse y se podrán tener otros intereses.

b) *Orientaciones pastorales*

Señalamos brevemente cómo enfocar una relación de ayuda desde el punto de vista del contenido y de la práctica.

1. *Desde el punto de vista del contenido.* En relación con las necesidades psíquicas es muy importante ayudar a la persona que está de luto a no ahogar ni reprimir los sentimientos generados por la situación de dolor, sino a entenderlos e integrarlos.

En cuanto a la *fe* y a la relación con Dios, es claro que en una experiencia de duelo concurren todos los presupuestos para que entre en crisis nuestra imagen de Dios. El que está amargado se niega a menudo a ir a la iglesia o a rezar. Cuando se trata de ayudar, hay que tener en cuenta que esto no es pecado, y que incluso puede ser un itinerario de reconciliación.

Lo más importante es considerar el papel de Dios y la consiguiente búsqueda de significado de la propia experiencia de dolor. La pregunta más agobiante del que está de luto es esta: «¿Por qué?». Pregunta que no tiene respuesta. Lo único realmente útil es estar seguros de la presencia de Dios *en* el dolor. Obsérvese bien: *en* el dolor, no *por medio del dolor*. Somos llamados a vivir día tras día la dinámica de la cruz y de la resurrección. Aquí es donde se sitúa la pregunta por el sentido y la búsqueda de significado. Y cuando no hay ni sentido ni significado, no hay esperanza y sí desesperación. El agente pastoral debe ampliar el horizonte, debe reconstruir la imagen de Dios y lograr que la persona que está de luto entrevea el significado profundo de la vida, que trasciende a la persona que ha fallecido.

Se le debe ayudar también a comprender que las desgracias, las enfermedades, los males y el duelo no son ni *queridos* ni *causados* por Dios. Y hay que decirle asimismo que Dios, en virtud de la humanidad de Cristo muerto y resucitado, da fuerzas para afrontar y

superar la tragedia. La fe no nos libra del dolor, pero nos ayuda a hacerle frente. A partir de aquí es preciso convencer al que sufre de que el dolor, por intenso que sea, no debe llevarle a replegarse en sí mismo, sino que, por la fuerza de la fe, debe tratar de abrirse de un modo nuevo a los demás para amar concretamente, para entablar nuevas relaciones, para curar la enfermedad de la soledad.

2. *Desde el punto de vista práctico.* Transcribimos el decálogo de A. Pangrazzi¹¹ para los que se dedican a ayudar a las personas que están de luto.

- *Familiarizarse con el proceso de condolencia.* El agente pastoral siempre tiene miedo a una situación embarazosa. Eso se supera conociendo la dinámica de la condolencia, de esa manera resulta posible acompañar a quien sufre con equilibrio y serenidad.
- *Evitar las frases hechas.* El uso de estereotipos minimiza groseramente el dolor del que está de luto y a menudo hace sufrir más.
- *Permitir los desahogos.* El agente pastoral debe escuchar de verdad y no debe tener ninguna prisa en ofrecer soluciones inmaduras. Debe hacer sitio al que sufre y acoger empáticamente sus desahogos.
- *Valorar la presencia.* Es muy importante estar junto al que sufre con atención, cercanía física y presencia silenciosa.
- *Mantener los contactos.* Es frecuente que se concentre toda la solidaridad humana exclusivamente en el momento de la muerte y de la sepultura. Pero, en realidad, la sensación de pérdida es más viva en las semanas siguientes, y entonces es cuando es más urgente la presencia de una persona amiga.
- *Cultivar los recuerdos.* No hay que tener miedo a recordar a la persona desaparecida, porque puede confortar a sus seres queridos y puede tener un valor terapéutico. Así se ayudan las personas a fijar la frontera entre el pasado y la nueva situación a la que hay que hacer frente.
- *Animar a elegir.* Ayudar a hacer pequeñas elecciones supone pasar de una sensación de impotencia a un sentido de res-

ponsabilidad cada vez mayor. Cada elección supone un avance en el proceso de la condolencia.

- *Respetar las distintas reacciones.* Aunque el duelo es una experiencia universal, cada persona lo vive de una forma distinta. No hay que imponer nunca los propios esquemas, sino que hay que estar atentos a los tiempos y a las situaciones específicas.
- *Ser signo de esperanza.* Suscitar la esperanza en las personas que están de luto es ayudarles a valorar el dolor, no a soporarlo. Significa confortar a quien de repente se siente perdido; es animarle a dejar atrás poco a poco el pasado y a proyectarse hacia el futuro; es abrirle sobre todo a la esperanza cristiana.
- *Movilizar los recursos comunitarios.* El sufrimiento del prójimo interpela también a toda la comunidad cristiana para que se movilice y se haga presente con signos concretos de solidaridad. En esto juega un papel muy importante el voluntariado, porque transmite gratuidad y comprensión al que sufre.

Concluamos diciendo que no hay ningún análisis psicológico que agote la profundidad y la seriedad que conlleva el sufrimiento. Es preciso haberlo experimentado de algún modo en la propia vida. Estas consideraciones nos llevan justamente a un significado más profundo, a saber, que la muerte es un misterio que trasciende su configuración meramente fisiológica, y sólo el Dios de la vida puede hacer que entreveamos el sentido de su profundidad.

11. Cf. A. Pangrazzi, *Il lutto: un lungo viaggio dentro la vita*, Torino 1993.

Desde nuestra perspectiva, la dinámica de grupo se inserta en la pastoral del servicio cristiano, más concretamente en la pastoral de base. Las estructuras fundamentales son la persona, la familia, la comunidad de base, la parroquia, los grupos, las asociaciones, etc. Los distintos grupos se convierten en situación pastoral en cuanto están en relación con el agente pastoral y están abiertos a la trascendencia tanto en su objetivo como en sus medios.

En cuanto a la naturaleza de las agrupaciones de base, parece que se pueden reducir a dos modelos principales: el del grupo y el de la comunidad. Un *grupo* nace alrededor de una necesidad de tipo cultural, y aunque tiene una motivación religiosa y crea espacios formativos, sus objetivos son limitados y prácticos. En cambio, una *comunidad* se forma en torno a la palabra de Dios, que pide un acto libre y explícito de fe, y habitualmente celebra los sacramentos y cuenta con el ministerio ordenado para poner en marcha un camino de conversión. Aquí sólo intentamos examinar los elementos que pueden ayudar a comprender y valorar el funcionamiento de los diversos grupos en la Iglesia.

1. *El grupo psicológico*

No es fácil definir un grupo. La mayoría de los autores se conforma con enumerar las condiciones sin las que un conjunto de personas no se puede llamar «grupo». El concepto de grupo psicológico, en sentido propio, se caracteriza por tener un conjunto de características específicas. El grupo psicológico se puede definir como el *conjunto de dos o más personas que interactúan o se comunican*. La interacción se realiza *cara a cara*. Los grupos se com-

ponen de individuos que se consideran *parte de una unidad que perdura en el tiempo y en el espacio*. Además, los miembros de un grupo *se distinguen por tener al menos un fin en común*.

1. *Intercomunicación psicológica*. Una comunicación profunda entre personas sólo puede existir si se conocen mutuamente. Para poder hablar de grupo es preciso que entre sus miembros se entablen relaciones de amistad y de empatía, fruto de un conocimiento que lleva a descubrir las cualidades y limitaciones de cada uno. El anonimato es la negación y el enemigo mortal de la vida de grupo, mientras que la intercomunicación psicológica es uno de los criterios para ver si es auténtico. Que haya intercomunicación psicológica en el grupo comporta, como consecuencia lógica, que sea un grupo cohesionado.

2. *Interacción dependiente*. Los miembros del grupo se apoyan unos a otros para realizar un trabajo, para conseguir un objetivo concreto. Eso supone que se intercambian valores, experiencias, iniciativas e intuiciones, que cada miembro del grupo tiene en abundancia. La interacción dependiente se convierte en una auténtica mística de crecimiento y desarrollo y llega a constituir el «proceso del grupo hacia el objetivo».

3. *Consecución de un fin común*. La consecución de un fin común hace que cada miembro del grupo esté contento y dispuesto a participar activamente en el compromiso. El fin común es, pues, una especie de «imán» que unifica las aspiraciones de todos. El objetivo común es el «alma del grupo» y le confiere una fisonomía existencial propia. Podríamos definirlo así: «El grupo psicológico es la unión de varias personas que se comunican entre sí mediante una relación de amistad y actúan en un clima de cooperación para conseguir un fin común»¹.

Cuando se habla de grupo hay que efectuar algunas precisiones sobre la pluralidad de este fenómeno. Atendiendo al número de miembros, la psicología habla de *microgrupos* si no superan los

1. G. Luce, *Dinamica di gruppo*, Roma 1977, 33.

veinte socios y de *macrogrupos* si superan ese número. En cuanto a la manera en que surgen, se pueden dividir en *grupos espontáneos* (naturales) y en *grupos impuestos* (institucionales). Los grupos naturales nacen como respuesta a expectativas personales y a tensiones ambientales, y en ellos es fácil que surjan relaciones directas entre los miembros. Su gran ventaja está en la espontaneidad, en la búsqueda de los valores auténticos, en su capacidad de cohesión basada en una sólida amistad y en su profundo influjo en el comportamiento de sus miembros.

Los *grupos impuestos* (institucionales) existen en virtud de una fuerza exclusivamente externa que a menudo no tiene en cuenta las exigencias personales e íntimas de sus miembros. Es el caso del cuartel, de la cárcel o de los internados, grupos en los que no existe la intercomunicación psicológica de los grupos espontáneos.

A estos primeros dos tipos podemos añadir los *grupos de valores*, cuyo objetivo específico es conquistar y conseguir una amplia gama de valores e intereses: políticos, sociales, religiosos, culturales, deportivos... Este grupo natural de valores es el grupo ideal (psicológico) porque sus miembros encuentran en ellos las respuestas concretas a sus deseos de realizarse en la comunidad.

a) *El desarrollo de los pequeños grupos*

El grupo no es producto de un momento, sino de un desarrollo. Desde que se ve al otro por primera vez hasta que se cae en la cuenta de la interdependencia, este desarrollo pasa por unas fases características: fase de orientación, de primeros conflictos, de organización y de acción.

1. *Fase de orientación*. Los miembros de un futuro grupo psicológico reúnen al principio datos unos sobre otros y se conocen. Cuando el grupo ya existe, el nuevo miembro trata de familiarizarse con las normas del grupo, de conocer a sus *líderes* y a los demás miembros. Pero hay que insistir en que no se trata de una pura y simple recogida de datos, sino del comienzo de un proceso dinámico más profundo que caracteriza a todos los grupos. Es decir, empieza la dinámica de las atracciones y repulsas mutuas entre los miembros.

2. *Fase de los primeros conflictos.* El proceso de inserción en un grupo, y todavía más la búsqueda de amistad, crean con frecuencia tensiones y equívocos entre los miembros. Casi todas las comunidades, tras un periodo de entusiasmo y lanzamiento, pasan por una crisis, por un estancamiento. Las relaciones entre los miembros son tensas y decrece el entusiasmo. Es interesante observar esto no sólo en los pequeños grupos, sino también en las grandes instituciones religiosas, nacidas todas ellas por otra parte como grupos informales y espontáneos a partir de unos pocos amigos. Tras los primeros fracasos, los miembros investigan sus causas, se acusan entre sí, algunos dejan el grupo y otros piden que se replanteen los objetivos y las estructuras. Si el grupo supera esta primera crisis, pasa a la tercera fase y empieza su vida en sentido estricto.

3. *Fase de organización.* Después de clarificar los primeros fracasos y malentendidos, los miembros se aceptan entre sí precisamente en razón de sus divergencias. No buscan una unidad meramente externa, sino que aceptan la posibilidad del pluralismo a la hora de perseguir sus objetivos. Admiten la necesidad de complementarse mutuamente y de depender de unas normas comunes. Así es como empieza la elaboración de las normas del grupo. En las comunidades religiosas es ahora cuando se redactan las constituciones y las reglas. Y al mismo tiempo surge otro tema: la misión. Los miembros están convencidos de que el grupo no es un fin en sí mismo, sino que tiene una misión, un quehacer, y que la vida en el grupo es sólo un medio, un camino para conseguir ese objetivo. Cuando un grupo o una comunidad se centran exclusivamente en sí mismos salta la alarma.

4. *Fase de acción.* Cuando un grupo ha consolidado su estructura interna, se puede orientar hacia la misión. Los miembros aceptan su puesto y su papel en la estructura del grupo y no discuten los objetivos comunitarios.

Estas cuatro etapas en la evolución de un grupo se repiten periódicamente en la vida de cada asociación, comunidad religiosa, parroquia, etc. Uno de los factores que hace que el grupo se «repiense» es la llegada continua de nuevos miembros, y por tanto, de

nuevas ideas y actitudes que pueden dar lugar a una tensión entre «viejos» y «nuevos». En estos casos se suele convocar una asamblea general donde se replantean los objetivos, se revisan los medios y se pone en marcha una fase con una acción renovada.

b) *Los cambios en la estructura del grupo*

Los grupos son realidades dinámicas con una evolución y una estabilidad propias. Existen algunos factores que intervienen en este proceso.

Conflictos internos. Algunos grupos son muy estables y otros poco, en el sentido de que pueden experimentar cambios temporales o duraderos. Una de las causas principales de la inestabilidad son los conflictos entre los individuos y los *subgrupos*. Estos pueden modificar la estructura del grupo mediante situaciones conflictivas; los *factores externos* pueden amenazar la estabilidad o aumentar la cohesión cuando se percibe el peligro como un enemigo común; la *pérdida de un miembro*, o su ingreso, puede cambiar profundamente la dinámica de grupo. Pero, aunque no se produzca ni entrada ni salida de miembros, existen variaciones de orden psicológico en los miembros, como el envejecimiento o la presencia de jóvenes que se están desarrollando, etc., que provocan los cambios.

Es también útil estudiar el problema de la *confianza* en el grupo. La confianza mutua no sólo determina la calidad de la relación entre los miembros, sino que puede considerarse como el barómetro del clima general que hay en él. Por otro lado, la crisis de confianza es una de las principales causas de la posible disolución de un grupo.

La *autorrevelación* (o sea, la manifestación de la propia conciencia) sólo se justifica en virtud de las relaciones interpersonales. Eso significa que no es nunca un fenómeno marginal o casual, pero que tampoco se puede forzar. La constrictión puede ser también psicológica o extorsionadora: «Si no dices esto o aquello, no puedes ser miembro de este grupo». La *autorrevelación* sólo es honesta cuando es recíproca, es decir, si el otro la acepta y se autorrevela.

c) *La dinámica interna del grupo*

No es fácil precisar en qué consiste la dinámica interna de un grupo pequeño. G. Luce habla de «mística operativa» del grupo², es decir, de una intuición que inspira al grupo desde dentro. La psicología social habla de las ideas, de las nociones y de los dogmas sobre materias importantes para los fines comunes de los miembros del grupo. Una creencia común que comparten los integrantes de casi todos los grupos estables y organizados es que el grupo está por encima de sus miembros (una universidad es lo que «va más allá» de los estudiantes, facultades, edificios, laboratorios, bibliotecas, etc.). A esta creencia se la ha denominado «ficción institucional», es decir, se cree que un instituto, que un grupo tiene una existencia «propia»³. La filosofía de grupo no es más que la tematización y explicitación de esta intuición. En el caso de los grupos eclesiales, parece que esta mística consta de tres factores:

1. *Necesidad de crecimiento personal.* En los pequeños grupos se suele aceptar a cada cual tal y como es, incondicionalmente. La aceptación incondicional es necesaria para la salud mental. La experiencia de ser aceptados constituye la confianza básica.

2. *Apertura a los demás.* Ser reconocidos como «alguien», o sea, ser apreciados y valorados en cuanto individuos, es una necesidad fundamental. Los grupos pequeños satisfacen esta expectativa porque todos se conocen y tienen un papel individual.

3. *Misión salvífica al servicio de la comunidad.* La experiencia básica cristiana es la experiencia de la redención personal, que tiende a manifestarse a los demás y, por tanto, exige ser comunicada. El cristiano es siempre misionero y los pequeños grupos son un lugar privilegiado para testimoniar la propia experiencia.

2. G. Luce, *Dinamica di gruppo*, 131 ss.

3. Cf. D. Krech-R. S. Crutchfield-E. L. Ballachey, *Individuo e società*, Firenze 1984, 475 (versión cast.: *Psicología social*, Madrid³1977).

d) *Las desviaciones del grupo*

Los grupos no suelen reflexionar sobre su mística, que actúa como convicción sobre la legitimidad de su existencia. Sin embargo es conveniente acudir a ella de vez en cuando para evaluar la salud del grupo, que sólo será estable mientras viva la experiencia de la redención y esté abierto a los demás. Pero si se recluye en sí mismo, empezará a decaer, y entonces se puede comenzar a hablar de una desviación que puede afectar a los tres aspectos que acabamos de exponer.

1. *La pérdida de la identidad personal* puede ser un auténtico peligro para las personas psicológicamente inmaduras. El pensamiento colectivo sustituye a veces a la decisión personal y la pertenencia al grupo a la identidad personal. Algunos autores hablan de una «dependencia» del grupo parecida a la drogodependencia⁴. El sentimiento de pertenencia, que ha llegado a un nivel patológico, puede ser desastroso no sólo para las personas, sino también para la sociedad, porque a las personas se las puede manipular fácilmente. Los líderes de los pequeños grupos deben saber que algunas personas tratan de insertarse en el grupo no por sus ideales, sino por una necesidad terapéutica.

2. *El narcisismo colectivo.* Es la deformación de las relaciones en el grupo. Se suele manifestar después de definir las normas y principios, cuando se refuerza la interdependencia y se esboza la imagen del grupo ideal. Es ahora cuando aparecen las primeras tentaciones *elitistas*. El grupo se encierra en sí mismo y se conforma con contemplarse. Los miembros se encuentran bien juntos y se limitan a vivir su afectividad dentro del grupo. Los problemas vienen cuando se descubre la sima que existe entre la situación real y la ideal. Se quita importancia a los conflictos o se intenta eliminarlos con una autocrítica excesiva para demostrar la propia fidelidad al grupo. Son bien conocidos los fenómenos de autorrevelación y de confesiones públicas en algunos grupos. Pero las grandes ex-

4. Cf. J. Scharfenberg (ed.), *Glaube und Gruppe: Probleme der Gruppendynamik in einem religiösen Kontext*, Göttingen 1980.

pectativas de un grupo ideal no se realizan nunca, de manera que el grupo vive en un estado de frustración permanente.

3. *El peligro del sectarismo.* Nace de la pérdida del sentido de la misión. Un grupo se convierte en secta cuando se apropia de la verdad y a la vez rechaza a los demás grupos. Conviene distinguir tres tipos de sectas. Algunas aceptan ser una minoría y subrayan los valores religiosos que proclaman. Estos grupos son cerrados, pero no agresivos, y no constituyen un peligro para los demás. Algunas sectas critican a los demás grupos, pero sin atacarlos directamente. Su aislamiento es el signo de su protesta, como hacen algunos grupos de base que se han aislado de la Iglesia. Más peligrosos son los grupos que acusan a la Iglesia de haber falsificado la verdad y el evangelio, pues se vuelven integristas y se creen los únicos poseedores de la verdad.

2. El liderazgo

En cuanto se juntan dos personas, surge un *líder*. Algunos miembros desempeñan desde el principio un papel más activo que los demás en el grupo, se les acoge y escucha con más respeto y tienden a dominar. Aquí empieza la «diferenciación» entre «guías» y «gregarios», una estructura jerárquica que se va definiendo y fijando a medida que el grupo crece y se estabiliza. Y mientras esto se produce, el papel del líder es cada vez más importante para el funcionamiento del grupo. Conviene observar, además, que el individuo vive bajo la influencia de los líderes: superiores, controladores, supervisores, jefes, oficiales, profesores, presidentes, etc. Su destino y el de todo el grupo dependen en gran medida de los guías y de su forma de dirigir.

a) *Cómo surge el liderazgo*

La formación del *liderazgo* y sus funciones en un grupo dependen de la estructura, la situación y las tareas del propio grupo. En general, la autoridad tiende a concentrarse en una sola persona o en unas pocas, y no a repartirse por igual entre todos los miembros del grupo. La formación del *liderazgo* depende de varios factores:

- de la *complejidad del grupo*. Los grupos y organizaciones amplias y complejas necesitan un cierto número de líderes;
- de las *crisis*. Se requiere que haya un líder sobre todo cuando el grupo queda bloqueado en la consecución de sus fines o cuando se le amenaza desde fuera poniendo en peligro su seguridad;
- de la *inestabilidad del grupo*. La amenaza interna, como la externa, es una magnífica ocasión para que surja el liderazgo;
- de las *necesidades*. Lo que caracteriza al líder es lo fuertes que son algunas de sus necesidades que satisface su papel (poder, prestigio, ventajas materiales...).

b) *Funciones del líder*

Su importancia depende de los grupos y se pueden dividir en:

- *primarias*, es decir, las esenciales para el liderazgo;
- *accesorias*, las que asume el propio líder o que el grupo puede delegar en él gracias a su posición (símbolo externo del grupo, depositario de responsabilidad individual, ideólogo, padre, chivo expiatorio, etc.).

El que actúa en los grupos, o como animador o como director espiritual, debe tener presentes algunas de las funciones que pueden condicionar en mayor medida la libertad espiritual de sus miembros. El líder es fácilmente el punto de convergencia de la responsabilidad individual, liberando a la persona de tomar decisiones por su cuenta. E. Fromm habla de la tendencia de los miembros del grupo a delegar en los jefes las responsabilidades críticas en su «huida de la libertad». El líder es también una figura *paterna*, centro clave de los sentimientos positivos del individuo, objeto ideal para la identificación, para el *transfert*, para los sentimientos de sumisión. Pero también se puede convertir en *chivo expiatorio*, en una diana para la agresividad del grupo frustrado, contrariado, desilusionado. Y finalmente, como *ideólogo*, es la fuente de las creencias, valores y normas, sobre todo cuando controla el flujo de la información en el grupo.

3. El individuo en el grupo

El cuidado pastoral no se limita sólo a los individuos, sino que se extiende también a la relación entre grupos e instituciones. En cuanto a la vida espiritual, las personas que pertenecen a un grupo o a un movimiento espiritual tienen muy a menudo un director propio, pero siguen el camino espiritual del grupo o movimiento, es decir, el modelo que llamamos «dirección espiritual encarnada». Cuando se trata de grupos, el director es el garante del *milieu* (ambiente) en el que se recorre el camino espiritual, y su tarea principal consiste en trazar las coordenadas para ese camino⁵. En este contexto, la presión de la pertenencia al grupo puede disminuir la libertad personal. Examinaremos algunos fenómenos, pero antes nos preguntamos: ¿de dónde viene esta disminución de la libertad espiritual?

Los grupos dan normalmente a sus seguidores una sensación de seguridad, aumentan su poder y los protegen de posibles ataques. Pero puede que la libertad que la persona gana de esta forma se vea limitada por las exigencias de obediencia del mismo grupo. Aunque los grupos favorecen el ejercicio de algunas libertades, al mismo tiempo pueden destruir otras.

a) La cohesión del grupo

Una de las razones que mueven al individuo a ingresar en un grupo es la esperanza de encontrar *calor* y *apoyo*. Pero no en todos los grupos se tiene una experiencia positiva, pues entre los mismos compañeros de trabajo, en la familia o en la comunidad religiosa pueden prevalecer los antagonismos y las hostilidades. El concepto de *cohesión* indica el grado de atracción mutua de los miembros en cuanto individuos y del grupo en su conjunto. Cuando esta atracción es grande y se valora mucho la pertenencia al grupo, entonces se dice que el grupo *tiene un alto grado de cohesión interna*.

1. *Factores que favorecen la cohesión del grupo*. La cohesión interna puede ser favorecida por cualquier factor capaz de aumen-

5. Cf. J. Sheets, *Spiritual Direction in the Church*, en D.L. Fleming (ed.), *The Christian Ministry of Spiritual Direction*, St. Louis 1988, 60-61.

tar el valor del grupo ante cualquiera de sus miembros. El grupo puede lograr una mayor cohesión si consigue alcanzar sus objetivos. Además, parece que los miembros se estiman más unos a otros cuando ven que las ventajas de cada uno dependen de la contribución de todos.

Las *amenazas externas* pueden acrecentar la estima mutua y aumentar la cohesión. Se advierte una mayor cohesión en las comunidades que han sufrido *calamidades naturales*, como sucede también en las poblaciones amenazadas por la guerra. Para reforzar la cohesión nacional, algunas veces las autoridades políticas recurren a la amenaza de una posible invasión extranjera.

La *competitividad que viene de fuera* tiene más o menos los mismos efectos que una amenaza, porque muestra que hay posibilidades de que el grupo pueda perder algo o ser destruido. En los grupos que están en esta situación, la cohesión interna es mayor.

2. *Factores que impiden la cohesión*. Mientras que la competitividad que viene de fuera puede aumentar la cohesión, la que viene *de dentro* puede disminuirla. Cuando en un grupo cooperativo la persona singular contribuye con una buena idea, se benefician todos, pero en un grupo competitivo el único que saca provecho de su rendimiento individual es el individuo. Otro obstáculo para la cohesión puede ser el *diferente grado de simpatía* mutua que existe entre los miembros del grupo. Es inevitable que en un grupo haya algunos que sientan preferencia por otros en perjuicio de los demás. Los que sienten una atracción mutua especial dependen a formar *subgrupos* en el grupo. Un buen ejemplo de estos subgrupos son los *clanes* que se forman en las asociaciones de estudiantes.

3. *Consecuencias de la cohesión*. Pueden ser positivas o negativas. En un grupo con una fuerte cohesión interna los individuos se aficianan profundamente unos a otros. Pero esta simpatía mutua no siempre tiene consecuencias positivas para los otros aspectos de la vida comunitaria. Entre los fenómenos negativos está el «modo de pensar del grupo». O sea, un modo de pensar en que la necesidad de anonimato para mantener la cohesión del grupo acaba impidiendo valorar de una forma realista lo que le viene bien. Sus

componentes, que tienen un alto grado de cohesión, suelen ser amigos íntimos y presionan mucho para que se mantenga este consenso mutuo. El individuo desea conformarse por completo a su grupo y mantener su buena disposición, adoptando un comportamiento conformista.

El modelo de pensamiento de grupo produce una verdadera *distorsión de los procesos de decisión*, que se alteran de diversas formas:

- sólo se discute un pequeño número de decisiones, pues los miembros del grupo prefieren sistemáticamente no plantear alternativas a las preferencias manifestadas originariamente;
- el grupo no examina ni el procedimiento por el que ha optado la mayoría ni las posibles alternativas, pues ninguno de sus componentes quiere quedar mal ante los demás;
- el grupo evita que opine un experto. Y en el caso de que busque esta opinión, se tiende a destacar los puntos de vista que favorecen la propia opción inicial para salvaguardar así la cohesión interna y la unidad de propósitos⁶.

b) *Conformismo y pérdida de la identidad personal*

La amenaza más grave para la libertad espiritual en un grupo es el *conformismo*, que se produce cuando los demás influyen en nuestro modo de pensar, modelando y modificando nuestras posturas y convicciones, y controlan en cierta medida nuestros comportamientos. Se define como la cesión del juicio o de la acción del individuo a la presión del grupo, debida al conflicto que se establece entre nuestra opinión y la del grupo. Las presiones pueden ser implícitas, cuando la simple existencia de un juicio o de una acción del grupo, que el individuo percibe como distinta de la suya, puede influir en él.

¿A qué se deben las actitudes conformistas? En general, el conformismo es mayor cuando deseamos la aprobación de los otros, cuando los demás nos desaprueban porque no hemos sido correctos, cuando tendemos a imitar el comportamiento de las personas

6. Cf. K. J. Gergen-M. M. Gergen, *Psicología sociale*, Bologna 1990, 398-407.

que tienen conductas coherentes y claras, cuando tenemos ideas confusas o cuando los demás parecen más expertos en el problema que se está afrontando.

En estos casos hay que tener en cuenta que todo grupo tiene un líder casi indiscutible. Las personas, sobre todo las menos estables, empiezan a depender afectivamente muy pronto de estos líderes y se produce el fenómeno del *transfert*⁷. No excluimos tampoco la manipulación del sujeto y de su libertad en grupos con un *liderazgo* muy afirmado, con una estructura interna bien configurada y con una visión del mundo bastante integral. En estos movimientos estamos ante un fenómeno que podríamos calificar casi de *autarquía*, es decir, de autosuficiencia en la organización y en la acción, mientras que la necesidad de confrontarse y relacionarse con la realidad externa –que a menudo se considera negativa y errónea– se reduce a lo indispensable.

Resumiendo: la libertad espiritual, en un grupo religioso, puede disminuir por la presión de la dinámica del grupo, que tiende siempre a aumentar la cohesión interna en perjuicio de la identidad personal de sus miembros. El cometido del director espiritual es discernir entre las verdaderas experiencias religiosas y las que persiguen exclusivamente el autodescubrimiento del propio yo y de las propias capacidades y potencialidades como fin en sí mismo.

4. *Las masas*

Se dan nuevas situaciones que piden ahora que se preste atención a la psicología de masas (movimientos juveniles, manifestaciones, huelgas «salvajes», catástrofes técnicas y militares, etc.). Al pequeño grupo lo podemos definir con el «cara a cara» (*face to face*) de sus miembros; el término *masa* se refiere a una multitud que se encuentra «hombro con hombro», no está organizada, es provisional, no periódica, numerosa y que realiza ciertas actividades (se distingue también del reagrupamiento «pasivo» y del «público») ⁸.

7. Cf. J. D. Castelein, *Glossolalia and the Psychology of the Self and Narcissism*: Journal of Religion and Health 23 (1984) 47-62.

8. Cf. *Massa/psicologia di*, en W. Arnold-H. J. Eysenck-R. Meili, *Dizionario di psicologia*, Cinisello Balsamo 1986.

Proponemos la siguiente definición: «La masa está formada por un gran número de personas, cuya atención es atraída por un punto focal y que están en contacto directo, temporal y generalmente desorganizado»⁹.

En cuanto al fin, la actividad de la masa se puede dividir en *agresión* (revuelta, linchamiento), *apropiación* (ocupación de espacios, saqueo), *repliegue o huida* (reacción ante catástrofes) y *expresión y juego* (fiestas).

Lo normal es que el comportamiento «como masa» sólo exista cuando las personas tienen un *punto focal común de atención*: asistir juntas a un incidente o a un partido de fútbol, escuchar a un orador en una plaza, atacar o linchar a un miembro de otro grupo, etc. Mientras cada uno de estos grupos se comporte de un modo distinto, se podrán observar claramente en todos los tipos de comportamiento –que se distinguen del de un individuo aislado y del de los pequeños grupos organizados– los siguientes aspectos:

1. La inteligencia de la masa es generalmente escasa. Los que quieren conseguir el asentimiento de una masa deben dirigirse no sólo al grado más bajo de inteligencia, sino que, debido al gran número de personas, deben entender que es imposible una discusión racional en la que todos puedan participar. La sensación de compartir una experiencia con otros refuerza la *emoción* de los participantes. La masa es crédula y sugestionable, y puede aplaudir sin solución de continuidad a oradores que dicen cosas absolutamente contrarias. El pensamiento racional se queda a un lado y prevalecen los *móviles emotivos e instintivos*.

2. *Disminuye la responsabilidad personal*. Cuando se halla en medio de una masa, alguien puede cometer actos violentos y crueles que no cometería si estuviera solo. La tendencia a la irresponsabilidad es mayor cuando los participantes no se conocen entre sí y actúan, en cierto modo, anónimamente. Pero la masa no sólo se sitúa a un nivel inferior al que normalmente ocupan los individuos, sino que también puede situarse muy por encima y mover a algunos a sacrificarse heroicamente. Estos, al contacto con la masa, ad-

quieren una *sensación de omnipotencia* que pueden manifestar en su perjuicio o que pueden perder rápidamente si chocan con una resistencia superior.

3. Las características comportamentales de la masa corresponden a algunos procesos de *mentalidad primitiva*. Los instintos destructivos, frenados normalmente por el *ego* y el *ego-ideal*, se liberan de golpe cuando el individuo forma parte de la masa. Cede a su sensación infantil de omnipotencia, que ya no es frenada por consideraciones realistas, y en ocasiones a las exigencias muy elevadas y quizás no muy fundadas de *auto-sacrificio* que hace el *super-ego*. Obedece sin tener para nada en cuenta el valor objetivo del sacrificio en sí mismo. Pero ¿cuál es la fuerza que presiona a los individuos cuando se encuentran en medio de una masa a abandonar por algunas horas sus intereses conscientes y racionales? El odio común a un grupo rival, la admiración por un jefe o la *profunda devoción al propio grupo pueden proporcionar las bases* emotivas de la sugestionabilidad de la masa. Si una asociación estable se reúne en una asamblea o en un congreso de partido con varios miles de delegados, el orgullo de los socios, basado en las tradiciones de su organización, puede provocar entusiasmo u odio para con el enemigo común. Estas circunstancias pueden transformar la reunión de un grupo democrático en un terreno apropiado para políticos astutos que hacen propaganda con sus delegados en lugar de consultarles en un plano de igualdad.

Pero incluso en una asamblea más preparada, si es muy numerosa, no puede darse el intercambio de ideas que hace que la discusión de los pequeños grupos sea intelectualmente fecunda y estimulante. En una reunión numerosa se está condenado a un intercambio «en sentido único» entre la tribuna y el público, que sólo puede manifestar su aprobación o desaprobación y algunas de las emociones más comunes, pero nunca puede expresar su opinión individual.

El estudio de la dinámica de grupo tiene una gran aplicación en la psicología pastoral. Las distintas agrupaciones en la Iglesia no pueden sustraerse a los fenómenos generales de los grupos. A continuación examinamos dos ámbitos de esa aplicación: los fenómenos carismáticos y los fenómenos sectarios.

9. O. Friedman, *Psicología social*, Firenze 1953, 101.

5. El grupo carismático

El movimiento carismático (o de renovación en el Espíritu), sobre todo después del concilio Vaticano II, se ha convertido en un tesoro de la Iglesia universal. No pretendemos ofrecer un estudio profundo del movimiento carismático en cuanto tal; sólo nos vamos a detener en algunos aspectos que pueden relacionarse directa o indirectamente con la pertenencia al grupo. Desde esta perspectiva, el grupo carismático nos sirve de paradigma para estudiar el nexo entre los fenómenos espirituales y la dinámica de grupo.

a) La experiencia carismática

Desde un punto de vista fenomenológico se puede describir la experiencia carismática como «vigorosa alabanza a Dios, proclamación del señorío de Jesús, orar confiadamente por la curación de los enfermos, educar con autoridad, ser corregido por un hermano en el Señor, hablar en lenguas, leer todos los días la Escritura, confesar los pecados, aceptar el perdón del Señor, contar a los demás lo que el Señor ha hecho en nuestra vida, la oración frecuente con las otras Iglesias»¹⁰.

Todos los movimientos espirituales empiezan con la *experiencia de Dios*. El individuo que está dispuesto a experimentar a Jesús en él se convierte en un testigo porque da un vuelco a su vida. El punto central de la proclamación de la Iglesia es *Jesús es el Señor*. Y es lo que caracteriza también al movimiento carismático. A Jesús se le siente como alguien que camina con nosotros, que cura, que salva y que cambia la vida del creyente. El *bautismo en el Espíritu* es muy importante en la experiencia del movimiento carismático, es la entrega de toda la vida a Jesús como Señor. Los dones del Espíritu, menos el don de lenguas, son enumerados por san Pablo en 1 Cor 12, 4, y constituyen diversas formas de ministerio. Los otros son dones para la acción (como el don de curar) y sirven para edificar el Cuerpo de Cristo (puede verse 1 Cor 12, 12).

La comunidad carismática concibe el *bautismo en el Espíritu* como base para abrirse a la vida del Espíritu y transforma esta ex-

periencia en disciplina vital. Los discípulos de la comunidad carismática insisten en el papel central y en la importancia de la cruz. La mejor parte de su doctrina consiste en la necesidad constante de purificarse y santificarse interiormente. Los dos fenómenos más estudiados en los grupos carismáticos son la *glosolalia* y *abandonarse en el Espíritu*.

1. La *glosolalia* es una vocalización que suena como una lengua, aunque carece de un significado semántico o sintáctico preciso. En la tradición cristiana va unida a la posesión del Espíritu santo y a la unión con Dios por medio de la oración y las profecías. La oración no tiene carácter intelectual, sino preconceptual, es decir, se trata de una oración que no se rige por las estructuras comunes del lenguaje.

El objetivo del don de lenguas es la oración de petición, pero también y principalmente la *alabanza*. Los estudios han mostrado que ordinariamente el hablar en lenguas no tiene la estructura de una lengua real, sino que es un balbucear a Dios, una especie de pre-lengua similar a la de un niño que todavía no sabe hablar, pero que emite sonidos de significados no precisos. Es una oración vocal no conceptual, parecida a la oración silenciosa no conceptual. Los sonidos de la oración en lenguas suelen ser un poco repetitivos; en esto la oración en lenguas se parece mucho a las oraciones repetitivas como, por ejemplo, el rosario¹¹.

Ha habido algunos intentos de explicar la naturaleza psicológica de la glosolalia: histerismo, regresión infantil, etc. Pero las explicaciones que recurren a una causa patológica no sirven para las personas sanas y equilibradas.

La *aproximación psicosocial* intenta explicar la glosolalia como un comportamiento que puede ser aprendido por casi todo el mundo siempre que se tenga motivación suficiente y que se pueda aprender de un modelo. La motivación para aprender la glosolalia es comprendida por el sujeto como sistema de creencias. Para los pentecostales protestantes, por ejemplo, la glosolalia es la «destrucción de los puentes» que separan al nuevo creyente de su iden-

10. P. Hocken, *The Charismatic Experience: The Way* 18 (1978) 44-55.

11. Cf. R. Faricy, *La lode e il dono delle lingue*, en AA. VV., *Mistica e misticismo oggi*, Roma 1979, 489.

tividad anterior y lo inserta como miembro de pleno derecho en la fraternidad religiosa. La glosolalia como *comportamiento aprendido* ha sido estudiada por N. P. Spanos y sus colaboradores, que interpretan ese resultado como producto del aprendizaje y no como expresión de una conciencia alterada¹².

2. La experiencia de «abandonarse en el Espíritu» (o también «reposo en el Espíritu») es una expresión religiosa corporal particularmente espectacular, conocida sobre todo en los ambientes evangélicos. Es un fenómeno que se compara con la caída de san Pablo en el momento de su conversión, descabalgado por el Espíritu. Así lo describe A. Godin:

Para el observador se trata de una reacción a la imposición de manos, con una caída hacia atrás (con uno o dos asistentes que lo sostienen), una postura distendida sin perder la conciencia que dura de dos a diez minutos, seguida de una sensación de bienestar psíquico y moral. Esta manifestación fue popular en los Estados Unidos, sobre todo entre los metodistas, después de las sesiones de curación animadas por Kathryn Kuhlmann, y que algunos sacerdotes católicos utilizaban en aquel contexto. La mayoría de las personas que la han experimentado la describen como una experiencia de abandono, de pérdida de la conciencia egocéntrica de sí mismo, de sumisión a Dios y al Espíritu con una sensación de calor, de fuerza que no es pesadez, seguida inmediatamente de un sentimiento de alegría y de paz¹³.

La experiencia que acompaña al «abandonarse en el Espíritu» se presenta como una *manifestación corporal* que tiene un simbolismo parecido al de «hablar en lenguas» (abandono de una función que normalmente tiene que ver con el control de uno mismo) o del bautismo por inmersión (que implica una pérdida momentánea de la respiración: muerte-renacimiento). El «reposo en el Espíritu» es consecuencia de una sensación de paz profunda y de relajación que invade a la persona, que siente la necesidad de *abandonarse por completo*, incluso corporalmente, experimentando muy intensamente la presencia de Dios.

12. N. P. Spanos y otros, *Glossolalia as Learned Behavior. An Experimental Demonstration*: Journal of Abnormal Psychology 95 (1986) 21-23.

13. A. Godin, *Psicologia delle esperienze religiose*, Brescia 1983, 111-112.

No existe ningún motivo que impida que esta práctica, debidamente ritualizada (como la glosolalia o el bautismo), pueda recibir un significado cristiano desde la fe, es decir, ser considerada una experiencia completa y simbólica que integra en sí sintéticamente un fenómeno natural y un significado sobrenatural. Es cierto que el «abandono en el Espíritu» (como la glosolalia) se puede vivir desde un realismo espiritual poco defendible, siguiendo una interpretación fundamentalista según la cual el toque de Dios actuaría inmediatamente: en el primer caso para «abandonarse», y en el segundo para producir un lenguaje que luego se puede descifrar gracias a una nueva intervención del Espíritu.

El análisis psicológico estudia el «abandono en el Espíritu» comparándolo con fenómenos psíquicos similares como la hipnosis y la autosugestión. La *hipnosis* lleva a la persona a una regresión infantil restringiendo la conciencia mediante la sugestión que, como hipnosis, no surte efecto si la persona no la acepta. El hipnotizador es sólo un medio que utiliza la persona que quiere ser hipnotizada. La *autosugestión* se emplea hoy como medio terapéutico en el entrenamiento (*training*) que hace la persona por sí misma (*autógeno*) y consiste en una autohipnosis. Los frutos de este entrenamiento sobre sí mismo son iguales a los del «abandono en el Espíritu»: paz interior, reposo espiritual, curación interna y a veces externa.

La *restricción de la conciencia* se puede conseguir con diferentes técnicas. Los elementos que se requieren son la expectativa —que puede aumentar en presencia de espectadores—, la concentración de la atención en alguien que realiza gestos insólitos o rituales, y finalmente, una atmósfera especial en la que acontece la hipnosis. Todos estos elementos están también presentes en los grupos carismáticos donde tiene lugar el «abandono en el Espíritu», sobre todo si el objetivo es la curación mediante la oración.

Según K. G. Rey, el fenómeno de «abandonarse en el Espíritu» se puede explicar suficientemente como hipnosis y autosugestión. Esto no excluye que se le pueda revestir de un significado religioso, pero en tal caso se convierte en un comportamiento públicamente comprometido dentro de una liturgia religiosa y no tiene nada de fraudulento¹⁴. Es decir, el «abandonarse en el Espíritu»,

14. Cf. K. G. Rey, *Gotteserlebnis im Schnellverfahren*, München 1985.

como la glosolalia, son más bien símbolos, expresiones corporales y dramáticas de una experiencia intensa y totalizante.

b) *El papel de la pertenencia al grupo*

Las siguientes consideraciones pueden aplicarse a todas las situaciones donde se buscan directamente los fenómenos espirituales con vistas a pertenecer a un grupo especial. Este deseo puede esconder algunos motivos nada rectos y llevar, por tanto, a diversas desviaciones y a consecuencias no deseadas. Enumeramos algunas de las tendencias más comunes.

1. Hoy se advierte una búsqueda cada vez mayor de experiencia religiosa comunitaria. Se trata de un deseo de suyo legítimo siempre que no se olvide la dimensión individual, tan importante para la experiencia religiosa, ya que de otro modo constituye *una huida de la responsabilidad personal*. La presencia de Dios en la vida de cada uno es una experiencia íntima, y el encuentro es fruto de una iniciativa divina que ninguna manipulación puede procurar. El encuentro personal con Dios y con Cristo trasciende las reglas del grupo y de la masa; incluso sucede lo contrario, a saber, que el encuentro con Dios transforma también al grupo en una comunidad donde todos conservan su identidad, el sentimiento de gratitud y la experiencia íntima de Dios. Pero en muchos grupos religiosos estos fenómenos se interpretan como una consecuencia de la pertenencia al grupo, de manera que el individuo pierde su identidad y su experiencia ya no es individual, sino que se convierte en una participación de los acontecimientos a nivel de grupo.

2. Otro peligro es el de una *imagen falsa de Dios*. Muchos aseguran que han experimentado a Dios en un encuentro, en un grupo. Es una posibilidad que no se puede excluir teóricamente, porque Dios se revela donde, como y cuando quiere. Pero esta libertad soberana de Dios nos pone justamente en guardia ante lo mucho que algunos desean obtener signos extraordinarios. Es imposible evitar la impresión de que con eso se desee una experiencia rápida, forzada y querida directamente, sin largas preparaciones ascéticas. La literatura mística no conoce este tipo de experiencia. Es posible

que Dios penetre en el espacio que ha surgido en la persona después de una cierta preparación y concentración, pero es poco probable que el Espíritu descienda sobre las masas después de algunas condiciones ritualizadas. Si alguien cree que a Dios se le puede manipular y que se le puede forzar a manifestarse en determinadas condiciones, significa que tiene una imagen absolutamente personal y distorsionada de Dios.

3. Una búsqueda consciente de los fenómenos inconscientes supone un peligro para la individualidad en el sentido de una *regresión infantil*. Crecer significa ser cada vez más conscientes de la propia individualidad, singularidad e irrepetibilidad. Cuando se observa lo que sucede en algunas asambleas de oración, queda justificado uno de los temores del teólogo Yves Congar, que atribuye a la práctica carismática y a la pentecostal, de la que procede, una *teología de la inmediatez*, una *espiritualidad cómoda*: «Se buscan soluciones y se encuentran respuestas y soluciones en una relación corta, inmediata y personal, ahorrándose las mediaciones largas y difíciles: estudio exegético de la Escritura, análisis de los problemas sociales, elaboración de las cuestiones que plantea la crisis de la Iglesia después de la fantástica transformación del mundo...»¹⁵.

4. Hay que tener en cuenta, además, que todo grupo carismático o comunidad de oración tiene un líder indiscutible. Y sobre todo las personas menos estables es fácil que dependan afectivamente del «guía», y se verifica el fenómeno del *transfert*, que es un valioso elemento en la relación psicoterapéutica, pero sólo si el terapeuta sabe explotarlo con habilidad y luego resolver. Porque, si no es así, lo único que trae son nuevas frustraciones.

J. D. Castelein dice que la glosolalia cesa casi siempre cuando la persona se siente decepcionada por el líder. Esto puede explicar por qué en algunos grupos carismáticos ciertos fenómenos desaparecen casi instantáneamente. Parece que la persona ha terminado la fase intermedia de su terapia, donde el líder sustituía la imagen del pa-

15. Y. Congar, *Renouveau dans l'Esprit et institution ecclésiale*: Revue d'histoire et de Philosophie religieuses 55 (1975) 147.

dre. Desde esta perspectiva, se puede ver en la glosolalia una estrategia para incrementar la fuerza personal bajo la forma de un nuevo significado. Se la puede comparar con la risa y con el llanto¹⁶.

c) *Orientaciones pastorales*

Esta evaluación crítica de algunos fenómenos, relacionados sobre todo con los grupos carismáticos, no va contra la Renovación carismática en cuanto tal, porque es indudable que ha dado y sigue dando buenos frutos. Pero es preciso distinguir entre frutos duraderos y frutos aparentes. Los criterios son los principios sólidos de la teología espiritual, ascética y mística, de los que distinguimos los siguientes: disponibilidad cada vez mayor para imitar a Cristo, siguiéndolo para servir a la Iglesia y a la sociedad; presencia a la vez de los demás frutos del Espíritu: amor, alegría, paz, paciencia, benevolencia, bondad, fidelidad, suavidad, dominio de sí (puede verse Gal 5, 22-23). Leemos en el libro de los Hechos que los primeros discípulos, tras la venida del Espíritu santo, se separaron y dispersaron por el mundo para cumplir con su misión. La experiencia del Espíritu fue para ellos un episodio reconfortante, un medio para construir la Iglesia. El concilio Vaticano ha formulado algunos criterios de discernimiento respecto a los carismas extraordinarios:

Estos carismas, tanto los extraordinarios como los ordinarios y comunes, hay que recibirlos con agradecimiento y alegría, pues son muy útiles y apropiados a las necesidades de la Iglesia. Los dones extraordinarios, sin embargo, no hay que pedirlos temerariamente ni hay que esperar imprudentemente de ellos los frutos de los trabajos apostólicos. El juicio acerca de su autenticidad y la regulación de su ejercicio pertenece a los que dirigen la Iglesia. A ellos compete sobre todo no apagar el Espíritu, sino examinarlo todo y quedarse con lo bueno (cf. 1 Tes 5, 12.19-21) (LG 12).

Otro punto a considerar es el papel del sacerdote en los distintos grupos pastorales. No debe pertenecer necesariamente para poder desempeñar su papel pastoral. Su función específica es dar testimo-

16. Cf. J. D. Castelein, *Glossolalia and the Psychology of the Self and Narcissism*, 47-62.

nio del mensaje evangélico, y la formación y el aprendizaje del grupo debe dejárselo a otros. Por eso no debe considerarse un líder en los distintos grupos, sino un acompañante. Su cometido es ofrecer iniciativas, inspiraciones, ideas y propuestas, así como ayudar en el proceso de las decisiones. Su asistencia resulta muchas veces más útil si permanece «extraño» al grupo que si forma parte de él.

6. *Las sectas*

Hoy las sectas —o nuevos movimientos religiosos, como muchos prefieren decir— son un dato corriente, un fenómeno que ha crecido y sigue creciendo rápidamente, y que además presenta una serie de problemas con importantes implicaciones pastorales. Por otra parte, este fenómeno se ve como un gran reto a la acción pastoral. Aquí nos limitaremos a indicar algunas observaciones sobre la psicodinámica de la pertenencia a las sectas, que nos permitirán formular una serie de líneas directrices para la tarea pastoral.

a) *Psicodinámica de las sectas*

Podríamos definir las sectas como un conjunto de nuevas comunidades o de grupos religiosos que se deben considerar al margen de la comunión de las grandes religiones y de las grandes Iglesias cristianas. Las sectas se caracterizan generalmente por su aparición relativamente reciente, por su exclusivismo respecto a la posibilidad de la salvación, por su oferta de una experiencia religiosa que se pretende inmediata y auténtica, y por su intenso proselitismo¹⁷.

Las características más importantes son las siguientes: el hecho y el propósito de seguir siendo minoritarias; formas rígidas de organización; función carismática del jefe, que oscila entre el autoritarismo y la tolerancia; el grupo como única referencia del adepto; lectura fundamentalista de los textos sagrados; pretensión de poseer la exclusiva de la salvación; proselitismo valiente y a veces

17. Cf. G. Cheli, *La Chiesa Cattolica di fronte alla diffusione delle sette tra i migranti*, en AA. VV., *Le sette: tra crisi personale e mutamento sociale*, Torino 1993, 134.

agresivo, unido a técnicas de reclutamiento y formación; juicio catastrófico e indiferencia hacia la realidad social y cultural contemporánea; presencia de rasgos esotéricos, y acentuación del carácter utópico de la propuesta de la salvación religiosa y laica.

Entre los principales *motivos de adhesión* se encuentran los siguientes: búsqueda de pertenencia; necesidad de identidad y de respuestas integrales; exigencia de participación y compromiso concreto; deseo de trascendencia. Entre los motivos intelectuales predomina la búsqueda de la trascendencia, de una experiencia directa de lo divino. Podríamos decir que también la necesidad de una dirección espiritual, así como de un estilo de oración más festivo que implique a toda la persona.

Respecto a los miembros de las sectas, hay que considerar antes el problema psicológico que el doctrinal. Mientras que en el hecho religioso es la doctrina la que constituye a los discípulos, en la secta es el sujeto sectario el que constituye la doctrina¹⁸. Su psicología gira sobre todo en torno a tres puntos, que la psicología mística llama «pecados capitales», a saber, el orgullo espiritual, la gula espiritual y la pereza espiritual. Son tres tendencias básicas que se encuentran en proporciones diferentes en cada caso, pero es imposible que falte al menos uno de estos tres síntomas.

1. *Orgullo espiritual*. Consiste en atribuir al propio yo el juicio, el criterio, si no de infalibilidad, al menos de certeza absoluta: «Es verdad porque lo siento así, porque así lo juzgo y porque así lo he experimentado». Cuanto más se permanece en este estado, tanto más grave es la patología del yo. El remedio está en la humildad y en la docilidad interior, que deben caracterizar al pastor que quiere ayudar a alguien que es miembro de una secta.

2. *Gula espiritual*. Consiste en buscar las cosas espirituales, y al mismo Dios, no para ponerse a su servicio o por amor a la verdad, sino para gozar de ellos en beneficio propio. Es una forma de droga espiritual. Lo contrario es la gratuidad y soportar las dificultades con generosidad.

18. Cf. C. M. Charlot, *Approccio pastorale per la psicologia degli aderenti a sette*: Renovatio 24 (1989) 42-67.

3. *Pereza espiritual*. Es tratar de llegar psicológicamente a Dios, a su perfección y a gozar de sus dones evitando el combate espiritual contra la propia naturaleza o el propio yo. Significa querer comprar el reino de Dios sin vender antes todo lo que se posee.

b) *Orientaciones pastorales*

El término «secta» puede ser en ciertos casos un poco despectivo y puede connotar un valor negativo. Se pueden utilizar términos más neutros, como «nuevos movimientos religiosos» o «nuevos grupos religiosos». Pero es difícil formular una definición que los distinga de las Iglesias, de las comunidades religiosas o de los movimientos legítimos en una Iglesia. Se insiste en que es un fenómeno que se expande con rapidez y, en muchos lugares, con cierto éxito. Esto plantea serios problemas pastorales, el más inmediato de los cuales es saber cómo comportarse con un miembro de una familia católica que se ha metido en una secta.

Lo primero que deben hacer el párroco, el agente pastoral local o el consultor es preocuparse por los parientes o amigos de esa persona. A menudo no es nada fácil acercarse a la persona, bien para aconsejarla de algún modo, bien para ayudarla a volver de nuevo a la sociedad o a la Iglesia. Es algo que exige competencia y experiencia psicológica. Sin embargo, algunos dicen que todo grupo religioso tiene derecho a profesar su fe y a vivir según su conciencia. Hay que recordar, además el respeto que se debe a toda persona, y también que nuestro comportamiento debe ser siempre comprensivo y abierto, y que jamás debe condenar.

En la psicología contemporánea están cada vez más presentes dos enfoques para leer las realidades humanas: el enfoque dinámico y el enfoque cognitivo. El *enfoque dinámico* subraya el carácter evolutivo del individuo y de las relaciones interpersonales; se dedica a estudiar sus etapas, las crisis y las vías para realizar nuevas integraciones. El *enfoque cognitivo*, en cambio, subraya la prioridad del aspecto cognoscitivo del hombre en su interacción con el mundo exterior y encuentra cada vez más aplicación incluso en el campo de la ayuda en forma de cambios en los modelos de pensamiento.

Estos enfoques proporcionan también una clave de lectura para los problemas del matrimonio y la familia, además de sugerir vías de solución. El matrimonio y la familia son realidades dinámicas, que en las distintas etapas de su existencia pasan por situaciones de crisis, cuya solución hay que buscarla dentro del contexto familiar. En esta perspectiva, el sistema cognitivo puede ofrecer valiosas sugerencias en el sentido de redefinir la situación y de responsabilizarse y comprometerse de nuevo en mejorar la marcha de las cosas.

1. *El desarrollo del matrimonio*

Desde un punto de vista dinámico, el matrimonio es un estado de vida que se caracteriza por algunas *etapas específicas*, que comportan tensiones y crisis que se pueden superar mediante una relación más profunda con la otra persona de la pareja y con los hijos. No es fácil fijar con exactitud estas etapas, pero la experiencia nos dice que existen. No en vano hemos oído decir muchas veces: «Todo empezó al nacer el primer hijo..., cuando se casó nuestra hija mayor...». Esto significa que los cónyuges son muy conscientes de

que una nueva etapa ha empezado en su vida familiar. Además, no siempre coinciden estas etapas en el marido y en la mujer. La mujer, por ejemplo, puede vivir el nacimiento de su primer hijo como un auténtico giro en su vida y en su matrimonio, mientras que el marido puede no verlo así. Estas diferencias hacen que algunos autores afirmen que el concepto de matrimonio puede no ser el mismo para el marido y para la mujer. Incluso se podría hablar de «diversos matrimonios» dentro de una única realidad: matrimonio del marido, de la mujer y de la pareja¹.

Las etapas de desarrollo del matrimonio no se pueden separar obviamente de las de la familia. Un matrimonio empieza con la decisión de dos personas, se prolonga con el nacimiento de los hijos y se reduce cuando los hijos dejan la casa. Apoyándonos en estos factores podemos enumerar las siguientes etapas con sus correspondientes tareas:

- noviazgo: etapa de esperanzas y de planificación;
- matrimonio: creación de la familia propia;
- primer hijo: cambios en el estilo de vida;
- niño preescolar: educación directa;
- niño escolarizado: ayuda para la inserción escolar;
- adolescente: inserción en el mundo de los adultos;
- primer trabajo de los hijos: garantizar su autonomía;
- los hijos dejan la casa: la pareja vuelve a estar sola;
- vejez: jubilación, enfermedad, muerte.

No pretendemos analizar una a una todas estas etapas, sino solamente las que más impacto tienen en la dinámica intrafamiliar².

a) *El comienzo del matrimonio*

La joven pareja debe tratar de *adaptarse el uno al otro*. Es preciso llegar a un cierto compromiso en la vida diaria y renunciar a algunas actividades que antes realizaba cada uno por su cuenta. Los ejemplos pueden ser banales, pero no es raro que las situaciones más sencillas sean las que causen problemas: qué comer y cuándo («mi

madre cocinaba mejor», «en nuestra casa se comía más despacio»), compartir el baño, ver juntos la televisión (¿quién debe renunciar a su tipo de programas favoritos?), escoger actividades recreativas que les gusten a los dos (a él le gusta la montaña, a ella el mar; a él le gusta el cine, a ella el teatro). Los problemas surgen cuando existe rigidez, insensibilidad e incapacidad para llegar a acuerdos.

Los primeros años de matrimonio afrontan además otro reto: las nuevas *relaciones con los padres*, sobre todo con las propias familias. Las investigaciones dicen que aquí las mujeres tienen más problemas que los hombres. Lo ideal sería que los propios padres animaran y ayudaran a la pareja a resolverlos, pero no es algo que se pueda aconsejar siempre. Por ejemplo, cuando los padres se han opuesto al matrimonio, su intervención podría agravar el problema. Lo normal es que la situación evolucione positivamente con el nacimiento del primer hijo, no sólo porque es un acontecimiento que sanciona el matrimonio, sino porque añade una nueva realidad a la vida de los padres de los cónyuges, que pasan a ser abuelos.

La presencia de los suegros en la vida matrimonial plantea una serie de problemas que hay que resolver: el *ritmo de las visitas* (¿dónde pasar navidad o pascua?) y la *ingerencia* en la educación de los nietos.

Como es lógico por su edad, de los abuelos no es posible esperar que cambien mucho de forma de comportarse. Los cónyuges deben entender que ahora se pertenecen más uno a otro que a sus respectivos padres y que, cuando surjan conflictos, si hay que elegir, deben elegir antes a su cónyuge que a sus padres. Son palabras duras, pero que no hemos inventado nosotros, puesto que la misma sagrada Escritura dice: «Por eso el hombre abandonará a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer y los dos serán una sola carne» (Gn 2, 24). Es evidente que no se trata de despreciar o de descuidar a los padres, sino de un criterio mental con el que la persona fija la exacta jerarquía de valores. La separación de la propia familia con vendría completarse antes de llegar al matrimonio.

b) *El nacimiento del primer hijo*

El nacimiento del primer hijo es siempre un gran acontecimiento en la dinámica del matrimonio. N. W. Ackerman compara

1. Cf. J. L. Bischof, *Adult Psychology*, London 1976, 261.

2. S. Minuchin, *Families and Family Therapy*, Cambridge (MASS) 1977, 17ss.

la familia con la vida de cualquier individuo y descubre en ella dos crisis inevitables. La familia nace, crece y muere en el arco de una generación, exactamente lo mismo que le pasa al individuo y por eso su estructura cambia en cada una de las fases de transición, de las que la más importante es justamente el nacimiento del primer hijo³.

Ser padre es una tendencia y un deseo natural de todo hombre y mujer, aunque sus funciones biológicas son distintas. Es un hecho que puede crear tensión en la dinámica del matrimonio y de la familia. Un simple ejemplo puede iluminar esta diferencia: el hombre puede ser padre sin darse cuenta, cosa que no le pasa a la mujer. Por eso la relación afectiva de la madre con el hijo va, desde los primeros momentos, por otro camino que la del padre.

c) *Los problemas de la maternidad*

Una de las amenazas del matrimonio puede ser la *motivación de la mujer* para casarse y tener hijos. La situación psicológica es mucho más compleja de lo que se cree, pues la mujer puede querer el matrimonio, pero no la maternidad, o al revés. Algunas mujeres quieren tener sólo un hijo, mientras que otras desean tener varios. Algunas prefieren tener un hijo a una hija, pero otras quieren lo contrario. Unas desean el niño por sí mismo, otras como una compensación afectiva o, incluso, para vengarse de sus padres, que no aprobaban ese matrimonio. Los casos se pueden multiplicar. ¿Pero qué consecuencias tiene una motivación insuficiente para una maternidad en el equilibrio del matrimonio?

Un niño que no es deseado ni aceptado por igual por los dos padres, en vez de ser una alegría común, es causa de tensión entre marido y mujer. Esto ya se ve en el mismo modo de hablar: «tu hijo», «mi hijo». Por eso hay que preparar a los jóvenes no sólo para el matrimonio, sino para tener hijos. Una cosa más, no conviene querer determinar a toda costa el sexo del niño que va a nacer porque, si luego no es como se ansiaba, será difícil que los padres escondan su desilusión, cosa que podría hacer sufrir mucho al hijo.

3. N. W. Ackerman, *Psicodinamica della vita familiare*, Torino 1968, 27-28.

d) *Los problemas de la paternidad*

Muchos creen saber qué significa ser una «buena madre», pero pocos sabrían decir cómo debería comportarse un «buen padre», cuyo papel está más condicionado por el ambiente cultural: trabajo, tipo de familia, entorno (campo o ciudad). Hoy existe una fuerte tendencia social que influye negativamente en el papel del padre y que es la lucha exagerada por los «derechos personales». Se insiste mucho en el papel del individuo y se habla poco de la pareja, y todavía menos de la familia.

Un resultado de esto puede ser la *atomización de la familia*, que ya no se entiende como una unidad, sino como un conjunto de personas autónomas. Este proceso de atomización es negativo si separa al padre de la madre hasta el punto de que el concepto de «padres» desaparezca de la percepción del niño. Otra consecuencia de esa atomización tiene que ver con la imagen del padre y de la madre. ¿Cómo ven hoy los hijos al padre y a la madre? Según una investigación hecha en los Estados Unidos, a los padres los ven más bien como débiles, inferiores y preocupados por su prestigio. Y a las madres las ven como agresivas, dominantes e independientes.

e) *El conflicto generacional*

El problema de las generaciones ha existido siempre, y se fundamenta en que es imposible tener un mismo planteamiento ante la vida. Se suele pensar que el conflicto generacional se produce solamente entre padres e hijos, pero la competición existe también entre los hermanos de la misma familia.

Es útil observar que el choque entre padres e hijos no abarca todos los aspectos de la vida, sino solamente algunos temas principales. Según una investigación, entre los adolescentes (16 años) y los adultos (edad media de 44 años), el 90% de los casos en que no se está de acuerdo tienen que ver con la política, la autoridad, la conducta sexual y la religión. Y, sin embargo, en vez de evitar estos temas, se tiene la gran tentación de discutir sobre ellos.

El conflicto generacional es siempre un problema de *comunicación*, que empieza con el primer llanto del recién nacido y con la respuesta de la madre. Pero lo que muchos padres no son capaces

de aceptar es que, con el paso del tiempo, esta comunicación tenga que realizarse en un plano de igualdad. Los padres también tienen que aprender de los hijos.

f) *La separación de los jóvenes de la familia*

La separación de los jóvenes de sus padres es una etapa obligatoria de su desarrollo psicológico, una exigencia interior de autonomía personal. Pero esta separación no es un proceso que carezca de riesgos y tensiones por ambas partes. La marcha de los jóvenes de casa puede tener diversas formas. Algunos se van antes de que su padres estén preparados para ese acontecimiento, lo que puede suceder después de un conflicto provocado por alguna incomprensión. Otros se van de forma más gradual tras tener trabajo y haberse situado en la vida. Pero también hay jóvenes que no sienten la necesidad de una separación explícita y siguen viviendo como miembros adultos de la familia, pero conservando una autonomía relativa.

Al margen de cuál sea el modo de separarse, siempre genera tensiones y puede provocar un desequilibrio en el sistema familiar. El trasfondo está en el antagonismo entre dos tendencias o necesidades. El joven experimenta el conflicto entre el deseo de independencia y la inseguridad de la dependencia, y en los padres surge una lucha entre el deber de dejar que los jóvenes vayan por su camino y el miedo de quedarse solos⁴.

Antes de analizar la naturaleza de este proceso, es útil recordar que en su desarrollo intervienen no sólo factores psicológicos, sino también económicos que hacen que cada día sea más difícil la autonomía de los jóvenes. Según una investigación hecha en los Estados Unidos, el número de jóvenes entre 20 y 29 años que viven con sus padres y que dependen económicamente de ellos ha ido creciendo y supera el 25% (es probable que este dato valga también para países similares, aunque existe una enorme variedad de situaciones). Una de las causas es, sin duda, el paro, otra (que tiene que ver con la anterior) es el retraso de la decisión de casarse, así

como los años que exigen los estudios superiores. Parece, además, que el problema de la separación es más difícil para los hijos primogénitos, probablemente porque su vínculo afectivo con los padres es más estrecho.

La separación o, mejor, la marcha de casa de los jóvenes, cambia obviamente la situación familiar y puede activar tensiones sepultadas entre los distintos componentes de la familia. En realidad, debería ser algo que tendría que satisfacer a los padres, porque significa que han tenido éxito a la hora de preparar a los jóvenes para que vayan por su camino. Pero no siempre es así, sobre todo si la separación es consecuencia de un conflicto familiar. ¿Por qué? Porque la marcha de los hijos puede provocar en el *padre* una crisis de identidad. Las elecciones profesionales y afectivas del hijo pueden evocar en el padre el recuerdo de algunas de sus elecciones equivocadas, quizás un matrimonio poco gratificante, y por tanto puede poner en crisis su identidad como profesional, marido y padre. Sólo un padre con una gran autoestima puede permitir que su hijo haga opciones muy distintas de las suyas, mientras que un padre con una identidad débil y frágil suele reaccionar ante la separación del hijo con críticas o con indiferencia.

La *madre* también debe afrontar la nueva situación y su crisis puede deberse al «miedo del nido vacío», pues deberá dejar su papel de madre en sentido estricto para volver al de mujer. No queremos profundizar aquí en este tema. Baste, pues, una observación sobre la identidad personal.

Muchos padres están tan identificados con sus papeles de padre y de madre, que se olvidan de cultivar su *identidad trascendente*, que no va unida a los diversos roles, sino a su individualidad en la perspectiva de su propia existencia. Si, cuando se van los hijos, descuidan esta tarea, su identidad puede entrar en crisis. Se ha observado que sobre todo las mujeres se crean a menudo una «identidad relacional». Se ven a sí mismas como mujeres y madres, y no como personas individuales. Si el papel de la madre se acentúa también por motivos de huida a causa de un matrimonio poco feliz, cuando el hijo se va, la madre pierde los puntos de referencia de su identidad.

4. D. Goleman, *Andarsene da casa: c'è un momento giusto per farlo?*: Psicología contemporanea 8 (1981) 19ss.

2. Prevención y terapia

Sería demasiado simple achacar todos los problemas de la familia a factores extraños que vienen de fuera. Al contrario, la mayoría de los conflictos matrimoniales y familiares tienen su causa en el sistema de la vida doméstica. Eso supone que su solución debe venir de la propia familia. Los problemas y las crisis son inevitables, pero sería trágico que no hubiera una solución adecuada. Vamos a hacer algunas sugerencias que quizás pueden ayudar.

a) ¡Ensanchad vuestro horizonte!

Muchos problemas y conflictos no se pueden resolver directamente, sino sólo indirectamente. Cuando uno se concentra demasiado en un problema, se pierde de vista el horizonte más amplio y no se ve la solución más adecuada. Es como cuando se contempla un cuadro desde demasiado cerca: se ven bien los detalles, pero no el conjunto.

Cuando los miembros de una familia están en una situación conflictiva, si se dejan absorber demasiado por ella, no pueden ver el contexto más amplio en que se inserta el problema. El objeto de la ayuda es *pasar del síntoma al problema*, encuadrado en una perspectiva más amplia. En esta fase de la dinámica familiar es donde aparecen las necesidades y las posibilidades de ayuda. Existen algunas *técnicas* que pueden ayudar a gestionar mejor la situación.

Un modo de distanciarse del problema es *prestar atención al comportamiento de los otros*, pues nunca conocemos suficientemente bien a las personas con las que vivimos. Por tanto es preciso saber mejor cómo reaccionamos ante los demás. Algunas preguntas pueden servirnos de guía: ¿qué te gusta de tu pareja?, ¿qué fue lo que os acercó y qué es lo que os mantiene aún juntos? La enumeración de las respuestas, además de desahogarnos, puede aumentar el conocimiento de la otra persona y relativizar así el problema en cuestión.

Durante el periodo de observación conviene *evitar todo tipo de crítica*, porque hay que ser un simple observador y tomar nota: tengo que tratar con una persona desgarbada, irritable, obsesiva... Basta con someter a examen las peripecias de una sola semana pa-

ra ver lo injustos que somos en nuestras conclusiones y cómo muchas veces generalizamos injustamente, sin fundamento alguno. Muchas veces se oye decir, por ejemplo: «Mi marido está siempre borracho», o: «Mi mujer lo único que hace es discutir», y luego se descubre que el marido sólo ha bebido una vez durante la semana y que la mujer sólo ha discutido también una vez. La neutralidad ayuda a ser más equilibrados a la hora de evaluar el problema con más objetividad y a buscar soluciones más adecuadas⁵.

En vez de centrarse en un solo problema, es mejor valorar los *aspectos positivos* del matrimonio y de la familia: proyectar juntos, soñar juntos. Esto vale también para los conflictos generacionales: a un hijo y a una hija de dieciséis años ya se les pueden consultar cosas como qué marca de coche comprar o cómo decorar la casa.

Este principio se puede iluminar con un ejemplo muy sencillo: Una pareja acude a un viejo sabio para consultarle cómo aumentar su amor. Y el maestro les responde: «Amad juntos todas las demás cosas».

b) ¡Fortaleced el vínculo!

Cuando uno está ocupado en cosas positivas y agradables puede afrontar con más serenidad también las negativas y desagradables. Este es el principio de las terapias de desensibilización, que vale también para los conflictos matrimoniales y familiares. Los conflictos y las tensiones aumentan el pesimismo y por eso no es bueno detenerse en lo negativo, sino que hay que recordar los aspectos positivos, incluso los pasados, así como las situaciones y las características personales actuales. Así se crea una base común para mejorar la situación y se consigue en consecuencia el reforzamiento del vínculo.

Además de este aspecto preventivo existe otro más «situacional», el *reconocimiento*, que puede incrementar la estabilidad del vínculo entre las personas. En vez de criticar siempre al esposo o a la esposa, hay que cultivar las situaciones en que se muestra el conocimiento del otro. No se trata de alabarle como persona, sino de alabar lo que ha hecho. Por tanto, no hay que decir: «Eres un tipo

5. Cf. N. Peseschkian, *Positive Familientherapie*, Frankfurt 1980, 217.

extraordinario», o: «Eres una mujer fuera de serie», sino: «Ha sido una idea estupenda lo de arreglar el calentador», o: «Hoy la comida ha sido magnífica». Muchos problemas se deben a que las personas no se conocen y no se comunican.

He aquí un ejemplo de crecimiento. Un marido va a un sabio y le dice que su mujer no le comprende. «Debes aprender a escuchar a tu mujer», le responde el sabio. Un mes después vuelve muy contento. Y el sabio le dice: «Ahora vete y aprende a escuchar también lo que ella no dice».

c) *¡Abandonad el papel de víctima!*

La escenografía del conflicto familiar normalmente es la siguiente: uno asume el papel de perseguidor y el otro el de víctima. El perseguidor inicia el ritual con una crítica o una observación injusta como, por ejemplo: «¡Eres injusto/a, sólo piensas en ti!». Si el otro se retira y no responde, se crea una situación desagradable. ¿Cuál es, pues, la solución constructiva? Hay que tratar de captar el estado de ánimo del perseguidor, sobre todo las razones de su comportamiento, y no sentirse un «pararrayos»⁶.

Ese mismo problema se puede formular así: ¿cómo se llega a un enfrentamiento familiar, a un clima familiar «envenenado»? La teoría que dice que *todos* los miembros de la familia deben ser copartícipes es equivocada. Porque, al fin y al cabo, también en la familia las cosas dependen de *cada uno*, y cada uno es muy libre de decidir y elegir cómo se comporta. No es una «función del sistema», ni una marioneta en la que los hilos se encuentran en las manos de sus familiares.

E. Lukas, psicoterapeuta de la escuela de V. Frankl (logoterapia), no admite el *planteamiento causal* como modelo para explicar los procesos intrafamiliares, porque en ese caso el comportamiento de uno se podría reconducir al comportamiento de los otros miembros de la familia. Si se procede así, no se llega a verdaderas explicaciones. Lo único que se hace es anular la responsabilidad de cada uno, transformándola en una «responsabilidad colectiva», que

6. H. Decool, *La critica è facile... la coppia è difficile*: Psicología contemporánea 76 (1986) 15-16.

al fin y al cabo no es responsabilidad alguna. Por ese camino, nadie sería responsable de una discordia familiar.

Para mostrar la inadecuación del modelo causal, E. Lukas pone este ejemplo: el padre bebe *porque* la madre lo frustra; la madre lo frustra *porque* se irrita todos los días a causa de su hijo mayor; el hijo mayor irrita a la madre *porque* desde pequeño se ha sentido rechazado por ella; la madre lo rechazaba *porque* entonces no quería tener todavía hijos, pero lo tuvo *porque* ni su marido ni ella estaban en condiciones de llevar a cabo una planificación familiar, *porque* para sus padres el tema de la «sexualidad» era un tema tabú. Y así sucesivamente.

La conclusión es más que obvia. El planteamiento causal hunde sus raíces en las arenas movedizas del pasado (los abuelos se comportaban así porque sus padres...). Si todos los miembros de la familia son víctimas del comportamiento de otros miembros de la misma familia, o se cree que es así, no es posible ayuda alguna. Si se quiere evitar el círculo vicioso de acusaciones y contraacusaciones, hay que sustituir el planteamiento causal por el planteamiento *final*.

Según este planteamiento, el comportamiento de cada uno se valora no tanto por su génesis, como según su orientación hacia el sentido y el verdadero objetivo. Es verdad que la razón por la que el padre bebe no es completamente irrelevante, pero sin embargo hay que preguntarse si por el bien de la familia tiene algún sentido *que* el padre beba, y si la respuesta es «no», preguntar *si puede dejar de beber por amor a la familia*, al margen del motivo por el que ha empezado a hacerlo y del hecho de que ese motivo subsista o no. Pues si las cadenas causales son interrumpidas una vez de modo «acausal», a la luz de la conciencia de un objetivo que se persigue, continúan después por un camino completamente distinto al seguido hasta este momento. En virtud de este enfoque intelectual, unos ya no se volverán a sentir víctimas de los otros, sino que cada uno será «responsable» de sus iniciativas, aunque su acción consistiera solamente en reaccionar de uno u otro modo a lo que se le hace. De esta forma, la responsabilidad –para bien de toda la familia– es individual y no se disuelve en una «responsabilidad colectiva», ampliada, que no afecta a nadie en particular⁷.

7. Cf. E. Lukas, *Prevenire la crisi*, Assisi 1991, 150-159.

d) ¡Creed en el sacramento del matrimonio!

Muchos fieles, desgraciadamente, desconocen la fuerza del sacramento. El matrimonio cristiano no es solamente un acto social, sino también un acontecimiento trascendente. El propio Dios garantiza que salga bien esta realidad que empieza con el matrimonio, pues el marido y la mujer son confiados el uno al otro en el nombre de Dios. Esto implica que el matrimonio cristiano posee una fuerza interna tan grande, que puede hacer que se superen todas y cada una de las crisis que vayan apareciendo. Por otra parte, hará que se continúe juntos el camino que se ha emprendido.

Lo que hemos dicho hasta ahora deja bien claro que la terapia familiar se debe orientar al *mantenimiento* de la familia, aunque, como es natural, debe respetar la decisión de cada uno de sus miembros. Por eso queremos tomar postura ante un modo de pensar, ahora normal, que afirma que es mejor que una pareja se separe a que siga atormentándose. Esta argumentación tiene cierto grado de plausibilidad, pero deja a un lado una cuestión fundamental, a saber, si es posible transformar un estado real en un estado ideal aceptable, es decir, se olvida el postulado *ético*.

El matrimonio se confía a los cónyuges, el papel de padres a los padres. Y aquí encontramos más que un simple *dato de hecho* que se puede considerar positivo o negativo: la *entrega de un encargo*, algo que interpela a la responsabilidad personal. Porque los simples datos de hecho se pueden hacer desaparecer si se ve que son inadecuados, pero lo que se confía a una persona se podrá hacer o no hacer, pero ambas posibilidades –tanto el éxito como el propio fracaso– están ahí.

No es posible olvidar que el divorcio y la separación constituyen, casi inevitablemente, una *experiencia de fracaso* incluso para el cónyuge que ha tenido poco o nada que ver, porque ha sido el otro el que se ha querido separar. En el alma existe un profundo malestar, porque el ideal de la unión no se ha convertido en realidad. Por eso es por lo que una óptima consulta matrimonial y familiar puede ayudar mucho a los cónyuges (y a los padres) para llevar a buen puerto la tarea que han asumido. Todo esto nace de la convicción de que la fuerza de los cónyuges creyentes reside en la certeza de que en su matrimonio y en su familia está presente también un Tercero: Dios con su gracia.

El mensaje positivo de estos análisis se puede resumir así: *la familia tiene las fuerzas suficientes para superar las crisis y para integrarse cada vez más*. Pero no automáticamente, sino como fruto de un compromiso cada vez mayor y de una responsabilidad cada vez más sentida por esta «perla» –que es el valor del matrimonio y de la familia– que se confía a cada uno de sus miembros. Nadie es «dueño» exclusivo ni de su matrimonio ni de su familia.

Tres son, pues, las palabras clave:

- *apreciar* (no se defiende con cuidado y amor lo que no se aprecia);
- *cuidar* (el bien del matrimonio se consigue poco a poco, muy lentamente);
- *custodiar* (el matrimonio es una realidad vulnerable que ha de ser cuidadosamente protegida).

Para el cristiano, estas actitudes humanas son sostenidas por la gracia del sacramento, como escribe san Pablo: «Y termino pidiendo que Dios os conforte con su fuerza poderosa» (Ef 6, 10).

3. El divorcio

Desde el punto de vista pastoral aquí estudiamos solamente la situación de la familia tras el divorcio, que se suele llamar a menudo «familia monoparental» (*single parent family*). Esta situación puede sobrevenir por la muerte de uno de los cónyuges, por la separación, por el divorcio, o también en el caso de madres solteras. Los problemas que debemos examinar tienen que ver con la situación psíquica del progenitor y del niño.

El estado de padre/madre único comporta algunos cambios de roles: asunción de toda la responsabilidad (educativa y económica) hacia los hijos, tristeza (luto) por la ausencia del cónyuge, pérdida de la identidad como pareja. En la mayor parte de los casos el divorcio no se lleva a cabo de mutuo acuerdo, y por eso la persona se siente víctima o culpable por el fracaso del matrimonio.

El hijo también es víctima de muchos modos, porque se convierte fácilmente en objeto de «juegos» entre los padres, que le

asignan papeles difíciles, hasta el punto de que se le puede considerar como la encarnación del padre ausente. El padre/madre que queda (normalmente la madre) «se casa» con el hijo, es decir, intenta llenar su vacío emotivo con un aumento del vínculo afectivo. Al hijo se le puede ver también como un peso o como responsable del divorcio. A esto hay que añadir el peligro de que tanto el padre/madre que queda como el hijo empiecen a depender demasiado de la familia de origen (abuelos).

Las necesidades espirituales giran, en cambio, en torno a tres realidades: amor, perdón y sufrimiento. Después del divorcio, la persona puede sentirse rechazada o convencerse de que no era digna de amor o de que no sabía amar. Y, para encontrar el equilibrio psíquico, es esencial amarse a sí mismo. Por todo ello es preciso ayudar a redescubrir el *continuum* del amor, el amor incondicional de Dios, que capacita para amarse a sí mismo y, en consecuencia, para amar a los demás.

Otra necesidad y otra tarea es saber perdonar. También aquí podemos hablar de un *continuum*: aceptar el perdón de Dios, que nos ayuda a perdonarnos a nosotros mismos y, por tanto, también a nuestra pareja.

El sufrimiento es una parte inevitable e inseparable de la situación de divorcio.

La ayuda pastoral

Enumeramos dos de las tareas, eminentemente pastorales, que pueden servir de ayuda:

1. *Superación del luto*. Aunque hay una gran diferencia entre el luto por la muerte y el luto «del amor», tienen muchas cosas en común. Los estadios del recorrido corresponden a las cinco fases de Kübler-Ross: rabia, conciencia, depresión, curación y renovación. Los medios que el agente de pastoral puede utilizar para ayudar son los siguientes: la empatía, la escucha activa y la ayuda para mantener los contactos con el cónyuge que se ha perdido.

2. *Ayudar a crecer*. Después del divorcio, la persona pasa por una serie de emociones muy profundas, como la desesperación, la desilusión, la venganza y la sensación de impotencia. La ayuda debe encaminarse a superar estos estados de ánimo aceptando la nueva situación, redefiniendo la propia imagen (ser «divorciado» no es una vergüenza, sino una realidad) y cultivando las amistades⁸.

8. Cf. D. Blackwelder, *Single Parents: In Need of Pastoral Support*, en R. J. Wicks-R. D. Parsons, *Clinical Handbook of Pastoral Counseling II*, New York 1993, 329-359.

SITUACIONES PASTORALES ESPECÍFICAS

Trabajar como agentes pastorales supone conocer una serie de problemas actuales que condicionan la historia de tantas personas y familias, y que han de ser afrontados «religiosamente de forma kerigmática y existencialmente de manera liberadora». Los problemas que hoy exigen un atento cuidado pastoral son: las discapacidades o minusvalías, el alcoholismo, la drogadicción, la homosexualidad y el aborto. De algunos de estos problemas indagaremos su perfil psicológico, sus exigencias espirituales y algunos métodos para intervenir pastoralmente.

1. *El laberinto de la discapacidad*

Antes de profundizar en este tema, nos parece conveniente dar dos definiciones que ayudan a entender el significado de discapacidad (*handicap*) o minusvalía.

La primera definición la considera como el resultado de la interacción entre dos realidades: la capacidad física y mental de un individuo, y las exigencias y expectativas del ambiente. La discapacidad se refiere a «limitaciones» causadas por una o más condiciones patológicas de las funciones físicas o mentales para realizar roles y tareas socialmente definidas que los individuos tienen que desarrollar¹.

La segunda clarifica los conceptos de límite (déficit) y discapacidad para ayudar a quienes entran en contacto con la discapacidad a reconocer la originalidad individual de la persona que la padece.

1. Cf. A. R. Tarlov, *Le persone handicappate nella società: definizioni e concetti*, en AA. VV., *Dolentium hominum. Chiesa e salute nel mondo*, Città del Vaticano 1993.

El déficit es un dato irreversible que hay que conocer para poderlo aceptar. La discapacidad es una desventaja derivada, debida en la mayoría de las ocasiones artificialmente a la incuria y a la ignorancia. Hay que conocerla para poder reducirla y eliminarla, pero tal cosa es preciso realizarla junto con el discapacitado².

Ante las limitaciones y las discapacidades se empleaban hasta hace poco tiempo términos como lisiado, ciego, sordo, cojo, disminuído, loco o inválido, inhábil, incapacitado... Hoy se utilizan términos más técnicos para las distintas enfermedades (miodistróficos, invidentes, audiolesionados, parapléjicos, paralíticos cerebrales, etc.), pero en general se tiende a considerar a estas personas como *portadores de discapacidades*. En el trabajo pastoral se aconsejan expresiones parecidas a esta última, pues todos y cada uno de ellos son sujetos que tienen una identidad y una dignidad, son personas llamadas a la plenitud. Toda acción pastoral debe estar orientada por dos preguntas claves: ¿quién es la persona que tengo delante?, ¿qué es lo que está viviendo?

a) *La situación familiar*

La reacción cuando nace un niño con una discapacidad depende del ambiente y de la relación entre las personas. Es decir, si la pareja se ama más o menos, si las personas son más o menos maduras, o más o menos creyentes. Depende en gran medida del clima de relaciones que existe en su entorno³.

1. La *reacción de la madre* depende de su situación vital. Ante una discapacidad *que se ve inmediatamente*, tiende generalmente a rechazar al hijo cuando su situación afectiva es débil o precaria, o si no se siente suficientemente apoyada por su marido. Si logra amamantarlo, se unirá estrechamente a la criatura. Cuando la madre rechaza al niño, normalmente será criado por la abuela o confiado a una institución.

2. A. Canevaro, *Il disabile tra efficienza e consumismo*: Famiglia Oggi 7 (1993) 9.

3. Cf. W. Poltawska, *Il bambino handicappato nella famiglia e nella società*, en AA. VV., *Dolentium hominum*, 130-135.

Sin embargo, si se trata de una discapacidad *que no se ve inmediatamente*, al ser descubierta el niño es aceptado, pero la madre suele sentirse culpable y muchas veces el ambiente agrava la situación. Es en ese preciso momento cuando puede surgir un grave conflicto en la pareja con actitudes «anticonceptivas». La mujer se encierra en sí misma y, si es creyente, se rebela contra Dios. Pero también puede reaccionar *apegándose morbosamente* al niño, deseando que sea una «excepción» entre los portadores de la discapacidad, impidiéndole ser él mismo y corriendo el peligro, por lo que respecta a la madre, de futuras frustraciones.

2. La *reacción del padre* es más frecuentemente no asumir ninguna responsabilidad para con su hijo. Cuando reacciona negativamente, la mayoría de las veces tiende a echarle la culpa a la mujer, pero también puede deprimirse, encerrarse en sí mismo y decidir no tener más hijos suyos, aceptando en el mejor de los casos adoptar un niño sano.

Una familia con un portador de una discapacidad grave es una *familia con riesgo*. En ella suelen darse altos porcentajes de divorcios y separaciones, frecuentes depresiones de la madre que culminan en el suicidio o en la muerte del hijo, y también situaciones de neurosis y de falta de adaptación de los hermanos. Todo esto se debe al aislamiento, a las dificultades económicas, a la preocupación por el hijo y al cansancio estresante.

Cuando los padres son mayores y el portador de la discapacidad es adulto, se plantea el problema de la situación post-familiar. Esta preocupación se refleja normalmente cuando se dice que lo que se quiere es «morir a la vez». Y esto sucede sobre todo cuando el portador de alguna discapacidad no es autosuficiente para realizar las funciones básicas de supervivencia y no es consciente de ello, o cuando no tiene autonomía de movimientos ni puede comunicarse. En estos casos, la madre se identifica y comparte absolutamente todo con el hijo, y es posible que los padres se vuelvan de algún modo superprotectores e incluso pidan ayuda de una forma agresiva.

b) *Orientaciones pastorales*

1. *¿Cómo ayudar a los familiares de un portador de discapacidad?* Hoy se pueden utilizar algunos medios de investigación para conocer hasta qué punto está implicada emotivamente la familia ante un portador de una discapacidad y es posible obtener algunas indicaciones adecuadas para ayudarla correctamente. Es interesante lo que dice F. Antonelli partiendo de un test EE (*Expressed Emotion*) estudiado para familias de esquizofrénicos, pero que parece que también puede aplicarse a otras situaciones críticas⁴. El test se basa en algunas escalas numéricas que se definen así:

- criticismo (expresiones frecuentes de desaprobación o resentimiento);
- comentarios positivos (expresiones espontáneas de aprobación o satisfacción);
- superimplicación emotiva (entrega excesiva, autosacrificio, hiperprotección y control, a veces situaciones simbióticas y de hiperidentificación).

El resultado muestra que cuando se da una situación de mucha crítica o de hiperimplicación emotiva, la familia perjudica gravemente al portador de la discapacidad, sobre todo si se está en contacto con él durante más de treinta y cinco horas a la semana. Y, al contrario, la familia con «baja EE» muestra comprensión y respeto, refuerza la autoestima del discapacitado, favorece su crecimiento e independencia, su socialización y su programación.

Es importante saber cuál es el nivel de la persona que pide ayuda, en qué fase está y qué conciencia tiene de ello. Es esencial saber de dónde viene, es decir, de qué experiencia –si de rechazo o de aceptación– y qué orientaciones tiene ya muy claras.

2. *¿Cómo ayudar al portador de una discapacidad?* Nos parece importante llamar la atención sobre la dignidad de la persona, sobre su integridad por encima de sus limitaciones físicas, sobre su llamada a entrar en comunión con Dios y a formar parte de la co-

4. Cf. F. Antonelli, *Psicoterapia dei disabili*, en AA. VV., *Dolentium hominum*, 227.

munidad cristiana. Desde esta perspectiva, hay que reconocer a los portadores de discapacidades y a sus familias una vocación «especial», hay que reconocer que están destinados por Dios, en virtud de un plan especial de amor, a arrostrar en el mundo una responsabilidad y al mismo tiempo a ser una llamada permanente a no evadirse de la realidad.

Si el que tiene la discapacidad es un *niño* o un *adolescente*, junto a lo que ya se ofrece a nivel de integración (terapia ocupacional, ludoterapia, rehabilitación motora...), deben recuperarse las actitudes que favorecen un crecimiento integralmente humano:

- ayudar a que el joven valore los cambios físicos, movilizándolo sus partes sanas y sobre todo las posibilidades de relacionarse;
- ayudarlo a que se construya una nueva imagen de sí mismo, a ser independiente en el crecimiento (se puede implicar a los jóvenes de su edad);
- ayudarlo a aceptar la diversidad como fuente posible de proyectos, de futuro;
- ayudarlo a alcanzar una autonomía lo más completa posible, ofreciéndole al mismo tiempo la posibilidad de una amistad a la que hacer referencia (como guía o dirección espiritual interpersonal)⁵.

Cuando *el que tiene la discapacidad* es un adulto, lo primero que hay que hacer es escucharle, es decir, hay que adoptar una actitud dialogal, de escucha mutua. Hay que ayudarlo a que entable amistades y, si es posible, insertarle en una comunidad donde, aunque haya personas cualificadas, pueda expresarse con autonomía. Es recomendable intentar que el adulto entienda que a él se le llama también a tener una presencia significativa en la comunidad social y cristiana, y hay que animarle a que entregue en esa línea su vida a los demás.

La ayuda espiritual y pastoral a cualquier persona con discapacidad puede resumirse en una palabra: *apoyo*. Esta palabra tiene dos significados:

5. Cf. A. Oliverio Ferraris, *Handicap e compiti dello sviluppo*: Psicología contemporánea 19 (1992) 28-32.

1. En primer lugar, *apelar a las potencialidades* de la persona discapacitada, retarla a ser todo lo que puede, despertar todas las posibilidades que tiene. Es decir, hay que ayudarla concretamente a ser ella misma. Quien tiene una discapacidad suele querer ser lo más independiente posible. Por eso hay que evitar adoptar ante él actitudes de piedad o desinterés, posturas evasivas y de protección excesiva. La pregunta básica debe ser la siguiente: ¿qué es posible hacer con las potencialidades que se tienen?

El paradigma de la ayuda lo encontramos en la viuda del evangelio que echó dos pequeñas monedas en el cepillo del tesoro. Jesús reconoce su generosidad: «Os aseguro que esa viuda pobre ha echado más que los demás; porque esos han echado de lo que les sobra, mientras que esta ha echado de lo que necesitaba, lo que tenía para vivir» (Lc 21, 1-4). La situación de una persona con discapacidad es muy parecida, porque a veces tiene que emplear hasta la última gota de sus escasas energías para conseguir un resultado modestísimo.

2. El segundo significado es *caminar juntos*, ofrecer apoyo no desde la propia seguridad, sino con la sincera voluntad de comprender la experiencia del otro desde su punto de vista (= empatía). En este sentido, el apoyo se manifiesta como un acto de participación en la fenomenología (experiencia) del otro. La premisa necesaria para un trabajo pastoral eficaz con las personas con minusvalías es verlas como las ve el que está afectado por ellas y no como las vemos nosotros desde fuera.

En resumen, lo que se propone la ayuda es ofrecer esperanza, que puede venir de tres ámbitos distintos:

- del progreso de la tecnología, sobre todo de la medicina;
- de las relaciones interpersonales en una comunidad de apoyo (parroquia, grupos de voluntariado, etc.);
- de la experiencia de ser aceptados sin condiciones por Dios, del que da testimonio el cuidado pastoral.

La acción pastoral puede traducirse en las siguientes intervenciones:

- **utilización relajada del tiempo** (hay que dedicar mucho tiempo a escuchar, porque la atención aumenta la autoestima);

- animar a la persona a que haga todas las preguntas que se le plantean y que la atormentan (la verbalización ayuda a sentirse aceptados como interlocutores, como personas);
- interesarse por el entorno en que vive (familiares, parientes, amigos)⁶.

Para todos y para todo el que pida nuestra ayuda vale lo que dice el cardenal F. Kuharic –cuyas reflexiones seguimos– cuando piensa que el portador de una minusvalía, a pesar de estar rodeado de personas atentas y afectuosas, lleva él solo la cruz y en este camino no siempre es sostenido por la fe:

El testimonio de los que sufren confirma que es posible sentir alguna alegría profunda en el sufrimiento, pero para eso es preciso tener una honda vida espiritual hecha de fe, de esperanza y de amor. El hombre iluminado por la fe en Jesucristo crucificado y resucitado, el hombre que plenamente confiado en el amor de Dios descubre el sentido de la vida y de sus sufrimientos, puede aceptar su cruz como prenda de santificación⁷.

Un corazón atento debe tener presente que quien padece alguna incapacidad necesita que se le apoye espiritualmente en dos direcciones, la de la fe y la del amor, y que se le inicie –si aún no ha sido iniciado– en el encuentro con Cristo, el «incapacitado de la cruz», que sufre y resucita. Ante quienes comparten plenamente el sufrimiento de Cristo y caminan con él en una dirección que se aproxima a la mística, no nos queda más que caminar respetuosamente con ellos, dejando que incluso en este campo la iluminación nos venga de los mismos a quienes tratamos de ayudar.

2. *El síndrome postabortivo*

Todos los años se producen en el mundo millones de abortos. En los años setenta y ochenta hubo muchas campañas a favor del derecho al aborto, sobre el derecho de la mujer a «disponer de su

6. Cf. L. G. Colston, *The Handicapped*, en R. J. Wicks-R. S. Parsons-D. E. Capps (eds.), *Clinical Handbook of Pastoral Counseling*, New York 1985, 318-331.

7. F. Kuharic, *Spiritualità e riabilitazione*, en AA. VV., *Dolentium hominum*, 261.

cuerpo» contra la plaga del aborto clandestino ilegal. En muchos países ha cambiado la legislación. Algunos observadores han precisado que una de las consecuencias de la despenalización ha sido la «des-moralización» del propio acto de abortar. Pero, después del aborto, la mujer sufre graves y dolorosas consecuencias psicológicas, de manera que nace un nuevo concepto psiquiátrico: el *síndrome postabortivo* (P.A.S.= *Post-Abortion-Syndrome*). La Iglesia está llamada a desempeñar un papel importante en la aceptación de ese sufrimiento, teniendo presente el proceso de ayuda y de reconciliación de las mujeres consigo mismas, con la Iglesia, con Dios y con el hijo que han perdido. Son cuestiones muy actuales que requieren que se les preste gran atención⁸.

a) *El aborto*

La procedencia social y la edad de las mujeres que recurren al aborto son muy dispares. Muchas abortan sin causa grave (el 20% por conveniencia; el 60% por problemas menores; el 15% por causa grave), pero la mayoría de los abortos tiene consecuencias muy serias. Un número cada vez mayor de mujeres sienten que el niño que han perdido sigue estando junto a ellas y lamentan enormemente su falta. Además entienden que deben soportar el peso de lo que han hecho.

1. *Causas del aborto*. En muchos casos el embarazo sorprende a la mujer, produciéndole ansiedad y estrés, y ve el aborto como una solución. No quieren matar al hijo, sino al estrés. Pero se trata de una enorme confusión. Muchas mujeres no se dan cuenta de lo que van a hacer y esperan «volver a la normalidad» como si nada hubiera sucedido. Algunas, sobre todo jóvenes, han sufrido por parte de su entorno (maridos, compañeros, padres) fuertes *presiones*, resultando que son con frecuencia sus padres quienes «se preocuparán» del futuro y del equilibrio del que va a nacer.

Cuando la noticia del embarazo no es bien acogida, la vida de pareja se vuelve difícil y los cónyuges piensan cómo afrontarla,

8. Cf. J. J. Dillon, *A Path to Hope. For Parents of aborted Children and those who Minister to them*, Mineola NY 1992.

pero son frágiles y no están en condiciones de hacer frente a las dificultades. Hay también mucha gente que cree, finalmente, que no se trata de un hijo, sino de un «amasijo de células» y no se preocupa de pensar a fondo si el embrión es una persona o no. La legislación, al penalizar la práctica del aborto pasado un determinado número de semanas, refuerza la preocupación de decidir de prisa, sin permitir que se analice el problema suficientemente con calma y serenidad.

2. *Consecuencias del aborto*. Una vez practicado el aborto, la mayoría de las mujeres tienen la sensación de que «han sido utilizadas abusivamente»: por ellas mismas (porque su juicio ha sido falseado), por el entorno y por la sociedad. No resulta posible una «vuelta a la normalidad», sino que se experimentan profundos sentimientos de remordimiento, de aflicción y de culpabilidad que hacen difícil la vida. Se sienten mucho peor que antes porque no existe ninguna relación entre la rapidez y la facilidad de la intervención y los numerosos impactos psicoafectivos.

Además, los problemas de la familia se agravan en lugar de resolverse. A veces las parejas se dividen, todos se sienten parcialmente responsables de un asesinato. Las mujeres experimentan sobre todo un *sentimiento de pérdida*. Se dan cuenta de que el embrión era un niño que ha sido eliminado violentamente, al que se le ha matado en la práctica, y al que nunca conocerán. El desasosiego alcanza su cumbre. Esta visión se apodera de su corazón y de sus sentimientos más hondos, y afecta al sentido íntimo de la vida con un dolor profundo. Algunas llegan a plantearse el suicidio.

Los padres, y especialmente las madres, son las *segundas víctimas* de su acto. Los sentimientos que hemos descrito van apareciendo en los meses siguientes al aborto y sienten la necesidad de hablar de ellos con alguien. A veces acuden a personas poco preparadas, incapaces de escuchar y de captar sus emociones más hondas. O acallan sus sentimientos negando que exista un problema (que el feto sea un niño) y que les provoque sufrimiento. Construyen muros defensivos y no quieren hablar del aborto ni de lo que tenga que ver con él. Muchos sentimientos siguen ahí sin resolver, y con frecuencia se manifiestan con fuerza y hasta con violencia en comportamientos inesperados.

b) *Los síntomas del síndrome postabortivo*

El *síndrome postabortivo* (P.A.S.) es un diagnóstico que cada vez usan más los especialistas para describir el conjunto de los síntomas que presenta la mujer después del aborto. Ya hemos dicho que estos síntomas proceden de la negación, represión o racionalización de los sentimientos pendientes de resolver que se manifiestan con fuerza en la falta de cura. Además, revelan el *deseo de reconciliación* del corazón humano, lacerado por el sufrimiento.

1. *Dificultades psicológicas.* Muchas mujeres confiesan que en su intimidad recusaban al niño. Muchas de ellas sufren enormemente a causa del aborto y manifiestan este sentimiento con un fuerte sentido de culpabilidad, remordimiento y angustia. Para evitarlos, la mujer puede negar su pasado no pensando en el aborto o eliminando las emociones y recuerdos relacionados con él. Puede llegar a no respetarse a sí misma y a juzgarse con tanta severidad que hasta se rechaza.

A veces se observa que la falta de estima existía ya antes del aborto: «No soy una persona que valga la pena y mi niño tampoco lo será». Los padres se cuestionan y creen que no son dignos de su papel. Muchas veces se piensa en el suicidio, ya que después de acabar con la vida del niño quieren poner fin también a la suya. Se cuestiona hasta el mismo sentido de la existencia. Además, hay algunos que padecen el complejo del «superviviente», muy semejante al que tienen aquellos que han sufrido adversidades y catástrofes: «Yo he sobrevivido, mi niño no». Sobre todo las mujeres experimentan en su conjunto un estado de profunda *depresión*, con crisis de llanto, malhumor, pérdida de energía o de interés por la vida. Muchas tienen sueños que revelan una gran *ansiedad* (por ejemplo, oyen llorar a niños que no ven). Otras tienen *fobias* (por ejemplo, miedo a los médicos) o *comportamientos compulsivos* (se lavan muchas veces a lo largo del día).

2. *Problemas de relación.* Las relaciones con el marido siguen sin resolverse, e incluso se vuelven más difíciles. Algunas parejas se separan o tienen muchos problemas en sus relaciones sexuales o, en general, con las personas del otro sexo. En concreto, las mujeres

se vuelven agresivas e irascibles con los que les aconsejaron que interrumpieran el embarazo (personal hospitalario, familiares y amigos) y sobre todo acusan a Dios por no intervenir⁹. Pero donde más se agravan los problemas es en las relaciones con otros niños, porque le recuerdan al hijo que han rechazado y, llenas de miedo, son incapaces de estar con ellos, llegando incluso al extremo de no poder ver fotografías o carteles publicitarios donde aparezcan niños.

3. *Compensaciones y sustituciones.* El aborto deja muchas veces una insoportable *sensación de vacío*, que algunas mujeres llenan con el alcohol, la droga, la promiscuidad sexual o la televisión, creyendo que así huyen de la realidad; pero hay veces que se dejan atrapar por estos lazos también para autocastigarse¹⁰. Otras prefieren compensar ese vacío con un matrimonio precipitado con objeto de tener otro hijo, o se apuntan a una liga en defensa de la vida o a una asociación de madres. Si luego vienen otros hijos sienten el impulso de dedicarles todas las atenciones y cuidados —a veces de forma morbosa y excesiva— que no tuvo el hijo malogrado.

4. *Confusión.* No es raro que la mujer salga de esta experiencia profundamente confundida. Podemos indicar una triple tipología:

- *Confusión de identidad.* «¿Quién soy yo, que me he atrevido a abortar?». «¿Soy una persona tan honesta como me imaginaba?».
- *Confusión en las emociones.* «¿Por qué sufro tanto?». «Creía que había resuelto el problema, y resulta que ahora estoy peor».
- *Confusión del sentido de la vida.* «Si yo causo la muerte de alguien, ¿por qué sigo viviendo?». «¿Qué ha sido de mi niño?». «¿Qué piensa Dios de mí?».

En esta última tipología —que revela síntomas de profundas necesidades espirituales— está justamente la tarea que el agente pastoral de la Iglesia debe asumir.

9. Cf. W. Poltawska, *Effetti psichici sulla donna a causa dell'aborto procurato*: Anime e Corpi 120 (1985) 343-354.

10. Cf. R. O. Sexton-R. C. Maddock, *The Adam and Eve Syndrome*: Journal of Religion and Health 17 (1978) 163-168.

c) *Orientaciones pastorales*

Las profundas necesidades espirituales que pueden aparecer tienen tres niveles:

1. *Ser entendidos, ser escuchados.* El sufrimiento y el dolor provocados por el aborto son «muros defensivos» y, para afrontarlos y derribarlos, es preciso crear un ambiente de confianza que asegure a la persona que es aceptada y escuchada sin ser juzgada. Necesita ser escuchada y poder contar su historia con todo detalle sin que se la interrumpa y se quite importancia a sus dificultades. Debe ver que su situación es abordada con interés.

2. *Reencontrar una unidad, un sentido a la vida.* El aborto fragmenta a la persona provocando una ruptura consigo misma, con el pasado, con la existencia y con Dios. Por eso necesita recuperar la unidad y el sentido como madre, como persona sexuada o como mujer casada.

3. *Necesidad de perdón.* Un profundo sentimiento de culpabilidad ante Dios y ante su hijo, los remordimientos, la convicción frecuente de que el aborto es el pecado más grave convencen a la mujer de que está definitivamente excluida del perdón de Dios. Ya no participa en la vida de la Iglesia ni en los sacramentos y tiene miedo a un Dios que castiga. Necesita, pues, emprender un camino de reconciliación, justamente porque siente indignación y odio hacia quienes la han aconsejado o animado a abortar. Es preciso ejercitarse en la terapia del perdón.

Frente a un muro de culpa insoportable, la persona puede levantar un muro defensivo, pero con el tiempo se puede derribar porque cada vez es más difícil mantenerlo en pie. Se necesita, pues, un apoyo externo que asuma a fondo el problema, que haga que se tome conciencia de que el niño no sólo ha muerto, sino que ha sido muerto. Si esto se acepta, la persona puede empezar a curarse, a reconciliarse y a salvarse.

El sacerdote, o en su caso el agente pastoral, desempeña un papel muy importante en la respuesta a las necesidades espirituales.

Pero no se trata de una ayuda exclusivamente psicológica, pues presenta a la Iglesia (con su fuerza moral) y a Dios en medio del pueblo. Su palabra indica por dónde va el recorrido que se desea. Es preciso mantener unidas dos actitudes: verdad y misericordia.

- *Verdad.* No esconder la dura realidad del aborto diciendo: «No ha pasado nada». Además, es necesario aclarar en lo posible todas las circunstancias, desvelando las razones y motivos que llevaron a esa decisión. Esta luz es importante para reconocer el pecado.
- *Misericordia.* Si se es benevolente, si tiene empatía y no se juzga a la persona, se podrá experimentar la misericordia de Dios. Para que se produzca la confianza, el sacerdote debe sentirse honrado de que un alma herida comparta con él problemas tan delicados y profundos. Por eso será humilde y en determinadas circunstancias delegará en algún hermano más competente. Pero, sobre todo, debe crear un ambiente que favorezca que el intercambio entre la persona y Dios se desarrolle con serenidad, es decir, un clima hospitalario, acogedor, amistoso y confiado.

d) *Método para curarse y reconciliarse*

Podemos distinguir al respecto un paralelismo con las cinco etapas señaladas por E. Kübler-Ross: rechazo, cólera, pacto, depresión y aceptación¹¹.

- Primera etapa: *rechazo.* En el diálogo, el agente pastoral debe hacer preguntas muy concretas sobre el aborto: qué se vivió antes, durante y después de hacerlo; es conveniente que ayude a la persona, cuando lo crea necesario, a recordar todo, aunque le cueste. A la hora de valorar, debe procurar no reducir el sufrimiento moral y psicológico, de modo que la persona pueda expresar *lo que* ha vivido y cómo lo ha vivido. Se habrá dado un gran paso adelante si se adopta la terapia familiar, es decir, si la mujer inicia su camino junto con el padre del niño.

11. Cf. E. Kübler-Ross, *La muerte e il morire*, Assisi 1984.

- Segunda etapa: *los padres toman conciencia de que su hijo era una persona*. Las mujeres montan a veces en cólera contra sí mismas, contra el padre del niño, contra su familia y contra Dios. Ven que los motivos que las han llevado al aborto son miserables y desproporcionados con el acto y sus consecuencias. El agente pastoral puede ayudarles a que tomen conciencia del sentido que tiene su rebelión y de las motivaciones subyacentes.
- Tercera etapa: *intentos de negociación o compensación*. El agente pastoral debe tratar de que los padres sean conscientes de que los intentos –a menudo inconscientes– de quitar importancia a la culpabilidad (por ejemplo, deseo de tener inmediatamente otro hijo, de anticipar el matrimonio, de ser unos padres modélicos, de adoptar un niño, de dar dinero, etc.) no pueden cambiar el pasado, ni pueden resucitar al hijo, ni hacer que reviva indirectamente.
- Cuarta etapa: *sensación de vacío que lleva a la depresión*. Cuando los padres reconocen que su niño ha muerto y que ya no pueden hacer nada, comienza el proceso de curación. Caen en la cuenta de que ya no conocerán nunca a su hijo. Por eso el agente pastoral deberá convencerles –al contrario de lo que cabría pensar– de que tienen pleno derecho a estar tristes, sentir el vacío y deprimirse, animándolos a vivir estos sentimientos con confianza y esperanza.
- Quinta etapa: *aceptación*. La depresión empieza a decrecer cuando los padres se sitúan ante su hijo. Este es el momento de la aceptación que representa el final del viaje hacia la curación y la reconciliación. Los signos se ven cuando se dirigen a su hijo llamándolo «hijo mío, hija mía», se reconocen responsables de su muerte y piden a Dios que lo acoja en su seno. Ahora el agente pastoral puede invitarles a que pongan un nombre a su hijo, porque es un medio de reconocer que es una persona y que ellos son sus padres. Puede proponerles también que escriban una carta a Dios, a su hijo y a sí mismos (ya que a muchas personas les es difícil perdonarse y reconciliarse con el que ha compartido con ellos la decisión de abortar) o un diálogo que recoja el fluir de los sentimientos.

Finalmente, el agente pastoral debe orar para conseguir la ayuda de la gracia divina. Durante el proceso de curación, la oración es también indispensable para ponerse en presencia de Dios, pues es el único que puede lograr que la persona se reconcilie profundamente. Los sacramentos de la penitencia, de la unción de los enfermos o la eucaristía en recuerdo del niño, celebrados con otros cristianos, pueden ser un gran consuelo y constituir el final y la capitulación del largo camino de curación.

3. *La homosexualidad*

El problema de la homosexualidad y del juicio ético sobre los actos homosexuales es ahora objeto de debate público incluso entre los católicos. En el debate se utilizan a menudo argumentos y se manifiestan posturas que no son conformes con la enseñanza de la Iglesia católica, lo que preocupa a los que ejercen el ministerio pastoral¹². Trataremos de abordar el tema analizando los factores determinantes en el desarrollo de la orientación sexual.

La homosexualidad designa las relaciones entre hombres o mujeres que sienten un atractivo sexual, exclusiva o predominantemente, hacia personas del mismo sexo. La psicología contemporánea cree que la homosexualidad es objetivamente un desorden; más concretamente, una estrategia o un mecanismo de defensa frente a problemas más hondos de la persona que proceden de su historia evolutiva. Subrayemos que el término «desorden» se entiende aquí en sentido psicológico-psiquiátrico y no en sentido moral.

El término *homosexualidad* –del griego *homós* (igual) y del latín *sexus* (sexo), y acuñado en el siglo XIX por el médico K. M. Benkert– hoy es de uso común, aunque algunos prefieren términos como *homofilia* o incluso *homotropía*. Para denominar a las personas se utiliza también el término *homófilo*, con el que se subraya la dimensión afectiva de la mayoría de las relaciones homosexuales; y el término *gay*, que procede de los Estados Unidos, y tiene en la actualidad también pleno derecho de ciudadanía. La ho-

12. Cf. Congregación para la Doctrina de la Fe, *El cuidado pastoral de los homosexuales*, n. 1.

mosexualidad se confunde popularmente y en ocasiones con otras orientaciones psicosexuales como la pederastia, el travestismo y el transexualismo.

El homosexual es una persona que siente una atracción erótica y afectiva sólo o muy predominantemente por individuos del mismo sexo, con o sin relaciones físicas. Debido a ello se caracteriza por una orientación psicosexual específica, cuyos signos más frecuentes son: la atracción sexual desde la infancia hacia personas del mismo sexo; las fantasías nocturnas o diurnas casi exclusivamente homosexuales; escasa o nula atracción erótica hacia las personas de otro sexo; el paso del acto homosexual, que causa placer, al sentimiento de culpa; y, finalmente, con bastante frecuencia, cierta insistencia en la instancia materna¹³.

Junto con la homosexualidad se cataloga frecuentemente la *pedofilia*, que se caracteriza por la atracción afectiva y sexual hacia niños impúberes o casi púberes, generalmente del mismo sexo (pero también del sexo opuesto). Afortunadamente, este desorden se da muy a menudo de forma latente. El paso al acto es raro, pero la justicia se ve obligada muchas veces a intervenir¹⁴. A la mayoría de los pedófilos se les suele descubrir cuando ya es tarde o, a menudo, demasiado tarde, después de las primeras alarmas y los primeros incidentes.

Las tendencias homosexuales pertenecen a la desviación psicoafectiva, no a la perversión, que marca por entero al individuo. Para poder hablar realmente de *perversión* han de darse a la vez en el mismo individuo una serie importante de condiciones: voluntad de trasgredir, absolutización del mal, que se presenta como deseable en sí mismo; proselitismo, que mueve a reclutar adeptos; necesidad de justificación (cierta filosofía sobre la homosexualidad, lucha por sus «derechos», etc.)¹⁵.

Respecto a las *causas* de la homosexualidad, la investigación va por dos caminos: uno, de tipo organicista, cree que la homosexualidad es una forma de intersexualidad somática de cuño hereditario, que opera esencialmente mediante los dinamismos de la se-

13. Cf. X. Thévenot, *Homosexualités masculines et morale chrétienne*, Paris 1985, 17.

14. Cf. M. Eck, *L'uomo prete*, Torino 1974, 87-89.

15. Cf. *ibid.*, 90-91.

xualidad hormonal; el otro es de tipo social y considera la sexualidad como el producto de condicionamientos educativos o de turbaciones que se han producido en el desarrollo psicosexual.

a) *Teorías sobre el origen de la orientación sexual*

Las causas de la homosexualidad aún no se conocen con claridad. Aquí nos limitamos a ofrecer algunas teorías sobre el origen de la orientación homosexual:

1. *Teorías psicoanalíticas*. Los analistas que se remiten a Freud encuadran la homosexualidad en el marco de la llamada *teoría del complejo de Edipo*. Alrededor de los cuatro o cinco años el niño de sexo masculino atraviesa una etapa de amor exclusivo a la madre y ve en el padre una figura hostil. Las niñas, en cambio, aman al padre y entran en conflicto con la madre. La homosexualidad provendría de no haber superado perfectamente el complejo de Edipo y, por tanto, del rechazo del papel específico sexual, masculino o femenino, que le corresponde.

Los estudios «longitudinales» —es decir, realizados sobre el comportamiento en todo el arco del desarrollo— no han podido confirmar unívocamente este planteamiento, pues se ha visto que la gran mayoría de los niños educados en familias lesbianas revelan un comportamiento netamente heterosexual¹⁶.

2. *Teorías psicosociales*. Tienen en contra las experiencias de un individuo y el modo, positivo o negativo, de vivirlas. La orientación sexual —en sentido heterosexual u homosexual— dependería de que durante la infancia se premiaran, desincentivaran o castigaran algunas situaciones, experiencias o iniciativas. Esquemmatizando, existen cuatro posibilidades:

— *Hostilidad hacia la madre*. En los homosexuales varones, a causa de su temor-odio a su madre, que se cree que es muy severa, dominante o que castiga mucho, es difícil «tender»

16. Cf. S. Golombok-F. Tasker, *Do Parents Influence the Sexual Orientation of their Children? Findings from a longitudinal Study of lesbian Families: Developmental Psychology* 32 (1996) 3-11.

una especie de puente entre la figura materna y las otras figuras femeninas en general. A las mujeres se las puede rechazar o temer, de manera que la pulsión sexual se orienta hacia el sexo masculino. En la homosexualidad femenina, la falta de empatía o el resentimiento hacia la madre obstaculizarían la aceptación de un rol femenino respecto a los varones.

- *Fuerte vínculo afectivo con la madre.* Un vínculo demasiado fuerte con la madre bloquea la maduración emotiva, social y sexual. De modo que, para los varones, la única figura femenina digna que vale la pena es su madre, mientras que las mujeres ven solamente en las mujeres la posibilidad de un vínculo afectivo. Algunos acontecimientos –la guerra, el divorcio de los padres, y sobre todo la «ausencia afectiva» del padre– pueden exasperar la relación afectiva con la madre. En este caso, la homosexualidad dependería sustancialmente de la imposibilidad de salir de la primera relación de amor, es decir, del cambio de un vínculo afectivo e inalterado con la madre.
- *Hostilidad hacia el padre.* En los varones, esto obstaculizaría la asunción de un rol masculino, porque no se reconocerían en su padre, es decir, en una figura que han rechazado en su infancia. En las mujeres, un fuerte rechazo y una intensa hostilidad hacia la figura del padre puede ser la base de su hostilidad futura hacia los varones.
- *Carencias de la figura paterna.* Un padre débil (por el fuerte dominio de la madre) puede causar que los varones no lo tomen como modelo y adopten posturas pasivas.

3. *Teorías eclécticas.* La homosexualidad no tiene solamente una causa, sino que son varias las que concurren en ella. Las dinámicas afectivas con los padres, un físico menos «masculino» o menos «femenino», una tendencia mayor a la introversión y a la clausura en las relaciones con los demás, una excesiva emotividad y miedo al otro –cuando el otro es el sexo opuesto–, una «minoración» real o presunta de los órganos sexuales primarios o secundarios (timbre de la voz, músculos, etc.) pueden conducir a la homosexualidad, que se caracteriza esencialmente por la dificultad de interactuar con

el otro sexo y por la mayor facilidad para replegarse sobre sí mismo o para dirigirse a los semejantes (personas del mismo sexo).

4. *Teorías biológicas.* Habría determinantes genéticos, aunque todavía no se ha aportado ninguna prueba definitiva. Con todo, las bases biológicas de la homosexualidad sólo predisponen para ella, no determinan, y salvaguardan la posibilidad de cambio¹⁷. En algunos casos, la homosexualidad caracteriza a ciertas parejas de gemelos idénticos, pero esto no excluye que hayan podido tener experiencias parecidas.

Recientemente se ha sugerido que el cerebro de los homosexuales varones presenta un aspecto semejante al de las mujeres. Algunos núcleos del hipotálamo, la estructura nerviosa que regula las funciones cíclicas hormonales y algunos aspectos de la pulsión sexual serían de dimensiones más reducidas que las de los varones heterosexuales. Pero las observaciones al respecto son aún insuficientes y, sobre todo, han sido realizadas sobre cerebros de homosexuales muertos por sida, una enfermedad que modifica el sistema nervioso. Por ello resulta difícil afirmar si las diferencias que se han observado tienen que ver con la homosexualidad o con la acción del virus del sida¹⁸.

b) *Orientaciones pastorales*

El criterio a adoptar en el trato pastoral del problema de la homosexualidad está muy claro en el *Catecismo de la Iglesia católica*. Los actos de homosexualidad son intrínsecamente desordenados por ser contrarios a la ley natural (n. 2357); la sola presencia de tendencias homosexuales innatas no es una elección y por ello no implica ninguna responsabilidad; a estas personas hay que acogerlas también con respeto, compasión y delicadeza, evitando cualquier signo de injusta discriminación (n. 2358).

Es muy importante distinguir entre orientación homosexual y actos homosexuales. La persona no es responsable de su tendencia

17. Cf. S. O. Cole, *The biological Basis of Homosexuality: a Christian Assessment*: Journal of Psychology and Theology 23 (1995) 89-100.

18. Cf. A. Oliverio Ferraris, *Omosessualità*: Psicologia contemporanea 21 (1994) n. 126, 28-29.

homosexual, ya que depende en gran parte de una difícil historia evolutiva no querida por ella. La responsabilidad depende de cómo se responde a esa tendencia.

Es evidente que hay que ayudar al homosexual de todas las formas posibles, pero eso no quiere decir que se le anime a realizar sus impulsos sexuales, sino todo lo contrario. Y sobre todo, en una situación tan delicada, hay que tratarlos siempre con mucho respeto y con la máxima caridad. Hay que animarlos también a cargar con su cruz cumpliendo en su vida la voluntad de Dios, participando en el misterio pascual de Cristo. Asimismo es esencial el apoyo de la comunidad cristiana para que no se sientan aislados ni excluidos y para que no se confine en un gueto. Una ayuda eficaz consiste en animar a la persona a iniciar una psicoterapia adecuada. Pero es necesario, sobre todo, un programa pastoral diseñado para todos los niveles de la vida espiritual, con el soporte de los sacramentos (sobre todo de una confesión frecuente y sincera), de la oración, del testimonio, del consejo y de la ayuda individual.

EPÍLOGO

Hemos viajado por el extenso campo de la pastoral y hemos examinado algunas situaciones desde el punto de vista de los dinámicos psicológicos que comportan. Conocerlos puede ayudar al agente pastoral a entender mejor la complejidad de esas situaciones y a encontrar métodos más apropiados de intervención.

Con todo, además de intentar ofrecer un buen cúmulo de datos, nuestros análisis han estado presididos por otra intención muy concreta, a saber, transmitir una actitud pastoral que podemos sintetizar diciendo: es necesario superar las apariencias y ser capaces de ver la riqueza interior de cada persona humana. Esta postura es eminentemente evangélica. No en vano, el concilio Vaticano II comenta:

En nuestros días principalmente urge la obligación de acercarnos a cualquier hombre y servirle activamente cuando llegue la ocasión, ya se trate de un anciano abandonado por todos, de un trabajador extranjero injustamente despreciado, de un desterrado o de un niño nacido de una unión ilegítima que sufre inmerecidamente a causa de un pecado que él no ha cometido, del hambriento que interpela nuestra conciencia, recordándonos la palabra del Señor: «Cuantas veces hicisteis esto a uno de mis hermanos más pequeños, a mí me lo hicisteis» (Mt 25, 40) (GS 27).

BIBLIOGRAFÍA

- AA. VV., *Elementi di medicina e psicologia pastorale*, OARI, Varese 1970.
- AA. VV., *La formazione spirituale del candidato al sacerdozio*, Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1965.
- Ackermann, N. W., *Psicodinamica della vita familiare*, Bollati Boringhieri, Torino 1968.
- Adams, J. E., *The Christian Counselor's Manual*, Presbyterian & Reformed, Phillipsburg (NJ) 1973.
- Alszegehy, Z.-Flick, M., *Il sacramento della riconciliazione*, Marietti, Torino 1976.
- Ancona, L., *Dalla sofferenza al dolore mentale: un oggetto psicoanalitico*: Archivio di Psicologia, Neurologia e Psichiatria 52 (1991) 467-481.
- Antonelli, F., *Psicoterapia dei disabili*, en AA. VV., *Dolentium hominum. Chiesa e salute nel mondo*, Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1993.
- Arnold, W.-Eysenck, H. J.-Meili, R., *Dizionario di psicologia*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1986.
- Arvalli, A., «*Conversava con noi lungo il cammino*»: Presbyteri 27 (1993) 581-590.
- Barry, W.-Connolly, W. J., *The Practice of Spiritual Direction*, The Seabury Press, New York 1982.
- Bartholini, G., *La terapia centrata sul rapporto*, Dehoniane, Bologna 1996.
- Basset, B., *Guilty, My Lord*, Sheed & Ward, London 1974.
- Baumgartner, I., *Psicologia pastorale*, Borla, Roma 1993.

- Becker, E., *The Denial of Death*, MacMillan, New York 1975.
- Belgum, D., *Guilt and/or Self-Esteem as Consequences of Religion*: Journal of Religion and Health 31 (1992) 73-85.
- Berger, K. S., *Lo sviluppo della persona*, Zanichelli, Bologna 1996.
- Bernard, Ch. A., *L'aiuto spirituale personale*, Rogate, Roma 1985.
- Beutler, L. E., *Eclectic Psychotherapy. A Systematic Approach*, Pergamon Press, New York 1983.
- Biot, R.-Galimard, B., *Guida medica delle vocazioni sacerdotali e religiose*, Vita e Pensiero, Bergamo 1952.
- Bischof, J. L., *Adult Psychology*, Harper & Row, London 1976.
- Bishop, R. D., *Psychology and the Pastoral Ministry: Help or Hindrance?*: Journal of Psychology and Theology 17 (1989) 151-156.
- Blackwelder, D., *Single Parents: In Need of Pastoral Support*, en Wicks, R. J.-Parsons, R. D.-Capps, D. E. (eds.), *Clinical Handbook of Pastoral Counseling II*, Paulist Press, New York 1993, 329-359.
- Bregman, L., *Dying: A Universal Human Experience?*: Journal of Religion and Health 28 (1989) 58-69.
- Browning, D. S., *Introduction to Pastoral Counseling*, en Wicks, R. J.-Parsons, R. S.-Capps, D. E. (eds.), *Clinical Handbook of Pastoral Counseling*, Paulist Press, New York 1985, 5-13.
- Browning, R. L., *The Pastor as Religious Educator*, Rel. Ed. Press, Birmingham, Alabama 1989.
- Bruners, W., *Gottesbilder und Persönlichkeitsstruktur: Lebendige Katechese* 16 (1994) n. 2, 83-88.
- Bührer, M., *Das Gespräch am Krankenbett*: Diaconia 5 (1974) 34-43.
- Burton, M.-Davey, T., *The Psychodynamic Paradigm*, en Woolfe, R.-Dryden, W. (eds.), *Handbook of Counseling Psychology*, Sage Publications, London 1996, 113-132.
- Canevaro, A., *Il disabile tra efficienza e consumismo*: Famiglia Oggi 7 (1993).
- Carkhuff, R., *L'arte di aiutare* 1-2, Centro Studi «M. H. Erickson», Trento 1989.
- Castelein, J. D., *Glossolalia and the Psychology of the Self and Narcissism*: Journal of Religion and Health 23 (1984) 47-62.
- Cavazzutti, F., *Quale anziano negli anni 2000?*: Anime e Corpi 133 (1987) 585-594.

- Cencini, A., *Vivere riconciliati*, EDB, Bologna 1988 (versión cast.: *Vivir en paz: perdonados y reconciliados*, Mensajero, Bilbao 1997).
- Charlot, C. M., *Approccio pastorale per la psicologia degli aderenti a sette*: Renovatio 24 (1989) 42-67.
- Cheli, G., *La Chiesa cattolica di fronte alla diffusione delle sette tra i migranti*, en AA. VV., *Le sette: tra crisi personale e mutamento sociale*, Elle Di Ci, Leumann 1993, 124-134.
- Cina, G., *Il linguaggio della sofferenza*: Anime e Corpi 165 (1993) 61-87.
- Clinebell, H. J., *Basic Types of Pastoral Counseling*, Abingdon Press, Nashville 1966.
- Coassolo, O. M., *Pastorale e alcolismo*: Anime e Corpi 163 (1992) 499-508.
- Cole, S. O., *The biological Basis of Homosexuality: a Christian Assessment*: Journal of Psychology and Theology 23 (1995) n. 2, 89-100.
- Collins, G., *Einführung in die beratende Seelsorge*, Bundes-Verlag, Witten 1979.
- Colombero, G., *Dalle parole al dialogo*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1988.
- Colston, L. G., *The Handicapped*, en Wicks, R. J.-Parsons, R. S.-Capps, D. E. (eds.), *Clinical Handbook of Pastoral Counseling*, Paulist Press, New York 1985, 318-331.
- Colzani, G., *Antropologia teologica*, Dehoniane, Bologna 1988.
- Condrau, G., *Todesfurcht und Todessehnsucht*, en Paus, A. (ed.), *Grenzerfahrung Tod*, Styria, Graz 1976, 210-230.
- Congar, Y., *Renouveau dans l'Esprit et institution ecclésiastique*: Revue d'Histoire et de Philosophie religieuses 55 (1975) 147-157.
- Craig, G. J., *Lo sviluppo umano*, Il Mulino, Bologna 1995.
- Cultrera, S., *La glossolalia*, Sao Paolo, Roma 1979.
- Dean, J. C., *Grief and Attachment*: Journal of Religion and Health 27 (1988) 157-163.
- De Fiore, S.-Goffi, T. (eds.), *Nuovo Dizionario di spiritualità*, San Paolo, Roma 1979.
- Del Lago, G., *Dinamismi della personalità e grazia*, Elle Di Ci, Leumann 1970.

- Demal, W., *Praktische Pastoralpsychologie*, Herder, Wien 1949.
- Dillon, J. J., *A Path to Hope. For Parents of aborted Children and those who Minister to them*, Resurrection Press, Mineola NY 1992.
- Drewermann, E., *Wort des Heils, Wort der Heilung*, Patmos, Düsseldorf 1988.
- Clérigos. *Psicograma de un ideal*, Trotta, Madrid 1995.
- Eck, M., *L'uomo prete*, SEI, Torino 1974.
- Egan, G., *Der fähige Helfer*, Burckhardt, Gelnhausen 1979.
- Ernst, H., *Gli anticorpi dell'io*: *Psicologia Contemporanea* 22 (1995) n. 132, 5-11.
- Faricy, R., *La lode e il dono delle lingue*, en AA. VV., *Mistica e misticismo oggi*, CIDI, Roma 1979, 487-492.
- Fizzotti, E. (ed.), *Chi ha un perchè nella vita*, LAS, Roma 1992.
- Fallimento esistenziale e tensione suicida: Anime e Corpi* 133 (1987) 573-584.
- Fleming, D. L., *Models of Spiritual Direction: Review for Religious* 34 (1975) 351-357.
- (ed.), *The Christian Ministry of Spiritual Direction*, St. Louis 1988.
- Foley, D. P., *Eleven Interpretations of Personal Suffering: Journal of Religion and Health* 27 (1988) 321-328.
- Folgheraiter, F., *La relazione di aiuto nel metodo di Robert Car-khuff*, en R. Carkhuff, *L'arte di aiutare I-II*, Centro Studi «M. H. Erickson», Trento 1989, 21-30.
- Fornaro, M., *Psicoanalisi e morale: conflitto o cooperazione?: Ri-vista del Clero Italiano* 69 (1988) 829-840.
- Frankl, V. E., *Logoterapia e analisi esistenziale*, Morcelliana, Brescia 1953 (versión cast.: *Logoterapia y análisis existencial*, Her-der, Barcelona 21994).
- Man's Search for Meaning*, Hodder & Stoughton, London 1976 (versión cast.: *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelo-na 181995).
- Un significato per l'esistenza. Psicoterapia e umanismo*, Città Nuova, Roma 1990 (versión cast.: *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?*, Fondo de Cultura Económica, Ma-drid 1983).

- Franta, H., *Psicologia della personalità*, LAS, Roma 1982.
- Freud, A., *The Ego and the Mechanisms of Defense*, International Universities Press, New York 1966 (versión cast.: *El yo y los mecanismos de defensa*, Piados, 81997 Barcelona).
- Freud, S., *Opere*, Boringhieri, Torino 1972 (versión cast.: *Obras completas*, Biblioteca Nueva, Madrid 1999).
- Friedman, O., *Psicologia sociale*, Editrice Universitaria, Firenze 1953.
- Frielingsdorf, K., ...*Ma Dio non è così*, San Paolo, Cinisello Bal-samo 1995.
- Pastoralpsychologie in der Seelsorgeausbildung: Lebendige Seel-sorge* 43 (1992) 141-145.
- Fuster, J. M., *Growing in Christ*, St. Paul, Bombay 1981.
- Personal Counseling*, St. Paul, Bombay 1980.
- Ganzi, I., *L'ufficio del direttore spirituale*, en AA. VV., *La forma-zione spirituale del candidato al sacerdozio*, Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1965.
- Gergen, K. J.-Gergen, M. M., *Psicologia sociale*, Il Mulino, Bo-logna 1990.
- Geromel, E., *Depth Psychotherapy and Spiritual Direction*, en Fle-ming, D. L. (ed.), *The Christian Ministry of Spiritual Direction: Review for Religious*, St. Louis 1988, 148-158.
- Ghizzoni, L., *Ad alcuni è dato il discernimento spirituale: Pres-byteri* 27 (1993) 591-606.
- Giordani, B., *Il colloquio psicologico nell'azione pastorale*, La Scuola, Brescia 1973.
- La direzione spirituale*, La Scuola, Brescia 1987.
- La psicologia in funzione pastorale*, La Scuola, Brescia 1981.
- Glaser, J. W., *Conscience and Superego*, en Heaney, J. J., *Psyche and Spirit. Readings in Psychology and Religion*, Paulist Press, New York 1973, 31-48.
- Godin, A., *La relazione umana nel dialogo pastorale*, Borla, Tori-no 1964.
- Psicologia delle esperienze religiose*, Queriniana, Brescia 1983.
- Golombok, S.-Tasker, F., *Do Parents Influence the Sexual Orienta-tion of their Children? Findings from a Longitudinal Study of Lesbian Families: Developmental Psychology* 32 (1996) 3-11.

- Görres, A., *Ai confini della psicoanalisi*, Morcelliana, Brescia 1970.
 –*Kennt die Psychologie den Menschen*: Internationale Katholische Zeitschrift 6 (1977) 451-465.
- Görres, A.-Rahner, K., *Das Böse*, Herder, Freiburg i. Br. 1982.
- Götzinger, K., *Sprechen mit einem, der stirbt*: Theologie der Gegenwart 18 (1975) 36-46.
- Grassi, L.-Caracciolo, S.-Molinari, S., *Psicologia e cancro: aspetti clinici e relazionali*: Archivio di Psicologia, Neurologia e Psichiatria 51 (1990) 159-170.
- Grof, S., *Geburt, Tod und Transzendenz*, Kösel, München 1985.
- Hall, S.-Lindzey, G., *Teorie della personalità*, Boringhieri, Torino 1989.
- Hayes, N., *Psychology in Perspective*, MacMillan, London 1995 (versión cast.: *Psicología*, Pirámide, Madrid 1996).
- Heaney, J. J., *Psyche and Spirit. Readings in Psychology and Religion*, Paulist Press, New York 1973.
- Hilgard, E. R.-Atkinson, R. C.-Atkinson, R. L., *Psicología. Corso introduttivo*, Giunti, Firenze 1994 (versión cast.: *Introducción a la psicología*, Morata, Madrid 61999).
- Hill, W. E.-Mullen, P. M., *Jungian Psychology and Pastoral Care*: Journal of Religion and Health 31 (1992) 287-295.
- Hiltner, S., *Pastoral Counseling*, Abingdon, New York 1949.
- Hocken, P., *The Charismatic Experience*, The Way 18 (1978) 44-55.
- Hostie, R., *L'entretien pastoral*, Desclée, Paris 1963.
- Howe, L. T., *Pastoral Counseling and Faith Issues*: Journal of Psychology and Theology 17 (1989) 144-150.
- Huth, W., *Psychotherapie und Seelsorge*: Stimmen der Zeit 198 (1980) 457-466.
- Imoda, F., *Maturità umana e vocazione*: La Civiltà Cattolica 131 (1980) 467-473.
- Julian, R., *The Practice of Psychotherapy and Spiritual Direction*: Journal of Religion and Health 31 (1992) 309-315.
- Knauer, H., *Droga*, en Arnold, W.-Eysenck, H. J.-Meili, R. (eds.), *Dizionario di psicologia*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1986.

- Krech, D.-Crutchfield, R. S., *Elements of Psychology*, Knopf, New York 1959 (versión cast.: *Elementos de psicología*, Gredos, Madrid 1973).
- Krech, D.-Crutchfield, R. S.-Ballachey, E. L., *Individuo e società*, Giunti Barbera, Firenze 1984 (versión cast.: *Psicología social*, Biblioteca Nueva, Madrid 31977).
- Kruse, A., *Gerontopsychologie: Lebendige Seelsorge* 43 (1992) 265-271.
- Kübler-Ross, E., *La morte e il morire*, Cittadella, Assisi 1984.
- Kugler, K.-Jones, W. H., *On Conceptualizing and Assessing Guilt*: Journal of Personality and Social Psychology 62 (1992) 318-327.
- Kuharic, F., *Spiritualità e riabilitazione*, en AA. VV., *Dolentium hominum. Chiesa e salute nel mondo*, Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1993, 261.
- Labriolle, P. de-Oury, G. M.-Vezin, J. F. y L., *Quand le présent devient Présence*, Editions de l'Emmanuel, Paris 1993.
- Lantz, J., *Franklian Psychotherapy with Adults Molested as Children*: Journal of Religion and Health 31 (1992) 297-307.
- Lauer, W., *Sterben und Tod*, Pfeiffer, München 1983.
- Leone, S., *Il malato terminale*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1996.
- Lindzey, G.-Thompson, R. F.-Spring, B., *Psicologia*, Zanichelli, Bologna 1991 (versión cast.: *Psicología*, Omega, Barcelona 1978).
- Luce, G., *Dinamica di gruppo*, LAS, Roma 1977.
- Luft, J., *Psicologia e comunicazione*, ISEDI, Milano 1975.
- Lukas, E., *Dare un senso alla sofferenza*, Cittadella, Assisi 1983.
 –*Prevenire le crisi*, Cittadella, Assisi 1991.
 –*Psychologische Seelsorge*, Herder, Freiburg i. Br. 1985.
- Manenti, A.-Bresciani, C., *Psicologia e sviluppo morale della persona*, EDB, Bologna 1993.
- Maslow, A. H., *Motivazione e personalità*, Armando, Roma 1992 (versión cast.: *Motivación y personalidad*, Díez de Santos, Madrid 1991).
- McIntyre, M., *Sin, Evil and Death in the New Age*: The Way 33 (1993) 210-221.

- MacLeod, J., *The Humanistic Paradigm*, en Woolfe, R.-Dryden, W. (eds.), *Handbook of Counseling Psychology*, Sage Publications, London 1996, 133-155.
- Meissner, W. W., *Ignatius of Loyola. The Psychology of a Saint*, Yale Univ. Press, New Haven & London 1992.
- Psychoanalytic Hagiography: The Case of Ignatius of Loyola*: Theological Studies 52 (1991) 3-33.
- Mendizábal, L. M., *Dirección espiritual*, BAC, Madrid 1978.
- Mengus, R., *La morte a-t-elle un sens?*: Revue des Sciences Religieuses 63 (1989) 137-146.
- Meyer, M. S.-Altmaier, E. M.-Burns, P. C., *Religious Orientation and Coping with Cancer*: Journal of Religion and Health 31 (1992) 273-279.
- Miller, W. R.-Jackson, K. A., *Practical Psychology for Pastors*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs (NJ) 1985.
- Miller, W. R.-Martin, J. E. (eds.), *Behavior Therapy and Religion*, Sage, Newsbury Park (CA) 1988.
- Minuchin, S., *Families and Family Therapy*, Harvard Univ. Press, Cambridge MASS 1977.
- Monge, M. A., *La sofferenza nella malattia. Alcuni punti chiave per aiutare gli ammalati a viverla in modo sano*, Dolentium Hominum 11 (1996) n. 32, 27-38.
- Moody, R. A., *La vita oltre la vita*, Mondadori, Milano 1990 (versión cast.: *Vida después de la vida*, Edaf, Madrid 1984).
- Natale, S. M., *Pastoral Counseling*, Paulist Press, New York 1977.
- Nava, V., *La morte e la vita oltre la morte*: Anime e Corpi 163 (1992) 463-481.
- Niklas, G. R., *The Making of a Pastoral Person*, Alba House, New York 1981.
- Noesen, T. D., *The Addicted/Dependent Minister*: Review for Religious 47 (1988) 836-848.
- Nowak, A., *Pastoralpsychologische Auffassung des Bussakraments*: Archiv für Religionspsychologie 15 (1982) 267-276.
- Oates, W. E., *Seelsorge und Psychiatrie*, Styria, Graz 1980.
- Oliverio Ferraris, A., *Handicap e compiti dello sviluppo*: Psicologia Contemporanea 19 (1992) 28-32.

- Omosessualità*: Psicologia Contemporanea 21 (1994) 22-31.
- Pacciolla, A., *Psicodinamiche del perdono: Anime e Corpi* 143 (1989) 265-280.
- EPM. Esperienze pre-morte*, San Paolo, Cinsello Balsamo 1995.
- Pangrazzi, A., *Il lutto: un viaggio dentro la vita*, Camilliane, Torino 1993.
- Paus, A. (ed.), *Grenzerfahrung Tod*, Styria, Graz 1976.
- Pearson, L. (ed.), *Death and Dying*, Western University, Cleveland 1969.
- Pease, A., *Body Language*, Sheldon Press, London 1984 (versión cast.: *El lenguaje del cuerpo*, Altaya, Barcelona 1994).
- Peseschkian, N., *Positive Familientherapie*, Fischer, Frankfurt 1980.
- Petrini, M., *Accanto al morente*, Vita e Pensiero, Milano 1990.
- Pinkus, L., *La psicologia del malato*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1985.
- Poggi, I., *Sensi di colpa*: Psicologia Contemporanea 21 (1994) n. 124, 27-33.
- Poltawska, W., *Effetti psichici sulla donna a causa dell'aborto procurato*: Anime e Corpi 120 (1985) 343-354.
- Il bambino handicappato nella famiglia e nella società*, en AA. VV., *Dolentium hominum. Chiesa e salute nel mondo*, Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1993, 130-135.
- Pompey, H., *Das seelsorgliche Gespräch und die Methode des Pastoral Counseling*: Diakonia 5 (1974) 5-16.
- Pruyser, P., *The Minister as Diagnostician: Personal Problems*, en *Pastoral Perspective*, Westminster, Philadelphia 1976.
- Raab, P., *Psychologie hilft glauben*, Herder, Freiburg i. Br. 1990.
- Rebell, W., *Psychologische Grundwissen für Theologen*, Kaiser, München 1988.
- Rey, K. G., *Gotteserlebnis im Schnellverfahren*, Kösel, München 1985.
- Richardson, J. T., *Psychological Interpretations of Glossolalia: A Reexamination of Research*: Journal for the Scientific Study of Religion 12 (1973) 199-207.
- Riess, R., *Perspektiven der Pastoralpsychologie*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1974.

- Rogers, C. R., *Client-Centered Therapy*, Houghton Mifflin Co., Cambridge MASS 1951 (versión cast.: *Psicoterapia centrada en el cliente*, Paidós, Barcelona 1997).
- Ronco, A., *Introduzione alla psicologia I. Psicologia dinamica*, LAS, Roma 1991.
- *Introduzione alla psicologia II. Conoscenza e apprendimento*, LAS, Roma 1994.
- Rudolf, R., *Ars moriendi*, Böhlau Verlag, Köln 1957.
- Rulla, L. M., *Antropología de la vocación cristiana. I: Bases interdisciplinarias*, Atenas, Madrid.
- Rulla, L. M.-Imoda, F.-Ridick, J., *Antropología cristiana. II: Confirmaciones existenciales*, Atenas, Madrid.
- Samarin, W. J., *Tongues of Men and Angels: The Religious Language of Pentecostalism*, MacMillan, New York 1972.
- Sandage, S. J.-Wibberly, K. H.-Worthington, E. L., *Christian Counselor's Resources for Multi-Cultural Understanding and Counseling*: Journal of Psychology and Theology 23 (1995) 30-36.
- Scharfenberg, J., *Einführung in die Pastoralpsychologie*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1985.
- (ed.), *Glaube und Gruppe: Probleme der Gruppendynamik in einem religiösen Kontext*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1980.
- Schmiedbauer, W., *Die hilflosen Helfer*, Rowohlt, Reinbeck b. H. 1980.
- Schnaper, N., *Care of the Critically Ill and the Dying*, en Sipe A. W. R.-Rowe, C. J. (eds.), *Psychiatry, Ministry and Pastoral Counseling*, The Liturgical Press, Collegeville MI 1984, 277-299.
- Schwager, T., *Das Vergebende Gespräch: Grundlagen und Praxis des Beichtgesprächs*, Don Bosco Verlag, München 1981.
- Semi, A. A., *Tecnica del colloquio*, Cortina, Milano 1985.
- Sexton, R. O.-Maddock, R. C., *The Adam and Eve Syndrome*: Journal of Religion and Health 17 (1978) 163-168.
- Sheets, J. R., *Spiritual Direction in the Church*, en Fleming, D. L. (ed.), *The Christian Ministry of Spiritual Direction*, St. Louis 1988, 54-71.
- Sipe, A. W. R.-Rowe, C. J. (eds.), *Psychiatry, Ministry and Pastoral Counseling*, The Liturgical Press, Collegeville MI 1984.

- Spanos, N. P. y otros, *Glossolalia as Learned Behavior. An Experimental Demonstration*: Journal of Abnormal Psychology 95 (1986) 21-23.
- Sporschill, G. (ed.), *Wie heute beichten?*, Herder, Freiburg 1974.
- Stamm, H., *Le sètte*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1997.
- Stollberg, D., *Gottesbilder in der Seelsorge*, en Raab, P., *Psychologie hilft glauben*, Herder, Freiburg i. Br. 1990, 60-73.
- Szentmártoni, M., *Identità personale. Un concetto ambiguo*: Orientamenti Pedagogici 35 (1988) 440-450.
- *In cammino verso Dio. Riflessioni psicologico-spirituali su alcune forme di esperienza religiosa*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1998.
- *Introduzione a la teologia pastoral*, Verbo Divino, Estella 1994.
- *La confessione. Teologia, psicologia e pastorale in dialogo*: Folia Theologica 6 (1995) 173-196.
- *Le dimensioni psicologiche dell'esperienza spirituale: nuove prospettive per le tendenze contemporanee del cosiddetto «New Age»*, en Alphonso, H. (ed.), *Esperienza e spiritualità*, Pomel, Roma 1995, 323-337.
- *Nuova psicologia e pratica spirituale*, en Bernard, Ch. A. (ed.), *La spiritualità come teologia*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1993, 206-231.
- *Un viaggio nella famiglia: La Famiglia* 26 (1992) 27-38.
- *Vita spirituale e salute mentale: Rassegna di Teologia* 34 (1993) 279-296.
- Tarlov, A. R., *Le persone handicappate nella società: definizione e concetti*, en AA. VV., *Dolentium hominum. Chiesa e salute nel mondo*, Editrice Vaticana, Città del Vaticano 1993.
- Tausch, R.-Tausch, A. M., *Psicologia dell'educazione*, Città Nuova, Roma 1979.
- Tejera, M., *L'apporto della psicologia nella direzione spirituale*, en AA. VV., *Elementi di medicina e psicologia pastorale*, OARI, Varese 1970, 191-211.
- Thévenot, X., *Homosexualités masculines et moral chrétienne*, Cerf, Paris 1985.
- Torello, G., *Arringa per un mobile di chiesa: Studi Cattolici* 36 (1992) 748-751.

- Vallejo Nájera, J. A.-Vizioli, R., *Introduzione alla psichiatria*, Il Pensiero Scientifico, Roma 1970 (original cast.: *Introducción a la psiquiatría*, Editorial científico-médica, Barcelona ¹⁵1985).
- Vergote, A., *Psicología religiosa*, Taurus, Madrid ³1975.
- Watson, J. B., *Behaviorism*, The University of Chicago Press, Chicago 1958.
- Wicks, R. J.-Parsons, R. S.-Capps, D. E. (eds.), *Clinical Handbook of Pastoral Counseling*, Paulist Press, New York 1985.
- Wicks, R. J.-Parsons, R. S., *Clinical Handbook of Pastoral Counseling II*, Paulist Press, New York 1993.
- Winifred, M., *Imaging Spiritual Direction: Review for Religious* 54 (1995) 531-534.
- Winkler, K., *Die Funktion der Pastoralpsychologie in der Theologie*, en Riess, R., *Perspektiven der Pastoralpsychologie*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1974.
- Wolff, H., *Gesù psicoterapeuta*, Queriniana ⁴1994.
- Woolfe, R.-Dryden, W. (eds.), *Handbook of Counseling Psychology*, Sage Publications, London 1996.
- Zavalloni, R., *Psicologia pastorale*, Marietti, Torino 1965.

ÍNDICE GENERAL

Contenido	7
Introducción	9
1. Antropología pastoral	13
1. Teorías psicodinámicas	14
a) El inconsciente	14
b) Los mecanismos de defensa	16
c) Valoración	21
2. Teorías del comportamiento	22
a) El aprendizaje	22
b) Valoración	24
3. Teorías humanistas	25
a) La autorrealización	25
b) Valoración	26
4. Teorías trascendentales	28
a) La autotrascendencia	28
b) Valoración	29
5. Síntesis personal	30
2. El diálogo pastoral	35
1. El diálogo pastoral	35
a) El contexto teológico-eclesial	36
b) El coloquio pastoral	38
2. Distintos modelos	40
a) La terapia psicodinámica	40
b) Las terapias del comportamiento	42

c) La terapia no directiva	45
d) La logoterapia	47
3. La relación personal	48
a) La autenticidad	49
b) El calor no posesivo	50
c) La empatía	51
d) La confrontación	53
e) La inmediatez	54
3. Técnica del coloquio pastoral	57
1. La escucha activa	57
a) La importancia de poder hablar	57
b) El proceso de la escucha activa	59
2. La técnicas principales	60
a) La respuesta espejo	61
b) El reflejo de los sentimientos	62
c) La confrontación	63
d) Las intervenciones inadecuadas	65
3. El contexto del diálogo	65
a) La comunicación no verbal	66
b) Las reglas del juego	67
4. Anatomía del diálogo	68
a) El comienzo de los diálogos	69
b) La fase libre de los diálogos	72
c) La fase conclusiva de las consultas o diálogo pastoral ..	73
4. La dirección espiritual	77
1. El acompañamiento espiritual	77
a) Actualidad y definición	78
b) Diversos modelos	80
2. Los dinamismos inconscientes	83
a) Los mecanismos de defensa y los grados de libertad ..	84
b) Las áreas conflictivas	87
3. Algunos principios de ayuda	89
a) Las técnicas de la logoterapia	89
b) Las técnicas de la terapia del comportamiento	91

4. El transfert	92
a) El transfert en la dirección espiritual	93
b) La solución	95
5. El director espiritual	96
5. La confesión	99
1. Confesión y vida psíquica	101
a) Formas distorsionadas de la confesión	101
b) Los niveles de la vida psíquica	102
2. Pecado y culpa	106
a) Los niveles de pecado	106
b) La culpabilidad	108
c) Culpabilidad y vergüenza	110
d) El remordimiento	111
3. Patología de la culpabilidad	112
a) Los escrúpulos	112
b) La autopenitencia	116
4. La conciencia	117
a) Conciencia inmadura	118
b) Conciencia madura	120
5. La dinámica del perdón	121
a) El examen profundo de la conciencia	121
b) La experiencia del perdón	122
c) Las actitudes pastorales	124
6. Enfermedad y sufrimiento	127
1. El sufrimiento	127
a) Modelos de adaptación	128
b) Actitudes ante el propio sufrimiento	130
2. Imágenes de Dios	133
a) Imágenes falsas de Dios	133
b) Imágenes positivas de Dios	135
7. Muerte y duelo	139
1. Actitudes ante la muerte	139
a) Las cinco fases de Kübler-Ross	139

b) Las cinco tentaciones del <i>Ars Moriendi</i>	142
c) Orientaciones pastorales	144
d) Las experiencias vividas en el umbral de la muerte	146
2. El duelo	149
a) Dinámica del duelo	150
b) Orientaciones pastorales	153
8. La dinámica de grupo	157
1. El grupo psicológico	157
a) El desarrollo de los pequeños grupos	159
b) Los cambios en la estructura del grupo	161
c) La dinámica interna del grupo	162
d) Las desviaciones del grupo	163
2. El liderazgo	164
a) Cómo surge el liderazgo	164
b) Funciones del líder	165
3. El individuo en el grupo	166
a) La cohesión en el grupo	166
b) Conformismo y pérdida de la identidad personal	168
4. Las masas	169
5. El grupo carismático	172
a) La experiencia carismática	172
b) El papel de la pertenencia al grupo	176
c) Orientaciones pastorales	178
6. Las sectas	179
a) Psicodinámica de las sectas	179
b) Orientaciones pastorales	182
9. Matrimonio y familia	183
1. El desarrollo del matrimonio	183
a) El comienzo del matrimonio	184
b) El nacimiento del primer hijo	185
c) Los problemas de la maternidad	186
d) Los problemas de la paternidad	187
e) El conflicto generacional	187
f) La separación de los jóvenes de la familia	188

2. Prevención y terapia	190
a) ¡Ensanchad vuestro horizonte!	190
b) ¡Fortaleced el vínculo!	191
c) ¡Abandonad el papel de víctima!	192
d) ¡Creed en el sacramento del matrimonio!	194
3. El divorcio	195
La ayuda pastoral	196
10. Situaciones pastorales específicas	199
1. El laberinto de la discapacidad	199
a) La situación familiar	200
b) Orientaciones pastorales	202
2. El síndrome postabortivo	205
a) El aborto	206
b) Los síntomas del síndrome postabortivo	208
c) Orientaciones pastorales	210
d) Método para curarse y reconciliarse	211
3. La homosexualidad	213
a) Teorías sobre el origen de la orientación homosexual	215
b) Orientaciones pastorales	217
<i>Epílogo</i>	219
<i>Bibliografía</i>	221