

El acompañamiento personal de los procesos de crecimiento cristiano y personal

Araceli del Pozo Armentia

Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid
Profesora del IUS-Instituto Universitario Sophia en Loppiano-Florenca

En el Capítulo Tercero-sección IV, de la exhortación apostólica *Evangelii Gaudium*, el Santo Padre aborda en cinco números el tema del acompañamiento personal. El acompañamiento tiene como una de sus finalidades la misión, la evangelización. No aspira simplemente al crecimiento personal, a la autorrealización, sí, también, pero para que ese crecimiento lleve a la persona a “salir” a dar el Evangelio a los demás. De hecho, la sección en la que el Papa habla del acompañamiento se encuentra en el Capítulo Tercero sobre “El Anuncio del Evangelio” y la sección lleva por título: “una evangelización para la profundización del kerigma”.

Las palabras del Papa, junto a ciertas claves características del proceso de acompañamiento, configuran el índice de este documento que recorreremos juntos en esta tarde.

1. Cercanía de Jesús y mirada personal: *Desde dónde se acompaña*
2. El acompañamiento lleva a Dios: *Para qué I (horizonte) se acompaña*
3. El acompañamiento y el arte de escuchar: *Cómo acompañar: técnicas e instrumentos*
4. Dejarnos acompañar: *¿Quién puede acompañar? Quién se ha dejado acompañar*
5. Acompañamiento como servicio: *Para qué II: para la misión evangelizadora*
6. Anexo

1. Cercanía de Jesús y mirada personal: Desde dónde se acompaña

En una civilización paradójicamente herida de anonimato y, a la vez obsesionada por los detalles de la vida de los demás, impudorosamente enferma de curiosidad malsa-

na, la Iglesia necesita la mirada cercana para contemplar, conmoverse y detenerse ante el otro cuantas veces sea necesario. En este mundo los ministros ordenados y los demás agentes pastorales pueden hacer presente la fragancia de la presencia cercana de Jesús y su mirada personal. La Iglesia tendrá que iniciar a sus hermanos –sacerdotes, religiosos y laicos– en este «arte del acompañamiento», para que todos aprendan siempre a quitarse las sandalias ante la tierra sagrada del otro (cf. Ex 3,5). Tenemos que darle a nuestro caminar el ritmo sanador de proximidad, con una mirada respetuosa y llena de compasión pero que al mismo tiempo sane, libere y aliente a madurar en la vida cristiana (169).

En el artículo 169 de *Evangelii Gaudium* el Papa Francisco expresa en modo extraordinario, cual ha de ser “*la actitud y la Mirada*” en el proceso de acompañamiento. Podríamos decir que se acompaña “*desde la mirada de Jesús*”, desde *cómo nos ve Dios* y *cómo Dios ve al otro*, a quien acompañamos. Esta clave de lectura garantiza cualquier proceso de acompañamiento.

La alusión a la mirada de Jesús nos lleva la figura de Jesús Maestro, Jesús educador. En un discurso pronunciado por la fundadora del movimiento de los Focolares Chiara Lubich, en 1987 a las familias (1) se detallan las características de este educador, perfectamente aplicables a la figura del acompañante.

Ante semejante modelo el acompañamiento se convierte en un auténtico privilegio que nos pone en la tesitura de “hacer las veces de Jesús”, para nuestros hermanos, con la humildad necesaria de reconocer que, con toda probabilidad, todos hemos experimentado que otros antes han hecho lo mismo con nosotros.

El término que el Papa utiliza: ritmo sanador de proximidad, centra el objetivo del acompañamiento y la consideración global-integral-holística de la persona que no se ha de perder de vista: ayudar a sostener a quien se acompaña, en los momentos de crisis (salir de los estados de angustia, vivirla en clave de relación, superar la culpa, el aislamiento, la alienación) para conducirla a su propia realización en el máximo de potencialidades en cada una de sus dimensiones como persona.

No podemos pasar por alto la magistral comparación del Papa al citar el Éxodo: *quitarse las sandalias ante la tierra sagrada del otro*, nos da idea del gran respeto y consideración que se ha de tener en esta misión de acompañar.

2. El acompañamiento lleva a Dios: Para qué I (horizonte) se acompaña

Aunque suene obvio, el acompañamiento espiritual debe llevar más y más a Dios, en quien podemos alcanzar la verdadera libertad. Algunos se creen libres cuando caminan al margen de Dios, sin advertir que se quedan existencialmente huérfanos, desamparados, sin un hogar donde retornar siempre. Dejan de ser peregrinos y se convierten en errantes, que giran siempre en torno a sí mismos sin llegar a ninguna parte. El acompañamiento sería contraproducente si se convirtiera en una suerte de terapia que fomenta este encierro de las personas en su inmanencia y deje de ser una peregrinación con Cristo hacia el Padre (179).

En el proceso de acompañamiento, como alerta muy bien el Santo Padre, existe el riesgo de desvirtuar el fin que se persigue y con facilidad se cae en el error de finalizar los medios o

mediatizar los fines. Es de vital importancia tener clara la meta y el Papa la subraya con fuerza: “el acompañamiento debe llevar a Dios para alcanzar la verdadera libertad”. Esta simple frase evita la amenaza de desfigurar la esencia y el fin del acompañamiento.

Por otra parte, como seres humanos, creados “por Dios a su imagen y semejanza” (Génesis 1,26), estamos llamados a vivir como Él vive, la vida que el Hijo ha venido a traer a la tierra: la vida de la Trinidad. Cabe pensar que si toda relación humana refleja y tiene como modelo las relaciones trinitarias ¿puede acaso el acompañamiento –como forma de relación humana por antonomasia–, escapar a esta dinámica, a esta ley inscrita en el propio AND de la naturaleza de cada hombre, de cada ser creado por Dios “a su imagen y semejanza”? Este hecho nos ha de hacer pensar en la consecuencia de cada una de nuestras actitudes ante un proceso de acompañamiento. Nos pone en la actitud ya mencionada en el anterior capítulo, de respeto absoluto con el que debemos asomar a la “vida del otro” en el proceso de acompañamiento.

3. El acompañamiento y el arte de escuchar: Cómo acompañar: técnicas e instrumentos

Más que nunca necesitamos de hombres y mujeres que, desde su experiencia de acompañamiento, conozcan los procesos donde campea la prudencia, la capacidad de comprensión, el arte de esperar, la docilidad al Espíritu, para cuidar entre todos a las ovejas que se nos confían de los lobos que intentan disgregar el rebaño. Necesitamos ejercitarnos en el arte de escuchar, que es más que oír. Lo primero, en la comunicación con el otro, es la capacidad del corazón que hace posible la proximidad, sin la cual no existe un verdadero encuentro espiritual. La escucha nos ayuda a encontrar el gesto y la palabra oportuna que nos desinstala de la tranquila condición de espectadores.

Sólo a partir de esta escucha respetuosa y compasiva se pueden encontrar los caminos de un genuino crecimiento, despertar el deseo del ideal cristiano, las ansias de responder plenamente al amor de Dios y el anhelo de desarrollar lo mejor que Dios ha sembrado en la propia vida. Pero siempre con la paciencia de quien sabe aquello que enseñaba santo Tomás de Aquino: que alguien puede tener la gracia y la caridad, pero no ejercitar bien alguna de las virtudes «a causa de algunas inclinaciones contrarias» que persisten. [133] Es decir, la organicidad de las virtudes se da siempre y necesariamente «in habitu», aunque los condicionamientos puedan dificultar las operaciones de esos hábitos virtuosos. De ahí que haga falta «una pedagogía que lleve a las personas, paso a paso, a la plena asimilación del misterio». [134] Para llegar a un punto de madurez, es decir, para que las personas sean capaces de decisiones verdaderamente libres y responsables, es preciso dar tiempo, con una inmensa paciencia. Como decía el beato Pedro Fabro: «El tiempo es el mensajero de Dios» (171).

En esta pedagogía que lleva a las personas paso a paso, como sugiere el Papa, nos serviremos a continuación de lo que la ciencia nos aporta, desarrollando algunos de los conceptos clave que la disciplina de orientación, también conocida como *counselling*, ha ido desarrollando en las últimas décadas. La relación de ayuda o el acompañamiento puede representarse con la metáfora de “caminar juntos”.

Según Carl Rogers, los seres humanos son básicamente buenos y tienen capacidad de crecer, evolucionar y conocerse y, si se dan las condiciones ideales, encontrar respuesta a sus problemas. Para llegar al fin de la relación de ayuda, el cambio en la persona ayudada, tienen que

darse unas condiciones de eficacia que dependen de las actitudes del que ayuda y que Rogers enumera en su triada.

Empatía: ponerse en el lugar del otro.

Congruencia: autenticidad

Aceptación: positiva e incondicional

Por motivos de tiempo y espacio en este documento, nos detendremos brevemente en la primera. La actitud empática: es una actitud o disposición interior de la persona que ayuda que le permite comprender y transmitir comprensión a la persona ayudada. Se basa en dos habilidades o destrezas, la escucha activa (comprender) y la respuesta comprensiva o empática (transmitir comprensión). La actitud empática se diferencia de la simpatía en que esta significa *sentir-con* y la empatía es *sentir-en*, *sentir desde dentro*. La primera es un movimiento de atracción recíproca, mientras que la segunda es un movimiento unilateral (que no siempre es recíproco).

4. Dejarnos acompañar: ¿Quién puede acompañar? Quien se ha dejado acompañar

El acompañante sabe reconocer que la situación de cada sujeto ante Dios y su vida en gracia es un misterio que nadie puede conocer plenamente desde afuera. El Evangelio nos propone corregir y ayudar a crecer a una persona a partir del reconocimiento de la maldad objetiva de sus acciones (cf. Mt 18,15), pero sin emitir juicios sobre su responsabilidad y su culpabilidad (cf. Mt 7,1; Lc 6,37). De todos modos, un buen acompañante no consiente los fatalismos o la pusilanimidad. Siempre invita a querer curarse, a cargar la camilla, a abrazar la cruz, a dejarlo todo, a salir siempre de nuevo a anunciar el Evangelio. La propia experiencia de dejarnos acompañar y curar, capaces de expresar con total sinceridad nuestra vida ante quien nos acompaña, nos enseña a ser pacientes y compasivos con los demás y nos capacita para encontrar las maneras de despertar su confianza, su apertura y su disposición para crecer (172).

Es extraordinario el texto en el que el Santo Padre centra la atención en la figura del que acompaña. Se ha explicitado en varios momentos, la importancia de ser íntegro y coherente para poder afrontar procesos de acompañamiento y lo útil que resultan en este sentido, las experiencias vividas previamente por el acompañante.

5. Acompañamiento como servicio: Para qué II: para la misión evangelizadora

El auténtico acompañamiento espiritual siempre se inicia y se lleva adelante en el ámbito del servicio a la misión evangelizadora. La relación de Pablo con Timoteo y Tito es ejemplo de este acompañamiento y formación en medio de la acción apostólica. Al mismo tiempo que les confía la misión de quedarse en cada ciudad para «terminar de organizarlo todo» (Ti 1,5; cf. 1 Tm 1,3-5), les da criterios para la vida personal y para la acción pastoral. Esto se distingue claramente de todo tipo de acompañamiento intimista, de autorrealización aislada. Los discípulos misioneros acompañan a los discípulos misioneros (173).

Es fundamental tener siempre presente la consideración de Papa Francisco. La naturaleza humana es vulnerable y si se pierde de vista la finalidad del “acompañamiento” es relativamente fácil derivar en conductas y actitudes poco evangélicas que sin duda desvirtúan su la misión.

El papel del acompañante consiste en:

- Crear un clima de aceptación, respeto y comprensión, en el que la persona a la que se acompaña se sienta relativamente segura, aceptada y comprendida.
- Dejar a un lado “problemas e inquietudes personales” para estar lo más disponible posible para escuchar activamente y comprender a la otra persona, acompañándola en la exploración de sus vivencias y situaciones existenciales.
- Establecer una relación en la que expreso, sin palabras, mi valoración positiva incondicional por el otro como persona, como ser humano (no por sus conductas, actitudes, ideas, o sentimientos), sino por el hecho de su dignidad como persona, sea cual sea la situación que vive.

Ninguna de estas cuestiones precisa un desarrollo conceptual, y resulta muy significativa la sintonía de este perfil profesional con la atención que el Papa da a la palabra *Servicio*- Servicio a la misión evangelizadora. Sirvan como conclusión a esta exposición las palabras pronunciadas hace pocos meses por el Papa Francisco en la homilía de la misa de Nochebuena. Son palabras significativas y que sirven como broche y cierre a los cuatro puntos de su enseñanza del acompañamiento:

“¿Tenemos el coraje de acoger con ternura las situaciones difíciles y los problemas de quien está a nuestro lado, o bien preferimos soluciones impersonales, quizás eficaces, pero sin el calor del Evangelio? ¡Cuánta necesidad de ternura tiene el mundo de hoy!”(2).

6. Anexo - Práctica (escucha activa)

Recordar los tipos de respuestas aconsejados:

- REFLEJAR

Las técnicas de reflejo incluyen:

- o Destacar y reconocer los sentimientos expresados.
- o Repetirlos y reformularlos.
- o Resumir el contenido de lo que se ha dicho.

- REFORMULAR (PARÁFRASIS)

Reflejo de sentimientos: Repite la esencia de lo dicho por la persona sintonizando con el contenido emocional.

- RESUMIR

Para ello se necesita:

- Comprender lo que se ha dicho.

- *Seleccionar adecuadamente los elementos clave.*
- *Expresarlos de manera directa, clara y empática.*

Las técnicas de reformulación presuponen la capacidad de resumir correctamente las ideas recibidas en las respuestas, poseer un vocabulario variado, la habilidad de escoger las palabras apropiadas que reactiven los sentimientos expresados por la persona a la que se acompaña y relacionar cada frase con el sentimiento de quien la expresa.

Ejemplos para trabajar en grupo:

Escribir una respuesta de reflejo para cada uno de los siguientes casos: Sirva como modelo: Entiendo que te sientes (nombre del sentimiento) y lo que quieres decirme es que (reformular la frase con otras palabras)

1. *“No quiero volver allí. No es mi sitio”.*
2. *“Mi niña tenía 3 años cuando tuve que ingresar en el hospital y dejarla con otra persona.”*
3. *“Mi matrimonio con Juan se rompió hace un año. Él fue mi auténtico primer amor”*
4. *“Trabajo duro para mantener a mi familia. A veces eso significa no poder verlos los fines de semana.”*
5. *“Nos lo estábamos pasando bien en las fiestas, pero luego empezaron a venir malas noticias.”*
6. *“Intenté ayudarle con mi mejor intención. No sé por qué no supo valorar mi ayuda.”*
7. *“Antes me daba a la bebida, pero lo dejé cuando el médico me advirtió que me estaba matando lentamente.”*
8. *“Hay noches que no pego ojo. Me quedo tumbado despierto, me pongo a dar vueltas y parece que nunca se va a hacer de día.”*
9. *“Deseaba realmente ese trabajo. Al quedárselo otro, seguí buscando más pero nunca puse mucho entusiasmo.”*
10. *“Mi marido se pasa el día quejándose, y si le digo algo me dice que no lo agobie con tonterías. ¡Cree que lo único importante es su trabajo! ¡Cómo si yo me pasase el día pintándome las uñas!*
11. *“Allí estaba yo, preparando los canapés para todos, mientras mis hermanos que sólo vienen a verla por Navidad charlaban con mi madre, que no hacía más que mostrarles agradecimiento. Nadie se acordó de mí, nadie me ofreció ayuda*

(1) *Educazione come vita.* V.Zanni. La scuola. 2010.

(2) https://w2.vatican.va/content/francesco/es/homilies/2014/documents/papa-francesco_20141224_omelia-natale.html