

Francisco Prat
Puigdemgolas

Acompañando a las personas mayores en Residencias

Guía para el seguimiento
humano y espiritual

SAL TERRA,



CUADERNOS
DEL CENTRO
DE HUMANIZACION
DE LA SALUD

Francisco Prat Puigdengolas

Acompañando a las personas mayores en Residencias

Guía para el seguimiento humano y espiritual

Centro
de Humanización de la Salud
(Religiosos Camilos)

Editorial
Sal Terrae
Santander

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida, total o parcialmente, por cualquier medio o procedimiento técnico sin permiso expreso del editor.

© 2003 by Centro de Humanización de la Salud
Sector Escultores, 39
18760 Tres Cantos (Madrid)
Tfno.: 918 034 000/ Fax: 918 040033

© 2003 by Editorial Sal Terrae
Polígono de Raos, Parcela 14-1
39600 Maliaño (Cantabria)
Fax: 942 369 201
E-mail: salterrae@salterrae.es
www.salterrae.es

Con las debidas licencias
Impreso en España. Printed in Spain
ISBN: 84-293-1527-6
Dep. Legal: BI-2995-03

Fotocomposición:
Sal Terrae - Santander
Impresión y encuadernación:
Grafo, S.A. ~ Bilbao

Índice

<i>Prólogo</i>	9
<i>Introducción: Aproximación desde la Gerontología</i> .	11
1. El envejecimiento como fenómeno existencial .	17
2. Detectar las necesidades espirituales y religiosas	25
3. «Counselling» pastoral con personas mayores.	40
4. Los valores en el mayor	57
5. La integración personal como culminación de la existencia	67
6. La experiencia de Dios en el mayor: sentido, esperanza, y reconciliación.	81
7. Significado de las prácticas religiosas para el mayor.	101
8. El servicio pastoral en una Residencia Geriátrica . .	115
<i>A modo de conclusión.</i>	135

*A mi gente: Nuria y Marta. A mis padres.
Pero esta pequeña dedicatoria no es sólo mía.
Lo es también de mis hermanos -Cristina, Ade y Román-
a nuestra abuela María,
a quien tanto quisimos y que nos enseñó con su vida
el verdadero significado de envejecer con dignidad.*

IN MEMORIAM.

Prólogo

Las necesidades espirituales y religiosas de las personas mayores no siempre se sabe cómo afrontarlas. En ocasiones, ni siquiera se saben nombrar, más allá de la identificación de las cuestiones religiosas.

Sin embargo, en los ámbitos en que se habla de cuidados integrales, como pueden serlo el ámbito de la salud y el de los servicios sociales, se pretende incorporar la dimensión espiritual como una más a tener en cuenta para acompañar a las personas mayores en los diferentes programas existentes para ellos.

Uno de los ámbitos específicos en los que se quiere prestar una asistencia integral a los mayores es el de las *Residencias de mayores*. En éstas, los profesionales se esmeran en prestar cuidados globales (cuidados físicos, emocionales, psicológicos, espirituales). Para salir al paso de estas necesidades se requieren recursos específicos, tanto humanos como de competencia profesional y de medios materiales.

La existencia de agentes de pastoral (presbíteros, religiosos o seculares) en las *Residencias de mayores* constituye un recurso para responder de manera específica a las necesidades espirituales y religiosas de los residentes, los cuales no siempre cuentan con un plan de acción o con los materiales necesarios para definir este servicio, cualificarlo e integrarlo en el trabajo interdisciplinar.

Este «cuaderno» sale al paso de la necesidad de los agentes de pastoral de *Residencias de mayores* o de programas para los

mismos, de un referente que les ayude a programar el servicio de asistencia espiritual y religiosa con rigor, creatividad y competencia.

La experiencia del autor como agente de pastoral del Centro socio-sanitario «San Camilo», en Tres Cantos (Madrid), le da autoridad para poder ofrecerlo a otras personas que, por desempeñar el mismo rol o por querer promover el acompañamiento humano y espiritual en los Centros en los que trabajan, necesitan ayuda o desean reflexionar sobre este servicio o, sencillamente, mejorarlo.

Seguro que muchas *Residencias de mayores* -algunas de ellas propiedad de entidades religiosas o regentadas por ellas- encontrarán en estas páginas un material útil y riguroso sobre el acompañamiento humano y espiritual a personas mayores. Lo encontrarán también quienes deseen realizar acciones formativas sobre este tema para los mismos agentes de pastoral o voluntarios, o para ayudar al resto de los profesionales a que comprendan el significado y la importancia del acompañamiento espiritual.

JOSÉ CARLOS BERMEJO

Introducción

Aproximación desde la Gerontología

El libro que tienes en tus manos quiere ser, ante todo, una herramienta de trabajo y reflexión, más que un estudio teórico. Pretendemos abordar el fenómeno de las necesidades trascendentes de la persona que envejece.

A menudo se ha considerado que la faceta religiosa o espiritual de la vida era «cosa de curas y monjas» que sólo ellos podían abordar. Sobre el anciano se emiten juicios diagnósticos, se elaboran protocolos y se pautan tratamientos desde la medicina, la enfermería, la psicología, la terapia ocupacional, etc. Pero existe todavía cierto pudor a la hora de abordar las necesidades espirituales, por la creencia de que la religión de cada cual es un asunto privado que sólo los mayores -y los capellanes y religiosos- pueden tratar. Así queda desatendida un área fundamental de la persona que envejece.

El mayor tiene necesidades de índole trascendente. Tiene cuestiones que abordar y resolver. La cercanía de la muerte, la enfermedad en algunos casos, la dependencia de otra persona, el sufrimiento o la soledad... levantan cuestiones que remiten a la persona más allá de las necesidades meramente biológicas. Buscamos la salud integral de la persona. Una salud no sólo biológica, sino biográfica.

El fenómeno del envejecimiento en nuestra sociedad constituye, en los últimos años, objeto de creciente preocupación y estudio. La Gerontología Social trata de investigar y apuntar respuestas a la problemática individual y colectiva que presenta el aumento numérico de las personas mayores. De todos es sabido

que cada vez son más las personas mayores, y cada vez se vive más tiempo. No nos detendremos a analizar la demografía del envejecimiento en España. Queda apuntada la marcada tendencia ascendente de personas mayores en nuestro país de forma muy considerable. Las familias, administraciones públicas y entidades privadas tienen que recibir de la Gerontología formación e información práctica que les ayude a abordar el fenómeno en su conjunto.

Nos interesa, para nuestro cuaderno de trabajo, traer dos aproximaciones al concepto de Gerontología que podrán situarnos en nuestro punto de partida:

«La gerontología es el estudio de la vejez (...) La gerontología de hoyes, en realidad, un momento de la reflexión secular de la humanidad sobre la ancianidad. Radica ahí la verdadera naturaleza en que se arraigan sus tres características principales. La gerontología es, ante todo, una *reflexión existencial*. Por las cuestiones que se encuentran en su origen, en razón también de su finalidad última, la gerontología no pertenece al presente ni al pasado, ni al científico ni al analfabeto; pertenece a lo humano en cuanto tal. A través de los mitos de la antigüedad, como hoy a través del desarrollo de la gerontología científica, se busca la misma cosa, como reacción al mismo planteamiento que suscita la vejez. Se quiere a la vez prolongar la duración de la vida y escapar de la decrepitud de la vejez. Además, la gerontología es también *reflexión colectiva*. Desde siempre, el inevitable interrogante sobre la vejez concierne en primer lugar a la conciencia del individuo. Esto es así también hoy, pero la perspectiva se ha ampliado. Como consecuencia de los fenómenos demográficos de los dos últimos siglos, la sociedad también envejece, y no sólo el individuo. Finalmente, la gerontología es *multidisciplinar*. No es una, sino varias ciencias. La ancianidad es un campo de estudio vasto y complejo que atrae un gran número de disciplinas científicas, cada una de las cuales posee su objetivo formal y su método propio»¹.

1. 1. LAFOREST, *Introducción a la Gerontología. El arte de envejecer*, Herder, Barcelona 1991, pp. 11-12.

En efecto, lo que define a la Gerontología que queremos hacer es su carácter multidisciplinar, colectivo y existencial. Este último adjetivo, la perspectiva de la Gerontología como estudio existencial del fenómeno de la vejez, puede resultar chocante para algunos enfoques excesivamente cientifistas. Y, sin embargo, nos parece indispensable situarnos en el horizonte del envejecimiento como *fenómeno existencial*, vital, que afecta a lo más profundo de la persona. Porque sobre la base del envejecimiento como experiencia vital cimentaremos nuestro trabajo de acompañamiento humano y espiritual a los mayores.

¿Cómo responder a la cuestión de en qué consiste envejecer? A día de hoy, no existe una teoría general que explique el envejecimiento. Por eso, en el fondo, como indica Moragas:

«Habría que plantearse el tema filosóficamente, ya que la complejidad de la vida lo hace impenetrable incluso para la biología, cuyo objeto de conocimiento es la propia vida orgánica, en la que tienen gran influencia factores psíquicos y sociales respecto de los cuales no se posee un esquema global interpretativo. Probablemente no se llegue a poseer nunca, y es bueno que así sea, ya que se trata de explicar una etapa de la vida del hombre, fenómeno complejo cuya explicación no se agota en la mera descripción de sus aspectos biológicos»².

Dada la complejidad del fenómeno notemos que, en el fondo, ambos autores hacen referencia a un último horizonte desde el que interpretar la realidad del mayor. Laforest habla de «*reflexión existencial*», y Moragas de abordar el tema «*filosóficamente*».

En efecto, hay para el que envejece un horizonte último que, de alguna manera, remite a la reflexión más profunda sobre el ser humano, sobre el sentido de su existencia. Y en nuestro trabajo nos parece importante partir de cierta «*claudicación*» de los científicos en su pretensión de explicar la complejidad del envejecimiento humano.

2. R. MORAGAS, *Gerontología Social. Envejecimiento y calidad de vida*, Herder, Barcelona 1998, p. 64.

Necesitamos acudir a la psicología y a la biología, a la sociología y a la medicina, al trabajo social y a la animación sociocultural, a la rehabilitación y a la enfermería. Con las herramientas de todas estas disciplinas abordaremos de manera integral e interdisciplinar el cuidado de la persona mayor. Pero al final nos situaremos bajo la luz de cierto misterio que envuelve al hombre anciano. Desde ahí podremos hablar, entonces, de la *dimensión trascendente de la persona*, de la muerte o de la experiencia de sentido. Iremos, pues, en nuestro recorrido, de la mano de la antropología, la filosofía y la teología, y no siempre nos será posible ofrecer respuestas cerradas a las cuestiones que nos planteemos.

Ello no significa que estudiar las necesidades espirituales del mayor sea salirse del campo de la Gerontología para filosofar sobre el hombre en abstracto. En absoluto. Hablamos de Gerontología Social, añadiendo el adjetivo «*aplicada*». Todo lo que tratemos en este cuaderno de trabajo tiene un correlato en la realidad. Hablaremos de palabras y hechos que seguramente el lector habrá observado cientos de veces en personas mayores.

Pero sabemos que, aunque la Gerontología Social Aplicada recoja las aportaciones de múltiples disciplinas para tener una visión global de la persona que envejece, no tendrá más remedio que encontrarse, al final, con las grandes preguntas existenciales sobre el hombre. Y, por ende, con su dimensión trascendente o espiritual.

Este breve escrito no pretende suscitar un nuevo tema partiendo de premisas teóricas. Más bien se trata de detectar en personas mayores concretas la expresión, individual y colectiva, de vivencias personales. Sobre lo que recogemos de su experiencia realizamos la reflexión, e invitamos a los lectores a que hagan los ejercicios prácticos.

Se ha escrito mucho sobre enfermedad y espiritualidad, sobre sufrimiento y muerte en su vertiente ética y religiosa. Pero no se ha estudiado suficientemente la especificidad de la dimensión espiritual en los ancianos. Muchas reflexiones sobre la enfermedad, el sufrimiento y la muerte nos sirven en nuestro estudio de

los mayores. Pero nuestra tarea es detectar, describir y dar cauce a estas realidades en el ámbito específico de la ancianidad.

Este pequeño cuaderno quiere contribuir, pues, a llenar la enorme laguna que en la atención gerontológica existe sobre las necesidades espirituales de los mayores.

y es que nos parece urgente una adecuada formación gerontológica de los agentes de pastoral de la salud que trabajan con ancianos. A menudo se ha dado por supuesto que la buena voluntad de religiosos, sacerdotes o voluntarios creyentes bastaba para trabajar con ancianos en el terreno pastoral. Es hora ya de que la gente de Iglesia nos vayamos sumando a la formación y el trabajo interdisciplinar con otros profesionales, sin complejos, pero con una adecuada formación en Gerontología.

¿Cómo detectar lo que el anciano vive como valores? ¿Cómo recoger sus necesidades religiosas? ¿Cómo dar cauce a sus inquietudes? ¿Cómo tener en cuenta la dimensión trascendente del mayor en el trabajo interdisciplinar? ¿Quién debe abordar esta cuestión? ¿Cómo formar al personal sociosanitario en este campo? ¿Cómo se articula correctamente un Servicio Religioso en una residencia? ¿Qué problemas éticos surgen en la práctica residencial? ¿Se debe hacer un diagnóstico espiritual? Estas y otras cuestiones son las que nos planteamos a lo largo de este trabajo, esperando que sean de utilidad a los lectores.

Por ser este un cuaderno de trabajo, conviene que el lector no sea demasiado pasivo, sino que tome parte activa en el aprendizaje y puesta en común de los contenidos, a través de los ejercicios prácticos que se incluyen al final de cada capítulo.

1

El envejecimiento como fenómeno existencial

El envejecimiento es *unfenómeno existencial*. Al decir «existencial», nos referimos a que afecta a la existencia entera de la persona, al hecho mismo de ser hombre. Decir que es existencial presupone que es un fenómeno integral, pero no es lo mismo. Evidentemente, queremos abordar las necesidades del mayor de una manera integral e interdisciplinar. Pero, más allá de ello, la experiencia humana de envejecer toca con la antropología, con la filosofía y -¿por qué no?- con la teología. Porque preguntarse por la existencia del hombre en una etapa de la vida es preguntarse por el hombre mismo, por aquello que constituye su experiencia vital. Y también a este nivel surgen necesidades que a menudo se obvian o se consideran «de otra índole». Hablamos, en último término, de la experiencia de *sentido*.

Vamos a intentar primero definir de qué hablamos. Corremos el riesgo de caer en la abstracción: la vejez como hecho experiencial, dimensión trascendente, dimensión existencial, espiritual, experiencia de sentido... Se hace necesaria una aclaración terminológica inicial.

- Cuando hablamos del envejecimiento como *experiencia vital*, queremos decir dos cosas. En primer lugar, que envejecer es una experiencia: lo que le acontece a una persona de forma individual y única (criterio de individualidad en la intervención biopsicosocial) a medida que cumple años. El mejor ángulo para observar el envejecimiento es el de la persona que envejece. Porque su experiencia, en último término,

dice mucho más que los datos médicos, psíquicos o sociales. En este sentido, podríamos decir que no existe el envejecimiento como hecho objetivo, sino más bien experiencias subjetivas de envejecer. Por eso el envejecimiento no es reducible a categorías objetivas. No podemos decir que se trata ni de un fenómeno saludable ni de deterioro personal. Porque hay personas que viven la vejez como etapa de plenitud, y otras que la viven como inevitable y angustioso declive. Son experiencias personales y, por ello, diversas.

- Con los términos *vital* y *existencial* nos referimos a la manera de ser y estar en el mundo de la persona que envejece. Es algo que afecta a lo más profundo del ser persona, donde se ponen en juego los valores, afectos y sentimientos del hombre; en suma, el sentido de la vida en su última etapa. Lo vital o lo existencial lo constituyen aquellos elementos más profundos de la persona que dotan a su vida de sentido.

Dimensión trascendente y dimensión religiosa

Otro término que emplearemos es el de *dimensión trascendente* o *espiritual*. Con ello hacemos referencia al horizonte de sentido en que se mueve la experiencia de envejecer. Las experiencias vitales las integra la persona y las interpreta en clave trascendente, es decir, en el horizonte del sentido de la vida y de la muerte en el que la propia persona se sitúa. Si la persona que envejece tiene una dimensión física, otra psicológica, otra afectiva, otra social., tiene también una dimensión trascendente o espiritual. Es esa «parte» de la persona donde se alojan los valores, el sentido de la vida y de la muerte, los amores y desamores, la relación con Dios, etc.

La modernidad nos hizo ser pudorosos a la hora de hablar de la trascendencia. Por eso se manifiestan no pocos reparos cuando se oye hablar de dimensión trascendente o espiritual. No se trata únicamente de hablar de religión. Se trata de reconocer que en situaciones de crisis, como es la del envejecimiento, la

pregunta por «¿Quiénes somos?» nos desborda y nos remite a un horizonte de valores que están fuera de nosotros, que nos trascienden.

De ahí que hablemos de dimensión trascendente cuando hablamos del hombre como aquel que se pregunta qué es lo que sostiene su vida, cuál es el sentido que da a su existencia. Es aquí donde topamos con la pregunta por la propia identidad: ¿quién soy yo? Y reconocemos que, en último término, la respuesta está en lo más íntimo del ser persona y en la inevitable referencia a lo trascendente. En este sentido, hablaremos indistintamente de dimensión trascendente o espiritual.

La dimensión espiritual de la persona no necesariamente tiene un correlato en el mundo de las creencias, prácticas religiosas o fe en el más allá. La *dimensión religiosa* pone al hombre en relación con Dios de diversas formas. Por eso, dimensión espiritual y dimensión religiosa no son términos análogos. Hablamos de dimensión religiosa cuando hay referencia explícita a Dios en la experiencia de sentido de la persona. La dimensión religiosa presupone la espiritual o trascendente, pero no se sigue necesariamente de ella.

No faltará tampoco quien piense que lo religioso es un fenómeno digno de todo respeto, pero no de intervención gerontológica interdisciplinar. Bien porque pertenece a lo incomunicable del hombre, bien porque lo sobrenatural entra en otro campo de estudio. Habrá gerontólogos que piensen que lo religioso no es asunto que entre en su campo de investigación o de acción. Pero los hechos objetivos se imponen. Y aún más las experiencias vitales de nuestros mayores. Si hemos definido el envejecimiento como experiencia subjetiva, la realidad es que, hoy por hoy, cerca de un 90% de las personas mayores de 65 años en España se declaran católicas. La mayoría de nuestros mayores refieren una experiencia religiosa. Podrán haber todos los matices que se quiera; pero si la religión entra dentro de la experiencia vital del que envejece, el dejar de lado el estudio y la atención de las necesidades religiosas de los mayores es una manera incompleta y sesgada de hacer Gerontología.

Abordar las necesidades del mayor de manera integral supone también detectar y atender sus demandas espirituales y/o religiosas. Ellos tienen derecho a compartir su experiencia única e irrepetible de sentido vital referido a Dios. Y la Gerontología teórica y práctica debe contar con profesionales dotados de competencia profesional para dar respuesta a las necesidades religiosas de nuestros mayores.

Lejos de introducimos en un campo ajeno al hombre, la religión toca algo profundamente humano.

«La religión es, en primer lugar, un hecho humano. Con este primer término queremos expresar el carácter histórico-positivo de la religión y su consiguiente complejidad. La religión no es simplemente ideología, teoría sobre la realidad o sobre el hombre, ni sentimiento, emoción o estado de ánimo; tampoco es acción ética o expresión cúllica, ni pura institución social. Es un hecho humano que, como tal, comprende todos estos elementos sin reducirse a ninguno de ellos. La religión es una forma de ejercicio de la existencia humana que implica la intervención de todas sus dimensiones y de todos sus niveles. Pero es, además, un hecho humano específico, es decir, dotado como tal de unas características peculiares que lo distinguen de otras posibles formas de ejercicio de la existencia y lo convierten en un hecho irreducible a cualquiera de ellas»¹.

Afirmamos, por tanto, el hecho religioso como hecho humano en sí. De igual modo que la salud física, psicológica, social y familiar del anciano es considerada para obtener la máxima calidad de vida, así también la experiencia religiosa debe ser atendida. Es tiempo de acabar con los tabúes y estereotipos, como el del sacerdote como único especialista «en religión», o el de los sacramentos como única intervención con los mayores. Hay que responder a la experiencia espiritual-religiosa o no- con rigor y competencia, de igual modo que tratamos de hacerlo desde la medicina o la psicología.

1. J. MARTÍN VELASCO - J. GÓMEZ CAFFARENA, *Filosofía de la religión*, Revista de Occidente, Madrid 1973, p. 185.

Las creencias en el mayor

El mundo de las creencias de la persona mayor es relevante y digno de estudio. Toda persona proyecta su vida en una dirección determinada. Responsablemente, va actuando en su vida de acuerdo con aquello en lo que cree. Todo anciano tiene un mundo de creencias, no necesariamente religiosas, que hay que saber captar. Para acercarnos a lo que pueden ser las creencias, distinguiremos dos tipos:

- a) Una persona puede *creer «en» algo* o *«en» alguien*. Se puede creer en el valor del trabajo, en la existencia de un más allá, en la reencarnación, en la honestidad, etc.
- b) Se puede también *creer «a» alguien*. A aquellas personas en las que ponemos nuestra confianza. Se confía, normalmente, en las personas a las que más se quiere; en este sentido, la fe religiosa consiste no sólo en creer *en* una serie de verdades (el Credo católico, por ejemplo) y *en* la validez de unos ritos aprendidos en la infancia y que son repetidos durante toda la vida (ir a misa, rezar el rosario, etc.), sino también, y sobre todo, en creer *a* Dios, *a* la persona de Jesús.

A menudo, llegada a la ancianidad, la persona siente la tentación de quedarse anclada en la repetición de ritos, sin profundizar en su significado; pero una fe más sana es la fe del *confiar*. Es sano para la persona pasar del «*creer en*» al «*creer a*». Creer en Dios es creer *a* Dios, poner la confianza en Él. Como si se tuviera una relación personal entre la persona y Dios, entre el hombre y Jesús. Ha habido un *encuentro* entre Dios y el hombre, y desde entonces se confía en Dios como lo que da sentido a la vida y, a partir de Jesús, se orientan los valores de la persona.

Por tanto, las creencias orientan la vida de la persona y son la base de la religiosidad del anciano. Por otra parte, como es evidente, a partir de lo que se cree se orienta la vida en un determinado sentido. Y es aquí donde aparece la relación entre ética y religión. Las creencias de la persona la llevan a actuar en la vida

de una determinada manera; en función de lo que cree, la persona valora como éticamente buenos o malos sus comportamientos y los de los demás.

* * *

MATERIALES DE TRABAJO

La hermana Rosario y Andrés, el comunista

Rosario, una religiosa que trabaja en una Residencia Geriátrica, nos relata una conversación que tuvo con Andrés, un residente. Andrés lleva ya tres años en la Residencia. Le costó adaptarse, porque ha sido «un comunista de toda la vida», como él dice. Y verse de repente rodeado de monjas, en una Residencia con capilla... Pero se fue adaptando, gracias a su carácter afable, y nunca ha reprochado en lo más mínimo la labor de las religiosas. Al contrario, se ha mostrado afectuoso con ellas, colaborador, generoso con sus compañeros. Es considerado por todos como una buena persona. Rosario tuvo con Andrés la siguiente conversación, que empezó con disquisiciones sobre la vida después de la muerte. Rosario aprovechó la ocasión para intentar que Andrés comprendiera la importancia de la fe. Ella cree que es el mejor regalo que le puede hacer a Andrés:

- R1 Andrés, ¿de verdad no crees que hay algo más, algo después de la muerte?*
- A1** No, no lo creo. No puedo imaginármelo. Eso es cosa de curas, para meter miedo a la gente...
- R2 ¿Crees de verdad que sólo es cosa de curas?*
- A2** Pues sí, la verdad. Eso de Dios, del cielo, de los santos, es un invento para consolar a los que se van a morir. Pero yo no necesito ese consuelo.
- R3 Todos necesitamos a Dios, Andrés; aunque es verdad que no podemos verlo, podemos creer en él...*
- A3** Yo sólo creo en lo que veo. No insistas, no intentes convertirme. Yo he visto toda la vida las iglesias llenas de

gente rica, y a los pobres, en el barrio donde viví, los curas nunca nos hicieron caso.

R4 *Ya lo sé, Andrés; pero tienes que comprender que los curas también son humanos y se equivocan.*

A4 Yo creo a mi manera, hermana, tengo mi propia fe. A estas alturas de mi vida, con 73 años, nadie me va a cambiar.

R5 *¿Y en qué crees tú, Andrés?*

AS Creo en la buena gente. He conocido a buena gente en la vida. Creo en mis amigos, en mis hijos. Yo he trabajado toda mi vida y no he tenido tiempo para misas.

R6 *Pero, Andrés, hay mucha gente que trabaja y cree en Dios; no es incompatible, sino todo lo contrario...*

A6 Pero ¿tú has visto a alguien que viniera del más allá a contactarte lo que hay después de la muerte?

R7 *No, pero tengo fe.*

A7 Pues entonces es una fe un poco absurda, perdona que te lo diga. Puestos así, yo también tengo fe en cosas que no he visto.

R8 *Ah, ¿sí?*

A8 Sí, creo en la amistad, en el trabajo. Y, sobre todo, creo en mi familia.

R9 *Ésas son cosas importantes, Andrés; pero piensa que, por encima de todo, el único que puede darte la paz es Dios. ¡Ojalá llegaras a entenderlo!*

A9 Tú no te apures, que yo ya estoy en paz conmigo mismo y tengo la conciencia tranquila de haber hecho bien las cosas en mi vida.

R10 *Está bien, Andrés; pero prométeme que pensarás en lo que te he dicho.*

AtO Lo pensaré, pero... ¡qué quieres que te diga...! Yo, un comunista de toda la vida, no voy ahora a cambiarme de bando a estas alturas. Yo os respeto, que os guste ir a misa y esas cosas, pero a mí no me va eso.

La hermana Rosario va con su mejor intención a ofrecer lo mejor que tiene: su fe. Como ella ha encontrado la fe en Dios que da sentido a su vida y la hace feliz, quisiera comunicarlo a los demás. La intención, sin duda, es buena.

- Pero quizá la hermana Rosario necesitaría ver las cosas desde el punto de vista de Andrés. En vez de empeñarse en que él vea las cosas como ella las ve, debería tratar de adoptar el punto de vista de Andrés. Además, en la conversación parece que ambos tienen creencias muy distintas. Pero... ¿es así? ¿En qué cree Andrés? Él ha puesto de manifiesto cuáles son las creencias que sostienen su vida. ¿Puedes identificarlas?
- Tal vez Rosario debería, en el acompañamiento personal, captar las creencias de Andrés y reforzarlas... O tal vez no. Discutir en grupo qué haríais si estuvierais en la piel de la hermana Rosario.

Cuento

«Un hombre se perdió en el desierto. Y más tarde, refiriendo su experiencia a sus amigos, les contó cómo, absolutamente desesperado, se había puesto de rodillas y había implorado la ayuda de Dios.

- ¿y respondió Dios tu plegaria?, le preguntaron.

- ¡Oh, no! Antes de que pudiera hacerlo, apareció un explorador y me indicó el camino».

(ANTHONY DE MELLO)

2

Detectar las necesidades espirituales y religiosas

En el próximo capítulo hablaremos de la importancia de establecer una relación afectiva auténtica con el anciano para hacer un acompañamiento personal. Esta relación es lo que dará más calidad a nuestra atención al mayor. Y si la relación es profunda, nos encontraremos con las grandes cuestiones que está viviendo la persona mayor y que debemos recoger: «¿Merece la pena vivir tantos años? ¿Qué sentido tiene la enfermedad? ¿Por qué no me muero ya y dejo de sufrir? ¿Por qué tengo que pasar por la humillación de tener que depender de otras personas? ¿Por qué me siento tan solo? ¿Por qué Dios permite que me pase esto a mí? ¿Hasta cuándo tiene sentido luchar? ¿Qué hay después de la muerte?»...

Entendemos que este tipo de preguntas se hacen no tanto para ser respondidas cuanto para ser vividas. La primera tentación de la que debemos huir es la de quitar importancia a estas expresiones que el mayor utiliza. Respuestas como «no te preocupes», «ya verás cómo mañana estarás mejor», «no digas eso»... lo único que hacen es evitar la cuestión. Probablemente nos hayamos sorprendido dando este tipo de respuestas, tal vez por nuestro propio miedo o por nuestra incapacidad para abordar estas inquietudes. Pero cuando un anciano se expresa en estos términos, quiere ser escuchado, quiere que nos hagamos cargo de su situación, que contrastemos con él lo que está sintiendo. Porque está expresando algo que surge de lo más profundo de su persona, debemos abordarlo y no evitarlo.

Cualquier profesional en la atención al anciano institucionalizado podrá preguntarse: ¿por qué tengo yo que dar respuesta a estas cuestiones? Es cierto que no existe un deber de todos los profesionales de abordar estos asuntos; pero si pretendemos una atención integral y de calidad, tal vez necesitemos conocimientos y entrenamiento para abordarlos. Existen personas supuestamente preparadas para ello: religiosas, agentes de pastoral, sacerdotes, voluntarios... Pero sucede que es el anciano quien elige a las personas con quienes decide compartir sus preguntas más profundas. En nuestra labor cotidiana en la Residencia San Camilo hemos constatado que a menudo el mayor plantea estas cuestiones a la persona con la que habla diariamente, a quien le ayuda a vestirse y a comer, a quien le acuesta o le da la medicación (auxiliares o gerocultores, enfermeras o personal de limpieza, por ejemplo).

Concluimos que es tarea de cualquier profesional (auxiliar, enfermera, administrativa, médico, psicólogo, trabajador social, etc.) *detectar* las necesidades espirituales de los mayores. Saber valorar y darse cuenta de cuándo un anciano pasa por una situación de crisis, de especial sufrimiento, de angustia, de miedo ante la muerte, de necesidad de hablar de Dios. Por eso, entre las actitudes que se le pueden pedir a cualquier profesional está la de tener los oídos muy atentos para detectar estas inquietudes y no dejarlas pasar; evitar que caigan en saco roto por no vemos capaces de hablar de ello con el anciano. Si la persona está viviendo una situación existencial difícil y nosotros no le hacemos demasiado caso, sólo lograremos que el anciano siga viviendo la misma situación con mayor soledad y, por tanto, con mayor angustia. De igual modo que debemos estar pendientes de cuándo un anciano necesita ser ayudado para ir al servicio, debemos también estar pendientes de cuándo necesita hablar de cuestiones vitales, existenciales, sean o no religiosas.

Tras detectar los aspectos espirituales que inquietan al mayor, habrá que darles una respuesta. En este momento caben dos posibilidades:

- Que el profesional se sienta capaz de hablar de las cuestiones vitales o religiosas que el mayor expresa; sobre todo, saber escuchar. En ese caso, con el mayor respeto, trataremos de acompañar al anciano en sus inquietudes.
- Que el profesional no se sienta capaz, no pueda o no se considere preparado para sintonizar en la onda en que está emitiendo el anciano. En ese caso, sigue siendo su labor detectar las necesidades profundas del mayor y derivarlas hacia personas, profesionales o voluntarias, preparadas para hablar con el mayor de estos asuntos.

Lo ideal es que todos (enfermeras, auxiliares, médicos, celadores, psicólogos o voluntarios) estemos preparados para manejar estas necesidades de fondo que la persona nos plantea. Una pregunta profunda, una queja existencial o una expresión religiosa no pueden, en ningún caso, caer en saco roto.

Conviene insistir en que el anciano elige con quién quiere compartir sus inquietudes. Lo cual quiere decir que el sacerdote, la religiosa, el agente de pastoral, el voluntario, no tienen la exclusiva de manejar estos temas. Al contrario, es bueno que en el acompañamiento de las necesidades espirituales y religiosas se impliquen otros profesionales. Los agentes de pastoral (especialmente religiosas, religiosos y sacerdotes) deben saber pasar a segundo plano. Dejemos que sea el anciano quien escoja con quién, cómo y cuándo desea compartir sus inquietudes espirituales y religiosas.

De la competencia profesional de los que trabajamos en el ámbito pastoral depende que en la Residencia se cree un ambiente en el que se valore el cuidado de la dimensión trascendente de la persona. No monopolicemos, por tanto, la atención espiritual, sino reforcemos a aquellos trabajadores o voluntarios que hablan con los ancianos de estos temas.

¿Qué necesidades de orden espiritual encontramos en nuestros mayores?

En el capítulo 6 hablaremos de las grandes necesidades espirituales del mayor: el sentido, la esperanza y la reconciliación.

He aquí una lista de otras necesidades que pueden presentar las personas mayores.

Necesidades espirituales en la persona mayor

- Necesidad de resituarse en el tiempo. Que se le reconozca su pasado, encuentre sentido a su presente y mantenga la esperanza en el futuro.
- Necesidad de sentirse acompañado por personas queridas en su proceso de envejecimiento.
- Necesidad de mantener vínculos de afecto con personas significativas; no verse 'privado de su mundo de relaciones satisfactorias.
- Necesidad de ser respetado en sus opiniones, creencias y valores. Ello conlleva nuestro deber de potenciar las decisiones autónomas de los mayores desde su escala de valores, no desde la nuestra.
- Necesidad de integración personal, de recorrer la última etapa de su vida con fecundidad.
- Necesidad de encontrarse con la enfermedad y de confiar en el cuidado de su familia y de los profesionales.
- Necesidad de encontrarse con la muerte con serenidad.
- Necesidad de sentirse apoyado en momentos de especial vulnerabilidad y debilidad.
- Necesidad de vivir y celebrar la fe.
- Necesidad de encontrar un lugar en la Iglesia.

El diagnóstico pastoral

Cuando un mayor ingresa en un centro geriátrico, suele hacersele una valoración geriátrica integral. Desde la medicina se estudia su situación clínica. Desde la psicología, su estado psicológico y cognitivo, los aspectos relevantes para la animación sociocultural, las necesidades de rehabilitación, la situación de enfermería. Proponemos que, dentro de la valoración geriátrica inte-

gral, se haga desde el Equipo de Pastoral un diagnóstico pastoral. Si es un hecho que el anciano tiene necesidades espirituales (sentido, valores, creencias, prácticas...), es evidente que habrá que detectarlas para poder responder al anciano de una manera integral.

Ya hemos visto que la consideración holística de la persona hace que los campos de intervención sean, en ocasiones, difíciles de separar. ¿Dónde está la frontera entre las patologías físicas y psíquicas? ¿En qué medida la atención psicológica mejora la situación médica del mayor? ¿Acaso la angustia vital o la cercanía de la muerte no provocan a veces cuadros patológicos? Es claro, pues, que deberemos trabajar siempre de manera interdisciplinar. Ello exige atenemos a algunos principios:

- Ceñimos, en el trabajo interdisciplinar, a nuestro campo de acción.
- Dejar que otros profesionales complementen nuestra tarea.
- Comunicar la intervención del agente de pastoral a los demás profesionales en un lenguaje inteligible.
- Esforzamos por integrar en nuestro trabajo los lenguajes de las demás disciplinas.

Puede resultar chocante oír hablar de diagnóstico espiritual. Cuando hablamos de diagnóstico, automáticamente nos viene a la cabeza el diagnóstico médico. Efectivamente, la práctica médica requiere un diagnóstico certero, en el que se nos diga cuál es la situación médica del paciente (su enfermedad), para después aplicar un tratamiento, siguiendo su evolución hasta su curación (alta médica).

Como veremos más adelante, también el diagnóstico espiritual tiene sus parámetros y sus herramientas. Ahora bien, no es científico en sentido estricto. No pretende llegar a conclusiones acabadas y completas de «cómo está la salud espiritual del residente»; entre otras cosas, porque es evidente que nos movemos en un terreno que es, en último término, imposible de medir.

¿Qué es, pues, el diagnóstico espiritual? El diagnóstico no es un juicio ni una etiqueta, sino un instrumento para acompañar

mejor al mayor. Por eso, el cuadro de diagnóstico espiritual o cualquier otra tabla de necesidades espirituales no son formularios que hay que rellenar. Ni siquiera debe siempre el agente de pastoral «sacar» los temas en la conversación para obtener más información. No buscamos obtener información. Buscamos entablar una relación significativa y que facilite al anciano el diálogo abierto hasta donde él considere y como él considere; si provocamos relaciones empáticas y auténticas, será la propia relación la que nos irá dando las claves de cuáles son sus necesidades, espirituales o religiosas, los conflictos éticos, el sentido de pecado, la culpa, la esperanza, etc.

El consejero espiritual debe saber dónde se encuentra el anciano, qué situación está viviendo como amenazante, qué recursos del enfermo puede potenciar, cómo es su mundo interior... Saber interpretar la situación global del mundo interior de la persona. El diagnóstico pastoral se refiere a las vivencias pasadas de la persona, a sus referencias presentes y a sus expectativas futuras. Se trata de explorar qué percepción y conciencia de lo sagrado tiene, cómo es su fe, qué tintes tiene su experiencia de Dios (gracia, castigo, culpa, amor, perdón, costumbre...) y de la Iglesia.

Hemos venido hablando del diagnóstico como algo inacabado, como un guión que guía la relación entre el agente de pastoral y el anciano. La intervención médica se compone de diagnóstico y tratamiento; en nuestro caso hablaríamos de diagnóstico y seguimiento. Llamamos «diagnóstico» al *proceso* durante el cual el agente de pastoral organiza e interpreta las informaciones verbales y no verbales emitidas por el anciano con respecto a sus necesidades espirituales; el objetivo de ese proceso es, para el agente de pastoral, comprender al anciano, su universo y el significado que conlleva para él la interacción con ese universo; es una herramienta para *meterse en el pellejo del otro*, percibir qué es lo significativo para él, cuáles son sus inquietudes más profundas...; es un proceso de acompañamiento, durante el cual el agente de pastoral debe ser capaz de aportar iniciativas y caminos que el anciano pueda seguir.

La propia relación entre el agente de pastoral y el mayor, basada en la aceptación incondicional y el respeto, se convierte en diagnóstico. Es la propia relación interpersonal que sana, la que libera, la que propone caminos para recorrer, momentos para evocar; en la relación se comparten sentimientos, experiencias de fe, miedos, limitaciones, frustraciones... Nos relacionamos con la persona entera; sólo la persona entera puede hablarnos de su experiencia de Dios, de lo sagrado, de sus valores; de su pasado, presente y futuro...

El diagnóstico puede ser mal utilizado. Lo utilizaremos mal cuando lo convirtamos en un juicio moralizante; es decir, si cuando lo que el mayor nos transmite no coincide con nuestro esquema previo de valores, consideramos que, según nuestras pautas, la persona está haciendo algo mal; y si se da un desacuerdo ético, tenderemos a moralizar al mayor con el objeto de imponerle que piense como nosotros, y le reprobaremos bajo la forma de diagnóstico.

También utilizamos mal el diagnóstico cuando estamos demasiado condicionados por un esquema propio y previo de verdades que consideramos absolutas (ejemplo: «evangelizar es conseguir que el otro se convierta»; «mi objetivo es que reciba la Unción»...); la relación entre los dos será entonces un intento continuo de llevar al mayor a nuestro terreno; no será auténtica.

Utilizamos mal el diagnóstico cuando dialogamos con el mayor para obtener información con el único fin de llenar la ficha de necesidades espirituales; al fin y al cabo, el médico hace su trabajo, el cual se plasma en un diagnóstico y un tratamiento médico; el de la enfermera, en sus protocolos; el de la trabajadora social, en su ficha de seguimiento social... Entonces, el agente de pastoral, de igual modo, trata de rellenar las fichas, porque eso da credibilidad a su trabajo. Nada más lejos de la realidad. Serán siempre fichas incompletas, porque lo que escribimos en ellas son las vivencias más profundas de la persona, sus sentimientos y valores. Y éstos son elementos dinámicos en sí mismos. La ficha de diagnóstico espiritual se cierra con la muerte de la persona.

Hacemos mal el diagnóstico cuando entramos en diálogo con el mayor sin pedirle permiso. El problema del consentimiento es delicado; un anciano institucionalizado, al que el agente de pastoral llama a su despacho y empieza a hacerle preguntas, puede sentirse violento, puede sentirse forzado a huir, a no querer responder, o a responder para cubrir el expediente; la finura de espíritu del agente de pastoral y sus habilidades en relación de ayuda le dirán cuándo es el momento de dialogar o de callar y cómo debemos actuar.

Por eso, el cuadro de diagnóstico espiritual o cualquier otra tabla de necesidades espirituales no son formularios que hay que rellenar. Ni siquiera debe siempre el agente de pastoral «sacar» los temas en la conversación para obtener más información.

Presentamos dos modelos de guía para el diagnóstico pastoral que están siendo utilizados y pueden resultar útiles:

SENTIDO DE LA VIDA	Sí	No	No se detecta	No valorable
Vivida como proyecto realizado				
Vivida como un sinsentido				
Vivida como truncada, con proyectos inacabados				

SENTIDO DE LA MUERTE	Sí	No	No se detecta	No valorable
Algo inevitable, vivido con paz				
Algo inevitable, vivido con angustia				
Una liberación (para él o para sus cuidadores)				
Un castigo				
Angustia existencial: destrucción del propio ser/cuerpo				
Ruptura con la posibilidad de continuidad (no hijos)				

SENTIDO DE SU ENFERMEDAD	Sí	No	No se detecta	No valorable
Evitación				
Negación				
Una oportunidad para crecer, para ser más persona				
Una oportunidad para reconciliarse				
Una oportunidad para desaparecer y romper con todo				
Una prueba				
Un misterio				
Un absurdo, un sinsentido				
Un castigo injusto				
Un castigo merecido				

CULPABILIDAD	Sí	No	No se detecta	No valorable
Hacia sí mismo (su vida previa)				
Hacia los otros (familia, amigos, pareja...)				
Hacia Dios				

EXPERIENCIA RELIGIOSA	Sí	No	No se detecta	No valorable
No creyente - no existe				
Vivencia de Dios como ausente				
Vivencia de Dios como ayuda, liberación				
Vivencia de Dios como alguien que pone a prueba				
Vivencia de Dios como alguien que castiga				
Creencia en el más allá				
Necesidad de expresar sentimientos y vivencias religiosas				

ESPERANZA	Sí	No	No se detecta	No valorable,
Se vive a sí mismo como esperanzado				
Se vive a sí mismo como desesperado				

Nombre del paciente: _____

Fecha de ingreso: _____

Fecha del diagnóstico: _____

Realizado por: _____

Religión y confesión: _____

PASADO

- Prácticas religiosas
- Lectura religiosa del pasado
- Acontecimientos relevantes
- Valores referidos o vividos
- Personas relevantes en el proceso espiritual
- Claves de lectura de su experiencia de Dios
- Conflictos o fuente de conflictos éticos o religiosos

PRESENTE

- Prácticas religiosas
- Imagen de Dios
- Conciencia de lo sagrado
- Sentido de la Providencia
- Manejo de la culpa
- Valores profesados
- Puntos fuertes que dan sentido a su vida
- Lectura religiosa de las limitaciones presentes
- Conflictos o fuente de conflictos éticos o religiosos
- Disposición o relación con el agente de pastoral

- Lectura del futuro
- Cómo ve la muerte y el más allá
- Solicitudes o deseos expresados
- Testamento vital
- Objetivos del departamento religioso
- Estrategias pastorales o pautas de actuación

La cuestión del diagnóstico pastoral es importante. A primera vista puede parecer un trabajo exhaustivo y carente de utilidad. Obviamente, no se trata de un formulario a rellenar cuanto antes, sino que el diagnóstico pastoral es más bien un proceso de búsqueda en común. Por tanto, no es un juicio rápido del agente pastoral que imponga su punto de vista sobre lo que le está pasando al anciano. A menudo, hay personas que se apresuran a emitir diagnósticos -que suelen ser superficiales- para pasar a las «prescripciones». Suelen ser agentes de pastoral con demasiada prisa.

Nótese que en el fondo, aun sin proponérselo, hacemos diagnóstico pastoral continuamente, porque lo que nos preguntamos, en nuestra relación pastoral de ayuda al mayor, es: ¿qué le está pasando a esta persona? Las respuestas son complejas y requieren de una relación intensa para ir buscando pistas junto con el mayor.

En cualquier caso, sólo si hacemos un buen diagnóstico podemos poner en marcha estrategias de actuación y marcarnos objetivos de trabajo con esa persona. Sin una buena valoración no es posible decidir las estrategias pastorales más adecuadas para el seguimiento espiritual.

No falta quien pone objeciones al diagnóstico desde el punto de vista teológico-pastoral. Hay dos críticas fundamentales al diagnóstico pastoral:

- Hacer un diagnóstico es emitir un juicio sobre la persona, etiquetándola.

- Lo que hace el consejero espiritual es aplicar sus propias teorías sobre el anciano.

Es cierto que existe un riesgo real de etiquetar arbitrariamente al anciano, o una obsesión por «meter» la experiencia del anciano en nuestras categorías mentales. Habrá que estar atentos a que esto no suceda. Para ello, he aquí dos criterios:

- El diagnóstico puede ser formulado como hipótesis y no debe ser impuesto; es posible, pues, confrontar nuestra hipótesis y variarla en el tiempo, confrontándola continuamente con la realidad de la persona.
- El diagnóstico debe ser considerado como un proceso, algo dinámico y cambiante a lo largo de la relación pastoral de ayuda al mayor.

* * *

MATERIALES DE TRABAJO

El sentido

«La persona no se comprende a sí misma sino desde el punto de vista de la *trascendencia*. Más que eso: el hombre sólo es tal en la medida en que se comprende desde la trascendencia; también es sólo persona en la medida en que la trascendencia lo hace persona: resuena y reverbera en él la llamada de la trascendencia. Esta llamada de la trascendencia la recibe en la conciencia

Para la logoterapia, la religión es y no puede ser otra cosa que un tema, nunca una posición básica. La logoterapia debe manejarse más acá de la fe en la revelación y responder al interrogante del sentido desde más acá de la bifurcación que divide la visión del mundo en teísta y ateísta. Si de este modo no interpreta el fenómeno de la fe como una *fe en Dios*, sino en el sentido más amplio de *unafe en el sentido*, entonces es

absolutamente legítimo que se ocupe del fenómeno de la fe. Se atiende entonces al parecer de Albert Einstein, que dice que "preguntar por el sentido de la vida es ser religioso".

El sentido es una pared detrás de la cual no podemos retroceder y que, simplemente, tenemos que aceptar. (...) Existe algo como una premonición del sentido, y un presentimiento del sentido también subyace en la base de la llamada "voluntad de sentido". Lo quiera o no, lo sepa o no, el hombre cree en un sentido mientras respira. Hasta el suicida cree en un sentido; aunque no sea en el de la vida o en el de seguir viviendo, sí cree al menos en el de morir. Si no creyera en ningún sentido, no podría mover un dedo, y por eso no podría proceder al suicidio».

(Viktor FRANKL, *La voluntad de sentido*, Herder, Barcelona 1988, p. 114.)

- Reflexionar sobre el texto y comentar qué significan para cada uno las palabras *trascendencia*, *fe* y *sentido*. Intentar dar una definición personal de cada uno de estos tres términos y luego contrastar la definición que hemos dado con la definición que da el diccionario.
- En el texto de Viktor Frankl vemos que la fe básica que tiene todo hombre no es explícitamente la fe en Dios sino la fe en el sentido. ¿Qué añade la fe en Dios? ¿Es posible vivir la vida con sentido y sin fe en Dios? Si es así, ¿qué añade el ser religioso?

Los consejos de Don Laureano

Rescatamos estos 13 consejos que Laureano da a los trabajadores de la Residencia en la que vive desde hace 5 años.

1. No me grites. Me molesta lo mismo que a ti. Te respeto menos cuando lo haces, y me enseñas a gritar a mí también.
2. No me trates como a un niño pequeño. Tengo 77 años, no soy un niño y no merezco ser regañado o castigado como si lo fuera.

3. Si, en vez de darme órdenes, me pidieras a veces las cosas, yo las haría más rápido y con más gusto.
4. Si no tienes tiempo de sentarte a escucharme y me dices «volveré luego», yo te estaré esperando. Aunque tú tengas mil cosas que hacer, no te olvides: prometiste volver.
5. No me compares con nadie, especialmente con otros ancianos de la Residencia. Si tú me haces sentir mejor que los demás, alguien va a sufrir; y si me haces sentir peor que los demás, seré yo quien sufra.
6. Déjame valerme por mí mismo. Si tú empiezas a hacer por mí cosas que yo mismo podría hacer, estás haciendo que pierda autonomía, que mi deterioro funcional avance; no tienes derecho a hacerme eso.
7. No creas que ya no me queda nada por aprender. Aunque a veces me cueste, aún estoy dispuesto a aprender cosas nuevas de la vida.
8. No hables de mí en voz alta en los pasillos ni con otros residentes. Mi vida es mía, y no es justo que compartas con otras personas cosas que afectan a mi intimidad.
9. Aunque tú lo hagas con naturalidad, cada vez que tocas mi cuerpo desnudo para bañarme me resulta extraño. Puede que seas la persona que más ha tocado mi cuerpo desnudo en toda mi vida. Hazlo con mimo y delicadeza, y respeta el hecho de que sienta vergüenza.
10. Cuando yo hago algo malo, no me exijas que te diga por qué lo hice. Muchas veces se me va la cabeza, y no sabré decirte por qué lo hice. A veces, ni yo mismo lo sé.
11. Si te equivocas al decirme o hacerme algo, pídemelo perdón. Sé humilde. Trátame con la misma amabilidad y cordialidad con que tratas a tus seres queridos. Para mí eres alguien más importante de lo que crees.
12. Cuando te cuente un problema o un sentimiento mío, no me digas: «No pasa nada», «eso no tiene importancia» o «no digas esas cosas». Trata de comprenderme y ayudarme, no de huir de temas comprometidos o desdramatizar lo que yo siento.

13. Y quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírtelo decir, aunque no creas necesario decírmelo.

- Estos consejos de Laureano a los trabajadores de la residencia en la que vive dan qué pensar. ¿En qué medida podemos aplicar algo de lo que en ellos se dice a los que cuidamos de ellos? Examinarlo en grupo punto por punto.
- ¿Qué le dirías a Laureano? Imagina que tienes que contestarle a él sobre cada uno de los 13 consejos que te da. Dile lo que sientes al oírle decir eso... Por ejemplo:
 1. Tal vez tengas razón, Laureano: a veces grito porque estoy estresado, y...
 2. A veces, Laureano, decimos que los ancianos sois como niños; veo que te molesta. Yo siento que...
 - 3 .

Tómate un tiempo y trata de escribir en un papel lo que te provoca cada una de las 13 frases de Laureano; es un buen ejercicio de autoanálisis. Compartir en grupo lo que cada uno ha escrito puede ser enriquecedor.

Ejercicio

- Tomar una de las tablas de diagnóstico pastoral que hemos visto unas páginas atrás y, en un rato largo de trabajo personal, tratar de responder a las cuestiones que se plantean desde la propia experiencia. Haz tu propio diagnóstico pastoral.

Una vez realizado el propio diagnóstico, reflexionar sobre la complejidad de hacer el diagnóstico, la riqueza y los matices que se encierran en las cuestiones que se plantean, y la dificultad de dar respuestas cerradas a muchas cuestiones. Ver entonces lo importante y complicado de hacer el diagnóstico espiritual de otros y la necesidad de mantener muchas preguntas abiertas.

3

«Counselling» pastoral con personas mayores

¿Qué es eso del «counselling»? Digamos, a grandes rasgos, que se trata de una forma de ayudar a otro a través de nuestra relación con él. Suele utilizarse con personas que tienen un problema específico o están viviendo una situación difícil (toma de decisiones, duelo, enfermedad, envejecimiento, muerte...). Para nosotros, el objetivo del «counselling» es ayudar al anciano a comprender mejor su situación, a detectar los puntos débiles, a descubrir la manera de encontrar sentido, esperanza, reconciliación, afrontamiento de la soledad..., cultivando sus valores, su experiencia de Dios, etc. En eso consiste básicamente el acompañamiento pastoral a personas ancianas que hemos denominado «*counselling*» pastoral. No nos detendremos aquí a establecer la diferencia entre «counselling», relación de ayuda y psicoterapia. Baste decir que el modelo que aquí sucintamente presentamos está inspirado en Rogers y la terapia centrada en la persona.

Estamos hablando del arte de la comunicación entre el acompañante y el anciano, entre los cuales debe darse un auténtico encuentro interpersonal. De lo que se trata es de dotar a una relación entre dos personas de un carácter terapéutico, en el sentido amplio del término. No es, pues, una relación espontánea que surge entre dos personas, sino intencionadamente guiada por el «arte» del agente de pastoral o asistente espiritual. A menudo el acompañamiento será un diálogo de presencias, en el que nuestra presencia física aporte calor, cercanía, significado a la vida de los ancianos con deterioro cognitivo.

Entablar relaciones positivas y significativas con el mayor es la condición de posibilidad para poder detectar qué necesidades espirituales tiene la persona. Por eso sostenemos la exigencia de un mínimo de competencia no ya profesional, sino relacional y emocional, en todos los profesionales que intervienen en la atención al mayor institucionalizado. Sólo desde una cierta profundidad y autenticidad por nuestra parte en la relación de asistencia al mayor, podemos abordar, hablar, contrastar y escuchar asuntos de tanta relevancia como las creencias, la fe, la muerte o el sufrimiento. Por eso apuntamos que un buen adiestramiento en relación de ayuda es indispensable para todo profesional dedicado a la atención directa al mayor¹.

Todo consejero debe ser profesionalmente competente. Y la competencia en el ejercicio del acompañamiento espiritual exige también, a nuestro juicio, las siguientes competencias:

- Competencia profesional
- Competencia emocional
- Competencia relacional
- Competencia ética
- Competencia espiritual.

La motivación del consejero espiritual

La motivación es el combustible que nos permite llevar a cabo lo que nos proponemos. Las personas motivadas tienen empuje, dirección y resolución. No se trata tanto de un rasgo de la personalidad, de algo que la persona lleva consigo, cuanto más bien de un estado de disponibilidad o deseo de cambiar, que puede fluctuar bajo la influencia de factores internos (por ejemplo, satisfacción de las propias necesidades) o externos.

1. Para guiarnos en la Relación de Ayuda puede sernos muy útil: J.C. BERMEJO, *Apuntes de relación de ayuda*, Sal Terrae, Santander 1998; B. GIORDANI, *La relación de ayuda: De Rogers a Carkhuff*, Desclée de Brouwer, Bilbao 1998; J.C. BERMEJO, *Relación pastoral de ayuda al enfermo*, San Pablo, Madrid 1993.

Podemos tener un problema a la hora de atender a los mayores: que el motor de la relación sea la satisfacción de nuestras propias necesidades y no de las necesidades de aquel a quien atendemos. Por eso hay que purificar las motivaciones.

¿Cuáles pueden ser nuestras necesidades? Pueden ser, entre otras:

- La voluntad de éxito profesional.
- La sensación de rendimiento laboral o de éxito pastoral.
- La propia realización personal del profesional.
- Conseguir que el sujeto haga lo que yo quiero; tener poder sobre él.
- Dar buena imagen.
- Que se mantenga el orden establecido en la institución para la que trabajo.
- Que se cumplan los planes que hemos diseñado.

Todo ello puede ser muy bueno o muy sano. El peligro está en que antepongamos nuestras necesidades a las de los ancianos.

En el «counselling» pastoral no se trata de la aplicación de unas técnicas por parte de un experto sobre alguien que necesita ayuda, es decir, como una solución que le viene de fuera al sujeto, sino de un proceso en el que ambos se ven implicados y que va teniendo como resultado una actitud positiva del enfermo (resolver conflictos, ver la vejez desde una óptica positiva, asumir la enfermedad...). Ambos están implicados, por lo que el acompañante requerirá determinadas destrezas y habilidades para «desbrozar el camino» del anciano. O, mejor, para recorrer junto a él un camino.

Debemos tener mucho cuidado de no caer en el paternalismo que «infantiliza» a los ancianos. En el pasado, en el ámbito eclesial, se ha tratado a los mayores «como si fueran niños». Entonces, todo lo decidimos por él, todo lo hacemos por él («pobrecito...»; «con lo malito que está...»). El anciano no es un niño. Ni siquiera es como un niño. Es un adulto, y si se establece con él una relación similar a la de una madre con su hijo, no estamos respetando su autonomía como ser adulto.

No se trata de una relación paternalista o directiva. Pero, dicho esto, es cierto que se da, inevitablemente, cierta directividad por parte del agente de pastoral. El objetivo del «counseling» con ancianos no es establecer una relación interpersonal espontánea o absolutamente horizontal. Bajamos con el anciano «a su pozo», pero nosotros no estamos en su pozo. Y tratamos de dotarnos de las herramientas para sacar del mayor lo mejor de sí. Pero él y sólo él está en el pozo, y es bueno que así sea percibido desde el principio por ambos polos de la relación. Cierta directividad nos permitirá hacer de «guía» en el camino que hacemos juntos.

Cuando añadimos el adjetivo «pastoral» al acompañamiento de personas mayores, estamos introduciendo un elemento distintivo fundamental en clave cristiana. Esa relación se convierte en un «caminar a tres». El Señor se va haciendo presente en el encuentro. Y, entonces, lo que deseamos como acompañantes es favorecer un encuentro con el Señor. Y que de ese encuentro saque el anciano sus recursos, capacidades para vivir su envejecimiento lo mejor posible. En la relación se va haciendo presente Dios. Pero no cualquier Dios, sino el Dios de Jesús, el que desea que todos sean salvos, que todos tengan vida, y vida en abundancia.

Los peligros del consejero

- *Tendencia a predicar.* Esta tendencia a dar consejos sobre lo que se debe hacer, a decir lo que es bueno y lo que es malo, está especialmente presente en ambientes eclesiales. Y es bueno recordar que, cuando un anciano nos cuenta algo, no espera de nosotros un consuelo ni un consejo. Muchas veces quiere, simplemente, compartir cosas con nosotros o tener una conversación superficial.

- *Afán de proselitismo.* La evangelización entendida como necesidad de «predicar» continuamente, con el objetivo de que los mayores sean mejores, se acerquen más a Dios según lo

que nosotros pensamos. Esta actitud es propia de quienes se creen en posesión de la verdad y quieren imponerla a los demás. La Iglesia, que tan a menudo ha caído en ese error, debe asumir un papel más humilde a través de sus agentes de pastoral. Al final, ¿quiénes somos nosotros para saber lo cerca o lo lejos que se está de Dios?

- *Reducir lo espiritual a lo religioso.* Cuando no sabemos acompañar el sentido, las preguntas por la enfermedad y la muerte, la angustia vital, la tristeza (todo ello entra en el campo de las necesidades espirituales), salimos enseguida con el discurso religioso: «no te preocupes, Dios está contigo», «ten fe», «ten resignación»... En el fondo, huimos de temas comprometidos, a fin de llevar la relación allí donde nosotros nos sentimos cómodos: al terreno de lo religioso.
- *La inautenticidad.* No es posible un verdadero encuentro interpersonal ni un acompañamiento pastoral, por tanto, si el agente de pastoral no se comporta tal como realmente es. Y en esta actitud nos lo jugamos todo. Nos jugamos la «verdad» de la relación humana. Si el acompañante muestra sus máscaras, sus conocimientos intelectuales, se estará mostrando como lo que debería ser y no es, y el anciano no podrá conectar con él desde lo profundo. No habrá autenticidad. Y poner en práctica «de memoria» nuestros conocimientos pastorales será un esfuerzo inútil.

Al acompañante espiritual se le pide mucho. Muchísimo. Porque no es fácil mostrarse como verdaderamente se es. Porque tenemos introyectadas conductas defensivas que tienden a ocultar cómo somos en realidad. Porque al consejero espiritual se le exige un trabajo de introspección para sacar al nivel consciente lo que se encuentra latente en el inconsciente. Al acompañante se le pide coherencia: que viva de verdad lo que siente, y que lo que expresa sea lo que verdaderamente vive y siente. Pensamiento, conciencia y expresión deben ir unidas. Si experiencia, conciencia y comunicación son congruentes, entonces lo que se expresa

será creíble para el anciano. Y del mismo modo que a nosotros no nos resulta difícil descubrir las máscaras que «los otros» se ponen, tampoco le será difícil al anciano descubrir nuestras propias máscaras.

El arte de escuchar a las personas mayores

¿Hay algo más importante que escuchar el relato de la biografía de una persona mayor? Parece claro que quien sepa practicar una buena escucha activa tendrá muchas posibilidades de realizar un buen acompañamiento².

La importancia del lenguaje no verbal

Lenguaje no verbal (mirada, gestos, contacto físico, postura del cuerpo...), disposición de las cosas y objetos en el espacio, etc. De lo que se trata es de que nuestro cuerpo «diga» al que nos habla que le estamos escuchando atentamente, que nos centramos en lo que nos está comunicando.

Es especialmente importante para escuchar en profundidad al anciano que éste entienda que seguimos lo que dice, que le estamos comprendiendo.

Poner nuestros ojos a la altura de los suyos, llamarle por su nombre, sonreír, acompañar nuestras palabras con gestos faciales... es elemental en la comunicación con personas que van perdiendo los sentidos (oído y vista). En tales casos, el lenguaje no verbal adquiere una enorme importancia: acariciar, tomar de la mano, puede decir mucho más que mil palabras. Y no digamos en ancianos con deterioro cognitivo.

De igual manera, nosotros deberemos también saber leer la conducta no verbal de quien nos habla. Es muy importante observar el tono de voz, la energía con que habla, cómo mueve sus manos y su cuerpo, los silencios, la tensión, las expresiones de tristeza o melancolía, los gestos de extrañeza o sorpresa, etc.

2. Sobre la eficacia terapéutica de una buena escucha, véase J.E. BERMEJO, *La escucha que sana*, San Pablo, Madrid 2002.

Es un error pensar que el hecho de ponerse junto al anciano y recibir sus palabras signifique ya «escuchar» al otro. Se necesita una actitud de permanente atención, querer comprender, saber hacerse cargo del mundo de los sentimientos y valores del anciano, querer entrar en el otro. Muchas veces, lo importante no son las palabras, sino cómo se percibe lo que dice el otro, qué mundo de sentimientos y valores hay detrás de su discurso. En suma, la actitud de verdadera escucha implica olvidarse de uno mismo y centrarse en el marco de referencia de la persona mayor que nos habla.

Algunas indicaciones prácticas

- *Asentir con monosílabos e interjecciones* hace que el otro perciba que «estamos allí», siguiendo su discurso, escuchando activamente. Para personas mayores con dificultades para oír o para ver resulta muy importante utilizar este recurso. Los monosílabos, las intervenciones como «claro», «te entiendo», «ya veo», etc., hacen que el mayor tenga la seguridad de ser escuchado con atención.
- *Utilizar la mirada*, transmitir atención, ternura y comprensión con los ojos.
- *Exagerar los gestos faciales* (asombro, alegría, disgusto...) para que el mayor con deterioro auditivo pueda entendernos mejor.
- *Respetar el silencio*. Hay un tiempo para hablar, otro para dejar hablar, y otro también para el silencio. Lo importante es que, en el diálogo, el anciano lleve la batuta de la conversación, y nosotros sigamos su ritmo, sus expresiones. Podemos caer en el error de no dar suficiente espacio al anciano, interrumpiéndole, acabando sus frases. A menudo, los mayores necesitan tiempo para expresar lo que quieren decir. Muchas veces se producen silencios que podemos interpretar como que la conversación se ha acabado; pero si guardamos medio minuto de silencio, el mayor querrá seguir hablando. Buenas

dosis de paciencia y pocas prisas son un buen condimento para escuchar a los mayores.

- *Dejar que, cuando hable el anciano, exprese cómo se siente.* La expresión de sentimientos supone un alivio para quien los tiene larvados, sin posibilidad de que afloren a la superficie de su nivel consciente. Y surgen, a menudo, cuando se expresan.
- *Paciencia ante la reiteración.* No es fácil prestar el oído y el corazón a una historia que una persona mayor nos cuenta, sobre todo cuando ya nos la sabemos de memoria. Los mayores repiten sus historias, relatan sus anécdotas, cuentan sus chascarrillos una y otra vez. Y ahí estamos nosotros, junto a ellos, dispuestos a escuchar una historia cuyo final ya conocemos. La paciencia es necesaria aquí más que nunca. A veces puede ser conveniente introducir un nuevo tema de conversación, preguntar por detalles de lo que está contando, invitarle a hablar de otra cosa..., aunque ello no evitará que nos suenen a sabidas las historias contadas por nuestros mayores.
- *No hablar en tono moralizante a la persona mayor.* Cuando asumimos el papel de acompañante espiritual, podemos caer en el error de que lo que se espera de nosotros en todo momento es «dar sermones», moralizar, decir al anciano lo que está bien y lo que está mal. No es así. A menudo los mayores buscarán en nosotros un rato agradable de charla y de compañía, no un consejo «piadoso» ni un guía espiritual. No hemos de pretender imponer nuestras propias ideas, hacer encajar lo que dice el otro en nuestros esquemas mentales acerca de lo que está bien y lo que está mal. Por otra parte, tendemos a etiquetar con facilidad: éste es el abuelo gruñón; ésta es la anciana pesado que siempre cuenta lo mismo; éste es el egoísta; ésta es la que siempre se encierra en sí misma; con este abuelo da gusto hablar; ésta otra está todo el día pendiente de sus achaques; aquél es un solitario; aquella otra es una beata... Una buena actitud de escucha evita juzgar continuamente al anciano que habla.

- *Estar preparado para abordar cualquier cuestión.* Cuando el mayor quiere hablar de temas complicados (la muerte, el ejercicio de su sexualidad, el sufrimiento...), podemos tender casi inconscientemente, debido a nuestra propia inseguridad ante temas tan comprometidos, a desviar la conversación o a huir dando falsos consuelos que suenan a huecos. Hay que escuchar lo que el anciano vive y siente.

Una escucha que tenga en cuenta cuanto se acaba de decir será una escucha activa; no sólo de las palabras, sino también del corazón del anciano.

Hemos querido hacer hincapié en la escucha como pilar sobre el que descansa la relación entre consejero y persona mayor. Pero hay otras actitudes y habilidades que conviene tener en cuenta para trabajarlas³. Aquí tan sólo las señalaremos. En la bibliografía que se cita y en otros cuadernos de esta colección podremos encontrar los contenidos por extenso y ciertos ejercicios prácticos para adiestramos en el uso de las técnicas. De forma breve, señalamos aquí las actitudes básicas necesarias para una relación entre el agente de pastoral y el mayor que pueda ser útil a este último.

La empatía

Se trata de la aptitud y actitud para comprender al otro, generar y transmitir la confianza necesaria para que el otro se sienta comprendido por mí. Podríamos decir que es una actitud que se desglosa en dos: la capacidad para captar el significado de la persona anciana y, por otro lado, la habilidad para devolvérselo. Comprender y hacerle ver al otro que hemos comprendido.

Hablamos, sobre todo, en el plano de los sentimientos y emociones, que es donde nos encontramos con la verdadera intimidad de las personas.

3. Para aprender más sobre los distintos elementos de la Relación de Ayuda y hacer ejercicios prácticos para entrenarse, se puede utilizar J.C. BERMEJO, *Apuntes de Relación de Ayuda*, Sal Terrae, Santander 1998; y J.C. BERMEJO - R. CARABIAS, *Relación de ayuda en enfermería*, Sal Terrae, Santander 1999.

La actitud de aceptación incondicional

La aceptación incondicional de todos y cada uno de los mayores que atendemos implica tener una visión positiva de todos ellos. y esa consideración positiva del otro es una cuestión de fe, de confianza. Es fiarse del otro, estar convencido de que el mayor tiene sus propios recursos para abordar sus problemas, aceptarlo tal como es, con sus grandezas y sus debilidades.

No necesariamente debemos valorar como positivas todas las conductas que descubrimos en el anciano, pero sí aceptar a la persona en su realidad total. Porque sólo quien se siente aceptado sin condiciones es capaz de aceptarse a sí mismo. Si ponemos condiciones o deseamos que el anciano sea diferente, como a nosotros nos gustaría que fuera, ya no hay incondicionalidad. Y ahí radica la dificultad; porque estamos educados para hacer valoraciones, para emitir juicios críticos sobre sentimientos de personas, para «encasillarlo» todo. Si el anciano se siente juzgado, dejaremos de ser «acompañantes» para convertirnos en «jueces» que descubren, con un punto de acusación moralizante, las zonas oscuras del otro y despiertan la culpa. Y la culpa no hace crecer, sino que bloquea.

Sin embargo, en el polo opuesto, no cabe ser ingenuos y caer en la valoración positiva de todo lo que vive la persona mayor. Aún detectándolo, el agente de pastoral invierte sus fuerzas no en acusar, sino en generar un cambio de conducta y favorecer la paz del anciano consigo mismo.

La respuesta empática y la reformulación

El consejero capta lo que el anciano ha expresado y, reformulándolo, se lo vuelve a presentar, se lo devuelve con sus propias palabras, para verificar que ha recibido bien el mensaje que, con lenguaje verbal y no verbal, el anciano ha emitido. El ayudante hace de espejo. Piensa con el anciano y como el anciano. No se dan valoraciones o juicios inmediatos, sino escucha y reformulación. De este modo, la persona mayor toma conciencia de que es

entendida y comprendida por el acompañante. La persona tiene entonces la sensación de que ha sido comprendida y de que sus sentimientos han sido verdaderamente captados.

Responder y confrontar

Diremos, para empezar, lo que *no* es responder y confrontar. No es «dar respuestas» a las necesidades del otro. El anciano expresa su necesidad y su problema, y yo, agente de pastoral, le doy la respuesta o solución. No se trata de eso.

Como ya dijimos más arriba, la relación pastoral de ayuda es cosa de dos. Y se trata de buscar, entre los dos, caminos de solución y sanación, de ayudar al otro a descubrir los recursos y dinamismos que ya posee y de animarle a ponerlos en marcha. En ocasiones, sin embargo, es cierto que no se sabe qué decir; a veces, la mera escucha no pide sino un silencio que acoja y comprenda.

Aquí recuperamos la idea que al principio planteábamos, en el sentido de que una cierta directividad debe darse en la relación de ayuda. Bermejo 10 plantea en términos de dar respuesta a la pregunta: ¿Qué hacemos ahora con el problema que hemos explorado y comprendido? Se trata ahora de «reformular». Consiste en devolver al anciano los sentimientos y pensamientos que hay detrás de lo que sus palabras nos acaban de comunicar. Es posible que el ayudado muestre un problema, un sentimiento que esté en su nivel inconsciente. Si el ayudado lo percibe, es el momento de expresárselo.

Se trata de confrontar, por ejemplo, comportamientos destructivos, desconocimientos, subestima o sobrestima, generalizaciones, huidas, necesidades no satisfechas, etc.

Deberemos confrontar en el momento oportuno, y sólo si tenemos alternativas que ofrecer, caminos que proponer y con el máximo respeto. No por ello deja de ser directa y de implicar también al acompañante. El ayudante debe sentir y expresar su comprensión empática hacia la debilidad del otro.

Personalizar, concretar, especificar

Destreza que debemos ejercitar cuando el ayudado «saque» fuera de sí mismo el problema. Cuando generaliza o se centra en el problema como algo que viene irremediamente de fuera, deberemos ayudarle a centrarse en sí mismo, en la responsabilidad que tiene, en que él debe afrontar el problema, sus consecuencias y sus posibles soluciones. Así, evitaremos movemos en un plano racional y abstracto y detectaremos con el anciano los sentimientos que se esconden tras sus palabras.

Iniciar

Es el fin al que se puede llegar en el «counselling» pastoral. Si es posible y conveniente, habrá que poner en marcha el camino del cambio en la persona. A medida que avanza la relación, el anciano irá descubriendo en sí mismo los recursos internos o externos necesarios para afrontar su situación. Si es así, podemos proponer una «estrategia» para el cambio de actitudes y sentimientos: marcar objetivos, recursos con los que se cuenta, examinar posibilidades, con sus pros y sus contras, e ir evaluando periódicamente.

Acabamos el capítulo con un esquema de las fases del «counselling» con personas mayores:

Fases del proceso de relación de ayuda o «counselling» al mayor

Destrezas del consejero pastoral	ATENDER (Observar, escuchar)	RESPONDER	PERSONALIZAR	INICIAR
Destrezas del anciano		EXPLORAR	COMPRENDER	ACTUAR

Fase 1^a

Fase 2^a

Fase 3^a

- Fase Primera:
 - D *Agente de pastoral*: responder a lo que el anciano comunica, escuchar activamente, establecer relación empática que invite a la autoexploración. Captar el sufrimiento, los sentimientos, las demandas. Mostrar comprensión y empatía.
 - D *Anciano*: autoexplorar lo que expresa, evocar sus vivencias. Expresar su mundo emotivo personal.

- Fase Segunda:
 - D *Agente de pastoral*: Personalización. El diálogo va poniendo sobre la mesa elementos del problema. Ayudar a concretar, a hacer suyos los sentimientos del enfermo.
 - D *Anciano*: Autocomprensión. A la luz de la personalización, el mayor autoexplora para concluir dónde se encuentra, cuál es su situación y adónde quiere llegar (su situación global lo más objetivamente posible).

- Fase Tercera
 - D *Agente de pastoral*: Iniciar, estimular al mayor a un proyecto de acción, de cambio.
 - D *Anciano*: Asumir la necesidad de cambio, si es conveniente y posible; explorar alternativas, objetivos, medios, etc.

Actitudes sanas frente al sufrimiento

- Eliminar el sufrimiento innecesario o generador de culpa.
- Luchar contra el sufrimiento evitable e injusto.
- Mitigar el sufrimiento inevitable.
- Asumir el sufrimiento que no se puede superar.
- Afirmar a la persona «a pesar de» las fuerzas negativas del dolor. La persona es mucho más que su sufrimiento.

Dinámica para trabajar el don de consejo

La madre, la muerte y el ángel

En pleno día -por tiempo y por edad- la mujer vestía de noche. La oscuridad de su pena hacía juego con la suelta cabellera, los ojos insondables y la túnica. Unidad exterior y anímica.

Cansada de llamar a la Muerte –que bajó la caperuza, tapó sus oídos y vagó por todo el mundo sólo por no oírla-, acudió al Ángel.

- Señor, he perdido a mi hijo. ¡Era tan pequeño que cabía exactamente en la cuna de mis brazos! En vano llamé a la Muerte para que me lo devolviera...

- ¿No sabes, mujer, que la muerte no devuelve nada?

- Le rogué que me llevara junto a él. No fui escuchada.

Las alas del Ángel permanecieron rígidas como si nunca hubieran levantado vuelo.

- Señor, no tengo paz ni consuelo. Toda yo soy una estéril lluvia de lágrimas.

- Resignación, mujer.

- Lo soñé con amor. Lo engendré con amor. Lo esperé con amor. Lo di a luz con amor... Y me fue arrebatado. No tiene sentido(*).

- Busca las palabras de la resignación y de la fe –dijo el Ángel, y desapareció.

La mujer cerró sus desolados ojos. Cuando volvió a abrirlos, estaba en una Iglesia que destilaba esplendor. En los murales, escenas del Viejo y del Nuevo Testamento. Pintores de clara estirpe idealizaron hasta el arrebató místico los rostros de vírgenes y santos. Se arrodilló ante el sacerdote.

- Padre: he perdido a mi hijo. No tengo paz ni consuelo. En vano he llamado a la Muerte. Vivo en martirio.

- «Bienaventurados los que sufren, porque de ellos será el reino de los cielos»... Dios da y Dios quita. Tu criatura, mujer, es un ángel grato a los ojos del Señor. Resignación, hija mía.

Cubierta con su cabellera como un manto, la madre entró en la Sinagoga. Refulgían la estrella de David y los candelabros de siete brazos. Arcos de flores blancas, para el cortejo de la novia, temblaban al acercarse a la bordada seda de un dosel. Se arrodilló ante el rabino.

- Señor: he perdido a mi hijo. Lo engendré con alegría. No tengo calma ni consuelo, ni tiene sentido mi vida. Soy un dolor.

- «Un Rabí perdió a su hija recién nacida y, en su acompañamiento, iba alegre y danzando... Cuando le preguntaron el motivo, repuso: "Me alegra poder devolver a Jehová un alma tan pura como cuando Él me la dio en custodia... Dios da y Dios quita". Resignación, hija mía».

Envuelta en la oscuridad de su cabellera y de su pena, la mujer entró en la mezquita. Finas columnas de alabastro copiaban la altura y la esbeltez de las palmeras del desierto. La filigrana de la piedra reproducía hasta el infinito el nombre de Alá. Se hizo un ovillo a los pies del Imán.

- Señor, he perdido a mi hijo. Era tan pequeño que mis brazos le bastaban. Lo amaba y lo perdí. No tengo consuelo. Vivo en desesperación.

- «La verdadera tumba de los mortales no está en la tierra, sino en el corazón de los hombres... Tu hijo está vivo en tu corazón. Vida y Muerte no nos pertenecen, Dios da y Dios quita. Resignación, hija mía».

Arrebujada en el manto vivo de su cabellera, la madre entró en una capilla evangelista. Las paredes eran grises y desnudas. Ni un cuadro ni un signo de mundana frivolidad. Sólo un crucifijo fino, de madera negra. En lo alto, los fragmentados colores de una vidriera. Dobló su torturada humanidad ante el Pastor.

- Señor, he perdido a mi hijo. Era tan pequeño, y ahora tan grande mi dolor... Vivo penando y sin consuelo.

El pastor le dijo:

- «En el día del juicio final veremos los rostros de Él y de los seres que amamos y perdimos. Mira las aves del cielo... Considera los lirios del campo... Dios da y Dios quita. Resignación, hija mía».

En lágrimas, ya sin fuerzas, la madre era una figura oscura, espasmódicamente sacudida por los sollozos y el viento. Ajena a la vida que pasaba a su alrededor, sólo recordaba la fugaz vida de su hijo que latió dentro de ella, al que tuvo en sus brazos y que se perdió como un sueño...

El Portero Celestial, con infinita pena, extendió su celeste ala derecha y, movimiento de brisa, le alzó el rostro.

– Mujer, levántate. Voy a llevarte ante quien comprenderá tu dolor.

Por un instante, la madre abandonó su oscuridad de cuerpo y de espíritu. Vio la claridad y supo que, ante esa luz, toda otra luz -la de la aurora y la del mediodía, de las fogatas y las lámparas- era casi sombra...

– ¡Señora...! -suplicó ante la augusta figura-, tú que perdiste a tu Hijo, ¿cuál es la fórmula del consuelo...?

Entonces, a dos mil años del hecho, los ojos de la Virgen María se llenaron de lágrimas...

Para trabajar con el cuento

- Narrar o leer el cuento hasta (*). Preguntar a los participantes qué le dirían a una mujer en esa situación.
- Entregar a cada participante una copia del cuento y terminar la lectura.
- Analizar lo que dice cada uno de los personajes: ángel, sacerdote, rabino, imán, pastor y María.
- Poner en común, en grupo, qué significa aconsejar.
- Dejar un momento de silencio en el cual cada uno va a pensar en las personas que alguna vez le pidieron un consejo, cómo respondieron, cómo les escucharon, si fueron capaces de aconsejar desinteresadamente, si supieron ponerse en el lugar del otro y junto al otro.

Invitar a quien lo desee a compartir sus reflexiones.

Para reflexionar

¿Quién puede aconsejar? El que tiene sabiduría y entendimiento, pero que además es capaz de ponerse en el lugar del otro. Los consejos que recibe esta mujer de parte de los distintos pastores o sacerdotes no son malos: cada uno de ellos va diciendo una verdad; pero es María la única que se pone **junto** a la mujer y llora con ella. Es con su actitud con la que le dice que no está sola, que ella está a su lado, que Jesús también la escucha y la comprende en su sufrimiento. Es necesario pedir con insistencia esta capacidad de aconsejar que implica necesariamente saber escuchar, ponerse en el lugar del otro, compadecerse, como tantas veces lo hizo Jesús, y, sobre todas las cosas, dejar nuestros propios intereses de lado para tratar de descubrir qué es lo mejor para el que necesita de nosotros un consejo.

4

Los valores en el mayor

A menudo oírnos hablar de los valores: el valor de la vida, el valor de la libertad, la escala de valores... Aquí, cuando hablarnos de «valores», no hablarnos de algo abstracto, como si fuera una cosa o realidad distinta del hombre o de las cosas. Cuando hablarnos de «valores», nos referirnos a la valoración que el hombre hace de las cosas.

Valor

El *valor* es un bien apreciado por una persona. Todo hombre actúa éticamente, es decir, de acuerdo con su propio mundo de valores. En el ejercicio de su libertad, la persona elige aquello que es más importante en su vida y lo que es menos. Podemos hacerlo consciente o inconscientemente, pero todos, al actuar, al decidir, al pensar, estamos reflejando nuestro propio mundo de valores.

El núcleo básico de la persona se juega en el mundo de los valores. Todos tenemos un universo de valores que dotan de sentido y unidad a lo que somos y hacemos. En suma, los valores:

- son algo *objetivo*, un bien que se impone por sí mismo;
- son algo *subjetivo*, en tanto que es apreciado por el sujeto.

El valor, por tanto, es un bien apreciado por un sujeto. Hay valores -la libertad, el amor, la paz, el trabajo, la familia...- a los que cada persona concede un lugar más o menos importante en

su vida. Y al establecer una relación con la persona mayor, es importante que sepamos leer entre líneas para captar cuál es su mundo de valores.

Valor moral

Hablarnos de *valor moral* cuando se trata de un bien que forma parte del mundo ético de la persona. Todos tenemos libertad para elegir en la vida aquello que consideramos moralmente aceptable o inaceptable. Según nuestros valores, hacemos lo que creemos que es bueno, o juzgamos como malas determinadas acciones o formas de pensar. Y en eso cada cual tiene su norma de moralidad.

Valor moral cristiano

Si al valor moral le añadimos el adjetivo *cristiano*, lo definiremos como el *horizonte* o referencia a la hora de apreciar unos valores u otros. Para el creyente existe una especie de horizonte hacia el que caminar: Cristo. Y valora (es decir, tiene como buenas o malas) las acciones o ideas desde ese horizonte. Cristo no es un valor más, sino el telón de fondo sobre el que se sitúan los demás valores. Jesucristo y su Evangelio son la perspectiva, interiorizada en el vivir de cada creyente, según la cual la persona toma actitudes determinadas y realiza actos concretos. Muy a menudo, los valores específicamente cristianos no son diferentes de los no-cristianos. Hay un espacio para el diálogo entre ambos. ¿Acaso la generosidad, el saber perdonar, el amar intensamente, la justicia... no son valores «civiles», válidos para creyentes y no creyentes? Pues éstos, entre otros, son los valores cristianos.

Los valores generan las *actitudes* que, a su vez, mueven a los *actos*. ¿Qué ocurre con los valores cuándo envejecemos? Como veremos más adelante, la cuestión de los valores es clave para el diagnóstico espiritual. Los valores que el anciano refiere tener y, por otro lado, los que vive como tales pueden ser la clave de un

envejecimiento saludable. Por eso hemos incluido en nuestra ficha de diagnóstico y seguimiento espiritual la cuestión de los valores.

En primer lugar, porque puede suponer un mundo vital que refuerce la experiencia de sentido del que envejece. Si uno se mantiene fiel a sus valores aún en la vejez, tiene grandes posibilidades de dotar a ésta de sentido. Ahora bien, ¿podemos «pedir» a los mayores que se mantengan fieles a esos valores? Más bien parece que nos toca respetar la crisis y la incoherencia de su mundo de valores al llegar a la vejez, si es que ésta se produce.

Acompañamiento en los valores

Pongamos algunos ejemplos de valores estimados por nuestros mayores. Cuando hemos dialogado con ancianos sobre cuáles son para ellos los valores más importantes, las repuestas han sido, en su mayoría, las siguientes:

- Dios y la religión.
- La familia.
- El trabajo.
- Algunos principios morales: ser buena persona, ser generoso, etc.

Tengamos en cuenta que el mundo de los valores de cada cual se genera en interacción con el entorno sociocultural en que vive. En nuestro caso, estamos hablando de biografías marcadas por la guerra y la posguerra española. Y toda situación de crisis social lleva a reafirmarse aún más en los valores. Además, el ambiente cultural, que exaltaba la familia y el trabajo abnegado, junto con una religión oficial omnipresente en la sociedad, han hecho que los ancianos de hoy confiesen un mundo de valores básicamente homogéneo.

Sin embargo, las cosas han cambiado, y es constatable, a la hora de hablar de valores, que nuestros mayores nos cuentan con facilidad cuáles han sido los valores que han guiado su vida con más o menos intensidad. Pero se trata de valores, en primer lugar,

referidos al pasado y, en segundo lugar, marcados y vívidos por un contexto social que los favorecía y que ha cambiado radicalmente. Por eso entendemos que nuestra tarea debe ser acompañar al mayor a:

- Resituar los valores.
- Referirlos a su situación presente.

En muchos casos, al decirnos cuales *han sido* sus valores están poniendo detrás experiencias que ya no viven de la misma manera y que hay que reformular.

Por ejemplo, *la familia*. Un anciano nos decía que para él «*lo más importante han sido los hijos*». Tras esta afirmación se esconde una experiencia valorativa concreta: lo que ha movido su vida ha sido criar a los hijos a costa de enormes sacrificios personales para -nos dice- «*darles lo que nosotros no pudimos tener*». Y el que su actitud a lo largo de su biografía haya sido coherente con ese valor le llena de un legítimo orgullo. Pero ¿qué sucede ahora con los hijos? Ahora, nos comenta la misma persona, «*ellos ya tienen su vida, sus problemas, sus propios hijos; están muy ocupados, y yo soy una molestia: por eso estoy en la Residencia y vienen poco a verme*». Ante el cambio de circunstancias vitales y familiares, el mayor puede quedarse en la evocación triste y melancólica de lo que fue un valor o, por el contrario, puede tratar de reformular ese valor. La tarea de dar nueva forma a esos valores pasados es tarea del acompañamiento espiritual.

Con el máximo respeto, en el acompañamiento debemos preguntarnos *con* el mayor qué es lo que ha valido la pena y qué se puede esperar en el presente y en el futuro. Los más generosos nos han hablado de la alegría de «*ver crecer a mis nietos: eso es lo que me mantiene vivo*»; habrá que encontrar fórmulas para hallar espacios y tiempos que favorezcan el encuentro con los hijos y los nietos. Habrá que acercarse a la familia del mayor para, con delicadeza, animarla a realizar visitas más frecuentes, a pasar fines de semana juntos, a llevar a los nietos cuando vayan a visitarles... Así, un valor referido al pasado puede reconvertir-

se y seguir siendo, de otra manera, algo que dé sentido a la vida del mayor.

El valor del *trabajo*, ampliamente referido por los ancianos que ya han dejado atrás su vida laboral, va ligado al rol de sustento de la familia –en hombres, la tarea fuera de casa; en mujeres, dentro del hogar- y ha sido motivo de fuerte desgaste de la persona y, en ocasiones, de grandes satisfacciones. Ocurre que el *envejecimiento social* excluye de manera cruel y repentina al anciano del mundo laboral. O el envejecimiento físico o psíquico incapacita para ejercer tareas que antes se llevaban a cabo y ahora ya no es posible realizar.

Nos cuenta una mujer que hacía «*un potaje riquísimo que a mi marido y a mis hijos les encantaba*». Y un hombre nos dice que «*toda la vida he trabajado en el campo; la tierra es muy dura, pero he sacado adelante a mi familia*». Son actitudes vitales de enorme importancia para ellos, porque han ocupado la mayor parte del tiempo en sus vidas y ya no pueden seguir siendo una referencia en el presente y futuro.

En este caso, el acompañamiento espiritual deberá sintonizar con esas claves para reconocer aquello que la familia y la sociedad no les reconocen. En primer lugar, lo que han hecho, con todo su mérito. A menudo, escuchar el orgullo de lo que se ha sido significa escuchar también la frustración por la pérdida de la posibilidad de ejercicio de ese valor; en este caso, el refuerzo positivo es la primera de las tareas.

En segundo lugar, podemos ayudar a muchos mayores a rescatar el *valor en sí*, desligado de los *actos* que en el pasado llevaba aparejados. Es cierto, diremos con el anciano, que ya no puedes trabajar en el campo, que ya no puedes cocinar para tu familia; pero sí puedes hacer cosas que tengan sentido para ti y sirvan para otros. El *yo productivo* puede canalizarse a través de otras vías. Y en este caso es importante la creatividad.

No debemos dar por supuesto que la asistencia a actividades y talleres manuales de todos los residentes les está ayudando a realizarse como personas productivas. Es importante buscar fórmulas que concreten el valor del trabajo en cada anciano. El que ha trabajado en el campo puede no sentirse para nada identifica-

do haciendo macramé; el seguimiento espiritual puede ir detectando si lo que se está haciendo tiene sentido o no para cada persona en concreto. En los casos en que la participación del mayor en una actividad ocupacional no cambie para nada su sentimiento de inutilidad, trataremos de encontrar alternativas en las que la persona se sienta más cómoda.

En todo caso, es importante señalar que los valores tienen un componente individual, algo personalísimo de cada experiencia vital; pero tienen también un componente social. La mayoría de los humanos tenemos valores referidos a alguien (Dios, los hijos, los amigos...). La *dimensión social de los valores* puede mantenerse en la vejez. Es decir, hay valores vividos en el pasado por los mayores que llevaban consigo una carga de habilidades sociales, de modos de relación. «*A mí siempre me ha gustado charlar con las vecinas, y nos hemos ayudado mucho*»; «*yo siempre he sido una persona alegre, y la gente se reía con mis chistes jugando a las cartas*»: son expresiones que hemos escuchado de sus labios. Ya no están las vecinas, ya no están los compañeros del bar; pero sigue existiendo un entramado social alrededor del mayor institucionalizado. Y estimular a poner en juego las habilidades que se tenían para ejercer ese valor es recuperar algo de sentido para el mayor. Les hemos animado a que cuenten chistes en el ámbito adecuado con otros residentes; hemos estimulado la sociabilidad de aquellas personas que han tenido un alto grado de relaciones sociales. De este modo podemos recoger algo del valor que se refiere como pasado y ponerlo a funcionar en una situación personal y social actual totalmente diferente.

En cuanto a valores específicamente cristianos, los mayores nos dicen: «*la religión ha sido siempre lo más importante para mí*»; «*recuerdo el día de mi primera comunión como si fuera hoy*»; «*me gustaba ir a misa los domingos, bien arreglada*»... En la mayoría de los casos, nos están refiriendo prácticas religiosas o experiencias ligadas a la religiosidad popular.

Una línea de intervención en el acompañamiento espiritual es continuar viviendo los *valores religiosos* que se tienen. Religión

viene de «*re-ligare*», *estar ligado a, establecer lazos, tener relación con...* Si bien ya no se tiene la capacidad de hacer lo que se hacía, sí podemos encontrar la manera de que el anciano continúe *re-ligado* a Dios y a los demás.

Tal vez estos valores tengan una mayor posibilidad de ser ejercidos en el presente y en el futuro con una adecuada reformulación.

Aunque el cumplimiento de las prácticas religiosas haya sido referido como valor en sí mismo, constatamos que a menudo la propia fidelidad a tales prácticas ha originado una determinada imagen de Dios. En la relación personal con el mayor, prácticamente nadie responde con el silencio a la pregunta «¿cómo es Dios para ti?». Aquí se abre una vía de acompañamiento espiritual de la experiencia de Dios que tenga cada cual. En todo caso, pensamos que es el valor con menos probabilidades de derrumbarse al llegar la vejez. Porque todos los mayores refieren la figura de Dios, de Jesucristo o de la Virgen como una realidad sobrenatural y, por tanto, eterna. La persona ha cambiado, pero todos afirman que Dios sigue siendo el mismo; es decir, en general, se sigue teniendo una determinada imagen de Dios en la vejez, en continuidad con la que se ha tenido en la vida. Desde ahí se puede potenciar la permanencia del valor de lo religioso en la vida.

Es evidente, además, que la cercanía de la muerte y la experiencia del sufrimiento dotan a la experiencia religiosa de un tinte muy distinto. Detectamos sentimientos de culpa en algunos casos, de abandono en otros, de necesidad de reconciliación con Dios, de miedo al castigo eterno...; son sentimientos que necesitan ser recogidos y contrastados con alguien. Ésa es otra de las tareas del agente de pastoral.

Bastantes ancianos nos hablan de los valores que fundamentan su vida en clave de *principios morales* («hacer el bien», «no hacer daño a nadie», «respetar a todo el mundo»...). Nuestra tarea ha consistido, pues, en tratar de ver, junto a la persona, las posibilidades reales y concretas en las que puede ejercer estas actitudes éticas. Es evidente que, en el marco residencial en que

nos encontramos, se dará la posibilidad de seguir ejercitando las «virtudes» que el mayor refiere como valores últimos que han dado sentido a su vida.

* * *

MATERIALES DE TRABAJO

- Comentar el siguiente texto y analizar en qué medida tiene que ver con la cuestión de los valores que acabamos de ver. ¿Cómo recuperar los valores cuando se deja de ser productivo?

«No toda actividad es compatible con la identidad específica de la vejez, ni la estimula. Antes bien, la acción debe mantener determinados criterios. Hay dos criterios negativos: la acción constante y ciega conduce, a muy corto plazo, a la frustración y la resignación. No mucho mejor resulta el intento de volcar, sin necesidad alguna, todas las fuerzas vitales en la conservación e incluso la ampliación de la competencia profesional.

En casi todos los ámbitos de actividad, la teoría y la práctica avanzan con tanta rapidez que, a largo plazo, resulta imposible frenar la gradual pérdida de competencia. La identidad específica de la vejez sólo puede alcanzarse si se desarrolla un nuevo proyecto holístico de vida. Por eso hay que volver a definir los objetivos; y si de verdad quieren alcanzarse éstos, deben iniciarse procesos de limitación y desprendimiento conscientes.

Sin embargo, esto sólo es posible cuando la persona que envejece conoce claramente su situación global y la valora correctamente. A partir de ese momento ha de darse preferencia a actividades que, en la medida de lo posible, estén libres de una obligación de rendimiento, que abran un espacio, aunque sea modesto, a la espontaneidad y a la creativi-

dad y que trasladen el peso de lo funcional y lo objetivo a lo humano. Cada individuo ha de aceptar el desafío de producir su propia vejez antes de "morir su propia muerte" (Rilke)>>

(ALFONS AUER, *Envejecer bien. Un estímulo ético-teológico*, Herder, Barcelona 1997, p. 212).

- ¿Conocemos casos de ancianos que quieren mantenerse activos a toda costa, más allá de sus propios límites? ¿Cómo confrontar su realidad sin herir a la persona?
- ¿Qué actividades «libres de la obligación de rendimiento» se te ocurren para canalizar los siguientes valores?:
 - D La familia.
 - D El trabajo.
 - D Ayudar a los demás.
 - D La religión.
 - D Ser buena persona.
 - D La justicia.
 - D La diversión.
 - D El viajar.
 - D La vida sexual .

El valor de la familia y la soledad

Ana tiene 80 años, y vive en la Residencia desde hace cuatro. Muestra un carácter irritable, cambiante. A veces deprimida, otras extrovertida. Es lunes por la mañana. Felisa, enfermera de la Residencia, entra a trabajar en el turno de la mañana:

El ¡Hola Ana!, ¿qué tal has pasado el fin de semana?

(Ana está harta de que le pregunten lo mismo tantas personas todos los lunes. Cada vez que habla de su fin de semana le duele. Porque tiene que hablar de su soledad, del abandono por parte de sus hijos. Porque está harta de fines de semana llenos de visitas para otros y nadie para ella. En el fondo, Ana tiene un profundo sentimiento de vergüenza con respec-

to a su familia, se avergüenza de ellos, lo que aumenta su melancolía).

E2 Ya veo, no han venido tus hijos tampoco esta vez, ¿no?

A1 No, hija, ¡qué le vamos a hacer...!; ¡así es la vida...!

E3 Nada, mujer, para eso estarnos nosotras...

A2 Sí, me tratáis muy bien y os quiero mucho.

E4 Claro que sí, mujer, somos tu familia, y nos tienes para lo que quieras.

A3 Gracias, pero luego tú te vas a tu casa con tu marido y tus hijos, Y yo me quedo aquí... *(con la mirada perdida y gesto ausente).*

ES Claro, Ana, eso es verdad, yo tengo que estar con mi familia... Pero ya veo que no...

- Reflexionar acerca de en qué medida podemos paliar la soledad del anciano. Caer en la cuenta, por una parte, de la facilidad con que decimos ser su familia y, por otra, de la realidad que está viviendo el mayor. Tal vez estemos demasiado empeñados en verlo con nuestros ojos, pero ¿nos hemos puesto a mirar con los suyos?
- Intentemos responder a una pregunta un tanto espinosa: en el fondo, ¿quién soy yo para los ancianos con los que trabajo? Porque pueden ellos percibirme de una forma y entender yo algo distinto. Puedo desempeñar el papel de amigo, de compañero, de hermano, de madre, de consejero... Y ellos, ¿quiénes son ellos para mí? Porque pueden ser el motivo de mi éxito pastoral, algo que me hace sentirme útil, alguien que me necesita para contarme su vida...
- Poner en común lo que pensamos sobre ello. Pero no olvidemos una cosa: su mundo no es nuestro mundo. Nosotros no somos su familia.

5

La integración personal como culminación de la existencia

Integración personal y pérdidas

Numerosos autores de psicología del desarrollo han elaborado modelos que explican la evolución de la persona en sus diferentes etapas biográficas. La niñez, la adolescencia, la juventud, la madurez y la vejez tienen cada una sus características particulares. Apuntamos la tesis de que, a lo largo del recorrido histórico de una persona, la integración e integridad de la persona funcionan como *horizonte*. Lo cual no implica que, como algunos alegremente señalan, el desarrollo de la persona sea siempre hacia la integración del yo. No todo el trayecto es ascendente. Tampoco toda la etapa de la vejez es descendente. Los recorridos vitales son tantos como personas.

Es claro que, como hipótesis, podemos hablar de la integración personal como ideal al que se puede llegar. Se trataría de un recorrido de crecimiento en madurez, en realismo, en sabiduría, en experiencia de la vida, en equilibrio afectivo, en experiencia de sentido. Pero presentar este modelo como el modelo general de toda persona que envejece supone una generalización que no responde a la realidad. Y en ambientes eclesiales, al hablar de la tercera edad, se peca con frecuencia de esta idealización. El *buen anciano*, lleno de sabiduría y prudencia, llega al final de la vida y allí encuentra la plenitud de sentido de su pasado, la serenidad del presente y el afrontamiento en paz de la muerte futura. Vale el modelo como ideal; vale como horizonte que podemos plante-

amos en el acompañamiento de los mayores. Pero no es experimentado así por todos los ancianos, como más tarde veremos.

Integrar lo negativo e inevitable de nuestra existencia es una de las claves para ser feliz. Arrastrar frustraciones y lamentos por lo que no pudo ser conduce a la melancolía y a un estado anímico depresivo. Es algo que constatamos a diario en nuestra relación con los mayores. No es fácil, sino muy difícil, encajar derrotas y fracasos, pérdidas y limitaciones. No obstante, a veces pretendemos que el anciano, dada la etapa de la vida en que se encuentra, viva su vejez como un periodo de integración personal. En todo caso, es una tarea que deberemos plantearnos con algunos mayores, pero no con todos. El diagnóstico pastoral, del que hablamos en otro apartado, nos será útil a la hora de detectar el grado de integración de la persona y los objetivos que nos podemos marcar. Queremos dejar constancia de que la experiencia inmediata del anciano con el que nos hemos encontrado es una experiencia, en parte, de pérdidas. Todas las dimensiones de la persona se ven afectadas por la pérdida: *pérdidas biológicas*: menor movilidad, reducción del sentido del oído, incapacidad para las actividades de la vida diaria...; en el *plano psíquico y anímico*, pérdidas de memoria, de seres queridos, alteraciones de la percepción, estados depresivos, dependencia...; en el *área social*, desaparición del rol activo, consideración como lastre para la familia, apartamiento -a veces *aparcamiento*- en la Residencia. Todo ello, en nuestra consideración holística de la persona, se traduce en *pérdidas vitales*, porque el conjunto de ellas afecta a lo más profundo de la existencia. Si la persona es una e indivisible, la *integración* es la tendencia a la unidad de sentido de todas las dimensiones de la vida. Y las pérdidas, el enemigo de la integración, en cuanto que rompen a la persona, la desgarran, la fragmentan; entonces se hace más difícil encontrar la unidad de la persona en la experiencia de pérdidas. No podríamos deducir que el desarrollo es un proceso ascendente hacia la integración, porque topamos con la realidad personal del que lo ha ido perdiendo casi todo. Salvado este optimismo algo ingenuo, entendernos que debemos trabajar la integración de la persona bajo la clave de *adaptación*.

La clave de la *adaptación*

Integrar significa incorporar a la propia experiencia vital todo cuanto le acontece a la persona, ya sea gratificante o frustrante. En este sentido, la integración personal es producto de la capacidad de adaptación de la persona a los avatares y cambios que sufre su vida. Y en la vejez no son pocos. Vemos que las personas de personalidad activa y participativa tienen menor dificultad para la integración; y las personas pasivas o inhibidas, mayor dificultad.

Adaptarse a las *circunstancias personales* -cambios biológicos, psíquicos y afectivos- y a las *circunstancias del entorno* -cambios familiares, rol social- es tarea necesaria para la integración personal. Caigamos en la cuenta de la dificultad que supone todo proceso de adaptación. En el caso del mayor ingresado en una Residencia Geriátrica, huelga decir que el cambio que se le pide es enorme, frecuentemente no querido, y que afecta de manera directa a todo el marco anterior en el que se desenvolvía la vida del anciano.

Debemos hacernos cargo de que la adaptación a un nuevo marco requiere tiempo, y las resistencias no son pocas. Nuestra clave de intervención en el trabajo con mayores en Residencias debe ir en la línea de acompañar el proceso de adaptación. El acompañante tiene la labor de ir detectando aquellos aspectos de la nueva vida del mayor que favorecen la integración en la vida de la Residencia y proponer fórmulas que mejoren su situación dentro de la misma.

Hablamos de la integración como adaptación a las circunstancias, pero también a los propios cambios físicos y psíquicos. A menudo, las pérdidas se acumulan y abren nuevas heridas en la persona que habrá que cuidar. La sensibilidad hacia los progresivos deterioros del mayor es una actitud que hay que cultivar continuamente en el acompañamiento humano y espiritual.

Por último, y no menos importante, hablamos de *adaptación vital*. Nos referimos a la necesidad de integrar el proceso de envejecimiento en la historia personal del mayor. Ya hemos visto las dos reacciones extremas: la de quienes encajan -integran- la

vejez, con sus limitaciones y riquezas, y la de quienes se rebelan o se aíslan por no ser capaces de integrar el cúmulo de pérdidas que se amontonan en su historia.

Hacia un realismo esperanzado

Habitualmente, encontramos una zona intermedia de luces y de sombras donde los lamentos por lo perdido se suman a una sana aceptación de la situación presente. La integración de la persona tiene que ver con la madurez y el realismo al afrontar la vida. Supone mantener la propia identidad personal en los avatares de la vida, una continuidad y un sentido en la línea de la vida. No una resignación mal entendida («*Dios lo ha querido...*»; «*así es la vida...*»; «*¡qué se le va a hacer...!*»), sino un *realismo esperanzado*. Realismo, porque las pérdidas se imponen, y el negarlas o huir de ellas supone no integrarlas. Esperanzado, porque se saben ver signos positivos en lo que ha acontecido y sigue aconteciendo en la vida.

Es importante para el que atiende al anciano no negar la dolorosa experiencia de las pérdidas que el mayor nos transmite; sus *heridas* están ahí, y si nos las muestra no debemos negarlas. Por lo general, no es bueno el empleo de frases de falso consuelo («*¡si estás como una rosa...!*»; «*¡ya verás cómo te pones bueno enseguida...!*»; «*¡si tú nos vas a enterrar a todos...!*»). Debemos sintonizar con ellas, acompañar el sufrimiento y, desde ahí, tratar de poner en marcha en el mayor los mecanismos de que pueda disponer para hacer la vida más llevadera. Ante todo, realismo, pero realismo esperanzado. Porque el buen profesional del acompañamiento espiritual sabe encontrar en el mayor oportunidades de pequeños cambios, zonas de luz en la oscuridad. Transmitir una actitud de esperanza ante la vida, aun en el sufrimiento más sangrante, posibilita cierta integración de la experiencia dolorosa en la persona.

Ahora bien, el mismo realismo del que estamos hablando nos hace muy difícil a veces plantearnos metas que favorezcan la adaptación vital del anciano. A menudo nos encontramos con

que muy poco más podemos hacer, aparte de acompañar las pérdidas. Y planteamos objetivos con los mayores que puedan motivar para una mayor integración personal no nos resulta fácil. Es el caso, por ejemplo, de demencias severas.

Una de las claves que pueden sernos útiles es la de *preservar*. Cuando se ha perdido tanto, la persona puede todavía aferrarse a lo que tiene, a lo que le queda. Se puede acompañar al mayor en la valoración positiva de lo que tiene. Sin ingenuidades ni mentiras piadosas. Pero sí es cierto que la salud de que se disfruta, la posibilidad de ser útil para algo o alguien en la Residencia, la satisfacción de ver a la familia feliz (aunque sólo sea los domingos), el orgullo de ver a los nietos crecer, la sensación de que no están solos, sino acompañados..., son datos de realidad que frecuentemente el mayor esconde tras su propia vivencia de deterioro. En el caso de mayores que se encierran en el lamento y el dolor, siempre es posible desvelar *con ellos* zonas positivas de su existencia, desde un realismo esperanzado. Y aquí debemos devolver al mayor esos aspectos positivos que descubrimos en su vida. No podemos invitar a fantasear con cosas que no existen o que sabemos que jamás llegarán a cumplirse («ya verás cómo pronto te darán el alta...»; «¡si estás mejor aquí que en tu casa...!»), etc.).

Acompañar las luces y las sombras de **la** biografía

En la medida en que los mayores integran sus experiencias de forma sana, están en condiciones de envejecer bien. Es algo subjetivo, que tiene que ver con la percepción que cada persona tiene de sí mismo. Si, con el paso de los años, se mantienen la identidad y el sentido y se superan las crisis de autoimagen y autoestima, podemos hablar de una vejez integrada. Pero pensamos que tal integración juega como horizonte hacia el que se carnina, que se vislumbra y se aleja con la misma facilidad. Si bien no es fácil vivir de manera integrada, sí es posible, como hemos visto, dar pasos importantes en esa dirección. Y es especialmente necesario en personas que se disponen a cerrar su ciclo

vital.

Desde un acompañamiento en clave espiritual y/o religiosa, transmitir *perdón* y *reconciliación* es muy importante. Uno siente siempre la necesidad de reconocerse a sí mismo. No es posible aceptar al otro si no nos aceptamos a nosotros mismos tal como somos. Y esa necesidad es, en la última etapa de la vida, especialmente urgente. Reconocer las propias luces y sombras de la vida pasada y presente es un ejercicio sanante. Comunicar salud es también ayudar a integrar lo positivo y negativo de la existencia, a hacer balance y morir en paz consigo mismo, con los demás y con Dios.

La ambigüedad del ser humano se manifiesta de una manera especial en la persona anciana. Por un lado, porque en ella aparece la debilidad del hombre, su caducidad y desvalimiento. Por otro, porque la ancianidad es también la culminación de la existencia, el acercarse a la plenitud, la fase de reconocimiento del deber cumplido, la constatación del valor del ser frente al hacer o el tener, del valor de la dignidad de la vida por encima de todo.

Cuando el anciano se enfrenta a este arma de dos filos que es la vida, debe manejar sus zonas oscuras y sus zonas positivas. Desde la experiencia religiosa, podemos acompañar esa tarea.

En primer lugar, sanando las *zonas oscuras* de la persona; en las entrevistas de diagnóstico y en el acompañamiento espiritual

SOMBRAS

- Cualquier tipo de sentimiento de culpabilidad.
- La sensación de inutilidad.
- La impotencia al tener que depender de otros.
- El mirar hacia atrás con amargura, reconociendo el mal que se ha hecho.
- El recluirse en sí mismo.
- La resignación pasiva del «ya no me queda nada por hacer...».
- La pérdida de seguridades y del propio rol en la familia y en la sociedad.
- La concepción de un Dios-juez, más predispuesto a condenar los pecados que a perdonar.

detectamos las siguientes *sombras*:

Actitudes como éstas no son sanas. No se trata sólo de dolencias físicas, sino de dolencias del corazón, de heridas profundas que duelen en lo más hondo y sumen a la persona en una actitud negativa, entrando a veces en una dinámica de autocompasión, desencanto, miedo o remordimiento. Nosotros debemos salir al paso de estas actitudes para sanarlas.

En el polo opuesto, encontramos también *actitudes sanas* que contribuyen a experimentar el envejecimiento de manera

LUCES

- El recuerdo como algo gratificante, encontrando en el pasado motivos para estar satisfecho con lo que se ha sido.
- El balance positivo del recorrido vital, hecho con serenidad al final del camino.
- El agradecimiento como actitud básica: sentirse agradecido a los demás y a Dios por el regalo de la vida.
- La apertura al mundo circundante, encontrando en él motivos para la esperanza.
- La muerte como culminación de la existencia, asumida desde el realismo esperanzado.

saludable:

En el fondo, lo que está en juego en la integración personal es la cuestión del *sentido*. El anciano que ha encontrado y encuentra un sentido a su vida concibe su existencia como un camino cuya última etapa está recorriendo.

Experiencia cristiana e integración personal

En clave cristiana, la *experiencia de Dios* es una experiencia de sentido, porque Dios es para el hombre un centro que da sentido y coherencia a todo, que unifica todos los aspectos de la existencia. Por eso la fe del mayor desempeña un papel tan relevante: porque puede ser, después de todo, lo que dé sentido a la vida.

En *lajigra de Jesús*, imagen de Dios, aparece el paradigma

de hombre integrado: un hombre capaz de integrar lo satisfactorio de la vida, pero también la dureza, la soledad, el dolor y la muerte; un hombre que supo disfrutar de todo cuanto la vida le regaló y acoger la ambigüedad de la condición humana, hecha de muerte y resurrección, de pequeñas muertes y resurrecciones cotidianas.

Jesucristo entendió que su misión entre los hombres era dar vida. Y la mejor manera de vivir la vida consistió, para él, en darla a los demás. Frecuentemente, los mayores resaltan demasiado la pasión y la muerte de Jesús, presentando la crucifixión como un acto masoquista de Jesús, una especie de valoración positiva del sufrimiento; también algunos mayores nos han hablado de un Dios que exige el sacrificio de su Hijo para la salvación de los hombres, y Jesús no es más que el actor en ese juego de intercambio. La educación en la fe de los años de la posguerra hizo demasiado hincapié en esa encarnación de Dios para la muerte, no para la vida y el amor. Y ahora nuestros mayores están pagando el precio de esa educación al vivir el sufrimiento en sus propias carnes.

Pero no. La muerte de Jesús es consecuencia de su vida. Y muere como ha vivido, dándose por entero a los demás, condenado y ejecutado por su fidelidad a los valores que siempre vivió y transmitió: el amor incondicional a todos, el perdón sin límites, la reconciliación y la tolerancia, la denuncia de la injusticia y la pobreza, de la violencia y el poder. Esa fidelidad, llevada hasta el final, es la que le hizo vivir con sentido, sabiendo que su Padre Dios era siempre el centro que unificaba su vida. Y porque supo vivir con sentido, supo también dar un sentido a su muerte.

Presentar esta imagen de Jesús, frente a imágenes más oscuras y anticuadas, puede ser una experiencia de liberación para el mayor. Porque entonces se puede leer la propia historia en clave de *salvación*; porque quien tiene a Dios como centro de su vida será siempre pecador, pero siempre perdonado, liberado de culpabilidades que bloquean, de temores y sentimientos de fracaso; porque en el balance de la vida aparecerá siempre el Dios Amor.

En esta clave, pues, los agentes de pastoral, voluntarios y profesionales creyentes, tenemos el compromiso de transmitir la

paz y el perdón de Dios, el amor que ayuda a hacer una lectura positiva del pasado, la ancianidad como la culminación de la existencia, y a Cristo como el centro que unifica e integra a toda la persona y dota de sentido a la vida, al sufrimiento y a la muerte.

* * *

MATERIALES DE TRABAJO

Para la reflexión

- ¿Soy yo alguien que utiliza frases de falso consuelo cuando el anciano me muestra sus heridas? ¿No sería mejor acompañar al mayor en sus sentimientos, respetando y empatizando con lo que la persona expresa?
- ¿Creo de verdad que en todos los ancianos, aun en los más deteriorados, hay zonas positivas que puedo preservar? ¿Cuáles serían esas zonas?

¿Soy yo alguien capaz de integrar lo negativo de mi vida? ¿Soy capaz de integrar mis frustraciones y mis miedos y valorar lo bueno que poseo? Pensemos que nadie puede dar lo que no tiene, y el acompañante del anciano proyectará sobre él su manera de verse a sí mismo.

Lo inmediato y la noche

La abundancia de luz nos regala lo inmediato. Es nuestro este árbol, este pájaro, esta flor. Nuestra mirada se aquerencia en lo que está cerca, en lo que nos rodea. Nos quedamos quietos en medio de nuestra jaula de cosas, y todo viene hasta nosotros traído por esa luz que abunda. Los colores, las formas, el movimiento: todo llega hasta nosotros, como llega el alimento hasta el enjaulado que termina por creerse el centro de todo cuanto existe.

La jaula de la luz abundante puede amputar en nosotros la capacidad de volar. Y el que es incapaz de volar termina reduciendo la realidad a su pequeña realidad. Todas esas cosas que él cree poseer, y que en realidad lo poseen a él, pueden terminar por convertirse para él en lo único que existe, o en lo único que vale la pena pensar que existe. Terminará así por olvidar que en su misma tierra existen desiertos y ríos, montañas con nieve y selvas con pájaros en libertad. Terminará por no importarle que existan océanos y hombres que los navegan. Aunque sepa que existen otros mundos más allá de su propio planeta, esos mundos no le interesan para nada, y piensa que nada tiene que aportarle a su vida de jaula en su pequeña geografía satisfecha.

y es entonces cuando viene la noche. La noche que nos empobrece radicalmente. Que al quitamos la luz nos arrebatamos todo lo inmediato. La noche que desenjaula en nuestro interior todos esos viejos miedos; que nos hace sentir pobres y desprotegidos. Que nos vuelve a hacer sentir la necesidad de creer en el ángel de la guarda. En que nuestro niño se despierta y vuelve a buscar refugio en su madre.

y la noche, al quitamos con la luz la presencia de lo inmediato, vuelve a encender allá arriba, muy lejos, la luz de las estrellas inmensas.

Porque las estrellas necesitan de la oscuridad para poder brillar. O tal vez no sean las estrellas las que necesitan de la oscuridad. En realidad somos nosotros los que necesitamos ser liberados de nuestra pequeña jaula luminosa, para así poder ver esos inmensos y lejanos astros que estaban allí, brillando, desde siempre. Porque al arrebatamos lo inmediato, la oscuridad nos capacita para ver lo real que brilla mucho más lejos. Nos ensancha el horizonte a las dimensiones del universo. Obliga al hombre a emprender el vuelo. La presencia de las estrellas en la noche ha permitido a los hombres largarse mar adentro, hacerse navegantes.

Cuando la oscuridad de un hombre se preña con una estrella, su noche mala se convierte en Noche Buena. La oscuridad nos da la oportunidad del silencio y nos capacita

para la búsqueda. Nos obliga a ir hombre adentro y nos invita a adentrarnos en el mar. Hay estrellas inalcanzables que regalaron a ciertos navegantes audaces nuevos continentes. Eran hombres con capacidad de largarse al mar, mineros de la noche con la sola luz de una estrella.

Lo fecundo de la noche no está en que nos libere de las cosas inmediatas, sino en que libera en nosotros la capacidad de ver más allá de lo inmediato. Nos obliga a ver lo exigente más allá de lo útil. Nos hace superar la necesidad y nos hace crecer hasta el deseo. Por eso nos capacita para la renuncia.

A veces no podemos luchar contra la oscuridad. El dolor, el sufrimiento, la debilidad... son cosas a combatir. El sufrimiento y los achaques de los años no son buenos. Pero en medio de esa situación podemos hacer que el dolor y la tristeza sean fecundos, sólo si nos capacitan para volar.

- Reflexionar sobre las luces y sombras que apreciamos en los mayores con quienes estamos en contacto. ¿Es posible vivir en la oscuridad con sentido? ¿Se puede vivir sin ver nada?
- ¿Cuáles son las estrellas que pueden encontrar nuestros temores en la oscuridad? ¿Podemos nosotros cumplir la función de estrella para ellos?

La oferta del Diablo

Se cuenta que el Diablo decidió hacer una venta de su garage, y sacando todas sus mejores herramientas de falsedad y muerte les puso precio y las colocó delante de su casa. Cada una estaba marcada según su valor.

Allí había odio, envidia y celos, todo ello con el cartel de «Se vende».

Así como engaño, lujuria, mentira y orgullo, con sus correspondientes etiquetas en las que figuraba el precio.

Pero sola por encima de las demás, completamente separada de las otras herramientas, había una de aspecto corriente, sin pretensiones. Se hallaba bastante gastada; mejor dicho:

era la que más gastada estaba de todos aquellos utensilios y, sin embargo, tenía el precio más alto.

Un cliente se acercó y comenzó a ojear las herramientas. Luego tomó aquella a la que nos referimos y le preguntó al diablo:

– Dígame, ¿cómo se llama esta herramienta?

- ¡Ah, ésta es mi favorita! -contestó en tono astuto y burlón-. Se llama «desaliento».

- ¿Se puede negociar ese precio tan alto?

- Rotundamente, no. Esta herramienta es más poderosa que ninguna otra de las que tengo. Cuando aplico el desaliento sobre una persona, puedo utilizarlo como palanca para abrir su corazón, y luego emplear el resto de mis utensilios. Es la herramienta clave, la más estratégica, y por eso se vende a un precio muy elevado.

- Cuando has sentido el desaliento en tu vida, ¿qué recursos has utilizado para salir de esa situación? Puedes recordar personas, cosas, procesos que te han servido para superar el desaliento.
- ¿Cómo puedes tú, desde tu experiencia personal, contribuir a alentar a los ancianos desalentados?

Una conversación con José Luis

José Luis ingresó en la Residencia hace 4 años. Sus dos hijos, con los que mantiene una buena relación, venían mucho a verle al principio. Con el tiempo, ya sólo vienen un par de domingos al mes. Una voluntaria mantiene con él la siguiente conversación:

JLI A mí lo que me traiciona es el pensamiento (*con la mirada perdida en el infinito*).

VI No te entiendo.

JL2 Sí, sí, el poder pensar, el tener la cabeza en su sitio. Si, por lo menos, no me enterase de nada...

V2 Bueno, José Luis, pero mejor es tener la cabeza en su sitio, como dices tú, ¿no?

JL3 No sé, no sé yo. A veces, darte cuenta de lo que te pasa es muy duro...

V3 Sí, claro, es duro...

JL4 Son ya muchos años, y me han pasado muchas cosas malas en la vida últimamente. Desde que me caí y me operaron de la cadera, ya no soy el mismo (*en silencio, con rictus de tristeza*).

V4 Ya, eso fue difícil para ti.

JL5 Muy difícil. Al principio, lo de la silla de ruedas. Ahora, con el andador me apaño bien para caminar. Pero, fíjate, aunque puedo caminar, no sé adónde ir.

V5 ¡Hombre, José Luis, no digas eso! Puedes ir a muchos sitios. En la Residencia puedes dar paseos por el jardín, ir a la cafetería, a los talleres...

JL6 Ya, ya lo sé. Pero adonde yo quiero ir es a mi casa, poder bajar al bar a echar la partida con los amigos, sentarme a la puerta de mi casa. Y lo que yo quisiera es que mi mujer estuviera viva. Si ella viviera, todo sería distinto...

V6 No le des más vueltas a lo de tu mujer. Además, es verdad que hay cosas que no puedes hacer, pero aquí puedes hacer otras cosas que te entretengan.

JL7 ¿Otras cosas?

V7 Sí.

JL8 Mira, me he pasado un mes haciendo un cesto de mimbre en el taller.

V8 Muy bien, así te mantienes ocupado.

JL9 Pero a mí me da igual estar ocupado. Yo no necesito que me entretengan; yo lo que quiero es hacer lo que me dé la gana, como cualquier hijo de vecino. ¿Crees que me siento bien haciendo cestos de mimbre? ¿Para qué quiero yo un cesto de mimbre? Si al menos vinieran a visitarme mis hijos y mis nietos más a menudo...

V9 José Luis, aunque no venga tu familia a verte, aquí estamos los voluntarios para hacerte compañía...

JL10 Yo os aprecio mucho, pero me gustaría que vinieran un par de veces por semana mis hijos, como antes. Ya nada es como antes. Además, tal vez sea mejor. Para que me vean así...

V10 ¡Pero si estás estupendo, José Luis! Fíjate, si no, en muchos compañeros de la Residencia que ya han perdido la cabeza o que no pueden ni moverse.

JL11 Sí, pero ellos no saben lo que yo estoy pasando. Además, con esto de ir perdiendo vista, tengo miedo de quedarme ciego.

V11 Ya verás como lo de la vista irá mejor.

JL12 Yo aunque estuviera ciego, si estuviera en mi casa, con mis cosas, mi radio, mis vecinos, mi gato...

V12 Convéncete, José Luis: como en la Residencia no estarás en ningún sitio...

JL13 Pues yo echo de menos a mi gente, ¿qué quieres que te diga...¿

- Leer la conversación y detectar las pérdidas vitales que José Luis ha ido experimentando. ¿Qué hay detrás de las quejas de José Luis? Hacer una lista de las pérdidas que José Luis ha ido acumulando en su vida.
- ¿Está percibiendo la voluntaria el significado de las pérdidas de José Luis? ¿Escucha de verdad el significado de las mismas? ¿Hay en ella verdadera empatía? Valorar el estilo relacional de la voluntaria.

6

La experiencia de Dios en el mayor: sentido, esperanza y reconciliación

La persona mayor que, en efecto, tiene a Cristo como centro, posee una *dimensión religiosa* que debemos cuidar. Dentro del amplio concepto de salud que manejamos, la experiencia personal de Dios puede ser enormemente sanante en situaciones de crisis, como es el envejecer, el enfermar o el afrontar la muerte. Entramos en el terreno del acompañamiento religioso.

El acompañamiento religioso

El objetivo del acompañamiento es la expresión y vivencia de la fe del mayor en orden a que su experiencia religiosa fomente en él actitudes positivas y saludables ante las pérdidas, el dolor o la muerte. Si Dios habita en el fondo de la persona, el camino que se recorre es el de sacar lo mejor de cada uno. La vida de fe no garantiza no sufrir, ni fomenta la resignación, ni escapa del sufrimiento pensando en un más allá, sino que ayuda al anciano a vivir su situación con otro talante, a mirarse a sí mismo, la vida y la muerte con otros ojos.

¿Qué actitudes positivas podemos fomentar en el mayor desde la experiencia de Dios? En primer lugar, como ya se ha dicho, un horizonte de sentido desde el que interpretar la propia vida. En segundo lugar, una serie de actitudes que en sí mismas son «salutogénicas», es decir, generan salud. Hablaremos de sentido, de esperanza y de reconciliación como las tres actitudes básicas que la experiencia religiosa puede generar. Tres actitudes que ayudan a vivir sanamente la vejez.

Experiencia de Dios y sentido

La experiencia de Dios es la respuesta a la pregunta por el *sentido* de la vida. La fe en el Dios de Jesús confonra más o menos la existencia de la persona; desde la fe se mantienen determinadas actitudes que son positivas, porque hacen que la persona camine hacia el horizonte de integración del que hablábamos más arriba. Cuando nos encontramos con un anciano creyente, hay que mimar y acompañar su experiencia creyente, porque desde ahí puede dar sentido a la última etapa de su existencia, al sufrimiento y a la muerte.

Por eso, si bien todo profesional debe detectar y manejar las necesidades espirituales, es conveniente que sea un agente de pastoral quien acompañe al anciano en su vivencia religiosa. En el caso de otro profesional creyente, conviene que sienta la responsabilidad de sintonizar con las expresiones religiosas del anciano, hablando un mismo lenguaje. Se convierte así en un gerocultor-acompañante o trabajador social-acompañante, capaz de acompañar al mayor también en su dimensión religiosa; es imprescindible estar en la misma onda que emite la otra persona, compartir la experiencia de una misma fe, aunque vivida de manera distinta por cada uno.

En situaciones difíciles de la vida se agradece enonamente encontrar a alguien que sintonice con la experiencia de uno, que comprenda, acoja y contraste una misma fe en un mismo Dios. Y aquí es exigible al agente de pastoral, profesional o voluntario, una gran dosis de autenticidad, un *diálogo de fe* en el que ambos interlocutores «pongan en el asador» su propia vivencia, la contrasten y se interpeleen mutuamente; por eso, al hablar del perfil del agente de pastoral, hablaremos de la competencia espiritual. Competencia que se extiende a aquellos profesionales creyentes que se implican en el intercambio de fe con el anciano.

Cuando dos personas -en nuestro caso, el agente de pastoral y el anciano- establecen un intercambio de su experiencia de Dios, es inevitable hallar en ese encuentro la presencia de Cristo. De alguna manera, Dios se hace siempre presente allí donde dos o más personas se juntan para rezar, compartir experiencias o

sufrimientos. El agente de pastoral puede convertir un encuentro de dos personas en un encuentro «a tres»; al fin y al cabo, desde la fe cristiana, es el Espíritu de Jesús el que nos impulsa, el que nos mueve por dentro, el que nos sana, el que nos interpela... y hay que saber reconocerlo en el camino.

Experiencia de Dios y esperanza

«Esperanza» no equivale a «optimismo»; hablábamos más arriba del realismo esperanzado. No es bueno cerrar los ojos ante la realidad de la soledad del anciano, de sus achaques y enfermedades, de la proximidad de la muerte... Es conveniente mirar con él la realidad cara a cara, tal como es. Pero hay maneras y maneras de mirar. Y nuestra mirada debe ser una mirada esperanzada.

Los no creyentes pueden pensar que la esperanza en un más allá tras la muerte, en una vida después de la vida terrena, en un cielo prometido, actúa como bálsamo para el cristiano. Digamos que pueden verlo como un mecanismo que el hombre necesita y se ha inventado porque no es capaz de aceptar que la muerte y el sufrimiento tengan algún sentido. Es cierto que la esperanza en la resurrección forma parte de la experiencia cristiana. Pero no podemos quedarnos ahí. Nos referimos a una esperanza más honda que la del cielo tras la muerte, más profunda que las pequeñas esperanzas cotidianas de la vida.

Nos situamos, como decíamos en el primer capítulo, en la fe en Dios como confianza en Alguien a quien se ama y por quien uno se siente amado.

La esperanza es un tono vital, un talante, una forma de ver la vida. Siempre se espera algo. Se contrapone a la angustia vital o al sin-sentido. Vivir es esperar. Saber que algo nos espera cada día, soñar, construir el futuro. La esperanza es, pues, necesaria para todo hombre. Toda persona, creyente o no, se debate entre la aspiración a lo ilimitado, a la plenitud, a la felicidad y la realidad de su propia limitación, su fragilidad, sus fracasos y, al final, su muerte. Es la tensión que nos hace vivir. Y esa tensión la mueve la esperanza. También entre los ancianos hemos encontrado esa tensión.

Para el cristiano, el fundamento de la esperanza es Cristo. Se espera por Cristo, con Cristo y en Cristo. Es una de las tres «virtudes» clásicas del cristiano: fe, esperanza y caridad, como bien aprendieron nuestros mayores en el catecismo. Y ciertamente la esperanza es central en el mensaje cristiano. Pero no consiste en una espera pasiva o resignada de «lo que venga» –la muerte, el dolor...–, sino en una actitud activa.

Se proyecta en el futuro, pero se vive en el presente y se alimenta del pasado. El agente de pastoral acompaña al mayor a leer en su pasado la presencia de Dios, que le ha ido saliendo al paso comunicándole salud, salvación. Constatamos cómo el reconocer que Dios ha estado presente en la biografía del anciano genera la seguridad de que lo está en el presente y la confianza en que lo estará en el futuro, pase lo que pase. No se trata tanto de pedir al anciano fidelidad a Dios aun en el sufrimiento, sino de descubrir con él la fidelidad que Dios le tiene a la persona. Es Dios, como en Jesús, quien es fiel, quien no defrauda, quien cumple su promesa y su alianza de amor con cada hombre. La fuerza del amor es tan grande que nos desborda y nos mantiene vivos en la esperanza. Cuando un anciano vive la esperanza en esa clave, está dispuesto a leer los aspectos positivos en su vida, aun en situaciones de gran vulnerabilidad.

De la esperanza cristiana se derivan las siguientes actitudes:

- *Confianza*: en Dios, en sus promesas, en su fidelidad, en su amor para Siempre.
- *Expectación*: se espera la llegada de Alguien a quien ya se conoce, a quien ya se ama, que trae salud, salvación, liberación a los males del hombre.
- *Paciencia*: la esperanza no quita el sufrimiento, el dolor o el miedo; no es algo mágico que venza sobre el poder del mal. Pero sí genera paciencia... y conciencia de que los tiempos de Dios no son nuestros tiempos. «Paciencia» no equivale a resignación fatalista, a espera pasiva. Es la actitud de Santa Teresa: «Nada te turbe...; quien a Dios tiene, nada le falta».

- *Compromiso*: de adoptar actitudes positivas posibles. Sólo quien lucha por lo posible puede intuir la esperanza de lo que todavía no es posible.

Experiencia de Dios y reconciliación

Hablamos de la vejez desde un punto de vista *histórico-biográfico*. Es sumamente importante para quienes nos acercamos a los ancianos hacemos cargo del peso de la *biografía* en las personas, las cuales nos cuentan sus ilusiones y frustraciones, recuerdan cuándo se casaron, cómo crecieron los hijos... Es fundamental para nosotros entrar en la dinámica de la biografía del otro. Cuando un mayor me está hablando de su pasado, me está contando su biografía. No está transmitiéndome un conjunto de acontecimientos acaecidos en un tiempo pasado, sino que está revelándome su más profunda identidad, lo que a lo largo de su vida le ha hecho ser lo que es.

La biografía de la persona mayor constituye el núcleo básico de su *identidad*. Su manera de decirme *quién es* consiste en contarme lo que ha venido siendo. Y no excluimos el futuro ni el presente. Pero, sobre todo en el anciano, el *quién soy* y el *quién seré* tienen una referencia clave en el *quién he sido* hasta hoy.

La vejez cambia el punto de vista desde el que se contempla la vida. Cuando una persona joven se sitúa en actitud de escucha ante un anciano, puede tener una cierta sensación de que éste se encuentra en otra onda, en otro nivel; de que, en cierto sentido, habla *desde arriba*. La experiencia vivida confiere al anciano una autoridad moral especial. La existencia vista desde su tramo final adquiere connotaciones diferentes.

Podemos topar con la serenidad de quien hace balance y valora lo positivo, de quien integra su pasado para definir su identidad. En otros ancianos predomina la melancolía, la amargura del tiempo perdido, la culpa por lo que han hecho mal... Ambas actitudes son extremas y -es importante decirlo- son igualmente dignas de consideración. Lo que les concede *un plus de autoridad* es la perspectiva en el tiempo desde la que se habla

y la densidad de la experiencia vivida, no el que se viva la vejez como ocasión de crecimiento de manera armoniosa, como si, pasado el tiempo, la persona se subiera a un pedestal, mirara su vida y afrontara con serenidad y sentido la globalidad de su existencia pasada y la tranquilidad de la muerte que viene. Puede ser también –y así lo hemos constatado– que el anciano lea su existencia en clave de frustración, de dolor, de balance negativo, de pérdidas irreparables, de heridas no cerradas...; escuchamos entonces las quejas, los lamentos por «*lo que pudo haber sido y no fue*», la oscuridad, el sinsentido, la culpa o la desesperanza.

Aquellos mayores que son y han sido «*católicos practicantes*» nos hablan a menudo de su experiencia de fe en clave pasada. «*Yo siempre fui muy devota de la Virgen...*»; «*yo he ido a misa todos los domingos...*»; «*el día más importante de mi vida fue cuando hice mi primera comunión*»... Entonces tenemos la ocasión de convertir la narración en evocación del paso de Dios por sus vidas. La intensidad de las experiencias religiosas vividas puede entrar en juego iluminando el pasado, de manera que se vean más en él las luces que las sombras; así, el mayor podrá reconocerse en lo bueno que ha hecho en la vida y reconciliarse, perdonarse a sí mismo, porque se siente perdonado por Dios en aquello que ha sido o es un lastre de culpa o pecado que ha ido cuajando en su interior.

Por eso, el que es capaz en su ancianidad de narrar su historia con Dios como relato agradecido, está en condiciones de afrontar la crisis de identidad con garantía de éxito. Es labor de quienes acompañamos a los mayores invitar al relato de la experiencia de Dios, escuchar la historia. Es una narración sanante, liberadora, que genera en el anciano una experiencia de sentido a medida que va verbalizando su vida con Dios.

Es una hermosa tarea conducir a los mayores a que su evocación se tome acción de gracias, genere gratitud por la experiencia vivida. El relato de la experiencia de Dios hace que el creyente se vaya incorporando al dinamismo de esa historia que narra. Y poco a poco se va iluminando el camino, la luz de un Dios Amor y un Dios Perdón va prevaleciendo. Lo importante no es que el anciano se sienta «*un santo*», obvие el mal que ha

hecho. No. Lo importante es que, desde la relación con Dios, aunque se sienta pecador, se sienta también siempre perdonado.

Quienes nos situamos «al otro lado» de los que envejecen vamos devolviendo al mayor la imagen de quién es él. Los conceptos básicos de dignidad, respeto y amor deben basar nuestras relaciones con ellos. Nuestra presencia debe mandar el mensaje «*tú eres digno de respeto*» (aunque tus hijos no vengan a visitarte), «*tú eres digno de amor*» (y la prueba está en que yo te quiero).

Reconocer no sólo lo que el anciano *hace y ha hecho* (desde lo elaborado en un taller de la Residencia hasta la educación de sus hijos, o una vida dedicada a la familia o al trabajo), sino lo que el anciano *es y ha sido* (persona digna de respeto, de amor, de acogida incondicional), es una necesidad básica del mayor. Y, además, es la única posibilidad de proyectar el ser y el hacer en el futuro. Sólo desde el reconocimiento pasado y actual tiene sentido hablar de metas futuras. «*Atamos el ayer al mañana con eslabones de ansia, y no es el ahora, en rigor, otra cosa que el esfuerzo del antes por hacerse porvenir*» (Unamuno).

Desde el punto de vista cristiano, abordamos las sucesivas dependencias a que se ve sometido el mayor desde la consideración del ser sobre el hacer. El evangelio y la práctica de la Iglesia han considerado siempre la inalienable dignidad de la persona por el mero hecho de ser. La vida humana, por ser hijos de Dios, está investida de una dignidad en sí misma que no tiene relación con lo que la persona hace o tiene.

Nuestra vida está dominada por las prisas, la agitación y, no rara vez, por las neurosis; es una vida desordenada que olvida los interrogantes fundamentales sobre la vocación, la *dignidad* y el destino del hombre. La tercera edad es, además, la edad de la sencillez y la contemplación. Los valores afectivos, morales y religiosos que viven los ancianos constituyen un recurso indispensable para el equilibrio de las sociedades, de las familias, de las personas. Dichos valores abarcan desde el sentido de responsabilidad hasta la amistad, la no-búsqueda del poder, la prudencia en los juicios, la paciencia, la sabiduría; desde la interioridad hasta el respeto por la Creación y la edificación de la paz. El

anciano percibe muy bien la *superioridad del «ser» con respecto al «hacer» y al «tener»* («La dignidad del anciano y su misión en la Iglesia y en el mundo»: Pontificio Consejo para los Laicos, 1999).

Sanar las imágenes de Dios

Dado que nadie ha visto a Dios, cada persona tiene una imagen de Dios determinada, basada en la educación recibida y, sobre todo, en la propia experiencia de relación con ese Dios. En los ancianos con quienes hemos dialogado aparecen imágenes muy distintas de un mismo Dios. A riesgo de simplificar, hemos encontrado, básicamente, dos imágenes:

- La del *Dios justiciero*, que envía castigos, pruebas y sufrimientos para poner a prueba al hombre a lo largo de su vida. Un Dios juez que examina constantemente el comportamiento del hombre, a fin de recompensar con la salvación eterna a los buenos y castigar con la condenación eterna a los malos. Esta imagen de Dios genera angustia, falta de libertad. No se hace el bien como un valor en sí, sino para ganarse a Dios. Un Juez queda siempre más distante que un Padre. Y, en último término, siempre quedará en todo hombre un grado de oscuridad, de pecado, con el que debe aprender a vivir.
- Por otro lado, la imagen del Dios Padre, el *Dios Amor* del que ya hemos hablado, abre a la persona a una gran libertad y la dota de dignidad, confianza y fe en sí misma. Es un Dios cercano, accesible. El agente de pastoral puede ser, en cierto modo, un *punte* entre ese Dios siempre dispuesto a perdonar y el anciano en busca de la reconciliación para cerrar su ciclo vital.

La *culpa* es uno de los huéspedes más destructivos que pueden alojarse en nuestro corazón. Detrás de un anciano que se siente pecador, que se atormenta por el mal que hizo o por el bien que dejó de hacer, suele haber una imagen distorsionada de Dios.

El Dios Amor y el Dios Perdón ha dejado paso a un Dios exigente, que pide sufrimientos, que castiga el pecado, que atormenta la conciencia de la persona. Tarea del acompañante es ir pasando de ese Dios justiciero («*Dios me manda el sufrimiento: algo habré hecho maL*») al Dios misericordioso que todo lo perdona, que acoge a la persona tal como es. Es el Dios del Evangelio, que conviene que se lo desvelemos al mayor a partir de nuestra propia experiencia de limitación y pecado, pero también de perdón y amor sin fin de nuestro Dios.

En todo caso, el objetivo es decir adiós a la vida reconciliado consigo mismo, con la familia y con Dios. Cerrar el itinerario vital con paz interior, perdonando y sintiéndose perdonado.

La educación recibida en el pasado por nuestros mayores, hacía tal vez demasiado hincapié en el pecado, la redención, los méritos... El hombre, para ganarse el favor de Dios, debía «hacer méritos», ganarse la vida eterna gracias a sus buenas obras. Porque las malas obras conducían, sin remisión, a la condenación eterna. Demasiado énfasis en los castigos divinos que podían caer sobre ellos, demasiado hablar de premios y castigos, de cielo e infierno.

Sin embargo, la teología y la vida de la Iglesia han evolucionado hacia el reconocimiento de una de las grandes verdades del cristianismo: Dios no tiene necesidad de nuestros méritos, la salvación es regalo de Dios para todos los hombres. Jesús de Nazaret trae la Buena Noticia del amor incondicional de Dios a todo hombre. Sin condiciones. San Pablo, el primer seguidor de Jesús que escribió su experiencia sin haberle conocido en persona, dice que «*el Mesías nos rescató de la maldición de la moral*» (Ga13,28).

El amor incondicional de Dios a todos los hombres nos devuelve la dignidad sagrada de cada persona. Es la base, en clave cristiana, de la igual dignidad de todos los hombres, no condicionada a sus obras. Jesús muestra un rostro de Dios «*que hace salir el sol sobre justos e injustos*». Así, todo hombre puede vivir con la confianza básica del amor incondicional de Dios.

Las buenas obras, la moral, el comportarse según el evangelio... no son una exigencia moral, algo que haya que hacer para

ganarse a Dios; son actitudes que brotan de la persona como respuesta a esa experiencia de saberse amado por Dios.

Entonces, la reconciliación del anciano al final de sus días no consiste en poner en una balanza el bien y el mal que se ha hecho y sacar el resultado: si priman las buenas obras, el anciano sabe que tras la muerte le espera el cielo; si se fija en el mal que ha hecho, no le quedará sino la angustia, el miedo y la incertidumbre de si será al final condenado por Dios al castigo eterno del infierno.

Miedo, culpa, angustia, amargura: son las actitudes que inspira el Dios exigente. No. La reconciliación final sobre el telón de fondo del Dios Amor incondicional genera actitudes bien distintas. La balanza bien-mal pasa a ser irrelevante. Lo importante es la experiencia del Amor de Dios, que sobrepasa a la persona, más aún en la debilidad de la ancianidad.

La confianza en la mirada tierna de Dios que reconcilia al hombre llena a éste de sentido, y la actitud fundamental que brota del corazón es la de reconocimiento y gratitud a ese Dios que le ha acompañado a lo largo de su vida y le promete seguir a su lado. Genera perdón, paz, serenidad. No quita un ápice del dolor o sufrimiento de la enfermedad, pero sí trae la buena noticia de que, por encima de todo, Dios le reconoce siempre la dignidad de persona por ser hijo de Dios.

Y entonces se puede mirar hacia atrás, no con una mirada que juzga, sino con una mirada que libera; que la reconciliación con la vida sea un reconocer la presencia de Dios a lo largo de sus años: cuando fue justo y cuando fue injusto, cuando hizo el bien y cuando hizo el mal, cuando se sintió cerca de Dios y cuando se sintió lejos... Porque, al final, el perdón sin límite de Dios hace que el mayor se sienta perdonado y capaz de reconciliarse con lo mejor y lo peor de su historia; y genera, además, actitudes de perdón y misericordia para con las personas que le rodean y con las que han compartido su historia.

He ahí un reto para quienes acompañamos al mayor: pasar con él, del Dios inflexible que exige sacrificios, que genera culpa y miedo, al Dios amor que comunica perdón y genera gratitud y reconciliación.

Dios siempre escucha

El padre José era un hombre de Dios. Había sido secuestrado por Dios de entre los hombres, para ser puesto al servicio de los hombres en las cosas que se refieren a Dios.

Como tal, dedicaba la jornada entera a su tarea de pastorear el rebaño que Nuestro Señor le había confiado. Y por la noche, cansado, se retiraba a rezar un rato antes de irse a descansar en su cama.

Pero a veces sucedía que el sueño se le adelantaba y lo sorprendía con su libro de rezos en las manos. Dicho sin ambages: se quedaba profundamente dormido mientras rezaba su breviario.

y esto fue justamente lo que le sucedió aquella tarde, tras la tormenta que se había llevado una parte del tejado de su iglesia. Lo peor era que sabía que ni él ni sus pobres feligreses tendrían demasiadas posibilidades de conseguir los medios para reparar el tejado rápidamente. El sueño lo sorprendió mientras rezaba aquel versículo de un salmo que afirma: «Mil años en tu presencia son como un ayer que pasó; como el sueño de una noche».

y con esta frase se encontró soñando en la mismísima presencia de Dios Padre. Y como tenía la conciencia limpia, no tuvo miedo de dirigirle con confianza una pregunta filial, aunque en el fondo quizá un poco interesada:

- Señor Dios ¿es cierto que mil años en tu presencia, son como un ayer que pasó?

- Sí -le respondió el Padre-; así es. Mil años para vosotros son para mí como un segundo.

- Entonces -prosiguió el padre José-, mil euros de los nuestros deberían ser para Ti como un céntimo, ¿no?

- Exactamente -le contestó Dios-, ¡cómo un céntimo!

- ¡Señor Dios -se animó a pedir el buen cura-, ¿no me darías un céntimo de los tuyos?

- ¿Cómo no? -le dijo Dios-; ¡espérame un segundo!

Las medidas de Dios son distintas de las nuestras, lo mismo que sus tiempos.

- Reflexionar sobre lo difícil que resulta leer nuestra propia historia en los tiempos y sus medidas. Lo importante es liberarnos de nuestro mezquino esquema de lo bueno y lo malo, el bien y el pecado, la salvación y la condenación... Al final, es sano transmitir que estamos en manos de Dios, que es más grande que todas nuestras concepciones. Debemos transmitir la imagen de un Dios que está por encima de nuestros conceptos y nos espera con cariño, al final de nuestro camino.

El alpinista

Cuentan que un alpinista, desesperado por conquistar el Aconcagua inició su travesía después de años de preparación; pero quería la gloria para él solo, por lo que subió sin compañeros. Empezó a escalar y se le fue haciendo cada vez más tarde, y no se preparó para acampar, sino que decidió seguir subiendo, decidido a llegar a la cima.

Oscureció. La noche cayó pesadamente en la altura de la montaña, y ya no era posible ver absolutamente nada. Todo era negro, visibilidad cero; no había luna, y las estrellas estaban cubiertas por las nubes. Subiendo por un acantilado, a sólo cien metros de la cima resbaló y se desplomó... Caía a una velocidad vertiginosa, y sólo podía ver veloces manchas cada vez más oscuras que pasaban en la misma oscuridad y la terrible sensación de ser succionado por la gravedad.

Seguía cayendo... Y en esos angustiosos momentos pasaron por su mente todos sus gratos y no tan gratos momentos. De repente sintió un tirón tan fuerte que casi lo parte en dos... ¡Sí!, como todo alpinista experimentado, había clavado estacas de seguridad con candados a una larguísima soga que lo amarraba de la cintura.

En esos momentos de quietud, suspendido por los aires, no le quedó más que gritar:

- ¡Ayúdame Dios mío!

De repente, una voz grave y profunda de los cielos le contesto:

- ¿Qué quieres que haga hijo mío?

- ¡Sálvame Dios mío!

- ¿Realmente crees que te puedo salvar?

- Por supuesto, Señor, lo creo.

- Entonces, corta la cuerda que te sostiene...

Hubo un momento de silencio y quietud. El hombre se aferró más a la cuerda y reflexionó...

Cuenta el equipo de rescate que al otro día encontraron colgado a un alpinista congelado, muerto, agarrado con fuerza con las manos a una cuerda... a tan sólo dos metros del suelo.

- Pensemos en la esperanza que estamos fomentando en nuestros mayores, que no es otra que la que nosotros estamos viviendo. Con muchos años a cuestas, ellos pueden relativizar las pequeñas esperanzas de cada día y ponerse en manos de Dios. Porque, a menudo, las pérdidas provocan sensación de pobreza y debilidad, lo que puede facilitar la experiencia de estar en manos de Dios y abandonarse por completo a Él, sin cálculos.

Pedro: la culpa

Pedro ha sido un hombre de pueblo, con fama de bebedor y algo mujeriego. En el pueblo dicen que no trataba bien a su mujer, y lo cierto es que a veces no les falta razón a quienes lo dicen. Malos tratos psíquicos y físicos (exigencias, gritos, humillaciones en público...). Los dos ingresaron en la Residencia, donde él se fue volviendo más sensible al deterioro de su mujer y la acompañó y cuidó hasta el final. El día en que su mujer falleció, él no se encontraba en la habitación. No se lo perdona a sí mismo... Habla con una religiosa que le cuida:

- PI** Es que no sé por qué la dejé sola cuando se murió. Me bajé a dar un paseo y cuando subí a la habitación... (*llora*) se había muerto, y yo no estaba con ella...
- RI** Yo creo, Pedro, que hiciste todo lo que pudiste.
- P2** ¡No, no! ¡Yo tenía que haber estado allí!
- R2** La querías mucho, ¿verdad?
- P3** Sí, mucho (*largo silencio*). Aunque no se lo demostré...
- R3** ¿Qué quieres decir? La cuidaste muy bien hasta el final. Yo te veía cuidarla con mucho cariño cuando estuvo en cama...
- P4** Sí, lo que pude. Pero es que antes...
- R4** ¿Qué pasaba antes?
- P5** No sé. Yo no iba a Misa ni nada.
- R5** Pero ahora sí que vas, ¿no?
- P6** Sí, desde que ella se puso mala, hace tres años, empecé a ir con ella a Misa todos los domingos y ya entendía las cosas de la Iglesia.
- R6** Eso es bueno, ¿no, Pedro?
- P7** Sí, sí. Pero es que antes yo no me portaba como un cristiano con mi mujer.
- R7** Ya. Desde que se puso enferma, cambió tu relación con ella, ¿verdad?
- P8** Sí, porque empecé a darme cuenta de que se iba a morir, que me iba a quedar solo. Y solo... ¿qué vaya hacer yo? Por eso empecé a ir a Misa y a rezar a Dios para que se pusiera buena... Pero, ya ves, ahora ya estoy solo...
- R8** Rezaste mucho, ¿verdad?
- P9** Sí, cada día le pedía a Dios que curase a mi mujer. Cada día se lo pedía, y le pedía también perdón por haberme portado mal con ella...
- R9** ¿Te portabas mal con ella?
- PIO** Sí, no la trataba bien. ¿Sabes? A veces le gritaba, le mandaba que me hiciera las cosas, me enfadaba cuando no hacía bien las cosas (*silencio*). Llegué a pegarla. Y eso es un pecado muy gordo. Todavía me pesa. Y, encima, no pude estar a su lado cuando se murió... (*llora*). Me guardaba yo siempre el dinero para gastármelo en el bar, y a ella no le

daba casi nada. Le mentía, le decía que no tenía dinero; y era para gastármelo yo.

RIO Ya, y ahora ves que eso no estaba bien...

P11 Sí, por eso rezaba tanto y me confesaba de esos pecados. He sido tan malo con ella... (*llora amargamente*).

R11 Vamos Pedro, lo importante es que Dios te ha perdonado y que has sabido rectificar a tiempo.

P12 No, no me ha perdonado.

R12 ¿Por qué dices que no te ha perdonado? Has reconocido que has hecho mal, le has pedido perdón. Dios te perdona, Pedro...

P13 No sé. El cura dice que él me perdona; pero Dios... no sé. Si es verdad que al final habrá **un** juicio, yo sé dónde voy a estar. Estaré con los condenados. Y mi mujer, en el cielo. Ya no la volveré a ver más. Y no pude despedirme de ella en el momento en que murió...

- ¿Qué imagen de Dios tiene Pedro? Ponle adjetivos al Dios de Pedro.
- ¿Cómo actúa la religiosa con él? ¿Mejorarías en algo sus intervenciones? ¿Qué mensaje le mandarías a Pedro?
- Lo que le pasa a Pedro no es que Dios no le haya perdonado; es él quien no se ha perdonado a sí mismo y siente una culpa y una vergüenza que proyecta en su mundo religioso. ¿Ante quién se siente culpable? Ante Dios, diría él. Pero se siente culpable ante sí mismo. Probablemente, acompañar a Pedro a descubrir a **un** Dios que todo lo perdona y que está dispuesto a reconciliarse con todos, por graves que sean los males cometidos, puede ser una bonita tarea.

Para la reflexión

Todos hemos invertido mucho tiempo en escuchar a los ancianos. Escuchamos casi siempre sus recuerdos, lo que pasó y todavía les duele, lo que les hizo felices. Está claro que el tiempo es

un elemento clave en la vida del mayor, que le da sentido y perspectiva o que, por el contrario, le llena de amargura. Cuando nos cuentan recuerdos, están haciendo algo más que «contamos batallitas».

Conviene paramos aquí y pensar un poco sobre la importancia del recuerdo, de la evocación del pasado. Y para ello nada mejor que preguntamos por *nuestros propios recuerdos*. Reflexionar sobre el significado de nuestros recuerdos, lo que significan para nosotros, nos ayudará a escuchar el relato de recuerdos de aquellos que tienen más años que nosotros.

Leer detenidamente el siguiente texto de Antonio Gala; conviene leerlo un par de veces, subrayando aquello que nos parece más importante. Tratar de responder a las preguntas que siguen al texto, indagando en nuestro interior cómo son *mis* recuerdos.

Los recuerdos

«A veces te asaltan, te acosan, te derriban, te inmovilizan sobre el suelo; o se desprenden de las altas y poderosas ramas del olvido como enmascarados seres enemigos. A veces, por el contrario, aparecen igual que impuntuales invitados, tropezando y balbuceando, cuando ya habías dejado de esperarlos, y solicitan permiso para entrar. A veces están dentro de ti, brotan, crecen, se invisten de facciones, modales y actitudes conocidos, aunque borrosos ya, se incorporan frente a ti y te miran, con rencor o con delicadeza, de hito en hito... Tú sabes quiénes son: son los recuerdos...

Entre el recuerdo y la memoria hay mucha diferencia: el primero es la depuración de la segunda; cuenta con ella como el tesoro cuenta con su isla misteriosa, como el cuerpo con su alma. La memoria es una vasta extensión casi desértica, o desértica, donde a veces se divisa un oasis húmedo y verde o una amenaza cruel. Ambos la puntúan, la vivifican, la hacen móvil y nuestra, implacable o tiemísima.

Recuerdas, sí. Te pasas la vida recordando. Cuanto hoy haces de nuevo será mañana un recuerdo tan sólo. Pero ¿qué

es lo que recuerdas y cómo? En tan entramada y continua tarea, ¿qué es lo que predomina: lo que fue en realidad? ¿Y qué es la realidad? ¿Sigue siendo real lo que pasó? ¿O será más real lo que tú creíste que pasó, o lo que tú querías que hubiese sucedido? El fraude de la realidad es compensado ahora en el recuerdo, y te encuentras en paz, no ya timado, no defraudado ya, no malquerido... O acaso tú no entendiste lo que sucedió entonces, y no más que una parte de los hechos llegó a tu comprensión... Qué difícil es todo. Ahora te esfuerzas por recordar en ocasiones, por aquilatar con un escrupuloso seguimiento los pasos que otros dieron o que tú diste. Y en otras ocasiones te esfuerzas por apretar los ojos e ignorar. Pero no eres tú el dueño de tus recuerdos. Ellos se acercan o huyen a su antojo. Se reflejan en un espejo en el que el vaho del tiempo emborrona los perfiles; cuando deseas percibirlos mejor, frotas con tu mano la superficie que fue brillante, y sólo ves tus ojos acechando.

Los viejos viven de recuerdos, se dice. En los viejos la esperanza retrocede, se dice. Hay un bien que se niega a los jóvenes: el agridulce tesoro de la nostalgia. Los jóvenes no han disfrutado de tiempo suficiente para lograr aquello que luego tendrán que echar de menos. No han perdido nada o han perdido muy poco: en sus almas no cabe la añoranza, el sutil sentimiento de girar la mirada a aquello que se tuvo y no se tiene... Se dice, y no es cierto del todo. La vejez no está desgajada de la madurez; ni la madurez, de la juventud; ni ésta, de la infancia más frágil. Avanzamos como la vanguardia de un ejército que debe conquistar tierras hostiles, desconocidas por lo menos. La edad y la experiencia son nuestra única impedimenta: ¿y de qué están formadas la experiencia y la edad? Avanzamos, so pena de morir, obligatoriamente. Y la avanzadilla no cesa de estar en contacto con aquella primera retaguardia que aún persiste en el lugar donde se abrió la marcha: el origen de todo, la lágrima inicial, el inicial sollozo, la primera bocanada de aire que inspiramos y nos hizo llorar para que los pulmones se abriesen a su faena indispensable. Es tal vaivén de vanguardia a retaguardia, a través

de las líneas de combate, 10 que nos hace quienes somos, 10 que nos hace como somos.

De ahí que haya días en que te empeñes en recordar algo muy vago, de 10 que sólo sabes que es trascendental. Algo que resolvería el enigma del mundo y de tu vida: un secreto anterior quizá a la vida, que compartiste con ella antes de llegar a aquellos brazos que inauguraron la luz. Y de ahí que haya días también en que el recuerdo sea como un telón de teatro que se eleva y deja ver el escenario entero iluminado... Nunca paseaste con un amor cogido de la mano. ¿Te acuerdas por ello la conciencia? .. ¿Se es otro al recordar? ¿Se mira con frialdad aquello que ocurrió, sin tomar ya partido? ¿No resucitan y queman los mordiscos más hondos del dolor? ¿No duelen hoy sino como un eco, como la historia que una voz nos contara? ¿Justifica la distancia todo 10 acontecido? ..

El recuerdo tiene más aroma que un gran bosque de lilas en flor. Ningún dolor más grande que recordar nuestro tiempo feliz en la desdicha, escribió Dante en *El Infierno*. Todo es verdad; 10 contrario también. El pasado no vuelve al evocarlo. Nadie puede aspirar a revivir ni amores, ni placeres, ni tormentos siquiera: otros recuerdos, en aluvión, han deformado aquéllos. El olvido no existe, pero tampoco la constante presencia. El recuerdo da por supuesta su irrealidad; hay que apoyar o deshacer recuerdos con recuerdos. Igual que un museo de ciencias naturales reconstruye un antediluviano animal con unos cuantos huesos, tú intentas hoy reconstruir tu vida. No es así, no es así; la vida se construye y se destruye. Nada más. Y hay que seguir viviendo»

(ANTONIO GALA, *La casa sosegada*, Planeta, Barcelona, 1998, pp. 14-16).

«Los viejos viven de recuerdos, se dice. En los viejos la esperanza retrocede, se dice. Hay un bien que se niega a los jóvenes: el agridulce tesoro de la nostalgia».

- ¿Se puede vivir de recuerdos y mantener la esperanza en el futuro? ¿Qué importancia tienen tus recuerdos para ti? Piensa

un rato cuáles son aquellos recuerdos más vivos para ti. Evoca lo que viviste en un pasado (cercano o lejano): ¿tiene un sabor dulce, amargo, gratificante, doloroso...? Ponle nombre a tus recuerdos.

«Es tal vaivén de vanguardia a retaguardia, a través de las líneas de combate, lo que nos hace quienes somos, lo que nos hace como somos».

- ¿En qué medida soy producto de lo que he vivido en mi pasado? ¿Qué «tira» más de mí: el pasado, el presente o el futuro? ¿Y en los ancianos con los que me encuentro? ¿Es saludable para ellos recordar?

«Ningún dolor más grande que recordar nuestro tiempo feliz en la desdicha».

- Para los mayores que viven en situación de «desdicha», ¿es conveniente recordar el pasado en que se fue feliz?; ¿es bueno fomentar esos recuerdos?; ¿es bueno reprimirlos?

Perdónate a ti mismo

Dios es perdón
y hace fiesta en el cielo
cada vez que un hombre se arrepiente.
Tú puedes perdonar a tu hermano
cada vez que él te ha ofendido.
y puedes pedir perdón
cuando has pasado de largo ante tu prójimo.
Pero lo que más te cuesta
y lo que más necesitas
es perdonarte a ti mismo.
Que te aceptes como eres,
que te quieras con tus defectos,
con tus limitaciones,
con tus problemas y tus miserias.

Ama tu vida, tu historia, tu pasado,
con todo lo que has vivido,
con todo lo que has experimentado,
con tus sentimientos y tus ideas.

Porque creer en el perdón de Dios
te puede resultar relativamente fácil.

Perdonar al que te ofendió
puedes hacerlo con gozo;
incluso pedir perdón
lo puedes hacer cada día.

Pero perdonarte tú mismo
es creer verdaderamente
en el poder liberador de Dios,
y es condición indispensable
para que vivas en paz.

7

Significado de las prácticas religiosas para el mayor

Las prácticas religiosas son el ámbito privilegiado donde se vive, se transmite y se comparte la experiencia de Dios, con toda la carga vital que acabamos de ver. El cristiano trata de vivir según los criterios del evangelio -moral cristiana-, pero tiene también necesidad de ritos, de símbolos que le ayuden a entrar en contacto con Dios, a expresar lo que vive.

Dentro de las prácticas religiosas, nos detendremos en dos especialmente relevantes para los mayores institucionalizados: los sacramentos y la oración.

Los sacramentos son ritos en los que la presencia de Jesucristo se hace presente en la persona y en la comunidad. Son símbolos, signos que manifiestan la presencia de Dios en forma de Buena Noticia, de Amor, perdón, reconciliación y esperanza. Toda práctica religiosa pone de manifiesto un *encuentro* personal entre el Dios de Jesús y el hombre. Los cristianos buscamos encontramos con Jesús en nuestras celebraciones y oraciones. Lo necesitamos siempre, pero especialmente cuando atravesamos situaciones difíciles como la ancianidad, la enfermedad o la cercanía de la muerte.

La Eucaristía

Constatamos que muchos de los ancianos de hoy han seguido las prácticas religiosas con fidelidad. En las mujeres, sobre todo, ir a misa ha formado parte de su vida, se ha incorporado a la marcha ordinaria de cada semana durante años. La Eucaristía, el

Sacramento de la presencia de Jesús entregando su vida por los demás, es tal vez el más completo de los sacramentos.

Es *recuerdo* de Jesús, que se hace presente cada vez que la comunidad celebra la Eucaristía. Y ya hemos visto cómo el recuerdo traído al presente crea *identidad*. Uno se reconoce a sí mismo al reconocer a Cristo en la Eucaristía. Y no se muestra un Cristo «para el culto», aislado de la vida, en un acto «mágico» que tiene lugar en el templo y en el que adopta la apariencia de pan y vino. El Cristo del que se hace memoria en la Eucaristía es el Jesús histórico, que entrega la vida en favor de los otros, que invita a la reconciliación, que mimaba especialmente a los que más sufren, que cura y proclama buenas noticias, tal como hizo en su tiempo. Y el «ir a Misa» debe significar incorporarse a esas actitudes de entrega, confianza y reconciliación que Jesús tuvo en vida. Cuando el creyente se identifica con ese Jesús, lo reconoce: «¡Es el Señor!». Jesús «se aparece» a los que se reúnen a celebrar la Eucaristía, sale al encuentro de la persona. Por eso es un sacramento privilegiado de encuentro con Jesús.

El paso del «*Ir a Misa*» como observador pasivo de un acto de culto que realiza el sacerdote, o por costumbre, a la *experiencia de encuentro con Jesús* puede ser fomentado por los agentes de pastoral y los sacerdotes que presiden y animan las celebraciones. Conviene insistir en ello con una buena catequesis u orientación de la celebración. El objetivo será siempre el encuentro personal con el Dios de Jesús, un encuentro del que nacen en el anciano actitudes sanas y sanantes, como hemos visto más arriba. En diálogo con los ancianos, algunos expresan una gran necesidad de pasar del ritualismo al encuentro; y los mayores que viven la Misa en esa segunda clave tienen una experiencia mayor de que la relación con Dios, más que exigirles prácticas, les libera.

La Unción de los enfermos

En la misma línea, en la tradición de la Iglesia existe un Sacramento que antes se denominaba «*Extremaunción*» y que tras el Concilio Vaticano II viene llamándose «*Unción de los enfermos*».

Durante mucho tiempo, la extremaunción suponía la asistencia del sacerdote capellán junto a la cama del moribundo para «administrarle» una unción con aceite, mientras pronunciaba unas palabras que, de forma mágica, aseguraban la salvación eterna de la persona que iba a morir. De hecho, una buena parte de los fieles sigue viéndolo así.

Afortunadamente, tras la renovación eclesial que trajo el Concilio, se introdujeron cambios importantes a la hora de *celebrar* este sacramento. El cambio de la palabra «administrar» por «celebrar» no es casual. La celebración es, de nuevo, un encuentro personal y comunitario entre el hombre enfermo y Cristo; en este caso, el *Cristo médico* que comunica fuerza, salud y gracia, que alivia y libera, que se hace solidario con la persona doliente, que sufre con el que sufre. La Unción tiene un sentido reconciliador en situaciones que pueden vivirse con tristeza, resentimiento, culpa, miedo, angustia... Cristo se hace presente para iluminar la situación de oscuridad por la que atraviesa la persona enferma. En eso consiste, básicamente, el sacramento de la Unción.

Nótese que hablamos de personas enfermas, no de ancianos. En nuestra opinión, las personas mayores pueden recibir la Unción en momentos de enfermedad, cuando la muerte no está lejos, cuando la enfermedad genera desesperación o aislamiento. Como su nombre indica, es un sacramento cuyos destinatarios son los enfermos, no los ancianos. Y un anciano no es, por el hecho de tener muchos años, un enfermo. Así que no todas las personas ancianas, por el hecho de serlo, deben participar del sacramento.

Dicho esto, la Unción de los enfermos es un momento especialmente significativo en la experiencia vital del creyente enfermo o cercano a la muerte. Momento que condensa lo dicho hasta ahora: la reconciliación y el perdón de Dios, la confianza de su cercanía en momentos difíciles de la vida, la comunicación de su Amor, de su cercanía, de su solidaridad en el sufrimiento, de su fuerza, de su compañía en la soledad.

Puede uno preguntarse si este sacramento sana de alguna medida al enfermo o le «sirve» para algo, pues es evidente que

10 que se pide no es una curación milagrosa de la enfermedad, ni tampoco un consuelo absurdo o irracional que desplace la experiencia del dolor. Se puede sufrir igual con Unción que sin Unción. La intensidad del dolor puede ser la misma. Lo que puede cambiar es la manera de vivir ese sufrimiento.

La originalidad de la confesión católica es la paradoja de la muerte y resurrección de Jesucristo, Dios y hombre. Un Dios que muere sufriendo, que conoce desde dentro el dolor del hombre. Un Dios que, por hacerse solidario y cercano al hombre, pasa por el calvario (tampoco aquí la expresión es casual) por el que pasan tantos hombres: la agonía, la angustia, el miedo, el dolor... Un Dios que muere como muere todo hombre. Pero un Dios que, aun en presencia del sufrimiento y de la muerte, anuncia la victoria final sobre todo mal y dolor y sobre la propia muerte.

La resurrección de Jesús tras su ejecución es la última palabra de Dios a todo hombre: el pecado, el mal y la muerte forman parte de la vida del hombre, pero no tienen la última palabra. La última palabra la tiene el Amor de Dios, la compasión, el bien, la solidaridad. Solidaridad de Dios con el hombre que le lleva a compartir la condición dolorosa de ser hombre como los demás hombres. Ésa es la buena noticia que comunica Dios a la persona enferma en los momentos de sufrimiento. La Unción es un sacramento, un signo privilegiado para hacer efectiva esa buena noticia: se puede vivir la enfermedad con esperanza.

No es, por tanto, un sacramento para morir bien, sino para vivir bien. La fe y la confianza en el Amor de Dios más allá de la muerte son esenciales para el cristiano enfermo. Pero no es lo único que se comunica en el sacramento, el cual habla también de reconciliación del hombre con sus propios límites, de amor liberador y sanante de Dios, de solidaridad de toda la Iglesia con el enfermo... La fuerza del Espíritu se comunica para vivir y luchar, para alcanzar la salud integral, para aliviar la angustia y convertirla en esperanza.

Las pérdidas que va sufriendo el anciano que enferma encuentran una pequeña ruptura en la Unción. Entre las muertes que va sufriendo el mayor se hace presente una resurrección: el encuentro con el Señor. De ahí el enorme significado que la cele-

bración del sacramento puede tener y la necesidad de cuidar la celebración.

Las orientaciones doctrinales y pastorales del Episcopado español recomiendan que, «si hay varios enfermos capaces de trasladarse a un mismo lugar, tales celebraciones, bien organizadas, valen por muchos sermones para el cambio de mentalidad que se desea». Todo sacramento es encuentro de Cristo con el hombre, tanto el ámbito personal como en el comunitario. La comunidad entera quiere ser símbolo del Dios cercano al que sufre. Por ello, si es posible, conviene celebrar la Unción en las Residencias de manera colectiva y dentro de una celebración de la Eucaristía. Es digno de destacar que los ancianos, contra lo que pueda creerse, perciben muy bien el cambio de la concepción del sacramento y dialogan sobre lo que supone para ellos la celebración del sacramento en esa clave nueva. El diálogo en común con ellos, la catequesis sobre el sacramento, puede ayudar mucho a los que van a celebrarlo.

Para que el mensaje central del sacramento de la Unción llegue a su destinatario es también conveniente una «catequesis», una preparación adecuada. Comprender y asumir bien lo que se va a celebrar. Conviene que participen en ella los enfermos, voluntarios y profesionales de la Residencia que lo deseen. Como miembros del Equipo de Pastoral, uno de nuestros objetivos debe ser llevar a cabo esa catequesis para que el anciano enfermo pueda encontrar en la celebración del sacramento su verdadero sentido.

En último término, el encuentro entre Cristo y el que sufre puede convertirse en un elemento que transmita paz y serenidad al anciano enfermo, que le ayude a experimentar la cercanía del Dios Amor, que sea un punto de inflexión en su vida desde el que vivir la enfermedad o la muerte con una perspectiva de fe, en actitud de reconciliación y paz interior, de esperanza y de comunión con Cristo y con los demás hombres que sufren.

Si el Equipo de Pastoral consigue hacer llegar este mensaje a los que van a recibir el Sacramento, éste será verdaderamente una Buena Noticia y no la visita, anticipada y macabra, de quien anuncia la inminente llegada de la muerte. Aun en la cercanía de

la muerte, lo que anunciamos en la Unción de Enfermos es la comunicación de la vida.

De un tiempo a esta parte, aumenta el número de ancianos que sufren un deterioro cognitivo que no les permite tener conciencia de sus actos. Y nos planteamos el problema de si pueden o no recibir la Unción. En ese caso, el Ritual nos dice que «pueden recibir el sacramento si se juzga que, de estar conscientes, lo habrían pedido, con la fe que les conocemos. No se debe presumir esto sistemáticamente. Hay que tener en cuenta a los que hacen la petición y su conducta normal».

Cuando la persona ha fallecido, lo pertinente es rezar con la familia. El agente de pastoral de la salud rezará con ellos por el difunto, en un gesto de solidaridad con sus allegados y de amor por el difunto.

Para aquellos que viven sus últimos momentos en la vida, el último sacramento de la Iglesia es la Eucaristía como *Viático*. Dice el Ritual que, en el momento del tránsito de este mundo al Padre, «la comunión del Cuerpo y la Sangre de Cristo tiene una significación y una importancia particulares. Es semilla de vida eterna y poder de resurrección». Es el sacramento de la pascua del cristiano.

La oración del anciano

Al hablar de la oración, no abandonamos la clave que nos acompaña en nuestra reflexión: toda experiencia religiosa cristiana se basa en un encuentro personal y comunitario entre Dios y el hombre. Así, hemos hablado de vivir la ancianidad o la enfermedad sintiendo que se camina de la mano del Dios que comunica perdón, misericordia, cercanía; en resumen, comunica salud y salvación en los tiempos de oscuridad.

La oración es un encuentro entre el hombre y Dios. Y hemos podido constatar en nuestro estudio que, en esencia, es la misma a cualquier edad y está siempre coloreada con la imagen de Dios que tenga cada cual. También aquí, como en el acompañamiento o en la Unción, los agentes de pastoral son puentes, *intermedia-*

ríos que pueden facilitar ese encuentro y, sobre todo, hacer que éste sea sanante y liberador, que ayude al mayor en el proceso último de reconciliación con lo que ha sido su vida, su situación actual y el afrontamiento de la muerte.

Hemos constatado que, en la persona mayor creyente, la oración es el ámbito donde se formulan las grandes preguntas sobre el sentido: ¿Por qué sufro? ¿Es Dios quien me hace sufrir? ¿Qué sentido tiene luchar? ¿Qué hay después de la muerte? ..

y no hemos intentado responder a estos grandes interrogantes porque entendemos que, en el fondo, no tienen una respuesta cerrada. Nuestra labor en la Residencia ha consistido más bien en acompañar al mayor a recapitular, a leer su historia en clave de salvación, a transmitir esperanza. Y todas esas actitudes son marcadamente cristianas; animar a una oración de agradecimiento, de confianza en el Señor, es promover la imagen del Dios Amor que invita a la reconciliación al final de la vida. Y tratar de evitar imágenes de un Dios que envía el sufrimiento, que pone a prueba a la persona o que está siempre dispuesto a castigar. Una lectura de la propia vida hecha en la oración desde estas claves es una lectura sanante de la propia existencia. Y nuestro objetivo como agentes de pastoral no ha sido otro que éste: que el mayor experimente un encuentro con el Dios de Jesús del que salga renovado, confiado, esperanzado, sanado.

Los cristianos solemos «acusamos» a nosotros mismos de rezar poco. Las prisas, los trabajos siempre pendientes, las obligaciones familiares... dejan poco espacio y energías para la oración. Y, sin embargo, experimentamos que debemos orar en el día a día que nos ha tocado vivir. Además, si podemos encontrar tiempos y espacios diferentes, donde estar más serenos, donde nuestra vida tenga un ritmo más pausado, eso nos ayuda a rezar. En este sentido, la vejez es, de alguna manera, tiempo favorable para la oración. Se dispone de más tiempo, el paso de las horas y los días adquiere otro ritmo, y las prisas y urgencias se atenúan. Más tiempo para pensar, más espacios de soledad, más predisposición a entrar en uno mismo...: son circunstancias dadas por la ancianidad y que pueden favorecer una actitud orante.

Hablamos de una *actitud*. La actitud de una persona orante es la de quien está continuamente en presencia de Dios, de quien se sabe acompañado por Dios en cada momento. Y tal actitud se traduce en *actos* de oración, que son los momentos y formas concretas que cada cual dedica al encuentro con el Señor. Y en ello hay una enorme diversidad. La oración personal en la habitación, la evocación del pasado en clave de sentido, la meditación en la capilla de la Residencia, la asistencia a celebraciones religiosas, el rezo del rosario, la lectura de la Biblia, la conversación... son instrumentos de los que cada anciano dispone para estar en contacto con Dios.

Es interesante subrayar que, en muchas ocasiones, la oración madura, más que hablar a Dios, consiste en *escuchar* a Dios. Es Dios quien ora en la persona; es Dios quien comunica sentimientos, inquietudes, gratitud, confianza.

Dios es sujeto y objeto de la oración.

Es objeto cuando el mayor carga sobre él sus súplicas, el ruego por sí mismo y por otros, la *petición*. Pero, junto a la oración de petición, encontramos también la de *confianza*, la del anciano que se sabe en manos de Dios; y también la oración que *interroga* a Dios, y no sin razón, acerca del porqué de las cosas: la oración de quien se rebela; de quien clama a Dios; de quien le llama cuando tiene la sensación de que Dios no escucha, de que calla, de que se desentiende de la persona... Pero también ésta es una oración cristiana, porque también Cristo se sintió abandonado por su Padre. A veces, en las crisis de la vida se siente el vacío, la ausencia de Dios. Se le busca y no se le encuentra, y el lamento, el interrogante o la rebelión se vuelven hacia Dios.

Está también la oración de *acción de gracias*, en la que el anciano expresa su gratitud a Dios por cuanto de bueno y de malo ha habido en su vida, por las pequeñas cosas de cada día. Y la de *perdón*, en la que el mayor reconoce su pecado, su limitación, la necesidad de ser sanado cada día por Dios; no es un ejercicio masoquista de autopunición, sino la expresión ante Dios de lo que cada uno es, con sus grandes y pequeñas miserias. Reconocerse pecador es condición para vivir la reconciliación con Dios y con los hombres como actitud clave al final de la vida.

Por último, y para enlazar con el siguiente terna, la *muerte* es también objeto de la oración del mayor. Se ora en la vida, pero la sombra de la muerte está acechando, sobre todo en la ancianidad. El reto es orar integrando la propia muerte, incorporándola a la propia experiencia de vida. Afrontarla desde la experiencia del Dios que venimos presentando; la muerte se convierte así en objeto de oración, para lanzar a Dios miedos y dudas, preguntas sin respuesta, aceptación serena de la muerte como culminación, fe en la resurrección, esperanza en un final feliz... Pedir una buena muerte es también una manera de «rezar» la muerte.

En suma, las prácticas religiosas, sean cuales sean, son recursos que cada anciano tiene para manejar los interrogantes fundamentales sobre su vida. Espacios y tiempos para profundizar en la experiencia de Dios. Los agentes de pastoral debemos alimentarlas y fomentarlas, y puede ser bueno hablar sobre ellas con el residente, contrastar las experiencias. Además, puede ser conveniente a veces purificar el lenguaje sobre el sufrimiento y la muerte que es fruto de la imagen del Dios justiciero. El paso de la vivencia del Dios castigador al Dios Amor puede ser la clave para ayudar al mayor a elaborar el final de su vida como una oportunidad para la reconciliación.

* * *

MATERIALES DE TRABAJO

El relojero

De esto hace mucho tiempo. En una época en la que todavía todo oficio era un arte y una herencia. El hijo aprendía de su padre lo que éste, a su vez, había aprendido de su abuelo. El trabajo heredado terminaba por dar un apellido a la familia. Existían así los Herrero, los Barrero, la familia de Tejedor, etcétera.

Bueno, en aquella época y en un pueblecito perdido en la montaña, ocurría más o menos lo mismo que en otras pobla-

ciones. Las necesidades de la gente eran satisfechas por las diferentes familias, que, con sus oficios heredados, se preocupaban de solucionar todos los problemas. Cada día, el aguatero con su familia traía desde el río cercano toda el agua que el pueblo necesitaba. El cantero hacía lo mismo con respecto a las piedras y lajas necesarias para la construcción o reparación de las viviendas. El panadero se ocupaba con los suyos de amasar la harina y hornear el pan que se consumiría. Y lo mismo ocurría con el carnicero, el zapatero, el relojero... Cada uno se sentía útil y necesario al aportar lo suyo a las necesidades comunes. Nadie se sentía más que los otros, porque todos eran necesarios.

Pero un día algo vino a turbar la tranquila vida de los pobladores de aquella aldea perdida en la montaña. En un amanecer, se sintió a lo lejos el clarín del heraldo que hacía de postillón o correo. El retumbo de los cascos de caballo se fue acercando, y finalmente se le vio doblar la calle que daba entrada al pueblo: un caballo sudoroso que fue frenado justo delante de la puerta de la casa del relojero. El heraldo le entregó un grueso sobre que traía noticias de la capital. Toda la gente se mantuvo a la expectativa a la puerta de sus casas, a fin de conocer la importante noticia que seguramente se sabría de un momento a otro.

y así fue, efectivamente. Pronto corrió por todo el pueblo la voz de que desde la capital llamaban al relojero para que se hiciera cargo de una enorme herencia que un pariente le había legado. Toda la población quedó consternada. El pueblo se quedaría sin relojero. Todos se sintieron turbados frente a la idea de que desde aquel día, algo faltaría al irse quien se ocupaba de atender los relojes con los que podían conocer la hora exacta.

Al día siguiente, una pesada carreta cargada con todas las pertenencias de la familia cruzaba lentamente el poblado, alejándose quizá para siempre rumbo a la gran capital. En ella se marchaba el relojero con toda su gente: el viejo abuelo y los hijos pequeños. Nadie quedaba en el lugar que pudiera entender de relojes.

La gente se sintió huérfana y comenzó a mirar ansiosamente y a cada rato el reloj de la torre de la Iglesia. Otro tanto hacía cada uno con su propio reloj de bolsillo. Con el pasar de los días, el sentimiento comenzó a cambiar. El relojero se había ido, y nada había cambiado. Todo seguía en plena normalidad. El aparato de la torre y todos los demás seguían funcionando y dando la hora rítmicamente, sin contratiempo alguno.

- ¡Caramba! -se decía la gente-, después de todo, el relojero no era una persona indispensable entre nosotros. Se ha marchado, y todo sigue en orden como cuando él estaba aquí. Otra cosa muy distinta habría sido sin el panadero. No había por qué preocuparse. Bien se podía vivir sin el ausente.

y los días fueron pasando, haciéndose meses. De pronto, a alguien se le cayó el reloj, y, aunque al sacudirlo comenzó a funcionar, desde ese día su manera de señalar la hora ya no era de fiar. Adelantaba o atrasaba sin motivo aparente. Fue inútil sacudirlo o darle cuerda. La cosa no parecía tener solución. De manera que el propietario del aparato decidió guardarlo en su mesita de noche, y bien pronto lo olvidó al ir amontonando sobre él otras cosas que también iban a parar al mismo lugar.

y lo que le ocurrió a esta persona le fue ocurriendo más o menos al resto de los pobladores. En pocos años, todos los relojes, por una causa o por otra, dejaron de funcionar normalmente, y con ello ya no fueron de fiar. Fue entonces cuando se comenzó a notar la ausencia del relojero. Pero era inútil lamentarlo. Ya no estaba, y esto sucedía desde hacía varios años. Por eso cada uno guardó su reloj en el cajón de la mesilla y, poco a poco, lo fue olvidando y arrinconando.

Digo mal al decir que todos hacían esto. Porque hubo alguien que obró de una manera extraña. Su reloj también se descompuso. Dejó de marcar la hora correcta, y ya fue poco menos que inútil. Pero esta persona tenía cariño por aquel objeto que recibiera de sus antepasados y que le acompañaba cada día, con sus exigencias de darle cuerda por la noche y de marcarle el ritmo de las horas durante la jornada. Por eso no

lo abandonó al olvido de las cosas inútiles. Es cierto que no le servía de gran cosa, pero él seguía lo mismo: cada noche, antes de acostarse, cumplía con el rito de sacar el reloj del cajón para darle fielmente cuerda, a fin de que se mantuviera funcionando. Le corregía la hora más o menos intuitivamente, recordando las últimas campanadas del reloj de la iglesia. Luego lo volvía a guardar hasta la noche siguiente, en que repetía religiosamente el gesto.

Un buen día, la población fue nuevamente sacudida por una noticia. ¡Retornaba el relojero! Se armó un enorme revuelo. Cada uno comenzó a buscar ansiosamente entre sus cosas olvidadas el reloj abandonado por inútil, a fin de hacer-se lo llegar lo antes posible a quien podría arreglarlo. En esta búsqueda aparecieron cartas no contestadas, facturas no pagadas, junto al reloj ya medio oxidado.

Fue inútil. Los viejos engranajes, tanto tiempo olvidados, estaban trabados por el óxido y el aceite endurecido. Apenas puestos en funcionamiento, comenzaron a descomponerse nuevamente: a uno se le quebraba la cuerda, a otro se le rompía un eje, al de más allá se le partía un engranaje. No había compostura posible para objetos tanto tiempo detenidos. Se habían deteriorado definitiva e irremediabilmente.

Solamente uno de los relojes pudo ser reparado con relativa facilidad: el que se había mantenido en funcionamiento aunque no marcara correctamente la hora. La fidelidad de su dueño, que cada noche le diera cuerda, había mantenido su maquinaria lubricada y en buen estado. Bastó con enderezarle el eje torcido y colocar sus piezas en la posición debida, y todo volvió a andar como en sus mejores tiempos.

La fidelidad a un cariño había hecho superar la utilidad y había mantenido la realidad en espera de tiempos mejores. Ello había posibilitado la recuperación.

La oración pertenece a este tipo de realidades. Tiene mucho de herencia, poco de utilidad a corta distancia, necesidad de fidelidad constante y capacidad de recuperación plena cuando regrese el relojero.

Para reflexionar con el Evangelio

Jesús está cerca de los enfermos. Jesús tiene una manera de hacer:

- Recibe con amor a los marginados (Mc 1,40-42).
- Está cerca de los débiles y los defiende (Jn 8,1-11).
- Está atento a las necesidades de los otros (Mc 6,32-42).
- Escucha y acompaña al padre que ruega por la hija enferma de gravedad (Mc 21-24).
- Se conmueve delante de la viuda que ha perdido a su único hijo (Lc 7,11-16).
- Lloro ante la muerte de su amigo Lázaro (Jn 11,1-36).
- Cura paralíticos, sordomudos, ciegos, enfermos, etc.

Jesús nos dice:

- «Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados, y yo os aliviaré» (Mt 11,28).
- «Yo he venido para que tengáis vida y la tengáis en abundancia» (Jn 10,10).
- «Todo lo que hagáis a uno de esos mis pequeños hermanos, a mí me lo hacéis» (Mt 25,40).
- «Levántate, toma tu camilla y anda» (Mc 2,9).
- «Estuve enfermo y viniste a visitarme» (Mt 25,31ss).
- Se identifica con los enfermos y nos invita a visitarlos, acompañarlos y consolarlos (Mt 25,31ss).

La Unción de los enfermos

La Unción de los enfermos SÍ es

- Un Sacramento en el que la comunidad cristiana ora por el enfermo y con el enfermo, ungiéndolo con el aceite como signo de salud y bendición.
- Un Sacramento para ayudar a los enfermos a vivir con fe en medio del sinsentido del sufrimiento.
- Una oración que anima a creer que la vida vale la pena ser vivida.
- Una acción de Cristo y de la comunidad por medio del sacerdote, en la que Cristo se hace cercano al enfermo para solidarizarse con él, para acompañarle en el camino de la enfermedad.
- Una oportunidad de reconciliación, en la que el enfermo puede reconciliarse consigo mismo y con los demás y sentirse perdonado por Dios.
- Una afirmación de esperanza, en la que Dios quiere transmitir la promesa de la resurrección.

La Unción de enfermos NO es

- Un Sacramento para el último momento de la vida (moribundos).
- Menos aún para cuando ya ha fallecido la persona (para estos momentos la Iglesia tiene otras acciones propias).
- Un rito mágico para recobrar la salud.
- Un anuncio de la muerte cuando la medicina no tiene ya nada que hacer.
- Un anticipo del funeral.
- Un acto que tiene lugar entre un oficiante (el sacerdote) y un sujeto pasivo (el enfermo). Los protagonistas son el enfermo y la comunidad que, junto al sacerdote, le acompaña en su enfermedad.

8

El servicio pastoral en una Residencia Geriátrica

Es conveniente que la Residencia cuente con una unidad o departamento de Servicio Religioso o de Atención Pastoral. El término «Servicio Religioso» puede dar a entender que se atiende a las personas católicas practicantes que así lo solicitan; pero ya hemos visto cómo en toda persona hay latentes una serie de necesidades espirituales que pueden requerir una respuesta o acompañamiento no explícitamente religioso. También en esos casos, el acompañamiento es tarea del Equipo de Pastoral.

Servicio Religioso o Equipo de Pastoral

Es un Departamento o Unidad de la Residencia geriátrica con autonomía y funcionamiento propio. Como las demás Unidades o Departamentos, el Servicio Religioso tiene su protocolo de ingreso, su proyecto de trabajo, sus fichas de seguimiento personal, sus evaluaciones periódicas y su trabajo en equipo. Desde su ámbito específico de intervención, aporta sus valoraciones e intervenciones al trabajo interdisciplinar. Su objetivo fundamental es la detección, respuesta y acompañamiento de las necesidades espirituales y/o religiosas de la persona mayor residente.

En el ámbito sanitario, cuando se trata de la atención a enfermos en Hospitales, la atención religiosa está regulada jurídicamente. En Diciembre de 1985, el Boletín Oficial del Estado publica el «*Acuerdo de Asistencia religiosa católica en los Centros Hospitalarios Públicos, firmado por los Ministros de Justi-*

cia y de Sanidad y Consumo y el Presidente de la Conferencia Episcopal Española, el día 24 de Julio de 1985». Dicho acuerdo Iglesia-Estado es un marco jurídico que reconoce derechos y deberes por ambas partes.

Lo más relevante del acuerdo-marco es el reconocimiento de la asistencia religiosa como un derecho del paciente que el Estado se compromete a garantizar en los centros hospitalarios del sector Público (INsALuD, AINSA, Comunidades Autónomas, Diputaciones, Ayuntamientos y Fundaciones Públicas). Desde el respeto a la libertad religiosa y de conciencia que recoge la Constitución, el artículo 2 del Acuerdo establece que *«en cada centro hospitalario existirá un servicio u organización para prestar la asistencia religiosa católica y atención pastoral a los pacientes católicos del centro. Este servicio estará también abierto a los demás pacientes que, libre y espontáneamente, lo soliciten»*.

En aplicación del mencionado Acuerdo, el INSALUD y la Conferencia Episcopal Española firmaron, en Abril de 1986, un *Convenio* que especificaba los términos del Acuerdo de 1985; en dicho Convenio se concreta la asistencia religiosa en los hospitales en las siguientes actividades:

- Visita a los enfermos.
- Celebración de los actos de culto y administración de sacramentos.
- Asesoramiento en las cuestiones religiosas y morales.
- Colaboración en la humanización de la asistencia hospitalaria.

Bien podrían hacerse extensivos los términos del acuerdo-marco y del convenio a las Residencias Geriátricas de titularidad pública; sin embargo, a pesar de la semejanza entre un Hospital y una Residencia, la asistencia religiosa en los mismos no está garantizada por ley en todo el territorio español. Tan sólo en Cataluña y en la Comunidad Autónoma de Madrid se contempla este derecho en una norma jurídica.

Llama la atención el reconocimiento, por parte de la Administración Pública, de un derecho de asistencia religiosa en un Estado aconfesional; en todo caso, debería garantizarse ese dere-

cho a los miembros de cualquier confesión religiosa. Además, el hecho de que quienes ostentan el derecho son los enfermos de confesión católica hace de esa atención una respuesta a la dimensión explícitamente religiosa católica de la persona. Creemos que el derecho a la asistencia espiritual, en el sentido amplio que venimos hablando, debería garantizarse para todos los ciudadanos por igual. Por otra parte, una importante aportación de este acuerdo es el reconocimiento de la figura del «*capellán o persona idónea*». Ello significa que por parte del Estado y, lo que es más importante, de la Iglesia, la identificación entre sacerdote y agente de pastoral ya no es necesaria. De hecho, profesionales laicos, así como religiosos y religiosas, son agentes de pastoral en hospitales. También ocurre así en Residencias.

Tradicionalmente, muchas instituciones religiosas han regentado Residencias de Ancianos, prestando, entre sus servicios, una esmerada atención religiosa. Desde la atención integral del mayor, un buen Servicio Religioso es tan importante como cualquiera de las demás Unidades y Departamentos que intervienen en la Residencia. Y de la calidad y calidez del trabajo del Equipo Pastoral dependerá en gran medida el bienestar del anciano.

Integrantes del Equipo de Pastoral

Tradicionalmente, en el ámbito de la atención socio-sanitaria, la figura del capellán se ha hecho popular en hospitales y residencias. Con demasiada frecuencia, ha sido una figura que aparecía en la habitación del residente para administrar el sacramento de la unción de enfermos, con lo que su presencia parecía anticipar la inminencia de la muerte.

Durante mucho tiempo, el sacerdote ha gozado de un «status» cualificado que le hacía ser el único capaz de llevar a cabo la atención religiosa. Dentro de la Iglesia, tras el Concilio Vaticano II, se abrió una enorme vía de participación de los seglares en dichas tareas, perdiendo los sacerdotes la «exclusividad» de la misma. Se empieza a hablar entonces de los agentes de pastoral, con independencia de su condición de sacerdotes, religio-

sos o seglares. De hecho, ya el Acuerdo de 1985 habla repetidamente de «*el capellán o persona idónea*».

El ideal de un Equipo de Pastoral es la implicación en el mismo de sacerdotes, religiosos y/o religiosas, agentes de pastoral seglares con dedicación exclusiva y voluntarios; la riqueza del equipo redunda en un mejor servicio al anciano; es clara la relevancia del papel del sacerdote en la celebración de sacramentos tan frecuentes como la Unción de enfermos: la Reconciliación y la Eucaristía. Además, en personas educadas en la religiosidad de la posguerra, como son nuestros ancianos de hoy, las figuras del sacerdote y de la religiosa gozan de un plus de *autoridad moral* a la hora de pedir consejo o tratar problemas religiosos; sin embargo, la presencia de seglares que dedican tiempo al acompañamiento de los ancianos va siendo cada vez más frecuente y querida por los mismos usuarios de la Residencia; en todo caso, insistimos en la conveniencia de que sacerdotes, religiosos y seglares participen, en un mismo plano de responsabilidad, en el trabajo del Servicio Religioso; lo ideal es que cada cual aporte lo mejor de sí, desde lo que es, y que sus tareas se complementen, enriqueciendo el trabajo interno del equipo y el servicio al mayor. Así viene haciéndose en la Residencia San Camilo desde hace años, con buenos resultados.

Asimismo, es deseable la plena integración del personal del Servicio Pastoral con el resto de trabajadores de la Residencia. La mutua estima del trabajo del compañero es fundamental en el ambiente laboral de una residencia; saber reconocer el valor de la misión de cada uno (psicólogo, gerocultor, médico, agente de pastoral, enfermera, trabajador social, terapeuta ocupacional, etc.) como engranajes de un mismo entramado al servicio del residente. El trabajo interdisciplinar sólo es posible desde el respeto y valoración de las distintas profesiones; un médico puede necesitar de un auxiliar; una enfermera, de un trabajador social; o un terapeuta ocupacional, de un agente de pastoral. Y hemos constatado que se da una inercia a considerar al capellán como de otro rango, separado del resto de profesionales; y a los agentes de pastoral o voluntarios, como subalternos del capellán.

Funciones del Equipo de Pastoral

- Realizar el protocolo de ingreso (diagnóstico pastoral).
- Elaborar y llevar a cabo un Proyecto del Equipo de Pastoral.
- Visitas y acompañamientos, programados o espontáneos, a los residentes.
- Coordinación y acompañamiento del voluntariado.
- Preparación y motivación de las celebraciones religiosas (sacramentales o no).
- Colaboración con el resto del personal de la Residencia.
- Asesoramiento en cuestiones de carácter ético.

El agente de pastoral en la Residencia geriátrica

La tarea del agente de pastoral es ocuparse de las necesidades espirituales de todos los ancianos, sean o no católicos.

Ya hemos visto cómo, sociológicamente, una inmensa mayoría de nuestros mayores en residencias se confiesan católicos. Es cierto que lo que cada cual pone detrás de la palabra «*católico*» es muy diverso. En todo caso, resulta obvio que, en la actualidad, la figura del agente de pastoral está vinculada a la confesión católica. Por supuesto, el criterio de máximo respeto e igual trato para todos, así como el valor del ecumenismo, deben prevalecer siempre. Pero es claro que un agente de pastoral en una Residencia geriátrica española debe estar preparado para responder a las necesidades religiosas del mayor; más aún, debe ser una persona que cultive su experiencia de fe en el marco de la Iglesia. Sólo así es posible encontrar lenguajes comunes entre el anciano y el agente de pastoral.

Nos situamos, pues, desde una óptica cristiana militante, concibiendo el cometido del agente de pastoral como un servicio de la Iglesia a los ancianos.

Desde el principio nos hemos propuesto tratar las necesidades trascendentes o religiosas de los ancianos con la mayor seriedad y rigor. Resulta obvio, pues, que seamos exigentes a la

hora de establecer el perfil de los profesionales que deben prestar ese servicio. Le pedimos tres tipos de competencia.

Competencia profesional

El agente de pastoral es un profesional más de la Residencia y merece la misma consideración y estima que el médico, los auxiliares, las enfermeras, el psicólogo, el personal de limpieza, etc. Sucede que, en la realidad, funcionan siempre ciertos estereotipos profesionales que otorgan, de hecho, un mayor prestigio profesional a unos que a otros. El corporativismo dificulta enormemente el trabajo interdisciplinar.

Es posible que modelos pasados hayan ido cuajando una mentalidad colectiva que sigue estando presente. Según ésta, un agente de pastoral que no es ni sacerdote ni religioso, es un agente «*de segunda*». Alguien, al fin y al cabo, igual al resto del personal, pero con un trabajo «extraño», a veces difícil de medir por el resto del personal.

Sin embargo, entendemos que se hace necesaria la presencia en residencias de buenos profesionales del acompañamiento espiritual. Ello exige una formación específica para el agente de pastoral. Es necesario tener conocimientos y, además, interés por una formación permanente. Se necesita una formación lo más amplia posible en:

- Gerontología.
- Psicología.
- Habilidades de comunicación y Relación de Ayuda.
- Antropología.
- Teología.

Competencia personal y relacional

La competencia relacional tiene que ver con una vocación. Entiéndase bien: cuando hablamos de «vocación», no lo hacemos en términos exclusivamente religiosos. De igual manera que hablamos de la vocación del médico o del maestro, hablamos también de la del agente de pastoral. Estas tres profesiones, entre

otras muchas, tienen una carga vocacional fuerte y un plus que dota de una identidad muy especial a la persona. Decir: «*soy agente de pastoral*» no es lo mismo que decir: «*en mi horario laboral desarrollo unas tareas específicas*». Es algo que pertenece a la identidad de la persona, y por ello requiere una competencia personal determinada. Y leído en clave de fe, es claro que el trabajo del agente de pastoral debe ser vivido como un servicio que la Iglesia, a través suyo, realiza a los ancianos.

Actualmente, la disciplina de Gerontología Social dota a la persona de una amplia visión de los distintos aspectos del envejecimiento (médicos, psicológicos, sociológicos, antropológicos, de enfermería, de trabajo social, etc.). Conocer los distintos ámbitos desde los que se trabaja con los mayores de la Residencia es fundamental para saber dónde están los límites del trabajo del agente de pastoral.

Entendemos, a la luz de nuestra experiencia, que un agente de pastoral debe tener habilidades relacionales y sociales y debe saber trabajar sobre ellas para mejorar su competencia relacional. La escucha activa, la empatía, la aceptación incondicional, la persuasión, etc. son elementos de la relación de ayuda, citada más arriba, que posibilitan una relación afectiva con el anciano. Sin ese paso previo, un agente de pastoral no podría ejercer sus funciones correctamente.

Competencia espiritual

Si el agente de pastoral no tiene una profunda espiritualidad, no debería estar desempeñando esa función. La autenticidad, cualidad que nos hace ser como decimos y hacer como pensamos, marca la calidad de la relación entre el agente de pastoral y el anciano.

A nuestro entender, debe ser una persona que cultive su experiencia de Dios, en la oración y en su vida familiar o comunitaria, y que se relacione con los demás en clave evangélica. No estamos pidiendo un imposible, pero sí nos movemos en el horizonte de lo ideal. Es decir, sí podemos pedir que el agente de pastoral sea un cristiano militante. Una persona que experimente en

su piel la ternura de Dios; que se sienta amada y perdonada, aceptada sin condiciones por el Dios de Jesús, convencida de que seguir los pasos de Jesús es seguir el camino de la felicidad. Al fin y al cabo, debemos transmitir un mensaje que primero hemos de vivir. El trabajo pastoral y la propia fe se alimentan mutuamente; por eso la fe del agente de pastoral es una fe especialmente sensible al sufrimiento, a la enfermedad, a la muerte, a la vulnerabilidad. Una fe especialmente esperanzada, que sintoniza con la densidad de la experiencia de envejecer, con sus miserias y grandezas.

Especialmente importante nos parece que el Equipo de Pastoral sea, además de un grupo de trabajo, un grupo en el que, de alguna manera, se viva la fe en común. Orar juntos, compartir las experiencias de fe en el servicio a los mayores con otros compañeros, alimenta y afianza la tarea del agente de pastoral.

Papel y funciones del agente de pastoral

En continuidad con lo que venimos diciendo, el papel del agente de pastoral consistiría en acompañar al anciano, a las familias y a los demás profesionales sociosanitarios a experimentar la presencia de un Dios que es todo misericordia, reconciliación, perdón y paz.

Establecido el papel del agente de pastoral en la Residencia, ¿quién es dentro de la Iglesia?, ¿qué representa? Entre otras cosas, el agente de pastoral:

- Es alguien enviado por la comunidad con una misión.
- Da forma a la acción de la Iglesia: sanar y cuidar.
- Es una persona con una fe sólida, vivida personal y comunitariamente.
- Transmite, genera y contagia actitudes evangélicas en el mundo del envejecimiento y el dolor: paz, perdón, esperanza.
- Ayuda al mayor a crecer en su experiencia de Dios, a vivir su situación en clave de fe, en unión con Dios.
- Personaliza el hecho de estar al lado de los que sufren, el hecho de acompañar, cuidar y escuchar.

- Ora por el enfermo y con el enfermo.
- Anima a la vivencia profunda de las celebraciones comunitarias (Eucaristía, Reconciliación y Unción).
- Está a disposición del personal socio-sanitario de la Residencia.
- Acompaña a las familias de los residentes, orientándolas y apoyándolas.
- Asesora éticamente, a través de su postura personal y su participación activa en el comité de ética asistencial, bioética o humanización de la Residencia.
- Vela por la humanización cotidiana de la asistencia al mayor, con pequeños y grandes gestos.
- Es un símbolo que evoca en el enfermo su experiencia religiosa, para bien o para mal.
- Sintoniza con los interrogantes más profundos de la persona, acompañando en el dolor, la experiencia de vacío, el sufrimiento o el temor a la muerte, y también promoviendo actitudes sanas frente al sufrimiento, huyendo de la resignación o el masoquismo.

El voluntariado

En la era de las modas, el ser voluntario se ha convertido en una moda más. Asociaciones, grupos, ONGS ofrecen un amplio campo donde ejercer la acción voluntaria.

Hemos hablado ya de los voluntarios en nuestra Residencia, incluyéndolos dentro del Equipo de Pastoral y señalando, entre las tareas del agente de pastoral, la formación y seguimiento de los voluntarios. Así sucede en la Residencia San Camilo.

¿Qué puede dar un voluntario?

En la Residencia, los voluntarios aportan muchas cosas que los profesionales no pueden aportar: por ejemplo, tiempo para pasar con los mayores, para escucharles, para sentarse a los pies de su cama, para echar una mano al personal socio-sanitario. Son

signos de gratitud y vitalidad en la residencia, y los propios residentes son a menudo quienes más valoran su presencia.

Son una ayuda también para los trabajadores del Centro. Pero su función no es suplir el trabajo de los profesionales o descargarles de sus labores; su misión está en función de las necesidades de los ancianos y no de los profesionales.

Creemos conveniente fomentar este tipo de voluntariado en las Residencias y también en la atención domiciliaria. Concebimos el voluntariado, no como un tiempo dedicado a una tarea, sino como una opción de vida. El espíritu de servicio se lleva dentro y se pone en juego en el marco de la acción voluntaria.

Por eso el voluntariado es, antes que nada, una manera de ser servicial y crítica, que se traduce en tiempos y energías dedicados gratuitamente a los demás. La verdadera vara de medir del voluntariado es sin duda el cariño dedicado a los ancianos, la ternura y la alegría que se es capaz de transmitir. Por eso se convierte en pieza clave de un Equipo de Pastoral que tiene como objetivo la humanización de la asistencia al mayor.

¿Qué se le puede pedir a un voluntario?

- Que sea fiel al tiempo que se ha comprometido a dedicar, sea mucho o poco.
- Que cumpla la misión que se le encomienda.
- Que participe activamente en la vida de la Residencia.
- Que participe en la toma de decisiones en el Equipo de Pastoral, en sus orientaciones, en sus proyectos. Nadie debe «ir por libre», sino trabajar juntos sumando fuerzas. La voz del voluntario en el Equipo de Pastoral tiene la misma *autoridad* que la de quienes se dedican profesionalmente.
- Que tome iniciativas, que proponga acciones.
- Que su voluntariado sea crítico, que ayude a los profesionales a ver cosas que tal vez ellos no vean. A veces algunos voluntarios conocen mejor al anciano que los propios profesionales.
- Que estén abiertos a la formación continuada, a aprender siempre cosas que les sirvan para mejor servir a los mayores.

Actitudes y aptitudes del voluntario

- Disponer de tiempo libre.
- Responsabilidad y constancia en los compromisos.
- Capacidad para trabajar en equipo.
- Poseer espíritu crítico.
- Capacidad de ponerse en el lugar del otro.
- Poseer formación específica para el voluntariado que se desempeña.
- Tener disponibilidad para aprender.
- Ser discreto y respetuoso con la intimidad de las personas.
- Tener capacidad de comprensión, sin prejuizar.
- Ser servicial, amable, cordial, pero no protector.
- Saber escucharse a sí mismo, ser auténtico, no mentirse.

EL Proyecto Pastoral de un Centro Geriátrico

Todo lo que queremos llevar a cabo con los mayores desde el Equipo de Pastoral se plasma en el Proyecto Pastoral. Es recomendable que éste sea anual y que se revise periódicamente.

1. *Justificación del Proyecto:* quiénes somos, qué es lo que queremos, adónde queremos llegar, cuál es nuestra filosofía, qué es lo que fundamenta lo que hacemos, nuestras convicciones, nuestro estilo.
2. *Objetivos generales:* las grandes líneas que nos proponemos cumplir este año.
3. *Objetivos específicos:* concreciones, lo más concisas posible, de lo que queremos.
4. *Acciones o actividades programadas:* qué podemos hacer para cumplir los objetivos.
5. *Recursos con los que se cuenta:* Recursos Humanos (RR.HH.): quién es el responsable de que se haga la actividad, quienes participan; y Recursos Materiales (RR.MM.): qué necesitamos.

6. *Temporalización*: cuándo se van a llevar a cabo las acciones o actividades.
7. *Evaluación*: cómo valoramos lo realizado, quién lo evalúa y cada cuánto tiempo.

Puede que dos ejemplos ayuden a ilustrar la programación por objetivos del Proyecto Pastoral:

Objetivo	Acciones	Recursos	Temporalización	Evaluación
Fomentar la formación continua del voluntariado	Convocar reuniones de formación de los voluntarios	RR.HH. Coordinador del Equipo de Pastoral	Una vez al mes (cada primer lunes de mes, de 8,30 a 10 de la noche).	Trimestral (diciembre, marzo y junio)
	Comprar libros que puedan usar los voluntarios	RR.HH. La hna. Ana y Carlos RR.HH. Presupuesto del Equipo de Pastoral	Trimestral	En las reuniones mensuales de voluntarios
Facilitar la participación los residentes en la preparación de la Eucaristía	Crear un grupo de preparación de la Misa de residentes y voluntarios	Coordinador del Equipo de Pastoral, junto con Luis y el capellán	Una reunión a la semana, los viernes de 12 a 13	Diciembre, marzo y junio
	Invitar a hacer las lecturas cada día a alguien distinto	El capellán	Antes de cada Eucaristía	Una vez al mes, después de Misa
	Ensayo de cantos con los que lo deseen en su tiempo libre	Fernando (voluntario) y Antonia (religiosa)	Lunes y Miércoles de 19 a 20	
	¿Qué?	¿Quién? ¿Con qué?	¿Cuándo?	¿Cómo?

Dinámica para trabajar con voluntarios

OBJETIVOS:

1. Observar y detectar los indicadores o señales clave que nos permiten valorar información, sobre el grado de integración y participación del voluntariado en un Proyecto con ancianos.
2. Valorar conjuntamente cómo nos sentimos en el trabajo conjunto y en el desarrollo de la acción, así como buscar los porqués de todo ello.

DESARROLLO:

Seguramente que, desde pequeños, la mayoría de nosotros/as hemos jugado en acampadas, excursiones, etc. al juego del «rastreo», también llamado «la búsqueda del tesoro»... Se trata de buscar una serie de señales o pistas que nos lleven a encontrar algo al final. En nuestro caso, no nos interesa tanto el final cuanto el recorrido que vamos a ir haciendo juntos y lo que vayamos descubriendo en él.

Podemos usarlo con algún grupo, en algún encuentro con voluntariado o con otros animadores/as.

Los previos:

- Se organiza el juego, de manera que a cada equipo se le asigne una o más pistas, según el tiempo de que se disponga y el número de participantes.
- Escribimos cada palabra clave en un folio, que pueden ser de colores distintos para organizar así también los equipos.
- Las palabras clave que nos servirán de indicadores pueden ser las siguientes: *compromiso, estabilidad (constancia), sentido crítico, reflexión, autonomía, satisfacción, afrontar conflictos, integración, participación, dispersión, horizonte...* Si creemos que hay más, o hemos ido descubriendo otras, podemos añadirlas o sustituirlas.

- Las pistas que preparemos nos han de llevar a que cada equipo encuentre su palabra o palabras clave.
- Escondernos las pistas o señales en distintos sitios de la sala o del lugar de trabajo.
- Es importante preparar alguna dificultad añadida para los equipos, como que todos/as han de caminar al mismo paso, o que haya unos que hagan de ciegos y otros de mudos, o que deben anudarse los cordones de los zapatos con otros, etc. Puede ser interesante que cada equipo tenga una dificultad distinta a la del resto.

Durante:

- Se presenta el juego a los participantes, pidiéndoles que se organicen en varios pequeños equipos. Se trata de que cada equipo encuentre por lo menos una de las palabras clave.
- Una vez que lo hagan, tendrán que sentarse, con papel y lápiz, para intentar definir la palabra clave encontrada. Sería interesante incluso hacerlo con un diccionario.
- Invitarnos a todos los equipos a hacer una puesta en común de lo encontrado y de la definición que le han dado. Además, en la puesta en común podemos preguntar cómo nos hemos sentido en el desarrollo del juego, que dificultades hemos tenido, cuáles han sido nuestras actitudes, qué consecuencias tienen para las otras personas... Estas situaciones pueden ser el reflejo de lo que cotidianamente vivimos en el proyecto.
- Ahora se trata de que personalicemos los significados. Cada persona ha de seleccionar dos o tres palabras clave que le resulten interesantes. Dejaremos un margen de tiempo para que cada cual se pregunte a sí mismo/a sobre el significado y el sentido que en su acción voluntaria está teniendo esa clave, para sí mismo/a y para el equipo. Este ejercicio ha de hacerse por escrito.

Un ejemplo con la clave «compromiso» podría ser: «Estoy sintiendo que no estoy viviendo del todo este compromiso, porque no basta con ser responsable sino que hay que poner el alma en lo que se está haciendo»; «pienso que para ser

constante he de tener voluntad y encontrar mi sitio en el proyecto, y esto no puedo hacerlo sola/o»; «cuando estamos en las actividades, percibo que ya no me ven como alguien de fuera, sino que están fiándose de mí; mi presencia continuada está siendo importante».

- Volvemos a los pequeños equipos de trabajo y compartimos lo que hemos escrito. Seguramente habrá coincidencia de palabras clave o señales, pero no tanto del significado que tienen para cada uno/a.
- Ponemos en común lo trabajado en los pequeños equipos de trabajo, lo cual nos ayudará a tomar conciencia conjunta de lo que estamos viviendo, de cómo y por qué nos está afectando, y nos planteará también retos personales y colectivos para mejorar.

Las motivaciones del voluntariado

La clave del éxito y la continuidad del voluntario está en sus motivaciones. Exponemos aquí cuáles pueden ser las motivaciones que llevan a una persona a empezar y mantenerse en un voluntariado:

Por sus consecuencias para la persona:

- *Motivaciones de «atracción»*: me dirijo hacia algo porque me atrae, porque me interesa en sí mismo o por las consecuencias positivas que tiene para mí.
- *Motivaciones de «huida»*: me dirijo hacia algo huyendo, escapando o evitando otra situación. De este modo se convierte en un refugio para mí. Busco escapar de las consecuencias negativas que tendría el quedarme fuera.

Por su origen:

- *Motivaciones «internas»*: me dirijo hacia algo porque yo quiero, porque a mí se me ha ocurrido y lo he buscado.
- *Motivaciones «externas»*: hago algo porque me lo dice mi familia o mis amigos, porque está socialmente bien considerado, porque «se lleva».

Por sus resultados:

- *Motivaciones «inmediatas»*: hago algo buscando los resultados positivos de mi acción «ya», a muy corto plazo.
- *Motivaciones «diferidas»*: hago algo aunque sé que los resultados los veré a largo o medio plazo. Diferir los resultados supone saber disfrutar de lo cotidiano, del trabajo de cada día.

Las motivaciones de una persona serán tanto más estables y robustas cuanto más «internas», «diferidas» y por «atracción» sean.

Habrá que ir proporcionando reflexión sobre la experiencia para que una persona se abra a motivaciones más enriquecedoras.

Para asimilar mejor todo esto podéis reflexionar y dialogar en grupo con los voluntarios:

- ¿De qué tipo son mis motivaciones para hacer algunas cosas sencillas: estudiar, levantarme por la mañana, trabajar, ir al cine, ir de excursión, preparar reuniones... ?
- ¿Cómo han variado mis motivaciones en alguna de mis opciones vitales: mi profesión, mi vida en pareja, mi lugar de vivienda, mi trabajo por los pobres... ?
- ¿Cómo han variado mis motivaciones como voluntario desde que empecé?
- ¿Cómo han variado las de otros voluntarios que conozco?
- ¿De qué tipo son ahora nuestras motivaciones?; ¿en qué lo noto?
- ¿En qué se nota que las motivaciones de una persona son de uno u otro tipo, aparte de porque lo dice?

Comentar el siguiente cuento:

La marcha de los (in-voluntarios)

«Érase un joven generoso que se había ofrecido de voluntario en una asociación que tenía la voluntad de ayudar voluntariamente a los involuntariamente desfavorecidos de la fortuna.

(Hagamos un paréntesis para explicar que "desfavorecidos de la fortuna" es toda aquella persona que, gracias a los sistemas económicos, a las leyes de mercado y a la ley del más fuerte, se queda sin comida, sin escuela, sin vestido, sin vivienda digna... Es como si a uno que va por la calle le asaltan, le golpean y le dejan desnudo... y se le llama peatón "desfavorecido" ... Pero volvamos al tema).

El joven generoso se había ofrecido voluntario, etc.

Como era voluntario, tenía muy buena voluntad, pero no muy grande (el tamaño es lo de menos). Se había comprometido en acudir a la asociación todos los martes, jueves y viernes a las seis de la tarde.

En la asociación estaban muy contentos con el nuevo fichaje, porque hacía falta su colaboración como estudiante de economía para llevar las cuentas, que en aquella asociación (como en casi todas) estaban manga por hombro.

Pero he aquí que el voluntario -para eso era voluntario y no percibía ningún sueldo- aparecía un martes, pero el jueves tenía un partido de tenis al que no podía faltar, y el viernes ponían en el cine-club de la universidad una interesantísima película que no podía perderse...

Al martes siguiente, el voluntario llegó involuntariamente una hora y cuarto más tarde y se puso al trabajo con gran entusiasmo. El siguiente jueves llegó sólo media hora más tarde y, cuando estaba en lo más arduo de su tarea, el economista recibió la llamada de Yolanda: "Pero ¿no te acuerdas de que hoyes mi cumple?". "¡Ay, perdona!". Dejó los papeles revueltos sobre la mesa y salió corriendo. Estuvo en la asociación como un clavo los tres días siguientes, porque al llegar el viernes notó una cara extraña en el coordinador. Pero he aquí que dos semanas después encontró en el periódico el anuncio de un curso intensivo de danza-jazz. ¡Con el interés que tenía el voluntario en la cultura afroamericana, la solidaridad con el mundo negro, la expresión corporal...! Avisó al coordinador: «No serán más que dos semanas... luego podré aportar...».

Las dos semanas se convirtieron en cinco, pero el martes de la sexta apareció puntualísimo en la asociación. En la mesa que él ocupaba normalmente había trabajando una señora mayor con lentes finitos de esos de mirar por encima. "Buenas tardes". "Buenas tardes", contestó la señora mayor, que siguió a lo suyo.

El coordinador se asomó a la puerta: "Hola, presento a Doña Rosalía... es contable jubilada que se ha ofrecido... ¿vienes un momento?". Se lo llevó a su despacho.

- Mira es que urgía el asunto de las cuentas, y ella, aunque a veces tiene que traerse a su nieto o se le pone el marido enfermo, tiene más tiempo.

- Pero es que yo soy voluntario...

- Bueno, bueno... Hay otro rollo para ti. Hemos tenido una reunión los responsables de asociaciones no gubernamentales, ONGS, fundaciones, pías uniones, clubes benéficos... y hemos organizado algo que creo te resultará interesante. Apunta la dirección:

Al siguiente martes, el voluntario se dirigió a dicha dirección, valga la redundancia. En la puerta de aquella casa del viejo Madrid había un cartelito: "Asociación de involuntarios: piso 2º derecha". Estuvo a punto de marcharse, confundido, pero le ganó la curiosidad y subió. En recepción, una muchachita estaba poniéndose el abrigo. "Hola, eres nuevo, ¿no? Aquí tienes un prospecto de la asociación". Ella se fue. Por la sala de recepción cruzaban, entraban y salían jóvenes y maduros de distinta carrocería. Leyó: "Asociación de involuntarios. Fundación de la unión de agrupaciones de servicio social. Nuestro objetivo es ofrecer un campo de actividades a todos aquellos jóvenes o adultos inquietos que quieren hacer algo (pero no demasiado) en su vida".

"Esta asociación cuenta con una sala de revistas, videoteca, sala de reuniones informales... No hay horario fijo ni reglamento concreto. Puede usted venir cuando le apetezca y *comprometerse* en la actividad que usted elija, aunque luego sus múltiples ocupaciones y contactos no le permitan llevar a cabo su compromiso".

"Las ventajas de esta asociación son: a) que usted se sentirá realizado; y b) que no dejará empantanada la acción de las organizaciones que se batan el cobre por causas serias en defensa de los desfavorecidos (robados) de la fortuna (los poderosos). Posibles actividades que le ofrecemos .

"

Al voluntario no le pareció mal la idea e iba a ponerse a elegir una actividad entre la amplia lista. Pero en aquel momento miró el reloj: "¡Uy, las siete y media! ¡Hoy transmiten el partido Oviedo-Osasuna!". Y salió, involuntariamente corriendo».

(MARTÍN VALMASEDA)

Ejercicio

Si no tienes Proyecto de Pastoral en la Residencia, éste puede ser un buen momento para empezar a elaborarlo; siguiendo el sistema que hemos expuesto (Justificación, objetivos...), piensa en tu propia Residencia dos objetivos que podrías plantearte y trata de plasmarlos en un cuadro como el que hemos presentado más arriba, siendo lo más concreto posible en acciones, recursos, tareas, etc.

A modo de conclusión

No sé, querido lector, cuánto provecho habrás obtenido de este cuaderno. Seguro que tendrías muchas cosas que añadir, que mejorar... Éste es el reto que tenemos los que cuidamos de nuestros mayores: nunca paramos, nunca conformamos, nunca dar por sentado que lo hacemos bien, ni creer que con la buena voluntad basta.

Hay cientos de personas dedicando su vida y su trabajo al acompañamiento de personas mayores en instituciones. Yo he conocido a muchas; mi trabajo de profesor en el Centro de Humanización de la Salud me ha llevado a Residencias por toda la geografía española. Fruto de la preparación de estos cursos ha nacido este cuaderno. Sólo he querido aportar una herramienta de reflexión y trabajo a tantos «ángeles» que conozco y que se desviven por los mayores en sus Residencias, a menudo con escaso reconocimiento social.

Ojalá a todos ellos, a todos vosotros, os haya servido de algo trabajar con el libro. Está en vuestras manos el mejorar, el aportar más elementos, el transmitir vuestra experiencia. Entre todos, el apasionante objetivo de humanizar la atención a nuestros mayores va siendo posible. Ellos se lo merecen.