UNIVERSIDAD HEMISFERIOS

Facultad de Artes y Humanidades

Tema:

El Valor del Dolor se encuentra en el Amor

Trabajo de Titulación para la obtención del Título de Licenciada en Estudios Humanísticos

Presentado por:

Sor Silvia del Rocío Anangonó Sandoval

Tutor:

Sor Salomé Natalia Vera Jurado

Quito, junio de 2022

RESUMEN

Frente a la actitud del ser humano que vive encerrado en lo material, lo fácil y cómodo, como manifestación de su incapacidad para aceptar el dolor y el sufrimiento físico y espiritual -que ve como un castigo-, la presente investigación realiza una seria reflexión sobre la relación entre amor, dolor y sufrimiento en el acompañamiento espiritual al enfermo. El trabajo pastoral debe ayudar a sobrellevar el dolor a través del Amor, Dios, quien le da su auténtico valor. De la experiencia del amor en el dolor, surge la aceptación, la alegría, la confianza, la felicidad. Actitud plena de fe, que trasciende y mueve a la persona a asumir el dolor y el sufrimiento con madurez desde la visión cristiana y salvífica de Juan Pablo II. Ésta se abre a todos y conduce a encontrar el porqué y el para qué de su dolor.

Palabras clave: Amor, dolor, sufrimiento, fe, enfermo, Juan Pablo II

DECLARACIÓN DE ACEPTACIÓN DE LAS NORMAS ÉTICAS Y REGLAMENTARIAS DE LA UNIVERSIDAD HEMISFERIOS

El presente documento se ciñe a lo dispuesto en el Reglamento de Régimen Académico y el Código de Ética de la Universidad Hemisferios. Así, declaro que el contenido del mismo se ha redactado con entera sujeción al respeto de los derechos de autor, citando adecuadamente las fuentes. Por tal motivo, autorizo a la Biblioteca a que haga pública su disponibilidad para la lectura dentro de la institución, a la vez que autorizo el uso comercial de mi obra a la Universidad Hemisferios, siempre y cuando se me reconozca el cuarenta por ciento (40%) de los beneficios económicos resultantes de esta explotación.

Además, me comprometo a hacer constar, por todos los medios de publicación, difusión y distribución, que mi obra fue producida en el ámbito académico de la Universidad Hemisferios.

De comprobarse que no cumplí con las estipulaciones éticas, incurriendo en caso de plagio, me someto a las determinaciones que la propia Universidad plantee.

Silvia del Rocío Anangonó Sandoval
C.I. 171111404-9

DEDICATORIA

A mi Señor Jesús que reina en este Hogar de Bendición y a María Santísima, mi Madre, la Madre de la Unidad.

ÍNDICE

Resumen 2
Declaración de Aceptación de las Normas Éticas y Reglamentarias de la Universidad Hemisferios 3
Dedicatoria 4
Índice 5
INTRODUCCIÓN 7
AMOR, DOLOR Y SUFRIMIENTO 8
1. El amor 8
1.1. Significado etimológico 8
1.2. Significado filosófico-antropológico 8
1.3. Concepción cristiana 10
1.4. El amor en San Juan Pablo II 11
2. Dolor y sufrimiento 13
2.1. Significado etimológico de los términos 13
2.2. Visión filosófico-antropológica del dolor y el sufrimiento 14
2.3. El sufrimiento psicológico 16
2.4. Sentido del dolor y el sufrimiento en contexto cristiano 16
3.4. Dolor y sufrimiento según San Juan Pablo II 19
MANIFESTACIONES DE AMOR CON RESPECTO AL QUE SUFRE 22
1. La relación de acompañamiento 22
2. La presencia del amor entre los enfermos 23
3. El amor toca la fragilidad del hombre 26
PLAN PASTORAL PARA ENCONTRAR EN EL AMOR EL VALOR DEL SUFRIMIENTO 30
1. Justificación 30
2. Objetivos y actividades del plan 30
3. Contenido temático de la formación 32
CONCLUSIONES 34
BIBLIOGRAFÍA 36

TÍTULO: El Valor del Dolor se encuentra en el Amor

Autor: Sor Silvia del Rocío Anangonó Sandoval

Correo electrónico: religiosasmariamadredelaunidad@hotmail.com

Resumen

Frente a la actitud del ser humano que vive encerrado en lo material, lo fácil y cómodo, como manifestación de su incapacidad para aceptar el dolor y el sufrimiento físico y espiritual -que ve como un castigo-, la presente investigación realiza una seria reflexión sobre la relación entre amor, dolor y sufrimiento en el acompañamiento espiritual al enfermo. El trabajo pastoral debe ayudar a sobrellevar el dolor a través del Amor, Dios, quien le da su auténtico valor. De la experiencia del amor en el dolor, surge la aceptación, la alegría, la confianza, la felicidad. Actitud plena de fe, que trasciende y mueve a la persona a asumir el dolor y el sufrimiento con madurez desde la visión cristiana y salvífica de Juan Pablo II. Ésta se abre a todos y conduce a encontrar el porqué y el para qué de su dolor.

Palabras Clave: Amor, dolor, sufrimiento, fe, enfermo, Juan Pablo II

Abstract

The present investigation carries out a serious reflection on the relationship between love, pain and suffering in the spiritual accompaniment of the patient contrasted with the attitude of the human being who lives locked up in material, easy and comfortable things, a factor that manifests his inability to accept pain and physical and spiritual suffering -which he sees as a punishment-. Pastoral work must help to cope with pain through Love, which is God, Who reveals its authentic value. Acceptance, joy, trust and happiness arise from the experience of love in pain, these attitudes full of faith transcend and move the person to assume maturely pain and suffering with the Christian and salvific vision of John Paul II. Faith is open to everyone and leads to find the why and wherefore of pain.

Key words: Love, pain, suffering, faith, sick, John Paul II

INTRODUCCIÓN

Ante un mundo deshumanizado, descristianizado, materialista y relativista, en donde el ser humano vive según lo que siente, encaminado por el placer, hacia lo más fácil y cómodo, es incapacitado de aceptar el dolor tanto físico como espiritual, propio o ajeno, pues juzgándolo negativamente experimenta un profundo miedo que no soporta y, en consecuencia, trata siempre de huir. Por el contrario, cuando con amor experimenta el dolor, reconoce y afirma su dignidad –y la del prójimo-, pues misteriosamente ha hallado un tesoro.

Esto motivó a la reflexión del presente estudio que se enfocó en explicar la relación entre el amor y el dolor -y sufrimiento- para el acompañamiento espiritual del enfermo, desde los postulados antropológico-filosóficos de San Juan Pablo II. Con ello se trató de encontrar la respuesta al por qué y al para qué del misterio del dolor mediante su descripción del amor que lo desvela, junto con la dignidad de la persona humana. Además, se evidenció la necesidad de un plan de formación para los agentes de pastoral, dentro de un marco de educación en auténticos valores, que ayuden a la realización personal de todos los que se encuentran alrededor del enfermo, incluida la familia.

Para lograr estos objetivos el trabajo se diseñó en tres partes: en primer lugar, se puntualizó los conceptos de amor, dolor y sufrimiento en un sentido general y se terminó con las nociones como las desarrolla San Juan Pablo II, especialmente en su Carta Apostólica *Salvífici Doloris*. En segundo lugar, se expuso la manera cómo quien acompaña al enfermo debe manifestarle el amor, todo a través de un testimonio verdadero del que brote con espontaneidad el amor al dolor que quiera ayudar a asumir, tanto a quienes pertenecen a una religión o no. A continuación, se elaboró un plan de formación para los agentes de pastoral, concentrando los contenidos en los valores que surgen de la visión cristiana para una ética que recupere la auténtica dignidad de la persona. Esta parte constituye la concreta contribución de la investigación, junto con las correspondientes conclusiones que se plantearon.

El tema es claramente de gran interés actual y pretende contribuir de modo práctico a la humanización de la persona –y de la sociedad- en el momento que más necesita, como lo es en el lecho del dolor y la cercanía de la muerte, mediante la recuperación del amor, no sólo conceptual, sino ontológico y vivencial.

AMOR, DOLOR Y SUFRIMIENTO

1. El amor

1.1. Significado etimológico

El término "amor" viene de tres palabras latinas: *dilectio*, *caritas*, *amor*. Nociones que hablan de la expresión del amor y que en ocasiones se les da o tienen el mismo significado, como afirma san Agustín:

> "[…] de manera general, y aun sin coherencia plena, usa *amor* para designar el deseo y el anhelo (es decir, para el amor en su sentido más amplio, menos específico); *dilectio* para designar el amor a uno mismo y al prójimo; y *caritas* para designar el amor a Dios y al bien supremo. (Arendt, 2001, p. 61)

Los equivalentes en griego de estos términos son: *eros*, *philia* y *ágape*. El nombre de *eros* (Ερως), manifiesta el amor entre un hombre y una mujer. El amor *philia* es amor de amistad, amor al prójimo**,** busca el bien común y se expresa a través del respeto, la generosidad. *Caritas* equivale al αγάπη griego, es amor a Dios, habla del amor fundado en la fe y plasmado por ella, es algo esencial y nuevo, aportado por el cristianismo. Caridad y eros, con frecuencia se contraponen. La primera como amor "*ascendente"* y el segundo como amor "descendente"; aunque nunca llegan a separarse completamente, ya que encuentran la justa unidad en la única realidad que es la verdadera esencia del Amor, Dios (Benedicto XVI, 2005, pp. 3-4).

En resumen, según su significado etimológico, todas las acepciones del amor presentan los siguientes elementos comunes: ante todo, sólo es posible en relación de personas, además es de índole afectivo y puede incluir, al mismo tiempo, atracción física y significar el apego a un ideal o a un valor.

1.2. Significado filosófico-antropológico

Desde el punto de vista filosófico, el significado de amor, no se distingue mucho del sentido general, ya que puede ser definido como la tendencia o el deseo de unirse con el otro, es decir, el deseo de poseerlo continuamente o de formar con él un todo. Platón, considera el amor como la aspiración a lo bello y a lo bueno, en fin, a lo absoluto. Hace la

distinción entre amor posesivo y egoísta que persigue al otro como algo a aniquilar y el amor auténtico y generoso que rescata libera del deseo y del sufrimiento.

Desde el punto de vista filosófico, la palabra amor no difiere mucho de su sentido general: de hecho, en términos filosóficos el amor puede ser definido como la tendencia o el deseo de unirse con el otro, es decir, el deseo de poseerlo continuamente o de formar con él un todo. Platón presenta una noción un poco diferente, definiendo el amor como la aspiración a lo bello y a lo bueno, es decir, a lo absoluto. Conviene aún así distinguir entre amor posesivo y egoísta en que se persigue al otro como algo a devorar, y el amor auténtico y altruista que libera del deseo y del sufrimiento. Esta oposición entre amor-pasión, egoísta, y el amor-acción, altruista, es retomada más tarde por varios filósofos y corrientes filosóficas. Los estoicos, por ejemplo, hacen una clara distinción entre los dos tipos de amor, condenando el amor-pasión. Kant demuestra que sólo el "amor-práctico" es moralmente aceptable mientras que el "amor-patológico", descontrolado es desprecio por el otro.

Santo Tomás dice que es un acto del apetito que tiene por objeto el bien y habla del amor de tres modos como tres son los apetitos: amor natural, sensitivo e intelectivo. El amor natural es el orden del ente a su perfección; el sensitivo es una pasión que brota de la simple aparición del bien y el intelectivo es un acto de voluntad que perfecciona al agente (1989, ST I-II q.26, a.1,sol). Estos tipos de amor están íntimamente relacionados en nuestra vida. Tomás quiere decir que el amor es una inclinación hacia el bien, movimiento natural que tiende hacia el fin. Por ello se habla de que el amor mueve. El amor intelectivo es elegir libremente el bien y constituye el fundamento de la caridad que es Dios mismo, el Sumo Bien (Ferrater Mora, 1998, p. 135).

Pongamos un ejemplo. La esposa de un asesino, si ama verdaderamente a su esposo, lo ama no por su perversidad, que de hecho es imposible que así sea, sino por lo bueno que hay en él: su gentileza, su ternura, el amor que le entrega, la dignidad personal de aquel hombre, la posibilidad de que cambie, sea mejor etc. Eso bueno que ve puede ser obra de su ilusión, pero el caso es que lo ama por el bien que es en sí mismo, por el bien que descubre en él, sea real o no y no por ser un malhechor. En resumen, nunca se ama nada ni a nadie, sino porque es bueno en sí mismo, porque es un bien (Astorquiza Fierro, 2002, p. 11).

Como pasión, Santo Tomás afirma que el amor es la primera del apetito concupiscible, ya que es la adecuación al fin o bien sensible. El amor tiende al deleite del bien. El movimiento hacia el bien es el deseo (segunda pasión que surge ante el bien futuro) y el descanso en él es el gozo (tercera pasión que surge del bien poseído). En el amor intelectivo, la voluntad puede amar con un amor verdaderamente desinteresado, en la medida en que puede adherirse a lo que es un bien en sí mismo (Astorquiza Fierro, 2002, p. 20-23).

Cuando el amor se presenta como don, la persona manifiesta ese querer que es el bien del otro, en su darse totalmente sin reservas y ese querer se refuerza cuando el otro desea, asimismo, el bien para el que ama, donándose al otro. Entonces, cuando existe una donación y aceptación recíprocas del don de sí mismos se da el amor mutuo. En esa misma línea, querer el bien para el otro es querer también el bien para sí mismo, porque es lo que el otro quiere. Así, el respeto mutuo consiste en valorar la verdadera dignidad de la persona humana y de no instrumentalizarla, como sucede en la actualidad, en que el sentido verdadero del amor, puede decirse que ha desaparecido, porque al aplicarse indebidamente, su significado se ha vaciado. En cambio, "El amor es un acto objetivo perfecto, porque en él salimos completamente de nuestros intereses" (Scheler, 2005, p. 232).

En conclusión, el amor culmina cuando se hace recíproco, porque entonces sus actos se refuerzan, es decir, se traduce en perfección personal: si la persona se siente amada personalmente, habrá más amor en ella y, por lo tanto, amará más, porque el otro quiere su bien. Amar es, entonces, corresponder al amor, darse. Hay muchos modos de corresponder al don recibido del amor, como, por ejemplo, la gratitud, que es pura y desinteresada y brota del amor. El hombre es deudor de aquel de quien recibe el don, y siendo una deuda impagable, en gratitud, sólo puede corresponder con el mismo amor, busca afirmar al otro, quiere el bien del otro, se hace uno con el otro (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 150), le hace feliz, porque el amor fundado en la libertad es donación (Burgos, 2011, p. 10).

1.3. Concepción cristiana

En la concepción cristiana el sentido es religioso; puesto que el amor es Dios. Dios es caridad. No es caridad en general ni es dar limosna. Es la más alta y deseada virtud que uno pueda aspirar. Es amar al prójimo**,** pero de la manera que san Agustín expresa: "todo hombre en cuanto hombre ha de ser amado por Dios (a causa de Dios), y Dios por Sí

mismo" (1957, pp. 93, I, 27-28). Esto quiere decir, amar al prójimo con el mismo amor de Dios con el cual Dios nos ama y por amor a Dios.

Es virtud teologal y la más principal de acuerdo al apóstol Pablo que afirma que "puedo tenerlo todo, pero si no tengo amor nada soy, la caridad siempre permanece" (1ª Cor. XII, 2) y que "ahora subsisten la fe, la esperanza y la caridad, estas tres. Pero la mayor de todas ellas es la caridad" (1ª Cor. XIII, 13). San Juan en su primera carta (IV, 7-8) indica: "el amor viene de Dios y todo el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios, el que no ama no ha conocido a Dios, pues Dios es Amor". Este amor mueve la voluntad a actuar sin medida, es atraído por el Ser, por el verdadero Bien, fuente de todo amor que es participación de esa misma fuente. En efecto, es la tendencia que tiene lo Superior y Perfecto de descender hacia lo inferior e imperfecto, con el fin de atraerlo hacia Él y salvarlo, manifestando así la superabundancia de su Ser (Ferrater Mora, 1998, p. 136).

Santo Tomás define al amor cristiano, *caritas*, como virtud sobrenatural, que hace que las demás virtudes sean plenas y verdaderas, permitiendo que alcancen la bienaventuranza. Esto no quiere decir que las virtudes naturales no sean autónomas, por ello muchas personas que no han sido o no son cristianas o no han conocido la Revelación cristiana han podido ser y pueden ser buenas (1988, ST II-II q. 23).

1.4. El amor en San Juan Pablo II

Para Juan Pablo II, el amor es lo más grande de la creación, porque el amor es Dios mismo, su Autor, la fuente más rica, más plena, que da sentido a la vida humana, al dolor y al sufrimiento.

> "El amor es la realización más completa de las posibilidades del ser humano. Es la actualización máxima de la potencialidad propia de la persona, que encuentra en el amor la mayor plenitud de su ser, de su existencia objetiva. El amor es el acto que de manera más completa explaya la existencia de la persona. Para que esto ocurra es indispensable, evidentemente, que sea verdadero". (Wojtyla, 1978, p. 56)

Es el amor divino, el que hace comprender al hombre la sublimación de este misterio, amor que es fuerza vencedora, camino único y válido para mejorar las relaciones entre los hombres, amor que cura al enfermo y al que lo ayuda. Para el Papa, el amor no excluye ni prefiere, el amor sobrepasa fronteras y vence divisiones de raza, casta e

ideología (1990, n.89). Se trata de un Amor que salva y da verdadera felicidad. Es un amor, además, armonioso con la misma naturaleza humana, que impulsa al hombre hacia un fin previamente inscrito y que coincide con el don de la ley, porque "Quien ama al prójimo ya ha cumplido la ley […] De modo que amar es cumplir la ley entera" (Rm XIII,8.10).

San Juan Pablo II deja claro que "el amor es siempre una relación mutua de personas, que se funda a su vez en la actitud de ellas individual y común respecto del bien" (1978, p. 54). Es importante destacar que hablar de amor siempre tiene que ver con el bien. Y es que sin el bien la persona no sólo no puede crecer y realizarse, sino que tampoco puede vivir.

> "El hombre no puede vivir sin amor. Él permanece para sí mismo un ser incomprensible, su vida está privada de sentido si no se le revela el amor, si no se encuentra con el amor, si no lo experimenta y lo hace propio, si no participa en él vivamente. Por esto precisamente, Cristo Redentor (…) revela plenamente el hombre al mismo hombre." (1979, p. 27. n 10)

En este contexto, el amor enseña el orden trascendente de la verdad y la justicia al que todo amor humano debe configurarse, amor que se abre al otro y se hace uno con él, porque el amor crea el bien y desecha el mal, dándole valor a todo con su Vida. "Cristo nos amó primero, nos amó a pesar de nuestro pecado y nuestra debilidad humana. Él nos hizo dignos de su amor, amor que no tiene límites y no acaba jamás (1Cor XII, 4-13; 2ª Juan II,16). Es un amor definitivo y perfectísimo, pues Cristo nos redimió con su preciosísima sangre" (Juan Pablo II, 1999). La persona es un bien respecto del cual solo el amor constituye la actitud apropiada y valedera (Burgos, 2011, p. 54).

Hasta este punto se ha querido contextualizar el amor y su importancia para la definición misma de la persona y su vida en los diversos grados de relaciones interpersonales. Se puede constatar que hablar del hombre requiere tener claro acerca del amor y sus acepciones para que luego, a través de su ejercicio, pueda alcanzar sus metas, siempre en relación con los demás seres humanos. Dicho esto, conocer al ser humano desde el enfoque cristiano permite, además, superar barreras e impulsarlo hacia la donación personal para crear la comunión a la que está llamado, como sinónimo de perfección y realización personal.

2. Dolor y sufrimiento

En este apartado la investigación pretende insertar dos aspectos fundamentales que se hallan presentes en la vida humana: el dolor y el sufrimiento. La intención es definirlos y situarlos finalmente en el contexto del amor que, como se ha visto en la primera parte, define a la persona humana. Esto quiere decir que, bajo la luz del amor, el dolor y el sufrimiento tendrán su parte para la realización de toda persona.

2.1. Significado etimológico de los términos

2.1.1. Dolor

La palabra dolor, viene del latín *dolor, -ōris*, que significa sensación molesta y aflictiva, tiene que ver con el cuerpo, mal físico que afecta a los órganos, interior o exteriormente. Causa sentimiento de pena y congoja. (RAE, 2001) El dolor es una manifestación indefinida que se produce en defensa del organismo. La existencia humana sería vulnerable si se la privara de la capacidad de padecerlo puesto que el dolor está al servicio de la vida, dado que lleva al aprendizaje consciente y valiente de peligros que amenazan la integridad física.

2.1.2. Sufrimiento

El vocablo sufrimiento viene del latín *sufferre*, que significa aguantar, sobrellevar, y está formado a su vez por dos términos *sub-*, "bajo" y *ferre*, "llevar, cargar". Luego, sufrimiento es lo que se carga después o durante un sentimiento de dolor. Es el dolor interior de la persona, causado por un padecimiento, una pena, es sentir un daño, un castigo, un agravio, recibir con resignación un daño. Se lo entiende como sostener, tolerar, soportar (RAE, 2020). Así, el sufrimiento es alguna cosa que la persona ni quiere ni causa, más bien le acontece; supone una pasividad que es vivida en el plano afectivo de forma negativa.

En la vida humana el dolor y el sufrimiento se hallan juntos e interrelacionados, de tal modo que, el dolor físico a veces es causa del sufrimiento interior; y, otras, sufrir un percance físico produce a la persona un dolor espiritual. El hecho de estar vinculadas manifiesta, entre otras cosas, la unidad de la persona, pues no se trata de un sufrimiento y dolor ubicado en una sola parte del ser humano, sino que, al final le crea un malestar

integral. De ahí la importancia de profundizarlos desde el punto de vista antropológico y darles el debido valor al servicio de toda la persona humana.

2.2. Visión filosófico-antropológica del dolor y el sufrimiento

En la Filosofía clásica el dolor se encuentra entre las pasiones del deseo o del apetito concupiscible, es decir en la afectividad humana, y es definido como "sentimiento correspondiente a la posesión de un mal sensible", porque si se refiere a un mal espiritual se lo denomina tristeza (García Cuadrado, 2011, p. 114).

En otras palabras, el dolor es *"un daño sentido"*, causado por un mal presente, que afecta la sensibilidad como un intruso penetrante, que se presenta inesperadamente y desorganiza la relación del hombre con su cuerpo. La diferencia que tiene con el placer es indudable: Ya que, aunque el placer sea el sentimiento que acompaña a la posesión de un bien sensible, deja percibir al mismo tiempo una cierta liberación y fuga de la corporalidad. El placer y el dolor son reacciones contrarias y paralelas en cierto modo (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 322). Para Aristóteles, el dolor aparece cuando el sujeto padece la privación de un bien conforme a su naturaleza (1993, pp. 384, Libro X, 1173b5-10).

El dolor, junto con la enfermedad y la muerte, es signo de la caducidad del hombre, de su finitud y limitación. La muerte pone irremediablemente al ser humano frente al dolor, y es ocasión maravillosa para abrirse a la trascendencia de Dios, con quien todo cobra sentido. Este nuevo horizonte abre también a la auténtica compasión, porque capacita a reconocer en el semejante una finitud similar que le compromete, pues com-pasión es "padecer con", compartir el dolor que el otro está sufriendo, sufrir yo con él.

En el dolor, el hombre es atrapado y zarandeado, el cuerpo experimenta su límite, lo desagradable, su nada. Sin embargo, suprimir el dolor, seria eliminar la vida misma (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p.321-323), ya que sin dolor el hombre se pondría en peligro, pues "el dolor es una señal al servicio de la vida frente a lo que representa una amenaza para ésta" (Spaemann, 2005, p. 100). Por otro lado, el dolor del cuerpo es personal, pero infinitamente menos íntimo que otro género de dolor, el moral, del que no es fácil darse cuenta. De ahí que un brazo roto no tiene el mismo nivel de sufrimiento que una depresión, el primero afecta de un modo remediable y parcial, se lo puede ver, curar y enyesar, se lo puede aguantar, tomar un calmante y varias cosas más.

Mientras que el sufrimiento espiritual, mal asumido, lleva a perder por completo el sentido de la vida (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 322).

Si el hombre sabe aprovechar el verdadero sentido del dolor podrá madurar, porque le demanda salir de sí mismo para elevarse por encima de sí y lograr valorar con objetividad las cosas más importantes. De este modo, los momentos de dolor son verdaderas lecciones que enseñan al hombre reforzar su identidad para ser dueño de sí.

El sufrimiento tiene que ver con el nivel espiritual, por ello, no es visible directamente, a diferencia del dolor físico que, como se dijo, se revela en las manifestaciones y alteraciones del cuerpo. El sufrimiento es considerado un *mal,* privación del bien, que el hombre padece *pasivamente* como verdadera necesidad en la integridad de su ser, ya que el bien es parte constitutiva del mismo. Es patente la malignidad específica del sufrimiento para el ser humano. El dolor priva verdaderamente al hombre en su ser (Fuster, 2004, p. 265).

En el sufrimiento intervienen la memoria, la imaginación y la inteligencia, y por eso puede extenderse a muchas más realidades que el dolor físico, puesto que contiene el pasado y el futuro, e incluso lo físicamente ausente. Cuando el hombre sufre, lo hace de forma anticipada por algo que recuerda. Tiene la capacidad de representarse e imaginarse grandes males y tener miedo de ellos. De esta manera, se acrecienta el dolor real y es causa de varias enfermedades y fobias (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 323).

Se puede conocer varias especies de sufrimiento: la tristeza, la pena, sentimiento aplastante por un mal sucedido; aflicción, rabia, indignación que se produce ante un mal presente insoportable. La angustia, la ansiedad, que lleva a la persona a creer que no hay salida a su problema; la nostalgia por el bien pasado, que no volverá. La desilusión frente aquello que se espera y no resulta.

El sufrimiento es una de las más crudas realidades que hace clamar al hombre de disgusto, impotencia, desilusión, ante conductas que tienden a destruir a la persona. El sufrimiento se vuelve insatisfacción ante aquello que no agrada y desesperación y depresión al no poder cambiar la situación. Lo común a todas estas formas de sufrimiento es la huida, a causa del temor, por la pérdida de lo que se ama en el presente y se anhela en el futuro. El miedo que causa el sufrimiento, es un sentimiento de impotencia, ya que el

hombre se siente amenazado por algo que supera sus fuerzas (Moreno Restrepo, 1989, pp. 15-16).

El hombre requiere de una razón mayor que le sostenga para poder sobrellevar el sufrimiento. Esto lo realiza con el concurso de sus facultades superiores, sin embargo, la "buena noticia" le viene de fuera, es decir, debe ser comunicada y libremente aceptada. Esto significa que el ser humano frente al sufrimiento debe sincerarse y entrar en sí mismo, reconocer su limitación –como se ha dicho frente al dolor- y buscar una respuesta fuera de sí que calme su angustia.

2.3. El sufrimiento psicológico

Se habla también del sufrimiento psicológico que se refiere a un sufrimiento debido a causas no físicas como infortunios, desgracias, preocupaciones que de alguna manera se somatizan, sin que tenga una real base física, lo cual provoca: dolores de cabeza, de espalda, de abdomen, etc. Sucede que el dolor físico se amplía psicológicamente. Por otro lado, es evidente que las emociones o estados de ánimo negativos como: el estrés, rechazo emocional, desengaños, ira, nerviosismo, provocan consecuencias orgánicas, entre ellas: úlceras, gastritis, lesiones cardiovasculares, dermatitis. La realidad es que los dolores psicológicos debidos a trastornos psiquiátricos, causan dolores irreales, somatizaciones patológicas, como sucede en la histeria o en la hipocondría (Sanguinetti, 2019, p. 5).

Los remedios para vencer la tristeza y asumir este tipo de sufrimiento son principalmente: recrearse en el bien presente de todo lo que le rodea y de aquellos que le aman, el llanto, la compasión de los amigos, el sueño y el descanso; el gozo, la esperanza de la bienaventuranza, la contemplación de la verdad. La esperanza y la audacia ayudan a superar el miedo ante el sufrimiento, por éstas la persona se dirige a los bienes futuros arduos pero posibles. Le llevan a afrontar el peligro inminente y a saber aceptar con valentía aquello que le cuesta, como por ejemplo la "experiencia del sufrimiento con fe", la cual "hace al hombre más fuerte para obrar" (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 323), como sucedió con el buen samaritano, que se detuvo ante aquel hombre, ante su hermano que sufría, sólo para ayudarlo, pues se conmovió (Lc X,25-37).

2.4. Sentido del dolor y el sufrimiento en contexto cristiano

Es el cristianismo el que más lejos ha llegado en la misteriosa comprensión del sufrimiento, pues el mismo Hijo de Dios Encarnado es el enviado del Padre para salvar al

hombre de todas sus miserias. Él tomó sobre sí los males de todos los hombres, de todos los tiempos, soportándolos por amor para destruir en su muerte de Cruz el mal. Por el mismo Jesús, el sufrimiento y el dolor tienen finalmente sentido, pues se convierten en algo redentor. No es que sea algo atrayente, sigue siendo aterrador, pero en la voluntad del Padre se transforma en un dulce padecer: «Padre, si es posible, pasa de mí este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya» (Mateo XXVI, 39).

Asimilar el valor del sufrimiento, así cuando aparece con culpa como sin ella, es sin duda la más importante disciplina de una materia que se llama «madurez humana». Sólo cuando se conoce, se experimenta qué es el dolor, se puede advertir en totalidad cuál es el valor del gozo, de la felicidad y de la alegría (Gómez, 2012, p. 4).

> Jesús, el bueno, el inocente, cargó con nuestros sufrimientos. Él fue en todo semejante al ser humano, menos en el pecado; no buscó ni quiso el sufrimiento, ni para sí, ni para los otros. No podía soportar el sufrimiento de los demás y trató de borrarlo. Jesús sufre por querer suprimir el mal. Es la actuación del enviado a anunciar a los pobres la buena noticia (Lc 4,18). En él se encarna el amor infinito del Padre a todo ser humano. (Gómez Navarro, 2009, p. 86)

Como se puede apreciar, el sufrimiento cristiano se centra en la muerte misma de Jesucristo, que dio su vida en la Cruz, por amor a toda la humanidad. La salvación del hombre se realizó a través del sufrimiento, del sufrimiento de Cristo. La salvación cristiana consiste en la supresión del mal a través del mayor mal acontecido en la historia humana: la muerte del hombre-Dios.

En la historia del hombre, el sufrimiento ha estado siempre presente, coexiste con él de tal manera que parece ser esencial a la naturaleza del hombre. Sin embargo, para superarlo, está llamado a trascender, destinado y llamado a superarse a sí mismo. En este superarse no puede no comprometerse en causa de su semejante, causa que le interpela e involucra. Para ello, necesita de la Palabra de Dios que le ilumina para que descubra la potencia redentora del amor en la Cruz y asuma libremente el sufrimiento como Jesús.

> …debe afirmarse, aunque parezca completamente extraño, que Cristo también necesita de sus miembros (…) Lo cual no proviene de necesidad o insuficiencia por parte suya, sino más bien porque Él mismo así lo dispuso para mayor honra de su Esposa inmaculada (…)

> Misterio verdaderamente tremendo y que jamás se meditará bastante, el que la salvación de muchos depende de las oraciones y voluntarias mortificaciones de los miembros del Cuerpo Místico de Jesucristo dirigidas a este objeto. (Pío XII, 1943, p. 19)

En el cristianismo, el dolor es el mal de pena que ha caído sobre la humanidad en castigo por el pecado de origen y de los pecados personales. A partir de allí los dolores y sufrimientos afectan incluso a las personas inocentes: los niños, las almas santas y sobre todo a Cristo y María, que padecieron el dolor sin medida por amor a todos los hombres. Sin embargo, esta visión del dolor como castigo cambia cuando Cristo se dona a Dios en su inefable sacrificio en la Cruz para redimir a la humanidad caída y enseñar al ser humano a unir sus dolores con los de Cristo para la obra de Redención (Royo Marín O.P., 1963, pp. 611-617).

No todos comprenden el sentido cristiano del dolor como consecuencia del pecado, es decir, como castigo. Por lo tanto, luchan por erradicarlo tanto teórica como prácticamente de la sociedad, de la persona y del mundo. Por eso, se orientan hacia un sentido relativo de la vida, en donde cada persona puede decidir sobre sí misma en cuanto a disponer sobre su vida, esto es, terminarla, cuando el dolor es insoportable. Se habla, entonces, de una cierta "dignidad humana" en la que cada uno se adueña de su vida y, en consecuencia, puede quitarse la vida, suicidarse –aunque se llame eutanasia– cuando y como quiera. Dicen "yo soy mi dignidad" (Palacios, 2009, p. 13). El dolor es un don precioso como la fe, no un dolorismo; no un castigo, es un medio de santificación (Pederzini, 2003, p. 4).

Sólo el hombre cristiano, puede preguntarse y dirigirse a Dios con toda la inquietud de su corazón, con toda la expectación de su mente, pues en su conciencia sabe que sólo en Dios está la respuesta y ésta puede ser acogida o rechazada según sea su fe y su vida.

En ocasiones, el dolor ha llevado incluso al hombre religioso a enfrentarse con su Dios, en una actitud de desconcierto, de pregunta con gritos internos y externos de protesta y rebeldía; pues el dolor sacude y estremece sin mirar edad, sexo, color ni condición social (Moreno Restrepo, 1989, p. 15). La realidad del dolor y el sufrimiento confirman que Dios está presente aún en los momentos más difíciles en los que parece no existir, pues es ahí donde se llega a comprender a Dios y a uno mismo.

En suma, sólo y exclusivamente la relación del hombre con Dios, a quien pertenece le brindará esperanza, lo llevará a la trascendencia, certeza de que no todo termina aquí y que por tanto el dolor no es estéril, no es inútil. Su testimonio hace que otros sufran con paz, sabiendo que su dolor puede santificar al sufriente y a los que le rodean (Moreno Restrepo, 1989, p. 16). Es así que el dolor pertenece a la esencia misma de la vida cristiana, como lo afirma san Pablo: "Pues a vosotros se os ha concedido la gracia de que por Cristo (...) no sólo que creáis en él, sino también que padezcáis por él" (Fil I,29).

3.4. Dolor y sufrimiento según San Juan Pablo II

San Juan Pablo II reconoce que el dolor físico está relacionado con el mundo de los animales pues ellos también sienten el dolor, pero sólo el hombre sabe o se da cuenta que lo experimenta. Además, se pregunta por qué y sufre profundamente si no encuentra una respuesta. El dolor, como se ha dicho más arriba, ayuda a que la persona salga de sí misma, que valore la vida, las cosas en su justa medida, por eso, incluso ateos se han dirigido a Dios y, al encontrarlo, han hallado la razón de su dolor, han podido convertirse y sublimar el dolor (1984, p. 17).

Este misterio divino se encierra claramente en las palabras de san Pablo cuando escribe que el sufrimiento, aceptado con fe y con amor, se une al del Crucificado y adquiere dimensiones de redención. Por eso dice: "Suplo en mi carne, lo que falta a las tribulaciones de Cristo por su cuerpo, que es la Iglesia" (Col. I,24). Es decir, por todos y cada uno de los bautizados.

Las palabras de san Pablo, en su carta a los Colosenses, expresan el gozo que le causa el poder padecer por sus hermanos. Esta alegría, que procede del sentido que le da Jesucristo al sufrimiento, al cual san Pablo se hace partícipe de modo personalísimo, es ejemplo válido a seguir para todos los hombres, pues comunica en él, la felicidad de poder sufrir por aquellos a quienes puede ayudar; como le sucedió a él, cuando fue asistido por los cristianos, en sus necesidades y tribulaciones. Ahí, pudo comprender que sólo el amor de Dios, la caridad cristiana, da sentido al sufrimiento (Juan Pablo II, 1984, pp. 43-45).

> El hombre que sufre no sólo es útil para los demás, sino que realiza un servicio insustituible. El sufrimiento es el mediador insustituible y autor de los bienes indispensables para la salvación del mundo. El sufrimiento más que cualquier otra cosa es el que abre el camino a la gracia, que transforma las almas… Los que participan en los

> sufrimientos de Cristo conservan en sus sufrimientos una especialísima partícula del tesoro de la redención del mundo y pueden compartir este tesoro con los demás (…) La Iglesia siente la necesidad de recurrir al valor de los sufrimientos humanos para la salvación del mundo. (Juan Pablo II, 1984, pp. 57-58)

El sufrimiento para el papa Juan Pablo II, tiene un sentido amplio que va más allá de la enfermedad, y aunque es visto como algo ininteligible, está profundamente arraigado en el ser humano, tanto en su cuerpo como en su alma. El Papa distingue entre sufrimiento físico y moral, como la doble dimensión del ser humano, sin caer en una dualidad. El sufrimiento moral la identifica como dolor del alma, no psicológico, sino dolor espiritual; y el sufrimiento físico, como dolor del cuerpo. La diversidad del sufrimiento moral no es menor que la del físico, simplemente más difícil de ser reconocida y alcanzable por la ciencia médica, que muchas veces se centra en el enfermo, como un simple "número de caso" o "el paciente"; dejando de lado la dignidad del ser humano, de la persona que sufre, que padece (1984, pp. 11-16). Por lo tanto, es obvio que el sufrimiento no se cura con pastillas.

Asimismo, el dolor o sufrimiento físico, como lo llama Juan Pablo II, es la "*fuente de Amor plena*", ya que, Dios es amor y, por lo tanto, camino único y válido para mejorar las relaciones de convivencia y colaboración entre las personas. Afirma que el dolor consolida en el hombre su relación con los demás, consigo mismo y sobre todo con Dios, "Porque tanto amó Dios al mundo, que le dio a su hijo único, para que todo el que crea en él no perezca, sino que tenga vida eterna" (Juan III,16). Y es que el hombre, cuando padece y sufre el dolor profundo, sabe que es infligido por Dios como don dado a su pueblo elegido, como invitación de su misericordia, la cual corrige para llevarlo a la perfección, a la salvación. El dolor más definitivo y hondo es la pérdida de la vida eterna (1984, pp. 23-25).

Por lo tanto, el dolor asumido voluntariamente y vivido como el justo Job, vale como expresión del amor, en cuyo caso adquiere la característica del sacrificio (Job I,9-11). Conseguir y defender lo que para la persona tiene valor cuesta. Se renuncia a muchas cosas por amor de aquello que se desea como un bien. Cuando una persona se sacrifica por otra, renunciando a su tiempo y a otras posibles ventajas y aceptando una dosis de sufrimiento, significa que la ama con obras. Lo contrario, es eludir el dolor en los

compromisos que se tiene en la vida, por cobardía, egoísmo, pereza, signo de poco amor al prójimo y de fealdad moral (Juan Pablo II, 1984, p. 21).

Bajo esta perspectiva, el sufrimiento y el dolor vivido como expresión de amor verdadero, es medio por el cual el hombre camina en perfección. La realización personal es crecimiento por amor, en donde donándose se recibe, no sólo el don de la otra persona, sino al autor mismo de todo don. Por ello dice Jesucristo, “sin mí, no podéis hacer nada” (Jn 15,5), pues el amor, Dios, es el motor de todo.

MANIFESTACIONES DE AMOR CON RESPECTO AL QUE SUFRE

Si no quieres sufrir, no ames,
pero si no quieres amar,
¿para qué quieres vivir?
Agustín de Hipona

1. La relación de acompañamiento

Las manifestaciones de amor, con respecto al que sufre, son diversas, puesto que cada uno de los seres humanos experimenta el dolor de una manera diferente y personal. En todo caso, el dolor y el sufrimiento son parte de su existencia. De ahí que, quienes han padecido el dolor, el sufrimiento solos o de forma acompañada manifiestan resultados desiguales. A diferencia de los primeros, es decir, quien lo ha llevado "con alguien más", que lo apoya, lo comprende, que lo ama, puede afirmar que el dolor compartido es más llevadero, más fácil de "entenderlo", de vivirlo, de aceptarlo; incluso, más fácil de amarlo. Ha aprendido, que el sufrimiento por sí mismo no vale nada, pero si se lo ofrece con amor y por amor, tiene un gran valor porque impulsa a la persona a trascenderse (Peña, 2012, p.12).

José Bermejo habla, sobre la experiencia de un camino privilegiado en el amor, para mejorar las relaciones interpersonales y de ayuda a quienes se encuentran en el dolor y en el sufrimiento. Así pues, para que el acompañamiento sea más *"eficaz y gratificante*", tanto para el enfermo como para quien es "*ayudante capacitado*", éste debe estar cubierto de caridad, de sensibilidad, de compasión. Es decir, que el ayudante debe ofrecer toda su persona a través de actitudes y formas de un amor auténticamente asumido, y, por lo tanto, expresado en gestos y palabras llenos de naturalidad que animen al enfermo a afrontar con paz su situación. No tiene que ver sólo con dar consejos o solucionar problemas. Es simplemente donarse, porque sabe que el enfermo no es un objeto, sino una persona que sufre y está necesitada de una verdadera alteridad (1999, p. 1).

El acompañamiento espiritual con el enfermo a través del amor, permite hacer experiencia concreta de que el amor no solo cura, sino sobre todo sana. Esto contrasta grandemente con el sufrimiento vivido por el enfermo atendido sin amor, actitud que no sólo no ayuda, sino que empeora las condiciones del mismo. Por otro lado, es clara la

diferencia de aquellos hombres de fe que han vivido y saben vivir el sufrimiento, el dolor, con valentía por amor. Si el acompañante es cristiano tiene la motivación de imitar a Jesucristo que curaba con sólo mirar, tocar, hablar al enfermo, pero especialmente la de anteponer al Médico divino en su servicio, porque Él es el Amor que da sentido al sufrimiento (Juan Pablo II, 1984, p.12). Se trata de tener amor de misericordia (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 146).

El verdadero acompañamiento, como se ha dicho en la primera parte de la investigación, está movido por la voluntad que busca el bien del otro, que brota de una fe sólida capaz de consolar, iluminar, fortalecer y llevar al enfermo a comprender el elevado sentido del dolor. De esta manera infunde confianza, para que logre la certeza de que "sufriendo bien", es decir, asumiendo bien las realidades humanas que se presentan en medio del dolor, la angustia, la preocupación, incluso el miedo, alcanzará una meta de verdadera realización personal y social, porque es un bien superior. Es, pues, en la fe bien vivida que la persona –el acompañante en este caso- sabe que el amor es un acto responsable, que consiste en ayudar a la persona a que crezca, a que sepa asumir su dolor con fortaleza, para que no caiga en el infantilismo de huir del dolor por cobardía y falta de aceptación (Pederzini, 2003, p. 25).

Para concluir, la tarea del que ayuda al enfermo es animarlo a encontrar el sentido de la vida, el valor para afrontar sus padecimientos y esto sólo lo puede hacer desde la propia experiencia en el sufrimiento, bajo la luz del amor que vincula con el otro, hasta hacerse uno con él; esto es, ponerse en el lugar del otro y comprender su situación. Obrando así, permite que el enfermo asuma su sufrimiento en beneficio propio y de los demás con espíritu de sacrificio, pues sólo quien ama se sacrifica, se entrega, este es el sentido más pleno, del amor. Sarraís dice: "*al que tiene miedo de sufrir le cuesta amar*" (2014, p. 31), pero si tiene una razón, todo cambia. "El sufrimiento deja de ser en cierto modo sufrimiento en el momento en que encuentra un sentido, como puede serlo el sacrificio" (Frankl, 1991, p. 114).

2. La presencia del amor entre los enfermos

El amor del Papa Juan Pablo II por los que sufren se manifestaba en todo momento: se sentía atraído por ellos, se acercaba y hablaba con ellos, oraba junto con ellos y por ellos, bendiciéndolos. Más aún, instituye encuentros con los enfermos -por primera vez el día 13 de mayo de 1992- para humanizar, sensibilizar a las instituciones sanitarias, a la

sociedad civil y garantizar una mejor asistencia posible a los enfermos, declarando el día 11de febrero *Jornada mundial del enfermo* en la memoria litúrgica de la Virgen de Lourdes. En ella, animaba a todos con sus palabras de fe, esperanza y amor, a no tener miedo ante el dolor (1992, p. 1).

La experiencia personal del Papa en el sufrimiento y en su manera de afrontar la enfermedad y con quienes estaban privados de salud, son guía para saber cómo tratar al enfermo, cómo amarlo, cómo consolarlo. Esta relación de amor, se manifestó a través de sus propios padecimientos cuando estuvo internado en el hospital por varias ocasiones. Ahí ofreció su amor benevolente y genuino, en su actitud paternal, mediante un abrazo, una caricia, una palabra amable, un simple y cálido beso en la cabeza de un niño, un joven o un anciano enfermo. El Papa manifestaba un amor real fuente de auténticos sentimientos y no un mero sentimentalismo, como afirman las escuelas racionalistas de Hegel y Kant, al decir que los sentimientos individuales son algo negativo propio de personas débiles. Esto es, sin duda, totalmente equivocado (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 49).

Las formas de comunicar el amor a quien está sumido en el dolor son vida, salud y gozo. Se manifiestan en la delicadeza de trato, en un apretón de manos que transmite seguridad, apoyo y comprensión, en un rostro apacible y sereno que transmite paz, en una mirada cálida que brinda fuerza en la debilidad o en la ausencia de ella, pues el enfermo necesita experimentar que sus heridas, sus llagas, su desnudez, su deformación e incapacidad son respetadas (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 53). Los sentimientos del que acompaña son expresión de verdadera empatía, rostro y presencia del que está con los que sufren, con los que lloran, para que ellos tengan esa seguridad de una gran ayuda a la hora de soportar cualquier dolor, con serenidad, fortaleza y esperanza (Zdzisław, 1989, p. 15).

Por el contrario, la falta de amor en el acompañamiento ha llevado confundir al enfermo cada vez más con un motivo de investigación, de experimentación de nuevas terapias, un simple caso; en definitiva, como un objeto y no como persona. De allí que no se pretenda una relación personal con él o con otros miembros relacionados con él. Todo ello ha derivado a una deshumanización nefasta, pues olvida que el ser humano nace y vive con la necesidad de ser feliz, de ser amado, de tener salud, de tener gozo en su vida. Por otro lado, anquilosa la capacidad de la persona a luchar por trasmitir, dar amor verdadero

que está compuesto de afectos y efectos, de actos que hacen feliz a la persona amada (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 141-143).

Así también, la falta de sensibilidad ha hecho que la medicina moderna, capacitada para brindar alivio en el dolor, haya perdido su ética profesional. En casos extremos lleva al paciente grave a terapias encarnizadas como fruto de su obstinación terapéutica o en otros, a la indiferencia frente al término inevitable de la muerte. El enfermo es ya sólo una cosa aislada, que vive en la más triste soledad, con ausencia de amor, de generosidad y respeto. El médico, trata al enfermo como un cliente que paga mal. En los hospitales, tiene contactos ocasionales con los familiares únicamente para informarles sobre la evolución buena o mala de la enfermedad y nada más. Todo esto a causa del proceso de secularización que ha llevado a la separación entre la fe y la vida y, concretamente entre la fe y la moral, que es la guía en las acciones humanas (Melina, Noriega Bastos, & Pérez-Soba, 2010, p. 28). Santo Tomás dice: "Quien ama considera al amigo como a sí mismo y hace suyo el mal que padece" (1988, ST II-II, q.30, a.2).

Por todo lo dicho, para cumplir el propósito que el presente estudio se ha puesto, es preciso recalcar la necesidad de que quien acompaña al que sufre este bien preparado. Esto quiere decir que en primera persona debe formarse en los principios antropológicos fundamentales y ser coherente en su vida, pues recordemos que nadie puede dar lo que no tiene. Si se quiere ayudar a otros a alcanzar libertad interior, es decir, a adquirir aquella capacidad para saber sufrir con valor y esperanza, se requiere tener previamente experiencia concreta de ella. Lograr esa armonía no es sencillo requiere del esfuerzo continuo de la voluntad que ayuda a la persona a crecer, a aceptar el dolor de forma madura, con resiliencia -como dicen ahora- y que no es otra cosa que la verdadera resignación cristiana, no conformismo, sino la aceptación de la vida tal como se presenta, con paz, pues no se puede ser feliz sin sufrir, sin amar (Sarráis, 2014, pp. 30-32).

Quien acompaña al que sufre no puede olvidar que el ser humano está dotado de afectividad, aquella que enciende luces, emociones, sentimientos positivos, cuando todo va bien y, negativos, cuando las cosas van mal y que desalienta. Por ello, asistir al enfermo es conducirlo a reflexionar sobre los afectos y especialmente los negativos, para que luche por alcanzar objetivos valiosos, trascendentes, que finalmente producirán verdadera felicidad.

3. El amor toca la fragilidad del hombre

El consuelo verdadero es el amor. Quien escucha con el corazón es capaz de establecer la armonía entre palabra, silencio, mirada y gesto. De este modo quien atiende al enfermo con todas sus acciones se convierte en bálsamo para el alma y alivio para las heridas. Esta es la manera como el hombre que sufre encuentra descanso en el otro, sabe que puede detenerse a compartir sin trabas, sin miedos y genera, a la vez, confianza para dejarse curar (Lasheras Rivero, 2016, p. 131).

3.1. El contacto físico

> Tocarse es pecado. Ya lo creo. Lo es cuando hiere al otro, cuando es fruto de la violencia que termina en algo más que palabras. Tocarse es incómodo: cuando el autobús o el metro van a tope, nos sentimos fatal. Tocarse es, muchas veces, algo frío y rutinario: hay que saludarse. Pero tocarse es también comunicarse afecto íntimo y gozoso. Es acoger desinhibidamente la suave piel del niño y descargar en ella ternura sin medida. Es prestarse un servicio diagnosticando o curando enfermedades. Es, otras veces, comunicar, como en un abrazo sin agujeros, afecto sincero. Y tocarse es acoger la fragilidad del que sufre. (Bermejo, 1999, pp. 19-20)

El contacto acerca a las personas, comunica y despoja de máscaras que colocan distancia. Es ocasión para la relación íntima, acogedora y medio para descargar sobre los seres humanos emociones vitales, ya sea las que manifiestan la gran satisfacción de la cercanía como la impotencia ante el sufrimiento. Cuando el acompañante o profesional sanitario coge de la mano al enfermo, pareciera como si, por conducción, recibiera el sufrimiento del enfermo. Así, el contacto corporal es terapia, sobre todo para quien no puede "*curarse*". Este tipo de enfermos se sienten acogidos y libres, una sensación como de estar en su casa: es como si dijera, aunque no me cures la enfermedad, házmela más llevadera.

3.2. Escucha en el silencio

Bermejo habla sobre la experiencia de vida en el dolor a través de la escucha silenciosa. Es decir, que la persona que está para ayudar debe escuchar incluso lo que el enfermo no dice, oír en el silencio aquello que el otro no puede decir o no quiere decir: ya por vergüenza, falta de confianza, miedo o timidez. La escucha amable y respetuosa lleva a

leer el mundo interior del enfermo, sin juzgarlo, sin interpretar más de lo debido, en humilde y sencilla actitud de acogida, porque al disponerse a aceptarlo y recibirlo, intuye su alma. Se trata de aquella escucha atenta al silencio elocuente del que se puede extraer las necesidades del enfermo para ayudarle. El silencio es uno de los medios y remedios más delicados de la comunicación interpersonal y de ayuda que en este tiempo es muy difícil de comprender y vivir (1999, p. 3).

En consecuencia, es necesario reencontrar el silencio perdido en la sociedad, más aún, en las casas de salud, donde el silencio es sagrado. Este silencio se ha perdido, porque los médicos y enfermeras han perdido la misma causa de su profesión: agentes al servicio de la vida. Su profesión, por el contrario, se ha reducido a una carrera lucrativa y por ello rechazan el dolor. Han olvidado que el silencio, más que un remedio necesario para mantener el equilibrio personal y entrar en contacto consigo mismo, es un elemento fundamental en las relaciones humanas y particularmente las de ayuda a quien por su misma enfermedad se encuentra sumido en su propio silencio. La calidad de las palabras que se dirigen al enfermo está íntimamente ligada a la calidad del silencio de quien lo ayuda. Es necesario, sin embargo, discernir, pues hay silencios que no lo son, sino más bien son discursos hirientes que lastiman más que curan (Bermejo, 1999, p. 4).

3.3. La mirada que sana

El creyente, sabe afrontar el dolor, quien no lo es, en cambio, sufre sin poder entender el porqué de su sufrimiento y éste termina por aumentar. Sin una mirada más alta el resultado es morir de desconsuelo y desesperanza. El dolor sin fe, sin amor, es fatal, pues es causa de que muchas personas acaben con su existencia, se suiciden, experimenten vivamente su limitación, enojo, ira e impotencia de no poder cambiar su situación. Todo esto es fruto de una *cultura infantilizada* (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 326).

El acompañante en este contexto debe valorar al enfermo y ayudarlo a encontrar el sentido a su sufrimiento. La labor es ardua, pero hay que dejar que el amor se encargue de despertar en su interior la luz que necesita para hallar la paz.

Lo primero que se necesita para saber qué hacer con el dolor es aceptarlo. Y para aceptarlo es necesaria también la ayuda de quienes lo asisten. Es en la forma de mirar cómo se revela el corazón. La mirada produce efectos benéficos en el que sufre, cuando no

juzga, no es curiosa ni interpreta, sino que acepta y se interesa por el otro (Bermejo, 1999, p. 24). Es así que la persona puede aceptar la enfermedad y reconocerla como un tesoro que le hace exclamar: no quiero que ella se vaya, a pesar de que haya momentos de enfado por el dolor.

El acompañante debe aprender a mirar, aprender a tener una mirada reconfortante para el otro, que sea desinteresada de obtener el control y que comunique interés por lo que el enfermo necesita. Esto requiere de voluntad, querer hacerlo, abrir el corazón para leer el corazón de quien quiero ayudar (Bermejo, 1999, p. 24-25).

3.4. Amar para comprender y comprender para sanar

Para comprender se requiere disponerse a aceptar la persona que se tiene en frente. Disponerse es ya un modo concreto de amar y que abre a la comprensión traducida en la capacidad de ponerse en los pies del otro, de intentar entender desde su situación lo que el otro está viviendo, sin mezclar y contaminar el conocimiento que se obtenga del otro con el modo personal de ver, con los esquemas propios acerca de la realidad –la enfermedad y otros factores-. A esto es lo que se llama empatía, una comprensión del otro que supone respeto por el otro, porque se respeta a sí mismo, pues se reconoce de alguna manera en el otro:

> La empatía es la capacidad de captar las vivencias del otro, de penetrar en su afectividad, de vibrar con él. Más que la simpatía, que nace de la simple atracción mutua, la empatía es un movimiento hacia el otro que invita a la reciprocidad. La empatía, así ejercida, conduce al ayudado a clarificar su conciencia, a expresar sus preocupaciones, a comprenderse y aceptarse a sí mismo. (Bermejo, 1999, p.32)

Como se dijo más arriba, si el enfermo se acepta y además se valora, se siente aceptado y valorado, lo predispone a luchar por su vida. Una de las cosas que más hace sufrir a los enfermos es sentirse inútiles, inválidos, que nadie los tome en cuenta, un "estorbo". El maltrato les hace sentir no valorados, marginados, seres de segunda y tercera clase, indignos de manifestar su sufrimiento y, por lo tanto, que sólo dan problemas a los demás: se sienten no amados, porque no son amables. Es por ello, que la ayuda debe encaminarse a hacerles comprender que son seres valiosísimos para el plan de salvación, seres valiosísimos sobre el mundo (Peña, 2012, p. 14).

El Papa Juan Pablo II a los muchos enfermos reunidos en Pompeya, cerca de Nápoles, el 21 de octubre de 1979, les dijo: “Anhelaba reunirme con vosotros, para abrazaros con un lazo de cordialidad paternal, hablar con vosotros directamente de corazón, trasmitir a vosotros la misión de la fe y dirigir a vosotros palabras de valor y esperanza” (Zdzisław, 1989, p. 30). En él se ve, “cómo un poco de valor ayuda más que mucho conocimiento, un poco de simpatía humana ayuda más que mucho valor, y el más leve rastro de amor de Cristo, ayuda más que cualquier otra cosa” (Lewis, 1994, p. 1).

En resumen, podemos decir con el Concilio Vaticano II: “En Cristo y por Cristo se ilumina el enigma del dolor y de la muerte” (1993, GS n.º 22). Leonardo Polo cuando explica su binomio de “amor y esperanza” ante el dolor, dice que está la esperanza de alcanzar a Cristo a lo largo de la vida, al final de ella, pues el final de la vida no es el término de ella, sino *“la culminación en el amor”* (Polo, 1999, p. 250).

Por tanto, en el acompañamiento espiritual al enfermo debe haber un amor ágape, esto es, un amor de caridad, de calidad, que le lleva a ser libre respecto de las circunstancias. Se trata de un amor que los une –al enfermo con el acompañante- y juntos van sobrellevando el dolor en el amor, por eso el dolor se vuelve gozo, pues alcanza libertad interior a pesar de las realidades externas. Este proceso se da aún en aquellas personas que están enfermas o sufren el dolor y se dicen ateas, ya que en el dolor experimentan su nada y reconocen a Aquel que les ama (Yepes Stork & Aranguren Echevarría, 1999, p. 327).

PLAN PASTORAL PARA ENCONTRAR EN EL AMOR EL VALOR DEL SUFRIMIENTO

1. Justificación

Este plan pastoral trata esencialmente de las relaciones humanas de amor y aceptación con fe del dolor y el sufrimiento entre el enfermo y el que lo ayuda o acompaña, pues el amor es un factor determinante en el acompañamiento espiritual al enfermo. El amor orienta a la madurez y riqueza espiritual que, a su vez, brinda fortaleza y salud, tanto a quien atiende al enfermo –que da el amor y dando recibe– como al enfermo mismo –que recibe el amor y recibiendo no puede no dar–. El acompañante, por su lado, aprende mucho del enfermo cuando contempla su valentía, su abandono, su aceptación; el enfermo, también, cuando el acompañante se esfuerza de tal modo que hace patente el valor del dolor y del sufrimiento de una manera trascendente (Melina & Anderson, 2011, pp. 250-254).

Este proceso reafirma la dignidad del ser humano, permitiéndole al enfermo asumir y sobrellevar su realidad con gozo y alegría.

2. Objetivos y actividades del plan

2.1. Objetivo general

Conseguir que los miembros de la Pastoral de la salud tengan una formación óptima y continua de la dignidad de la persona en todas las fases de su vida, a fin de que conscientes de su valor se dispongan a servir en un contexto de relación personal para la comunión, esto es, de conocimiento y amor, con una particular atención a los enfermos ayudándoles a aceptar el sufrimiento por medio del amor.

Para lograr esto, es preciso señalar unos pasos concretos según los miembros que intervengan en la pastoral para la ayuda eficaz al enfermo.

2.2. Objetivos particulares

a. Establecer un equipo de trabajo que cuente con especialistas suficientemente preparados para formar a los agentes de pastoral en las diversas áreas propuestas:

humano, cristiano y psico-espiritual. En este objetivo resulta conveniente involucrar al ministro ordenado y los ministros extraordinarios de la comunión.

b. Organizar un calendario de formación.

c. Preparar a los agentes de pastoral para que sean capaces de trasmitir el verdadero sentido cristiano del sufrimiento a imitación de Jesús, el Buen Samaritano, tanto al enfermo, como a su familia.

d. Capacitar a los agentes de pastoral para que sepan asistir al enfermo sin atender a sus creencias personales, dentro de un auténtico ambiente de amor y de fe.

e. Instruir al agente de pastoral con un horizonte amplio que involucre a la familia, interesándose por su situación, vinculada siempre al enfermo y no fuera de ese contexto, ofreciéndole luces para que pueda, si desea, acercarse a la vida de fe en la comunidad eclesial.

f. Coordinar con los Ministros Ordenados y sus ministros extraordinarios de la Sagrada Comunión para la atención sacramental a los fieles enfermos y sus familias.

2.3. Acciones a realizar

a. Procurar un ambiente fijo, preferentemente en la misma casa de salud, para la formación de los agentes de pastoral.

b. Elegir y comprometer a los profesionales que participarán para la formación de los agentes de la pastoral. Es necesario lograr que el Ministro Ordenado y los ministros extraordinarios de la Sagrada Comunión sean parte del equipo de formación.

c. Diseñar el contenido de la formación de un modo ordenado y sistemático (integral) que esté finalizada a una progresiva maduración humana, cristiana y psico-espiritual del agente de pastoral.

d. Enseñar en forma práctica a los agentes de pastoral menos experimentados para la atención a los enfermos, permitiéndoles un tiempo en el que acompañarán a un agente de mayor experiencia.

e. Organizar los horarios de acompañamiento y las áreas a las cuales acudirán, considerando las aptitudes de los agentes de la pastoral.

f. Establecer un horario fijo de las visitas a los fieles enfermos por parte del Ministro Ordenado, así como también para la celebración de la Santa Misa y de otros eventos espirituales necesarios para la vida del cristiano.

g. Ofrecer a los enfermos católicos la posibilidad de prepararse para el encuentro con el Ministro Ordenado.

h. Elaborar una guía en la que el agente de pastoral pueda señalar las dificultades y/o beneficios del modo con que se está llevando a cabo la pastoral.

i. Realizar reuniones periódicas en las que se pueda evaluar los resultados de la pastoral para poner los correctivos necesarios.

3. Contenido temático de la formación

La formación presencial se impartirá una vez a la semana. Los formadores de las diversas áreas se responsabilizarán de su tema una vez al mes y, para complementar cada dimensión se requiere la profundización personal del agente con el material que cada profesor le distribuirá y que incluye trabajos teóricos que favorezcan a la asimilación de dicho contenido.

3.1. Dimensión Humana

Se ofrecerá los principios filosófico-antropológicos que resalte la dignidad de la persona humana. Además, se estudiará aspectos psicológicos que permitan comprender la fragilidad humana y la necesidad de los afectos y su correcto orden para la salud del hombre. Por otro lado, se ofrecerá una sección acerca de las virtudes humanas como recurso al crecimiento y realización personal.

El enfoque del curso busca distinguir las dimensiones humanas para favorecer al conocimiento personal y a la coherencia de vida.

3.2. Dimensión Doctrinal

Profundizar en el sentido cristiano del sufrimiento humano dentro del contexto de la verdad cristiana revelada, esto es, el fin del hombre y el problema del mal.

Centralidad en las virtudes teologales como fundamento de toda virtud humana. La necesidad que tiene el cristiano de Cristo y de permitirle participar en su vida para que, a su vez, lo lleve a los demás, sean cristianos o no.

3.3. Dimensión Pastoral

La importancia de las obras de misericordia en la vida de auténtica fe, con un enfoque particularizado en la asistencia al enfermo. El valor del servicio como sobreabundancia de amor en el corazón del agente de pastoral.

Las actividades de acompañamiento deben mirar como único objetivo el bien del enfermo como persona que es. La importancia de ser para dar, es decir, estar suficientemente capacitado para que, a través del testimonio del agente de pastoral, despierte en los enfermos y sus familiares el deseo de Dios, fuente de todo bien, verdadera felicidad.

3.4. Dimensión Espiritual

En esta sección se buscará centrar a Dios como motivación de toda acción pastoral, razón por la cual, el agente de pastoral debe esforzarse por familiarizarse con Él, mediante:

- Retiro y convivencias
- Lectio divina
- Celebración de la Sagrada Comunión enfermo con
- Hora Santa por el enfermo.
- Animación Cristiana.

CONCLUSIONES

El amor en San Juan Pablo II es central en su pensamiento. Todo cuanto existe lleva el sello del amor de Dios y, el hombre, como culmen de la creación, descubre su dignidad ontológica y su sentido existencial por el amor, con el cual se despliega y realiza.

Para el Papa, con el amor el ser humano puede superar cualquier barrera –trasciende- y no excluye a nada ni a nadie, facilita las relaciones humanas ordenándolas a un fin más alto que experimenta quien lo vive, aun no siendo cristiano. Por eso, la condición indispensable para vivir el amor es la relación personal, primero, con la misma fuente del amor que es desvelado en Cristo Redentor.

Bajo la luz del amor, y concretamente del amor cristiano –Cristo crucificado- se puede comprender el misterio del dolor y el sufrimiento -condición natural del hombre-, en su sentido real y distinto del que lo define o experimenta sin amor. Esto es reconocido por quienes –incluso ateos- no huyen ni niegan el dolor, sino que se enfrentan cara a cara y con docilidad y confianza elevan la mirada hacia Otro que pueda dar la respuesta que buscan.

La persona humana que vive la experiencia del amor y la fe a través de su propio sufrimiento y dolor como un momento fecundo de bien, logra a través de sus gestos y palabras, suscitar sentimientos de esperanza cristiana, serenidad y paz en las personas que sufren. Su ejemplo de amor es creíble testimonio, como luz que ilumina al enfermo para que entienda la trascendencia de la vida humana y del reino de los cielos.

El agente de pastoral es una pieza clave en la vida del enfermo. Por eso, está llamado a trasmitir y a promover, por medio de la palabra y del contacto personal con amor, aquellos valores y líneas de acción que pueden ayudar no sólo a hacer más llevadera la enfermedad y el sufrimiento -aunque sea muy intenso-, sino que el enfermo pueda enriquecerse de ella y encontrar serenidad.

Debido a la condición precaria del ser humano y de limitación natural, siempre es necesitado de amor, es decir, no puede vivir sin amor, más aún cuando está enfermo. El amor, además, debe ser concreto y orientarse a mejorar las circunstancias y las condiciones que faciliten que el enfermo se incorpore de nuevo a la convivencia familiar y social. El amor se traduce en gestos de atención adecuada que ayudan a que el enfermo se sepa valorizado.

La atención al enfermo, como tarea del agente de pastoral, es el modo más precioso de relación humana que, para que sea buena, esto es, que perfeccione tanto al enfermo como al agente de pastoral, exige la presencia del amor. De ahí la necesidad de establecer un claro programa de formación, que sirva como estímulo que despierte en la conciencia de los agentes de pastoral de la salud, el deseo de educarse y formarse en los auténticos valores humanos, fundados en las verdades y fundamentos de la fe, para una ética del cuidado del enfermo como persona, en su unidad de cuerpo material y alma espiritual.

El agente de pastoral debe cultivar un solo fin: ayudar al enfermo, pero respetando los límites de sus posibilidades, con la certeza de que cualquier cosa que pueda hacer -dentro de ese marco- nunca es demasiado, sino al contrario, lo debido. Su atención, sin embargo, debe dirigirse especialmente, a que el enfermo vea positivamente su enfermedad, la riqueza que le aporta el sufrimiento, animándole a ofrecerlo a Dios con amor por todos (sentido cristiano), recuperando así su dignidad y misión.

Finalmente, el dolor y el sufrimiento del enfermo, se vuelve un caudal de amor para todos: familiares, amigos, agentes sanitarios, miembros de la pastoral de la salud etc.

BIBLIOGRAFÍA

Arendt, H. (2001). *El concepto del amor en san Agustín*. Madrid: Encuentro.

Aristóteles. (1993). *Ética Nicomáquea*. Madrid: Gredos.

Astorquiza Fierro, P. (2002). Ser y amor. Fundamentación metafísica del amor en Santo Tomás de Aquino. (Ph.D. Thesis, Universitat de Barcelona). Barcelona. Recuperado de http://www.tdx.cat/handle/10803/1750

Benedicto XVI. (2005). *Carta Encíclica «Deus Caritas est»*. Città del Vaticano: Libreria Editrice Vaticana.

Bermejo Higuera, J. C. (1999). *Apuntes de Relación de ayuda en el misterio del dolor* (9.ª). Santander: Sal Terrae.

Burgos, J. M. (2011). *La filosofía personalista de Karol Wojtyla* (2ª). Madrid: Palabra.

Concilio Vaticano II. (1993). Constitución Pastoral «Gaudium et Spes». En *Concilio Vaticano II* (9a ed.). Bogotá: San Pablo.

Conferencia Episcopal Española. (1998). *Biblia de Jerusalén*. Bilbao-España: Desclée de Brouwer.

De Aquino, S. T. (1988). *Suma de teología*. Tomo II-II. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.

De Aquino, S. T. (1989). *Suma de Teología*. Tomo I-II. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.

De Hipona, S. A. (1957). *De doctrina Christiana*. Madrid: BAC.

Ferrater Mora, J. (1998). Amor. En *Diccionario de filosofía*: *Vol. A-D*. Barcelona: Ariel.

Frankl, V. (1991). *El hombre en busca edl sentido*. Barcelona: Herder.

Fuster, I. (2004). Perspectiva antropológica del sufrimiento. *Espíritu: cuadernos del Instituto Filosófico de Balmesiana*, *53*(130), 263-277.

García Cuadrado, J. A. (2011). *Antropología Filosófica. Una introducción a la Filosofía del Hombre* (5.ª ed.). Pamplona: EUNSA.

Gómez Navarro, E. (2009). *¿Por qué a mí? ¿Por qué ahora? Y ¿Por qué no? Sentido del sufrimiento.* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Gómez Pérez, R. (2012). *Sentido del Sufrimiento*. Madrid: Rialp.

Juan Pablo II. (1979). *Redemptor Hominis. Carta Apostólica*. Città del Vaticano: Libreria Editrice Vaticana.

Juan Pablo II. (1984). *Carta Apostólica «Salvifici Doloris»*. Città del Vaticano: Libreria Editrice Vaticana.

Juan Pablo II. (1990). *Carta Encíclica «Redemptoris Missio»*. Città del Vaticano: Libreria Editrice Vaticana.

Juan Pablo II. (1992). Carta con la que se instituye la Jornada Mundial del Enfermo. Recuperado 25 de noviembre de 2021, de https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/letters/1992/documents/hf_jp-ii_let_13051992_world-day-sick.html

Juan Pablo II. (1999, junio 10). Homilía. Recuperado 30 de octubre de 2021, de https://www.vatican.va/content/johnpaulii/es/travels/1999/documents/hf_jpii_hom_10061999_drohiczyn.html

Lasheras Rivero, A. (2016). *El Sufrimiento como lugar para una Reflexión. Teológico-moral*. Pontificia Comillas: Facultad de Teología. Madrid.

Lewis, C. S. (1994). *El problema del dolor*. Madrid: Rialp.

Melina, L., & Anderson, C. A. (2011). *Aceite en las Heridas* (2ª). Madrid: Palabra.

Melina, L., Noriega Bastos, J., & Pérez-Soba, J. J. (2010). *Caminar a la luz del amor. Los fundamentos de la moral cristiana*. Madrid: Palabra S.A.

Moreno Restrepo, L. F. (1989). *El sentido cristiano del dolor* (1ª). México: Editorial Parroquial de Clavería.

Palacios, M. (2009). *Soy Mi Dignidad. Eutanasia y Suicidio Asistido* (1ª). Libros en red.

Pederzini, N. (2003). *Para sufrir menos ... Para sufrir mejor*. Cali - Bogotá: Editorial Católica «Sin Fronteras»; Editorial Misioneras Seculares.

Peña, Á. (2012). *Más allá del sufrimiento.* Lima.

Pío XII. (1943). *Carta Encíclica «Mystici Corporis Christi»*. Città del Vaticano: Libreria Editrice Vaticana. Recuperado de https://www.vatican.va/content/pius-xii/es/encyclicals/documents/hf_p-xii_enc_29061943_mystici-corporis-christi.html

Polo, L. (Ed.). (1999). *La persona humana y su crecimiento* (2ª). Pamplona: EUNSA.

RAE. (2001). Dolor. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado 26 de octubre de 2021, https://www.rae.es/drae2001/dolor

RAE. (2020). Sufrir. En *Diccionario de la lengua española* (23.ª). [Versión 23.4 en línea]. Recuperado de https://dle.rae.es/sufrir

Royo Marín, A. (1963). *Dios y su obra*. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.

Sanguinetti, J. J. (2019). El sentido Humano del dolor. Perspectiva filosófica. En *Antropología del dolor*. Roma: Lucero.

Sarráis, F. (2014). *El miedo*. Pamplona: EUNSA.

Scheler, M. (2005). *Esencia y Formas de la simpatía*. Salamanca.

Spaemann, R. (2005). *Ética: Cuestiones fundamentales* (6ª). Navarra: EUNSA.

Wojtyla, K. (1978). *Amor y responsabilidad* (3ª). Madrid: Editorial Razón y Fe, S. A.

Yepes Stork, R., & Aranguren Echevarría, J. (1999). *Fundamentos de Antropología* (4ª). España: EUNSA.

Zdzisław, J. R. (1989). *El dolor tiene mil rostros*. Chile: Editorial Universitaria S.A.