

Claves del Acompañamiento espiritual

Hermann Rodríguez Osorio, S.J.

1. De la Dirección al Acompañamiento Espiritual

La evolución que se ha vivido en la relación de ayuda espiritual en los últimos años, ha enfatizado la palabra *acompañamiento* sobre la tradicional *dirección* espiritual. Con ello se ha querido disminuir la fuerza autoritaria y paternalista que tenía la *dirección* y se ha buscado un término que refleje una relación más igualitaria y fraterna. Ya no hay un *dirigido* que obedece y un *director* que manda y señala los rumbos que se deben seguir al pie de la letra.

El *acompañamiento* espiritual supone relaciones más cercanas que permiten el surgimiento de la amistad, el afecto y la reciprocidad. Uno va caminando con una orientación, con un rumbo, con un propósito en la vida y en esta marcha se establece una relación de confianza con alguien que se convierte en compañero de camino al estilo del que propone san Lucas en el pasaje de los discípulos de Emaús (Cfr. Lucas 24, 13-35).

Con el fin de ofrecer una reflexión sobre las claves del Acompañamiento espiritual (en adelante AE), vamos a presentar tres poesías de Benjamín González Buelta, S.J. y a ofrecer una serie de comentarios que irán señalando las características propias de la relación que se establece entre un acompañante y un acompañado espiritual:

2. Acoger una vida cerrada

"En el camino, tierra pisada,
encontré una semilla rara,
acerada cáscara brillante,
cerrada sobre sí misma,
hermética defensa,
seguro el gesto,
certera la palabra,
todas sus costuras bien selladas.

Para saber quién era
y hacer vida su secreto estéril,
abandoné la curiosidad del niño
que revienta su juguete,
o la del sabio bisturí que disecciona
y aprende de la muerte,
o la pregunta experta
calculada como un lazo
que atrapa el paso confiado.

La enterré en el mejor rincón
de mi jardín sin alambradas,
la dejé abrazada

por el misterio de la tierra,
del cariño del sol alegre,
y del respeto de la noche.

Y brotó su identidad más escondida.
Verdes hojas primero, temblorosas,
asomándose al borde de la tierra
recién resquebrajada.
Pero al fin se afianzó de vida esperanzada.

Al verla toda ella,
renacida al pleno sol,
con su melena de hojas
a todos los vientos desplegada,
supimos al fin quién era
todo su secreto vivo, suyo y libre".

(BENJAMÍN GONZÁLEZ BUELTA, S.J., *La Transparencia del Barro, Salmos en el camino del pobre*, Sal Terrae, Santander, 1989, 24-25).

En primero lugar hay que destacar que el encuentro con el otro es siempre el encuentro con un misterio; cada persona contiene en sí mismo el secreto de su propia vida que el *acompañante espiritual* debe tratar de ayudar a descubrir, no tanto para sí mismo, sino para el mismo otro. Debe ser un intento delicado, respetuoso, paciente. Es normal que la persona que pide ser acompañada tenga miedo de *descubrirse* a sí misma o de ser *descubierta* por otro. Cada persona guarda el tesoro de su vida en la intimidad de su corazón y normalmente no es fácil acceder a ese umbral del misterio de cada uno.

La persona que se acerca a nosotros, viene con su propia seguridad y con el deseo sincero de conocerse un poco más a sí misma. Pero esto no significa que sea un proceso fácil y automático. Habrá que ayudarla a ir bajando las defensas y afrontando su propia realidad con confianza y seguridad. Por tanto, sugiere este poema, es importante abandonar la *curiosidad del niño que revienta su juguete* para saber cómo está hecho; el peligro de esta curiosidad infantil es que una vez desbaratado el juguete, seamos incapaces de volver a armarlo y nos quedamos sin el juguete y sin saber tampoco cómo funciona.

Por otra parte, hay que abandonar la actitud fría del cirujano que abre la interioridad de la otra persona con un *sabio bisturí* y logra entender todos los sistemas que funcionan en su interior y los que están fallando; esta actitud, supone la muerte de la persona que tenemos delante; el bisturí aprende sólo del cadáver del otro y no es capaz de entender al otro como un organismo vivo que tiene su propia lógica de funcionamiento.

Por último, también hay que abandonar la actitud psicologista, que lanza preguntas expertas para *atrapar el paso confiado* de la persona que busca nuestro acompañamiento. No podemos fundamentar la relación de acompañamiento en la *sospecha* y en la suposición de que hay más cosas detrás que no conocemos y que, en último término, son la explicación de los comportamientos y conflictos de la persona que acompañamos.

Todas estas actitudes tienen en común la falta de respeto a ese *misterio* que es el otro. Sólo evitando estas actitudes se podrá desvelar la identidad profunda de cada uno; sólo con la espera paciente, con el cariño, con el respeto profundo, podrá el otro ser él mismo y podrá saber él mismo quién es.

La labor del *acompañante espiritual* puede compararse con lo que realiza el agricultor al sembrar la semilla en el campo; él no es dueño de la información genética que tiene en sí misma la semilla y que la puede llevar a dar un fruto abundante. El agricultor sabe esperar y respetar el ritmo de crecimiento de la semilla. Tiene, eso sí, la misión de ofrecer la condiciones para que la semilla, por sí misma, y como respuesta al amor de Dios, pueda desplegar todas sus potencialidades y termine creciendo y multiplicándose, para obedecer al Dios creador que sigue trabajando inmediatamente en cada una de sus creaturas.

Una vez la persona ha descubierto su propia identidad, en la comunicación con Dios, se habrá revelado, para sí mismo y para su acompañante, la verdad escondida de su vida; un secreto vivo, suyo y libre.

3. Encuentro sin trampa

Presentamos ahora un segundo texto se refiere más a la actitud que sigue a este proceso lento y cuidadoso de desvelamiento:

“No quiero que mi casa
sea de una sola puerta,
entrada sin salida

como una trampa
para cazar ciguas palmeras.

Me molesta el olor
del hierro al rojo
quemando la piel
temblorosa
de la becerra atada,
tatuaje de propiedad,
cicatriz creciendo hasta la muerte.

Encontré el filón de oro
escondido en el fondo de la mina
abandonada a la voracidad de la selva,
y me fui sin querer ser propietario del oro
y de su sonrisa estrenada.

Quien llegue a mí,
que entre y salga cuando quiera,
que se pasee por los caminos
sin sello de esclavitud sobre la piel,

que no explote su oro
con ganancias a medias.

Sólo me queda este rincón y este silencio
donde la brisa tiene que estar pasando
para que sea libre y fresca,
donde el agua tiene que estar corriendo
para que sea limpia y nueva.

Sólo me quede este silencio
donde yo siento que todo pasa
y todo lo Nuevo llega".

(BENJAMÍN GONZÁLEZ BUELTA, S.J., *La
Transparencia del Barro, Salmos en el
camino del pobre*, Sal Terrae, Santander,
1989, 26).

La relación que se establece entre el *acompañante* y el *acompañado* no es una relación de propiedad; ni se debe mantener una dependencia eterna. Debe ser una relación de libertad en la que el encuentro tenga no sólo el momento de la *entrada*, sino que también suponga la posibilidad de la *salida*. El *acompañado* no debe sentirse esclavo ni *deudor* de lo que el *acompañante* le ha ayudado a descubrir. El poema que acabamos de citar es muy explícito en este sentido.

Esto supone una madurez en la relación; el que es *acompañado* debe ser dueño de su persona y de todo lo que ha ido descubriendo en la relación de *acompañamiento*. En ese sentido el *acompañante* sirve de puente para que el *acompañado* se relacione con el Señor, que es lo fundamental.

4. Señor de la justa cercanía

Terminamos con una parte de un tercer poema en el que se habla más de la relación que establecemos con el Señor pero que, en cierto modo, podemos aplicar a la relación de *acompañamiento espiritual*:

"(...) Tú eres el Señor de la justa cercanía,
del sacramento necesario
que nos permite irnos haciendo,
sin tanto frío y noche
que quede crudo nuestro barro,
ni tanto sol y mediodía

que tu fuego nos calcine".

(BENJAMÍN GONZÁLEZ BUELTA, S.J., *La
Transparencia del Barro, Salmos en el
camino del pobre*, Sal Terrae, Santander,
1989, 115).

La relación que se establece entre el *acompañado* y el *acompañante* es de *libertad*; esto supone una *justa cercanía*; ni tan cerca que no deje crecer y agobie al otro quitándole su propia libertad; ni tan lejana que no le ayude a ir caminando en su relación con el Señor. Llegar a saber reconocer cuál es esta *justa cercanía* será una labor bien difícil que sólo irá dando la experiencia. Es muy importante revisar frecuentemente cuál es la posición que estamos asumiendo como *acompañantes*; incluso se puede buscar el reflejo de otros que puedan dar una visión más objetiva.

Resumiendo este punto, podemos decir que la relación debe ser de libertad, de respeto, de ayuda. Y que nunca se debe perder de vista que la función fundamental del *acompañante espiritual*

es que "dexe inmediate obrar al Criador con la criatura, y a la criatura con su Criador y Señor", como lo propone san Ignacio en sus Ejercicios Espirituales (EE 15).

5. Acompañar la experiencia de Dios

Lo que distingue el acompañamiento espiritual de otras formas de relación de ayuda o de terapias es que el foco de atención es la experiencia de Dios. Este es el factor integrador que unifica a toda la persona, su historia personal y la vida que vive en el mundo. Así, la pregunta clave del acompañamiento espiritual es: ¿Dónde está Dios?

El interés de la relación del acompañamiento es lo que pasa en la persona cuando, de manera consciente, se pone en presencia de Dios. Lo central es, entonces, la experiencia espiritual de la persona que busca el acompañamiento.

De allí que el *examen de la oración* tenga una importancia capital, lo mismo que los *exámenes* del día: sin ellos no podemos *hacer conscientes las mociones* y los impulsos del Espíritu, que son los que nos guían en toda nuestra vida y nos enseñan el camino por el que Dios, en concreto, nos quiere ir llevando.

Hay que estar muy atentos a dos cosas:

- ¿Qué se experimenta? (en clave consolación/desolación).
- ¿Cuál es el derrotero? ¿A qué nos conduce esa experiencia? ¿A qué impulsa? (en clave moción/tentación).

Las mociones son, pues, lo central del acompañamiento. Por la percepción de las mismas y la puesta en práctica de ellas, nos ponemos en movimiento, en un proceso de *seguimiento*. Por el hábito continuo de hacerlas conscientes, aprendemos a *discernir* cuáles vienen de Dios y cuáles no (tentaciones o tretas). Esto nos lleva, con el correr del tiempo, a ser «*contemplativos en la acción*», es decir, a vivir una espiritualidad en la que podamos encontrar a Dios en todas las cosas y a todas las cosas en El. Lo que se busca es vivir con una *fidelidad creativa* nuestra vocación de servicio a Dios y a quienes nos requieren y necesitan.

Se supone, entonces, una continuidad fiel en la oración, en los exámenes, y en la práctica sacramental (Eucaristía –centro de nuestra vida– y Reconciliación, celebración de la continua conversión). Al mismo tiempo es necesario estar atentos a la vida diaria, a nuestra historia, lugar del encuentro con el Dios vivo e interpelante.

Al hablar de lo central de *acompañamiento espiritual* no se excluye que la relación verse, como es natural, sobre muchos otros aspectos de la vida. Más aún, que éstos estén también presentes garantiza que la relación sea amplia y espontánea y no rígida y estereotipada.

6. Algunas reglas básicas (mínimas) para un acompañante

- Un buen acompañante escucha mucho y habla poco. Escuchar con atención, con compasión. El escuchar compasivo es muy activo. Hoy día un acompañante espiritual que habla mucho debería preguntarse qué necesidad es esa que tiene de hablar tanto.
- No debes suponer que sabes o entiendes lo que la otra persona te está comunicando: siempre pregunta. Aún cuando creas que tienes la intuición clave, en vez de decírselo a la persona, ayúdala a que ella misma lo descubra. Preguntar siempre: ¿Te parece? ¿Te entiendo bien cuando dices...?

- No debes dar consejos, ni regañar, ni juzgar. Ni tampoco predicar. No dar consejos porque al fin y al cabo la gente hace lo que quiere y puede; lo que sí se puede es ayudar a buscar salidas, pero que las respuestas, las posibles soluciones vayan siendo descubiertas por la persona que es la que sabe sus posibilidades. Regañar rompe las relaciones. ¿Quién soy yo para juzgar al otro? Tratar de acoger a la persona ahí donde está: con sus sentimientos, con su dolor, con toda su rabia. Lo que intentas hacer no es resolver el problema a la persona, sino acompañarla en su crecimiento, en su camino de encuentro con Dios y en su propio discernimiento personal.
- Ayuda a tomar conciencia de lo que pasa. Es importante ir ayudando a la persona, mediante preguntas apropiadas, para que ella misma caiga en la cuenta de lo que está sucediendo en su vida. Si le dices lo que le pasa, entonces, le quitas responsabilidad. Cuando le dices a otro lo que le pasa, estás tomando las riendas de su vida. La base del proceso de crecimiento personal es la toma de conciencia de lo que le sucede a cada uno.
- Conócete a ti mismo, tus cualidades, tus límites. ¿Qué has ido aprendiendo de ti mismo en la relación de acompañamiento? ¿Cuánto inviertes emocionalmente en esta relación? Vale la pena tomar un momento después de la entrevista para ver qué te pasó en la sesión, o escribir tus sensaciones. Lo que te sucede como acompañante en la sesión puede iluminar la problemática del acompañado.
- Sólo puede ser buen acompañante quien ha sabido dejarse acompañar. No puedes olvidar que la ayuda que puedes prestar a otros dependerá de la profundidad de tu propia vida. Es necesario confrontar con otro lo que tú mismo sientes y vives en tus propios conflictos y procesos de crecimiento personal para hacerse capaz de ayudar a otros también a crecer sin dejar que tus procesos interfieran en la ayuda que prestas.
- Aprende a manejar las transferencias y contratransferencias. La persona a la que estás ayudando te transfiere (proyecta) cosas que no son tuyas. Por ejemplo, si un muchacho tiene problemas serios con la figura de autoridad, o mucha agresividad hacia la figura paterna, o tuvo una relación muy conflictiva con su padre, es posible que te transfiera ese conflicto a ti, como acompañante espiritual. Es importante tomar conciencia de lo que está sucediendo porque además, tu como acompañante espiritual, experimentarás también sentimientos hacia el acompañado que no siempre corresponderán a la persona que tienes delante (contratransferencias). Estas situaciones se hacen más difíciles en la formación porque el acompañante espiritual convive diariamente con sus acompañados y en muchas ocasiones tiene que cumplir también la función de autoridad en la comunidad.
- Debes mantener la sintonía con Dios. Para poder escuchar la experiencia de Dios que otra persona te relata, se requiere estar en sintonía con el Señor en la propia vida. Un acompañante que no ora con regularidad, difícilmente va a poder sintonizar espiritualmente con las personas que le piden su ayuda.
- Confía en tus propias intuiciones. Escúchate a ti mismo, lo que vas percibiendo de la persona, pues casi siempre acertarás. Esto no quiere decir que tengas que revelarle a la persona todo lo que ves; mejor que ella misma lo vaya descubriendo en su propio proceso.
- Ten reverencia por las personas. Cada persona es una historia sagrada, es lugar donde Dios se revela y se hace presente.
- Cultiva la actitud contemplativa. Es fomentar la atención al Otro. Ayudar a la persona a mirar más allá de sí misma. La experiencia espiritual tiene que ver con la vida real, con la historia y con los problemas del mundo.

7. Algunas preguntas que pueden ayudar a evaluar tu capacidad de escucha

- ✓ ¿Cuando estás escuchando logras dejar a un lado las ideas o problemas que estabas atendiendo o que tendrás que atender después o te mantienes rumiando estos temas durante la entrevista?
- ✓ ¿Miras a la persona cuando te habla o procuras no mirar a los ojos para no intimidar ni sentirte intimidado?
- ✓ ¿Animas a la persona a hablar a través de tu lenguaje no verbal (sonrisa, movimiento de cabeza, atención con todo tu cuerpo, etc.) o dejas que tu lenguaje no verbal transmita desinterés y displicencia?
- ✓ ¿Procuras transmitir seguridad a la persona que habla contigo o transmites inseguridad con tus preguntas y tus comentarios?
- ✓ ¿Piensas sobre lo que te están diciendo, intentando comprender y discernir lo que escuchas? ¿Por qué la persona dice lo que dice o siente lo que siente?
- ✓ ¿Dejas que la persona que está ante ti termine lo que está intentando decir sin interrupciones o sueles 'ayudarle' ofreciendo tus propios puntos de vista?
- ✓ ¿Escuchas, independientemente de la manera de hablar que tenga la persona o te distraes si la persona utiliza un lenguaje o formas de expresión que no se acomodan a tu estilo?
- ✓ ¿Escuchas a la persona aunque ya supieras de antemano lo que te iban a decir, o interrumpes y te adelantas a terminar la historia para no alargar la entrevista?
- ✓ ¿Interpelas a la persona para que se explique o para que aclare sus ideas, o no preguntas nunca para que no se alargue más de la cuenta en su exposición?
- ✓ ¿Recapitulas a veces, tratando de reflexionar sobre lo que dijo la persona y le preguntas si comprendiste e interpretaste bien lo escuchado?
- ✓ ¿Permites que la persona descubra por sí misma las posibilidades de su crecimiento o acostumbras corregirla y mostrarle lo que debería percibir o experimentar?
- ✓ ¿Le ayudas a discernir y a descubrir las tendencias de los varios espíritus o tu le dices lo que vas viendo sobre la acción de los espíritus en su interioridad?
- ✓ ¿Sueles hacer juicios morales sobre la persona?