

ESPIRITUALIDAD Y MAYORES

José Carlos Bermejo Higuera¹

Uno de los signos de humanización es la consideración de la persona en sentido global, sin reduccionismos ni olvidos de cada una de sus dimensiones. Y desde esta perspectiva, la dimensión espiritual juega un papel importante en quien desee mirar a la persona de manera holística, integral.

He aquí algunas reflexiones en torno a los aspectos espirituales en los mayores que esperan contribuir a la reflexión interdisciplinar y servir a quienes se interesan por ellos.

No es raro que se hagan hermosos discursos de atención integral y que no se sepa muy bien cómo describir y tratar la dimensión espiritual. Más fácilmente se reduce a la dimensión religiosa, encontrando dificultad para las personas que no se confiesan creyentes o no cultivan cuanto tiene que ver con la religiosidad.

1. Aclaración terminológica: dimensión espiritual:

El mundo de la intervención social, y en particular el cuidado a los ancianos, está en constante progreso. Una de los avances significativos es precisamente la superación del asistencialismo y la consideración de las múltiples causas que concurren en los procesos de exclusión, así como la necesidad de realizar procesos de acompañamiento centrados en las personas y no sólo en la resolución de problemas.

La creciente conciencia de que la verdadera salud es un experiencia biográfica más que una simple disfunción en algún órgano o la ausencia de traumatismos, está contribuyendo a repensar modelos de intervención que contribuyen también a la humanización del mundo de la intervención social, que se empeña igualmente por generar salud en las relaciones, en la sociedad, en cada una de las personas.

La *mirada de la caridad* transforma y ofrece nuevas perspectivas al significado de la acción social. En el contexto de Cáritas, por ejemplo, la acción social se entiende como “la que se ejerce a través de un conjunto de servicios destinados a ayudar a los grupos sociales a resolver sus necesidades, y como instrumento para crear los recursos necesarios para una mejor calidad de vida. La acción social concebida así implica la participación de la persona, de los grupos y de la comunidad para resolver sus problemas. Se pide una acción colectiva para alcanzar los objetivos propuestos”². La concepción holística de la persona y la responsabilidad comunitaria son características esenciales de la misma. Está en juego la dimensión espiritual en la acción social porque están en juego los valores, porque están en juego las personas.

¹ Director del Centro de Humanización de la Salud, Tres Cantos, Madrid, España, www.humanizar.es

² J. SANCHEZ JIMÉNEZ, *Acción Social y Compromiso Cristiano*, Cáritas Española, Madrid 1998, p. 260.

Es necesario subrayar que la dimensión espiritual y la dimensión religiosa, íntimamente relacionadas e incluyentes, no son necesariamente coincidentes entre sí. Mientras que la dimensión religiosa comprende la disposición y vivencia de la persona de sus relaciones con Dios dentro del grupo al que pertenece como creyente y en sintonía con modos concretos de expresar la fe y las relaciones, la dimensión espiritual es más vasta, abarcando además el mundo de los valores y de la pregunta por el sentido último de las cosas, de las experiencias.

La dimensión espiritual, pues, abarca la dimensión religiosa, la incluye en parte. En ella podemos considerar como elementos fundamentales todo el complejo mundo de los valores, la pregunta por el sentido último de las cosas, las opciones fundamentales de la vida (la visión global de la vida).

Angelo Brusco, dice que “*espiritualidad* es el conjunto de aspiraciones, convicciones, valores y creencias capaces de organizar en un proyecto unitario la vida del hombre, causando determinados comportamientos. De esta plataforma de interrogantes existenciales, principios y valores parten caminos que llevan a elevadas metas del espíritu. Es el caso de la *espiritualidad religiosa*, que radica tales principios y valores en la relación con un ser trascendente. En la religión cristiana, este ser trascendente es el Dios que por medio de Jesucristo nos ha sido revelado, un Dios con el cual establece el creyente una relación de amor del cual saca la fuerza para realizar su proyecto de vida en el ámbito de todas las dimensiones del ser”.³

La Organización Mundial de la Salud dice que lo “espiritual se refiere a aquellos aspectos de la vida humana que tienen que ver con experiencias que *trascienden los fenómenos sensoriales*. No es lo mismo que “religioso”, aunque para muchas personas la dimensión espiritual de sus vidas incluye un componente religioso. El aspecto espiritual de la vida humana puede ser visto como un componente integrado junto con los componentes físicos, psicológicos y sociales. A menudo se percibe como vinculado con el *significado* y *el propósito*.”⁴

Cuando la dimensión espiritual llega a cristalizar en la profesión de un credo religioso; cuando el mundo de los valores, de las opciones fundamentales, la pregunta por el sentido, cristalizan en una relación con Dios, entonces, hablamos de dimensión religiosa. Muchos elementos pertenecen, pues, a la dimensión espiritual, irrenunciable para toda persona, pero no todos los individuos dan el paso de la fe: la relación con Dios, la profesión de un credo, la adhesión a un grupo que comparte y concelebra el misterio de lo que cree.

Si bien contamos con "ministros" religiosos para atender la dimensión espiritual y religiosa de los que se adhieren a un grupo determinado, el cuidado o la atención de la dimensión estrictamente espiritual no es tarea exclusiva de los así llamados "agentes de pastoral" (ya sean sacerdotes, pastores, capellanes, religiosos, o seglares), sino que es tarea de todo profesional estar atentos a la dimensión espiritual de las personas a las que atiende,

³ A. BRUSCO, *Madurez humana y espiritual*, San Pablo, Madrid 2002, p. 37.

⁴ WHO. *Cancer Pain Relief and Palliative Care*, Report of a WHO Expert Comité. Technical Report Series 804. Geneva, WHO, 1990.

de modo especial en medio del sufrimiento, cuando esta dimensión cobra una especial relevancia.

Torralba refiere que lentamente se está introduciendo en ciertos contextos culturales “lo que ya se ha denominado el paradigma de lo espiritual. La cuestión del espíritu está adquiriendo un peso específico en la reflexión en torno al cuidar, pues se ha puesto de relieve que el ejercicio de cuidar no puede referirse exclusivamente a la exterioridad del ser humano, sino que requiere, también, una atención a su realidad espiritual, es decir, a lo invisible del ser humano”. Y añade que incluso en culturas pragmáticas y utilitaristas, “la cuestión del espíritu está adquiriendo una cierta trascendencia”.⁵

Santo Tomás vincula la felicidad a la contemplación espiritual o la contemplación de Dios, pero dejando claro que la acción es también camino de acceso a la bienaventuranza, y así dice que “el fin de la vida humana es la bienaventuranza o felicidad, que (...) consiste primaria y esencialmente en la visión inmediata de Dios. No obstante, el ser humano puede alcanzar también una bienaventuranza, si bien imperfecta, en esta vida por el conocimiento de la verdad y la práctica de las virtudes”⁶.

2. Necesidades espirituales y personas mayores

Aclarada la diferencia entre dimensión espiritual y dimensión religiosa, nos proponemos adentrarnos en el mundo de las *necesidades* espirituales.

A este respecto, no es infrecuente encontrar dificultad a nombrarlas cayendo, con una cierta frecuencia en las puras necesidades que otros calificarían de psicológicas. Salvadas las necesidades específicamente religiosas, relacionadas con la celebración de la fe, numerosas necesidades pueden ser descritas por la psicología y por la reflexión sobre la espiritualidad. Ahora bien, la identificación de algunas de ellas como específicamente espirituales nos refleja un modo de considerar al hombre y un punto de partida desde el que le queremos comprender a la persona: una visión holística.

Refiriéndose al final de la vida, De Hennezel y Leloup⁷ afirman algo extensible a toda intervención social: “Pertenezcamos o no a una religión, la preparación para acompañar a las personas que finalizan su vida debiera tomar en consideración la dimensión espiritual del ser humano. No sólo no debiéramos avergonzarnos, sino que deberíamos saber que hay ahí una eficacia de otro orden, la eficacia del corazón”.

Cada vez se es más consciente de la importancia de la detección de las necesidades espirituales.⁸ Dice Gómez Sancho que entender el asunto de que las necesidades espirituales y religiosas no son sinónimas, tiene una gran importancia práctica. No es asunto exclusivo del sacerdote o pastor intentar hacer frente a este tipo de necesidades.

⁵ F. TORRALBA, “Lo ineludiblemente humano. Hacia una fundamentación de la ética del cuidar”: *Labor Hospitalaria*, 253 (1999), p. 267.

⁶ J.J. FERRER, J.C., ALVAREZ, *Para fundamentar la bioética*, Desclée De Brouwer – UPC, Bilbao 2003, p. 47.

⁷ M. DE HENNEZEL, J. Y. LELOUP, *El arte de morir. Tradiciones religiosas y espiritualidad humanista frente a la muerte*, Helios, Barcelona 1998, p. 38.

⁸ Cfr. J. M^o LARRU, “Las necesidades espirituales y la ética en las Unidades de Cuidados Paliativos”, en AAVV., *La medicina paliativa, una necesidad socio-sanitaria*, Hospital de San Juan de Dios, Bilbao 1999, pp. 299-322.

Todos los componentes del equipo pueden y deben, en uno u otro momento, ayudar a la persona en unos aspectos de su recorrido, tan importantes como intangibles.⁹

No obstante, poco avanzada parece estar la construcción de herramientas para detectar las necesidades espirituales. Parece que nos movemos en un terreno aún poco explorado. Incluso no está suficientemente definido el concepto de *necesidad espiritual*.

Barbero¹⁰ afirma que el concepto de necesidad es ambiguo. En principio, necesidad se refiere clásicamente a un objeto cuya falta puede ser llenada por el objeto mismo. Pero ya Maslow nos invita a tomar conciencia de la diversidad de necesidades, que –con todos sus límites- él clasifica de manera jerárquica: fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima y reconocimiento y de autorrealización.

La no satisfacción de necesidades físicas suele entrañar sufrimiento y normalmente su satisfacción viene dada por objetos. Sin embargo, las necesidades psicológica hacen referencia a relaciones interpersonales y la satisfacción viene más por la vía de la relación. También hablamos de necesidades espirituales, y su no satisfacción entraña sufrimiento igualmente.

Algunos autores nos pueden ayudar a dar definición o concreción a éstas, aunque se han desarrollado más en el ámbito de los enfermos terminales, por la importancia que éstos le dan a la dimensión espiritual. C. Jomain¹¹ define las necesidades así: “necesidades de las personas, creyentes o no, a la búsqueda de un crecimiento del espíritu, de una verdad esencial, de una esperanza, del sentido de la vida y de la muerte, o que están todavía deseando transmitir un mensaje en su vida”.

Cecily Saunders¹² se refiere a lo espiritual como el campo del pensamiento que concierne a los valores morales a lo largo de toda la vida, donde se dan cita recuerdos de defecciones y cargas de culpabilidad, apetencia de poner en primer lugar lo prioritario, de alcanzar lo que se considera como verdadero y valioso, rencor por lo injusto, sentimiento de vacío... etc.

Así también, Hay habla de espiritualidad en términos operativos: la capacidad de trascender las realidades de funcionamiento de uno (física, sensorial, racional y filosófica), a fin de amar y ser amado dentro de la propia comunidad, para dar significado a la existencia y manejarse con las exigencias de la vida.¹³

Citemos finalmente a Speck¹⁴ que describe la espiritualidad desde tres dimensiones: la capacidad de trascender lo material, la dimensión que tiene que ver con los fines y valores últimos y el significado existencial que cualquier ser humano busca.

Ahora nos planteamos: ¿tiene que ver la dimensión espiritual y las necesidades espirituales con el cuidado a los mayores? La respuesta no puede ser más que afirmativa.

⁹ M. GÓMEZ SANCHO, *Cuidados paliativos: Atención Integral a Enfermos Terminales*, Vol. II, ICEPSS, Canarias 1988, p. 800.

¹⁰ Cfr. J. BARBERO, “El apoyo espiritual en cuidados paliativos”: *Labor Hospitalaria* 263 (2002), pp. 6-7.

¹¹ C. JOMAIN, *Morir en la ternura*, San Pablo, Madrid 1987.

¹² C. SAUNDERS, “Spiritual Pain”, *Journal of Palliative Care*, 4 (1988), p. 3.

¹³ M. HAY, “Principles in building spiritual assessment tools”, *American Journal of Hospice Care*, 1989, pp. 25-31.

¹⁴ P.W. SPECK, *Spiritual issues in palliative care*, en D. DOYLE, GWC HANKS, *Oxford Textbook of Palliative Medicine*, Oxford University Press, Oxford 1993.

Más aún, podemos constatar, avanzando en la reflexión, que muchas personas excluidas tienen vulnerada, debilitada su dimensión espiritual. Y, en todo caso, la exclusión que algunos mayores sufren es el resultado de una patología del espíritu de los individuos y de la comunidad que son capaces de generar personas al margen o fuera del margen.

Según este planteamiento, cualquier intervención que no quiera ser sólo asistencialismo, debe considerar a cada persona como destinataria de la intervención en su totalidad. De este modo, la intervención (incluso a nivel económico, laboral o de vivienda) podrá ser duradera y no un mero paliativo.

Para los creyentes cristianos, hemos de decir que nos sentimos habitados por el Espíritu de Jesús que nos ha sido derramado en nuestros corazones (Rom 5,5) y que nos da el querer y el poder caminar tras las huellas de Jesús “interpretando lo que vaya viniendo” (Jn 16, 13).

El seguimiento de Jesús nos invita a escrutar los signos de los tiempos captando las necesidades de las personas que encontramos, conciliando la contemplación y la acción liberadora, la vida y la celebración, la gratuidad y la eficacia, en un momento en el que todo se vive como dualidad, ruptura y falta de integración.¹⁵

Pellicer¹⁶ refiere algunas implicaciones prácticas de la vida espiritual en la intervención social, que, sintetizándolas serían:

- Revestirse de los mismos sentimientos de Jesús, al que se le conmueven las entrañas ante el dolor y sufrimiento de su pueblo.
- Reproducir los mismos gestos que Jesús, los del Buen Samaritano: ponerse en camino, acercarse al pobre, observar lo que ocurre, apearse de la cabalgadura, inclinarse hacia el hermano, aportar el bálsamo propio, desprenderse de los denarios, implicar a otros.
- Alimentar las actitudes fundamentales en el encuentro personal e intransferible, con la oración y la contemplación.
- Educar la propia humanidad, es decir, que el cuerpo obedezca a lo que el corazón ha experimentado: la misericordia.

3. Caminos de acceso a la experiencia espiritual

Hablar de espiritualidad, para el creyente, es hablar de experiencia de Dios, porque más que hablar sobre Dios, más que pensar con la cabeza sobre Dios, es cuestión de sentirlo con el corazón. Las numerosas representaciones que nos hacemos de Dios pueden ser útiles, a la vez que limitadas. Por eso, Dios se nos hacen tanto más accesible cuanto más superamos sus representaciones, del tipo que sean.

Boff dice que la etimología de la palabra experiencia nos proporciona la primera clave para acceder a su comprensión. *Ex – peri – encia* es la ciencia o el conocimiento (ciencia) que el ser humano adquiere cuando sale de sí mismo (ex) y trata de comprender un objeto por todos los lados (peri). La experiencia no es un conocimiento teórico o libresco, sino que se adquiere en contacto con la realidad, que no se deja penetrar

¹⁵ M^a L. CASTILLO, “La espiritualidad y Cáritas”: *Corintios XIII*,93 (2000), pp.337-338.

¹⁶ Cfr. S. M. PELLICER, “Espiritualidad del documento “La Iglesia y los pobres””: *Corintios XIII*, 72 (.....), p. 324.

fácilmente y que incluso se opone y resiste al ser humano.¹⁷ Por eso, experimentar a Dios dentro de nuestra historia individual y colectiva significa estar bien atento a la realidad impregnada por su presencia y por su ausencia.

Durkheim habla de cuatro lugares privilegiados de apertura a lo trascendente:

- la naturaleza
- el arte
- el encuentro
- el culto (religión).

En efecto, la contemplación de la naturaleza es un camino que nos invita a trascender lo más próximo. La belleza de una flor, de un paisaje, de una cascada... incluso la potencia de la naturaleza cuando se producen catástrofes, nos reclaman un poder que nos supera, un origen que nos provoca la apertura a la trascendencia.

Así también el arte. Tiene el poder de evocar algo más que lo tangible. Una estatua es más que una estatua, un cuadro es más que un conjunto de colores mezclados formando una imagen, una pieza musical es mucho más que una suma de notas... La armonía y belleza que impregnan las obras de arte evocan algo que nos trasciende, nos preparan el camino para abrirnos.

También el culto nos da acceso a la trascendencia y a la experiencia espiritual. Los ritos sagrados nos remiten con símbolos a algunas realidades que nos trascienden, particularmente en momentos importantes y cruciales de la vida: inicio, transición, final, vínculos especiales... En él expresamos nuestra relación con el Ser trascendente en que los creyentes fundamentamos la fuente de nuestra vida espiritual.

Pero nos interesa aquí particularmente el encuentro como vía de acceso a la experiencia espiritual. En efecto, mediante la comunicación, mediante el diálogo, una persona se puede hacer instrumento del Espíritu para realizar un adecuado acompañamiento. Dice González Faus: "El diálogo es el camino más directo para facilitar la liberación y el crecimiento personal y espiritual. Tal vez porque constituye un reflejo del ser de Dios. Dios es un diálogo eterno de amor. Y al dialogar a imagen y semejanza de Dios, se produce en los interlocutores un movimiento centrífugo de la libertad para amar. Y en el diálogo de amor los hombres se realizan como imágenes e hijos de Dios".¹⁸

Como dice Boff, quien se entrega en cuerpo y alma al servicio del prójimo humillado y ofendido, comienza a percibir una dimensión que trasciende tanto al prójimo como a uno mismo. En esta dimensión se da cuenta de que está envuelto por una poderosa energía que lo circunda, lo penetra, lo trasciende y le permite desempeñar la tarea del amor social, el compromiso y la liberación. Ahí emerge el Misterio que llamamos Dios.¹⁹

En el fondo, podemos decir que Dios emerge en toda la experiencia del otro y en el amor hacia el otro. El amor humano es revelación, es comunicación del Amor más grande, que nos trasciende y nos permite decir con Juan: "Dios es amor" (1 Jn 4,8).

¹⁷ L. BOFF, *Experimentar a Dios*, Sal Terrae, Santander 2003, p. 41.

¹⁸ J.L. GONZÁLEZ FAUS, "Antropología. Persona y comunidad", en: *Mysterium Liberationis*, II, Trotta, Madrid 1990, p. 351-352.

¹⁹ Cfr. L. BOFF, op. cit., p. 88.

Más aún, descubrir la sacralidad de cada encuentro interpersonal, la hondura y densidad del significado de la escucha, del silencio, de la palabra y del lenguaje no verbal, hace que la experiencia vivida en la relación interpersonal con los que sufren a causa de la exclusión, sea verdadero culto a Dios, a través de la *liturgia de la caridad*, donde los vasos sagrados para recoger el cuerpo roto y la sangre que se derrama son las manos, los ojos, las orejas, el rostro y el cuerpo entero del que celebra el encuentro.²⁰

- ***Cuento: La ciudad de los pozos***

Erased una vez una ciudad que no estaba habitada por personas. Esa ciudad estaba habitada por pozos. Pozos vivientes... pero pozos al fin y al cabo.

Los pozos se diferenciaban entre sí, no sólo por el lugar en que estaban excavados, sino por el brocal. Había pozos pudientes y ostentosos con brocales de mármol... y de todo tipo, hasta los más pobres y humildes, que eran agujeros pelados que se abrían en la tierra.

La comunicación entre los habitantes de la ciudad era de brocal a brocal y las noticias cundían rápidamente, de punta a punta del poblado.

Un día, llegó al poblado una moda que seguramente había nacido en algún poblado humano: La nueva idea señalaba que todo ser viviente que se preciara, debería cuidar mucho más el interior que el exterior. Lo importante no era lo superficial, sino el contenido.

Así fue como los pozos se empezaron a llenar de cosas: Algunos se llenaban de joyas, monedas de oro y piedras preciosas. Otros más prácticos se llenaron de electrodomésticos y aparatos mecánicos. Algunos optaron por el arte, y fueron llenándose de pinturas, pianos de cola y sofisticadas esculturas postmodernas. Finalmente los intelectuales se llenaron de libros, de manifiestos ideológicos y de revistas especializadas.

Pasó el tiempo... y la mayoría de los pozos se llenaron del todo.

Los pozos no eran todos iguales, así que, si bien algunos se conformaron, hubo otros que pensaron que debían hacer algo para seguir metiendo cosas en su interior.

A uno de ellos, en lugar de apretar el contenido, se le ocurrió aumentar su capacidad ensanchándose. No pasó mucho tiempo antes de que la idea fuese imitada. Todos los pozos gastaban gran parte de sus energías ensanchándose, para poder hacer más espacio en su interior.

Un pozo pequeño y alejado del centro de la ciudad, empezó a ver a sus camaradas ensanchándose desmedidamente. Él pensó que si seguía hinchándose de tal manera, pronto se confundirían los bordes y cada uno perdería su identidad... Quizás, a partir de esta idea se le ocurrió otra manera de aumentar su capacidad, era crecer no a lo ancho sino hacia lo profundo. Hacerse más hondo, en lugar de más ancho. Pronto se dio

²⁰ Cfr. J.C. BERMEJO, "La liturgia del encuentro. La relación de ayuda en los procesos de integración": *Corintios XIII*, 84(1997), p. 505.

cuenta de que todo lo que tenía dentro le imposibilitaba la tarea de profundizar. Si quería ser más profundo debía vaciarse de todo contenido... Al principio tuvo miedo al vacío, pero luego, cuando vio que no había otra posibilidad lo hizo.

Vacío de posesiones, el pozo que crecía hacia dentro, tuvo una sorpresa. Muy en el fondo ¡encontró agua! Nunca antes otro pozo había encontrado agua... El pozo superó la sorpresa y empezó a jugar con el agua del fondo humedeciendo las paredes, salpicando los bordes y por último salpicando el agua hacia fuera.

La ciudad nunca había sido regada más que por la lluvia, que de hecho era bastante escasa, así que la tierra de alrededor del pozo, revitalizada por el agua comenzó a despertar. Las semillas de sus entrañas brotaron en pasto, en tréboles, en flores y en árboles. La vida explotó en colores alrededor del alejado pozo al que llamaron “El Vergel”.

Todos se preguntaban cómo había conseguido el milagro. “Ningún milagro” – contestaba él – “hay que buscar en el interior, hacia lo profundo”.

Muchos quisieron seguir el ejemplo del vergel, pero rechazaron la idea cuando se dieron cuenta de que para ir más profundo debían vaciarse. Siguieron ensanchándose cada vez más, para llenarse de más y más cosas.

En la otra parte de la ciudad, otro pozo decidió correr el mismo riesgo del vacío. Y también empezó a profundizar y se llenó de agua... y salpicó hacia fuera creando un segundo oasis verde en el pueblo.

“¿Qué harás cuando se termine el agua?” –Le preguntaban.

“No sé lo que pasará, pero por ahora cuanto más saco más agua hay”.

Pasaron unos cuantos meses antes del gran descubrimiento.

Un día por casualidad, los dos pozos se dieron cuenta de que el agua que habían encontrado en el fondo de ellos era la misma. Que el mismo río subterráneo que pasaba por uno pasaba también por el otro. Se dieron cuenta de que se abría para ellos una nueva vida. No sólo podían comunicarse de brocal en brocal, superficialmente, como todos los demás, sino que la búsqueda les había deparado un nuevo y secreto punto de contacto.