

EL SENTIDO DE LA VIDA ES POSIBLE A PESAR DEL SUFRIMIENTO

PASTORAL DE LA SALUD. 3 DE MAYO DE 2014

V ENCUENTRO DE ASOCIACIONES DE ENFERMOS

El sufrimiento no es un advenedizo en nuestra vida. Está siempre presente. En determinadas etapas ocupa un lugar central. Viene para quedarse. Se trata de vivir con él. No sólo a pesar de él. Integrarlo, aceptarlo, darle un significado.

Distinguímos sufrimiento evitable e inevitable.

Cuando no es ya posible curar nuestra tarea como cuidadores, como acompañantes voluntarios, es la de cuidar. Cuando no es ya posible cuidar, debemos consolar, aportar ternura y cercanía.

Realizáis una labor maravillosa, que la sociedad como tal no quiere, no puede o no sabe hacer. Sois portadores de esperanza para ellos. Cada una de las agrupaciones que aquí os habéis reunido, desde su perspectiva, religiosa o no religiosa, con un enfoque u otro, hacéis una tarea muy valiosa. Aportáis humanidad al ser herido y que afronta sus últimas etapas antes de vivir su proceso de morir y marcharse para siempre.

Nuestra tarea, vuestra tarea como cuidadores de personas enfermas o necesitadas, es la de ayudar a encontrar sentido para sus vidas a estas personas, iguales que nosotros pero quebradas en su proyecto de vida, necesitadas de un afecto profundo, de un acompañamiento y acogida.

Ellas, ante todo, quieren sentirse queridas, pero también saben amar. Hay una reciprocidad. Nosotros no podemos darles sentido, solamente ayudar a encontrarlo.

- ***“Cuando una persona descubre que (en un momento determinado de su vida) su destino es sufrir, ha de aceptar dicho sufrimiento, pues ésa es su sola y única tarea...Su única oportunidad reside en la actitud que adopte al soportar su carga.”***

(Viktor Emil Frankl)

RASGOS EN EL SUFRIMIENTO QUE APORTAN SENTIDO.

- - Como primer rasgo quisiera destacar el crecimiento espiritual que se produce en muchos enfermos: asumiendo el propio dolor con dignidad el ser humano consigue una fuerza que le permite afrontar las más duras situaciones y ser mejor persona.
- - Otro rasgo es la madurez: la persona, con el sufrimiento, puede alcanzar mayor libertad interior a pesar de la dependencia exterior. Modifica la escala de valores y le da importancia a lo verdaderamente esencial de la vida.
- - y otro rasgo es la prestación de un servicio a otros, de un ejemplo: la postura que un enfermo puede adoptar ante su situación tomando posición frente ella y asumiéndola con valor puede constituir un verdadero ejemplo para otros enfermos y para sus familiares provocando en ellos un cambio existencial.

A LA VIDA NO HAY QUE HACERLE PREGUNTAS SINO DARLE RESPUESTAS.

- Al buscar y encontrar un sentido pasamos del plano de las preguntas al de las respuestas. Uno deja de preguntarse por qué le sucede eso a él y piensa qué cosas positivas puede realizar en su situación.
- Y el fruto de ello es la paz, la serenidad. Dice Frankl que la paz sólo se obtiene *“transformando el sufrimiento en un logro humano”*, pero nunca desahogando simplemente el dolor ni mucho menos demostrando a diestro y siniestro una agresividad que aumente todavía más lo absurdo de un acontecimiento trágico.

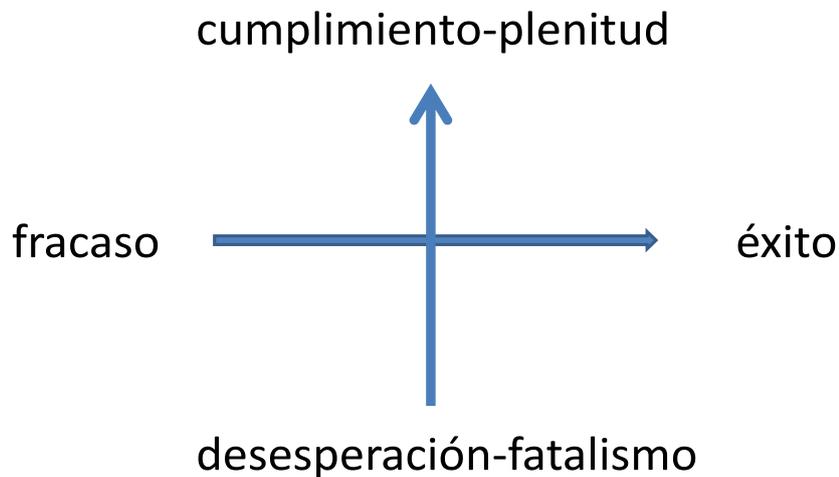
LA CAPACIDAD DE SUFRIMIENTO NECESITA DE UN APRENDIZAJE.

- Para las actividades creativas y para las vivenciales el ser humano posee facultades y órganos. Pero no dispone de nada para enfrentarse al sufrimiento. Ante el sufrimiento y la muerte no hay ningún instinto o fuerza innata que esté detrás.
- El sufrimiento se aprende sufriendo y dándole significado. Con un sentido en la vida, el ser humano está capacitado hasta para el sufrimiento. Según Frankl *“el hombre no decrece por el sufrimiento sino por el sufrimiento sin sentido”*, ya que como decía Nietzsche *“quien tiene un por qué para vivir, es capaz de soportar cualquier cómo”*. Por el contrario, cuando no descubrimos qué sentido puede tener, el sufrimiento conduce a la desesperación.
- *“El sufrimiento hace clarividente al hombre y diáfano al mundo. Al que sufre se le abren perspectivas. Ante el abismo, el hombre mira a las profundidades y lo que divisa en su fondo es la trágica estructura de la existencia. Descubre que la existencia humana es, al final y en lo más profundo, pasión; que la esencia del hombre es ser un hombre doliente: Homo patiens”* (V.Frankl)
- Cuando actuamos sobre personas enfermas o en estado de trastorno psíquico tratamos que todas las respuestas de ellas estén dirigidas a la superación de estas situaciones, a su satisfacción. ¿Qué satisfacción?: No la satisfacción de las necesidades en forma de ausencia de dolor, sino la satisfacción en forma de paz con uno mismo, con el pasado, con el prójimo y, dado el caso, con Dios. Cada sentido que se atiende hace al mundo más humano y más digno de vivir en él para todos. Podríamos llamarlo *“optimismo trágico”* frente a la *“triada trágica”*: sufrimiento, culpa y muerte.

“OPTIMISMO TRÁGICO” FRENTE A “LA TRÍADA TRÁGICA”

- - el sufrimiento, se puede transformar en un servicio o en una oportunidad de maduración y de crecimiento personal.
- - la culpa en cambio, en corrección o reparación de errores pasados.
- - y la muerte, en acicate para la acción responsable, para aprovechar nuestro tiempo de vida, viviendo alerta y con diligencia, no posponiendo las tareas existenciales, sino afrontándolas en el momento en que se nos presentan y exigen ser resueltas so pena de quedar atascados, existencialmente paralizados. La muerte debe enseñarnos a vivir.

ESQUEMA CLARIFICADOR



“LA VIDA NO NOS ADEUDA PLACER, SÓLO NOS OFRECE SENTIDO”.

- Muchas veces esperamos de la vida placer, comodidad, ausencia de dificultades. Pensamos que la vida “nos lo debe”, que es lo normal. Por ello nos sentimos insatisfechos cuando no se dan esas circunstancias.
- No podemos encontrar la felicidad directa e inmediatamente sino que únicamente lo que podemos hacer es provocar motivos para sentirnos felices en base a los valores realizados. Las personas más felices son aquellas que no se preocupan por el éxito o por la felicidad, sino las que se entregan en todo momento a tareas llenas de sentido, aunque sean duras o ingratas.
- El ser humano es capaz de renunciar a lo agradable y fácil cuando lo que tiene sentido para él reclama lo desagradable y difícil.

- Si vivimos realizando valores percibimos que nuestra vida va siendo cumplida pues la experimentamos como un granero cada vez más repleto que nos permite sentirnos satisfechos; no percibimos la vida, como hace el pesimista, como un calendario al que diariamente vamos arrancando una hoja achicándose cada vez más.

LA VIDA ES TERRIBLE Y MARAVILLOSA AL MISMO TIEMPO.

- La vida es dura pues día a día, en cada uno de sus instantes, exige una respuesta personal que, una vez ejecutada, permanece inexorablemente cincelada en la biografía del sujeto, en el tiempo y en la eternidad: lo hecho, hecho queda, para bien y para mal. Por lo tanto, conviene no fallar.
- Por su finitud y por desconocer el tiempo disponible, acucia a una responsabilidad apremiante e inaplazable: si no lo hago ahora, ¿cuándo lo haré?, si yo no realizo este valor, ¿quién lo hará? ¿A quién privo del amor que yo sólo puedo ofrecer? ¿quién da sentido al sufrimiento que yo rechazo? ¿quién puede suplir mi singular y peculiar misión? Incumplir la misión personal, única e irrepetible, significa malograr el sentido de mi vida.
- Sin embargo, y al mismo tiempo, la vida es maravillosa porque “lo hecho, hecho queda”. El trabajo bien hecho, los amores hermosos, el sufrimiento asumido, cristalizan como monumentos de la vida personal, quedan almacenados en el granero del pasado y grabados en la eternidad.
- Jamás se borran de la biografía personal los valores teñidos de sentido. Deberíamos tratar, por tanto, de vivir cada instante con “proyección de eternidad”.
- La vida también es maravillosa pues, a pesar de que haya sido una vida vacía, permite colmarla o redimirla con un cambio de actitud en el momento presente, aunque ése sea en la última etapa de la vida. Muchas veces un presente luminoso puede dar luz a un pasado oscuro.
- La vida cobra una profundidad insospechada si la persona descubre que su futuro y el de las personas que la rodean depende de alguna manera – aun cuando sea insignificante – de la decisión que tome en cada instante. Por eso podemos preguntarnos también: Si lo que hago lo hago exclusivamente para mí mismo, entonces ¿quién soy yo?, ¿qué tipo de persona soy?

EL SENTIDO DE LA VIDA SE ENCUENTRA EN LA REALIZACIÓN DE VALORES.

- La vida es una continua tarea hasta el final y *“no hay ninguna situación en la vida que realmente carezca de sentido”*, porque cualquier situación permite realizar cosas valiosas.
- Para saber qué valores hemos de realizar en cada momento el ser humano dispone de un “órgano de sentido” que es nuestra conciencia moral, que la podemos definir como la capacidad para rastrear el único e irrepetible sentido que tiene cada situación.
- Y cuando obramos en contra de nuestra conciencia y no elegimos la posibilidad más llena de sentido, cuando hemos obrado mal, surge la culpa, fundamental en nuestro desarrollo personal. Todos sabemos que el exceso de culpabilidad, de la sensación de culpa, puede ser enfermiza; pero una culpa sana es muy importante en cuanto que supone un toque de atención. Si le hacemos caso nos impulsa a un cambio, a la corrección o reparación de errores pasados.
- “Quien quita al hombre la culpa le está quitando también su dignidad” (V. Frankl)

QUÉ VALORES PODEMOS REALIZAR

Existen tres caminos por los que toda mujer y todo hombre pueden encontrar sentido a su vida:

- 1º) Hacer o producir algo: valores de creación.
- 2º) Vivenciar algo o a amar a alguien: valores de vivencia.
- 3º) Afrontar un destino inevitable y fatal con una actitud y firmeza adecuadas: valores de actitud

Estos caminos se corresponden con las tres clases de valores que distinguía Frankl: los valores de creación, los de vivencia y los de actitud.

- 1) Los valores de **CREACIÓN** son aquellas acciones en las que el hombre “da” al mundo algo de sí mismo y los podríamos reconocer por ejemplo y muy claramente en nuestro trabajo profesional, en nuestras tareas ordinarias. **Homo faber**.
- 2) Los valores de **VIVENCIA** hacen referencia a aquellos casos en que la persona “acoge” lo que el entorno le ofrece: al vivenciar la belleza de la naturaleza o del arte, de la cultura y al vivenciar el amor por alguien. **Homo amantis**. Entre estos valores destaca el amor.

El amor nos hace clarividentes, aumenta y afina en quien ama la resonancia humana para la plenitud de valores y el sentirse uno amado, como persona singular e insustituible, posibilita que uno descubra o desarrolle las propias posibilidades personales que el otro anticipa con su clarividencia.

- 3) Los valores de **ACTITUD**: Es decir, de valiente aceptación y afrontamiento, con dignidad y altura moral, de las circunstancias que nos han sido impuestas, sacando de ellas “el mejor partido posible”. Cuando hacemos algo útil, cuando gozamos de la existencia, parece fácil encontrar el sentido de la vida.

Pero ¿qué ocurre cuando la vida nos impone de forma inapelable unas circunstancias dolorosas que no podemos evitar? Cuando nos enfrentamos personalmente ante una situación de dolor, de enfermedad o muerte, nos preguntamos: ¿Puede la vida tener un sentido, mantener el sentido en todas sus condiciones y circunstancias?

- Frankl pensaba que sí y ello porque estas situaciones inevitables en todo caso nos permiten realizar desde nuestra libertad interior, esta tercera clase de valores que para la Logoterapia son los más excelentes. No es necesario que nos encontremos ante una enfermedad grave o ante la pérdida de un ser querido.
- La vida cotidiana está llena de frustraciones ante las que sólo nos cabe responder con una actitud adecuada; un trabajo aburrido que tenemos que realizar para sobrevivir, una incompatibilidad de caracteres con alguien cercano, un amor no correspondido, etc.

QUÉ HACER CON EL SUFRIMIENTO.

- Al sufrimiento quisiéramos evadirlo, hacerlo desaparecer o ignorarlo, pero difícilmente queremos incluirlo, enfrentarlo y aceptarlo.
- Y sin embargo es algo inherente al ser humano, antes o después aparece siempre. Y se le puede mirar con paciencia, hermanar con sabiduría y afrontarlo, confiriéndole un sentido, aún cuando no haya cura posible. Difícil sendero el del dolor.

EL ENCUENTRO HUMANO, EL VÍNCULO

- Diferenciamos sufrimiento evitable y sufrimiento inevitable. Tenemos que luchar contra el sufrimiento evitable y dotar de sentido, cambiando la actitud, frente al sufrimiento inevitable.
- Hay modelos y técnicas para afrontar el sufrimiento, y la logoterapia ofrece unas, pero el encuentro humano tiene tanta importancia o más que el conocimiento del modelo y la aplicación de unas técnicas.
- Ante una situación difícil, y el sufrimiento lo es, la persona puede aceptar el reto con valor, tomar decisiones y actuar con base a ellas. Aún en esos momentos el ser humano es libre y por tanto responsable.
- Actuar con valor no es lo mismo que sentirse confiado. La persona valerosa puede sentir un miedo que le cale hasta los huesos pero no se somete a la tiranía interna de los abrumadores sentimientos negativos, puede afrontar el destino sin acobardarse. Y esto requiere que actuemos “como si” nos sintiéramos fuertes y confiados, cuando de hecho somos débiles e inadecuados. Para ello disponemos del “desafiante poder del espíritu humano” (V. Frankl).
- Los cuidadores debemos actuar muchas veces como psicoterapeutas. Debemos trabajar una psicoterapia “sin magia”, pero no “sin espíritu”. Hemos ganado mucho en el campo de la ciencia, pero también hemos perdido mucho en humanidad.

- Al final de todo, donde la ayuda ya no es posible, se debe consolar. Si no hay consuelo para el que lo necesita, cualquier terapia o psicoterapia acaba siendo inútil.
- Descubrir las causas de las motivaciones humanas, desenmascarar los impulsos ocultos, escarbar en las emociones e intenciones inconscientes, no es lo que necesita un paciente que requiere apoyo y consuelo. Eso es partir desde unas posiciones negativas.
- Los aspectos positivos del ser humano han tenido poco interés para la psicoterapia clásica. Se han reducido a meras sublimaciones, a máscaras que recubren motivaciones innobles, instintos y agresiones básicas. Psicoanálisis, conductismo, terapias del comportamiento, etc., han incidido mucho en estos aspectos negativos, dando así importancia a todo lo que significa determinismo y reduccionismo. Estas corrientes, a menudo, no ven nada verdadero y auténtico. En realidad no ven verdaderamente nada.
- Pero el ser humano no es sólo una máquina que tiende al desajuste, a la que hay que reparar continuamente. Hay un espacio de libertad en el que la persona es capaz de decidir, mediante los valores de actitud, cuál es el sentido que puede dar a su vida. Se trata de una libertad finita, limitada. Es una “libertad demasiado humana”.
- No es una libertad de algo, estar libres de algo, sino una libertad para algo, para tomar una actitud libre frente a todos los condicionantes, es una libertad “a pesar de”.
- El espíritu humano es la dimensión de la libertad humana y no está sujeto a leyes deterministas. Si eliminamos el espíritu, todo puede y debe ser medido para poder ofrecerse como algo científico: la alegría, la esperanza, la pena y el sufrimiento.
- Cuando los pacientes se enfrentan a un sufrimiento inevitable no necesitan ni desenmascaramiento ni manipulación ni medición, sino personas que puedan encontrarse con ellos como con un “tú”, con un prójimo. No es fácil ver sentido y significado en una situación de sufrimiento. En el dolor y sufrimiento sin esperanza, difícilmente se vislumbra una meta que valga la pena perseguir, pero, aún así, la elección de actitud permanece abierta.
- Se trata de adoptar una postura ante hechos inalterables que nos hacen infelices, como una familia que se rompe, una enfermedad incurable, una carrera profesional truncada, un hogar destruido por una catástrofe natural, o la carencia de dinero que obliga a sufrir una austeridad amarga, la propia culpa autoinfligida, etc.

- Muchas personas, bajo tales circunstancias, no quieren seguir viviendo porque sienten que todo está perdido. Con la logoterapia ayudamos a la gente a que se conciente de que le queda un camino, una tarea por hacer, a pesar de lo irrevocable de los hechos y es precisamente la elección de actitud ante tales situaciones. Pueden aceptarlo o condenarse ellos mismos o al mundo; pueden mostrar valor y confianza en el futuro o desesperación. Esa es su elección. El destino más cruel no tiene el poder de decidir una vida.
- Al adoptar una actitud positiva frente a circunstancias extremadamente negativas conservamos el respeto por nosotros mismos y podemos soportar todo con dignidad y ser un ejemplo para otros en sus sufrimientos. Sólo una actitud positiva ante el sufrimiento logra un cambio cierto, mientras que la desesperación ciega nos hunde en la angustia y en la culpabilidad. Se trata de un cambio hacia lo significativo, obteniendo lo mejor de una situación inalterable, encontrando sentido en ella.

EL SÍNDROME DEL QUEMAMIENTO, DEL AGOTAMIENTO. BURN OUT.

- Ante todo os recomiendo un buen libro: “El cansancio de los buenos” de Roberto Almada. Editorial Ciudad Nueva. 2012.
- Los que nos dedicamos a cuidar a otros, familiares, amigos, voluntarios, etc. tenemos el riesgo de quemarnos en esta tarea.
- Las principales causas son: el agotamiento emocional, la despersonalización propia, la baja realización personal, los factores externos.
- Tenemos que estar atentos para un buen diagnóstico y tratamiento de lo que nos puede estar pasando. A veces tendremos que recurrir a un profesional. Pero nosotros podemos prevenir este agotamiento.

CONSEJOS PARA PREVENIR EL AGOTAMIENTO.

- 1.- Sanear el ambiente de trabajo. Evitar las relaciones espinosas entre compañeros de trabajo. No sólo comunicación, también comunión. La sustancia de la comunión es el encuentro humano. Donde nos entramos en el santuario interior del otro. Ver al otro como don de Dios.
- 2.- Evitar la vanagloria y la envidia.
- 3.- Humildad y autoestima.
- 4.- Amar al que cuidamos.

PARA AMAR AL QUE CUIDAMOS

- Concentrarnos siempre en el ámbito de influencia actual. Lo que hacemos ahora, la persona a quien cuidamos ahora. Ahí radica nuestra única posibilidad de actuación, nuestro espacio de “ser responsables”. Ahí somos irremplazables.
- Pequeñas acciones para pequeños cambios.
- Cuando se instaura un círculo vicioso, no hay que preguntarse sólo por su origen, sino cómo romperlo.
- Trabajar mejor en vez de trabajar más. Tomar las cosas con distancia pero no con indiferencia.
- Cuidar nuestros pensamientos y nuestros sentimientos. Ello condiciona nuestro actuar.
- Destacar los pensamientos y emociones positivas y reflexivas, frente a los pensamientos y emociones primitivas y automáticas.

BUENAS ACTITUDES

<u>Emociones positivas</u>		<u>Emociones primitivas</u>
• Inquietud	frente a	ansiedad
• Tristeza	frente a	depresión
• Responsabilidad	frente a	culpabilidad
• Desilusión	frente a	vergüenza
• Disgusto	frente a	ira

UNA MIRADA CRISTIANA

- Cada ser humano, como decía Viktor Frankl, tiene su Auswicht particular, su monte calvario particular. Dios no puede ser el gran hermano que controla y castiga, sino que es un “Dios preocupado por el hombre”, involucrado en la vida del hombre, expectante y cercano a nuestro devenir en el mundo. Que no sólo nos llama sino que también nos busca y que nos espera para darnos el definitivo abrazo de la vida.
- El sufrimiento y la muerte del cristiano no es distinto a la de cualquier hombre. Dios no nos preserva de todo momento, pero nos preserva en todo momento. Lo que sí cambia para el cristiano, y de qué manera, es la esperanza ante el sufrimiento y la muerte.

Sabemos que estamos en “buenas manos” y que todo lo vivido no se pierde, porque Alguien ha ido escribiendo todo en el libro de la vida, ha ido llenando nuestro granero. Todo lo bueno realizado y todo lo malo “disculpado” y perdonado permanece para siempre.

PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA LOGOTERAPIA

- 1.- En toda circunstancia la vida ofrece un significado.
- 2.- El ser humano, con su voluntad de sentido, tiene la posibilidad de encontrar y llevar a cabo este sentido. Cuenta con el poder de obstinación y desafío de su espíritu.
- 3.- La conciencia es nuestro órgano de sentido, la guía adecuada, que atiende a las razones del corazón. Sentido de la vida no es lógica de la vida.
- 4.- La voluntad de la persona es libre de elegir en base a unos valores que tienen una jerarquía en cada situación. No hay un relativismo moral.
- 5.- El ser humano se constituye en una unidad que es multidimensional. El “ser junto a los demás” nos caracteriza. Es una realidad corporal, cognitiva, sentimental y espiritual.
- 6.- La dimensión espiritual es lo específico del ser humano. Es la dimensión de nuestra libertad. Es el espacio sano de nuestro ser limitado.

- 7.- Si se frustra la búsqueda de sentido vivimos el “vacío existencial”, que no es una patología sino una respuesta profundamente humana. El boomerang como ejemplo.
- 8.- Ser persona significa autotranscenderse, salir fuera de uno mismo hacia los demás.
- 9.- El humor y la risa nos autodistancia de las preocupaciones y de uno mismo. Podemos elevarnos sobre todo fenómeno condicionante.
- 10.- La libertad está indisolublemente ligada a la responsabilidad. No somos, no estamos “libres de”... sino que somos “libres para”...
- 11.- La responsabilidad es la capacidad existencial para responder a las demandas de la vida en todo momento. Nadie puede responder por otro. La vida es una tarea.
- 12.- La vida está señalada por el pasado pero también por el futuro. Por lo que somos y por lo que podemos y debemos llegar a ser. Haber sido es la forma más segura de ser. El granero.
- 13.- Disponemos de tres senderos que nos llevan al sentido, que corresponden a los tres tipos de valores:
 - el trabajo y la transformación del mundo (valores creativos);
 - la vivencia y acogida de lo que el mundo nos ofrece: la belleza, el amor (valores vivenciales);
 - y, cuando todo parece perdido, la actitud digna para afrontar el sufrimiento inevitable (valores de actitud).
- 14.- Los valores de actitud son los más excelentes, tienen una función de aprendizaje de lo que el ser humano puede llegar a ser y a dar. Frente a la tríada trágica del hombre, éste responde con su “optimismo trágico”, transformando el sufrimiento y la culpa y cambiando la actitud ante la muerte como un acicate para una vida responsable.
- 15.- La felicidad y el placer son siempre efectos colaterales que acompañan a las tareas con sentido. No se pueden buscar directamente.
- 16.- Cada individuo es único, irrepetible, no sustituible en su carácter relacional y finito. Limitados pero imprescindibles. Ahí radica nuestra dignidad.

- 17.- La persona se trasciende a si misma en la intencionalidad, en la relacionalidad. Necesita buscar también un metasentido y a la postre se introduce en el misterio.

Termino con esta cita de Ortega y Gasset:

Ese yo que es usted, amigo mío, no consiste en su cuerpo, pero tampoco en su alma, conciencia o carácter. Usted se ha encontrado con un cuerpo, con un alma, con un carácter determinados, lo mismo que se ha encontrado usted con una fortuna que le dejaron sus padres, con la tierra en que ha nacido o la sociedad humana en que se mueve. Como usted no es hígado, sano o enfermo, no es usted tampoco su memoria feliz o deficiente, ni su voluntad, recia o laxa, ni su inteligencia, aguda o roma.

El yo que usted es se ha encontrado con estas cosas corporales o psíquicas al encontrarse viviendo. Usted es quien tiene que vivir con ellas, mediante ellas, y tal vez se pasa la vida protestando del alma con que ha sido dotado, de su falta de voluntad, como protesta usted de su mal estómago o del frío que hace en su país. Todo esto queda tan fuera del yo que es usted, como el paisaje alrededor de su cuerpo.

Si usted se empeña, diremos que su alma es, de las cosas con que usted se ha encontrado, la más próxima a usted, pero no es usted mismo. Hay que aprender a liberarse de la sugestión tradicional que hace consistir siempre la realidad en alguna cosa, sea corporal, sea mental. Usted no es cosa ninguna, es simplemente el que tiene que vivir con las cosas, entre las cosas, el que tiene que vivir no una vida cualquiera, sino una vida determinada.

Vida significa la inexorable forzosidad de realizar el proyecto de existencia que cada cual es. Este proyecto en que consiste el yo no es una idea o plan ideado por el hombre y libremente elegido. Es anterior a todas las ideas que su inteligencia forme, a todas las decisiones de su voluntad. Más aún, de ordinario no tenemos de él sino un vago conocimiento, sin embargo, es nuestro auténtico ser, es nuestro destino.

Nuestra voluntad es libre para realizar o no ese proyecto vital que somos, pero no puede cambiarlo, prescindir de él o sustituirlo. Somos indeleblemente ese único personaje programático que necesita realizarse. El mundo en torno a nuestro propio carácter nos facilita o dificulta más o menos esta realización.

La vida es constitutivamente un drama, porque es la lucha frenética con las cosas y aún con nuestro carácter por conseguir ser de hecho el que somos en proyecto.

ENCUENTRO ANTE UNO MISMO.

Ínfimos y efímeros pero necesarios,
sepultados en lo inmenso pero conscientes,
perdidos en lo innumerable pero únicos.

Llenos de complejidades
pero también esencialmente simples,
limitados por todas partes
pero propiamente, en nosotros mismos, misterio,
inacabados por naturaleza,
pero en potencia de realizarnos.

Entregados a las leyes de la materia y de la vida,
atados sin remedio a las cadencias de los tiempos y lugares,
pero libres y responsables en nuestro mismo centro.

Sometidos a la desgracia,
destinados a la muerte,
pero llamados a ser.

Solitarios entre solitarios,
codeándonos más que conociéndonos,
pero en camino hacia la unidad.

Improbables desde que nacemos,
siempre más improbables mientras crecemos,
tanteando ante lo inextricable,
tropezando al afrontar lo imposible,
sin cesar inclinados hacia el menos ser;
por la fe y la fidelidad,
en medio de todo lo que se disipa,
existimos en la estabilidad;
en medio de todo lo que se corrompe,
llegamos a ser con seguridad.

Herederos de una labor inmensa,
visitados por lo que nos llama,
más allá de lo que se nos impone,
empujados, levantados, solicitados,
alzados por encima de nosotros mismos,
emergiendo de la servidumbre,
alcanzando la libertad,
obreros del porvenir sin fin de Dios,
de quien somos progresivamente más,
Él, el único que desde siempre ha sido, es y deviene.

Cualquiera que sea nuestro destino,
incluso miserable, incluso trágico,
cuando seamos puramente nosotros mismos,
ocupando nuestro lugar en lo real,
más allá del hacer y del parecer,
de los placeres y de los sufrimientos,
de los deseos y de los proyectos,
de las preocupaciones y de las angustias,
compartiremos la alegría de ser,
con el conjunto de los vivientes
que van más allá del apetito de vivir,
aquellos que en sí mismos son eco de Dios,
Él, el único que desde siempre ha sido, es y deviene.

Para creerlo de verdad,
a pesar de todo lo que lo niega,
ojalá permaneciendo presentes a nosotros mismos,
podamos tener la fuerza de llevar
nuestras miserias con dignidad,
nuestra grandeza a pesar de nuestra pobreza,
nuestro ser en devenir en su autonomía,
en el seno de las contingencias, a lo largo de la vida.

**Que nuestra fe, en su desnudez,
gracias a su arraigo en nosotros,
aventaje a nuestra ceguera.**

**Que nuestra fidelidad, en su tenacidad,
por su acción en nosotros,
permita que seamos,
con todos los que son,
bajo la acción de Dios;**

Él, el único que desde siempre ha sido, es y deviene.

**Que cada uno vaya en paz
su propio camino adelante,
con la exactitud de la fidelidad.**

**Partir y desprenderse,
despojamiento interminable.**

**Distancia y libertad,
solo, frente a su destino.**

**Discreción y paciencia
del que sabe pero espera
en la pureza del silencio.**

**Flexibilidad y tenacidad,
a través de tiempos y lugares,
perseverando en la propia vía.**

**Espera de la presencia que hace ser
en la totalidad del querer.**

**Búsqueda de la luz colmada,
en la integridad del espíritu.**

**Recogimiento en la soledad del ser,
cara al vértigo del vacío.**

**Oración en la desnudez de la fe,
ante Dios, el impensable.**

**Armonía y paz,
siendo uno mismo
sin ser de uno mismo,
en la rectitud del mirar,
en lo justo del pensar,
en la simplicidad del acto,
en la autenticidad del ser,
disponible y como inmóvil ante Dios
para recibir y para dar.**

Que cada uno coja su gavilla
a lo largo de sus días,
sin prisa pero sin pausa,
sin violencia pero sin debilidad,
sin miedo ni vértigo,
sin exaltación ni ilusión,
sin ambición ni vuelta sobre sí.

Hacerlo en la presencia de sí
y en la de Dios.

Respetar sus cadencias,
los tiempos fuertes y los otros...

Dejar crecer la obra
y seguir su destino,
dimensión eclesial.

Creación necesaria,
a Dios que la promueve,
al hombre que la provee.

Toda acción es peligrosa
para quien la realiza,
y más si es grande.

Toda vida es difícil
para quien quiere ser fiel,
y más si es larga.

Que cada uno se recoja,
fuera de tiempos y lugares,
en sí y ante Dios.

Todo lo que edifica el hombre
es frágil y precario,
para desaparecer al fin.
Una tarea secreta se esconde ahí.

Toda vida tiene que acabar,
dando paso a la muerte,
habitando estancias
que serán ruinas.

Sostenido por la fe,
siguiendo al Maestro,
siendo firme en sí mismo,
que cada uno se prepare,
para la obra de sus días,
para el desprendimiento
último de sí y los suyos,
para el misterioso paso
de la muerte hacia el más allá,
conservando la presencia
de todos los seres queridos,
que son de Dios, que es.

**Bajo el choque de los acontecimientos
que separan y hacen entrar en la soledad.**

**Bajo el peso de las situaciones
que han de ser silenciadas
para poder ser mantenidas.**

**Bajo el conjunto de las decisiones
que inventan el destino
y lo hacen singular.**

**Bajo la gracia de los encuentros
que ayudan a entrever
el ser profundo de los otros
y nos hacen descubrir
al otro como prójimo.**

**En el embrollo
de influencias, intereses,
teorías, acciones,
prejuicios, sabidurías,
faltas y fidelidades,
a través de los tiempos oscuros
y de los vértigos de la vida,
ante la expansión y la fructificación,
propias de la misión,**

tocar el hilo invisible de la propia vida,

acercarse al misterio de uno mismo,

alcanzar su unidad,

su consistencia, su duración,

descubrir su unicidad,

entrar en su soledad.

Desposar la propia existencia.

Fundamento de lo que nace en nosotros,

de nuestra unión con Dios,

de nuestra comunión.

Marcel Légaut

PLEGARIA

**Padre,
que tu ser se cumpla
y que, inconscientes como somos,
existamos en nosotros mismos
como Tú eres uno,
pues entonces seremos uno en Ti.**

**Danos
el don de creer en nuestro prójimo
como Tú crees en nosotros,
y de ser capaces de acompañarlo en su camino
como Tú nos acompañas a nosotros en el nuestro.**

**Ayúdale a extraer un bien
del mal que le hemos hecho
(involuntario a menudo, inevitable a veces)
a fin de que lo repare
y pueda absolvernó,
como Tú tornas útil para nosotros
el mal que hemos cometido,
el mal que hemos sufrido,
por los cuales te bendecimos.**

**Inspíranos una inteligencia
de los acontecimientos,
incluso de los más dolorosos,
que nos los torne beneficiosos.**

**Que ellos nos lleven
al conocimiento de nuestra condición humana
y nos acerquen a las fronteras de la vida,
al umbral del absoluto,
lindero con la nada.**

**¡Que ellos afinen nuestra fe
si echan por tierra nuestras creencias!**

**¡Que ellos traspasen nuestro corazón
y sellen nuestros labios
pero que nos dejen la esperanza!**

**Jesús, hombre justo, Santo de Dios,
hijo del hombre, fermento del hombre,
llamada de Dios, hijo de Dios.
Único maestro, único Señor,
nuestro Padre en esta tierra.**

**Signo, por lo que has sido,
del Dios impensable
y del hombre en su cumplimiento,
para quien te acoge.**

**A través de veinte siglos
y de todas las distancias que nos separan de ti,
por el vigor de tu recuerdo en nosotros,
sé revelación de nosotros a nosotros mismos,
sé presencia activa que hace humanas nuestras vidas,
sé camino hacia nuestro ser y hacia Dios.**

**A pesar de vivir
encerrados en la indiferencia,
privados de inteligencia,
víctimas del escepticismo,
engañados por el cientismo,
ebrios de bellas doctrinas,
distráidos por el activismo,
paralizados por una religión de costumbres,
encallados en una piedad sentimental o cerebral,
seducidos por una ideología social o política,
no nos dejes en la ignorancia
de quién fuiste realmente.**

**Que crezca en nosotros la inteligencia
de aquél que fuiste
para que, por nuestra parte,
nos acerquemos a ti.**

**Santa María, hija de Israel,
madre de Jesús,
por tu camino de la ley a la fe,
junto a tu hijo,
y por tu camino de fe
vivida en esperanza
tras de su muerte,
inspira nuestros pasos
y nuestra fidelidad.**

**Tú has llegado a tu cumplimiento
en tu maternidad,
siendo siempre su madre.**

**Nosotros llegaremos al cumplimiento
de nuestra humanidad
llegando a ser sus discípulos.**

**Que los santos de los siglos pasados,
por su vida que tanto hemos estimado,
por lo que hemos recibido de su conocimiento
y por lo que nos hemos apropiado de su expresión,
nos ayuden a acceder al discipulado.**

**Que podamos hacer fructificar
el tesoro de amor
que es su legado.**

**Y que, por nuestro medio,
la Iglesia sea digna
de la loca esperanza
que Jesús inauguró,
de la que vivió
y por la que murió.
Amén.**

Marcel Légaut