



DICASTERIO PARA EL SERVICIO
DEL DESARROLLO HUMANO INTEGRAL

ACOMPAÑAR A PERSONAS CON SUFRIMIENTO PSICOLÓGICO EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19



**MIEMBROS DE UN SOLO CUERPO
AMADOS POR UN ÚNICO AMOR**

**DICASTERIO PARA EL SERVICIO
DEL DESARROLLO HUMANO INTEGRAL**

**ACOMPAÑAR A PERSONAS CON SUFRIMIENTO PSICOLÓGICO
EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19**

**MIEMBROS DE UN SOLO CUERPO
AMADOS POR UN ÚNICO AMOR**

Noviembre del 2020

CONSIDERAR Y ACOMPAÑAR EL SUFRIMIENTO PSICOLÓGICO EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19

Reflexiones introductorias

La pandemia Covid-19 – la primera epidemia de propagación a nivel mundial – ha puesto de relieve nuestra fragilidad física y nuestro déficit inmunológico ante un virus que el cuerpo humano no reconoce.

Aun utilizando todos los medios disponibles para curar a los enfermos, se ha tenido menos en cuenta el sufrimiento psicológico generado o amplificado por la profunda preocupación ligada a esta enfermedad desconocida.

Se trata principalmente de la pérdida de control sobre nuestra existencia personal y sobre la vida que compartimos con quienes nos rodean. Cuando el conocimiento y los métodos de tratamiento parecen de repente inadecuados, limitados o precarios, el miedo a lo desconocido se cristaliza en las preguntas: «¿Qué será de mí?», «¿Qué será de nosotros?»

La muerte de un familiar y, más aún, la imposibilidad de celebrar el duelo por un ser querido puede generar derivas psicológicas y a veces psiquiátricas. El confinamiento y la reducción de la actividad social pueden amplificar ciertas fragilidades relacionales, dando lugar a violencia en la familia, lo cual genera graves consecuencias psicológicas, pues se traiciona la confianza que tenemos en la vida y en quienes amamos

De modo paradójico –y para algunos insopportable– redescubrimos que somos cuerpo y relación, vida interior y vida social, afecto y esperanza, dimensiones conectadas entre sí. Cuando una de estas partes está sufriendo, este sufrimiento se difunde a todo nuestro ser.

Podemos decir que la salud mental es el justo equilibrio interior entre nuestra «subjetividad» (la imagen que cada uno tiene de sí mismo), la relación con el otro (identificación y reconocimiento) y la «objetividad» de nuestra historia humana (eventos e interpretación).

La deriva psíquica –que puede ir desde una depresión melancólica al suicidio– nos recuerda que existimos con el otro y, cuando esta cercanía física o simbólica está socavada, podemos caer en un estado de angustia, de violencia y de dolor. Esta experiencia es tanto personal como comunitaria y encarna la comparación sobre el cuerpo que hace san Pablo: «por tanto, si un miembro sufre, todos los miembros sufren con él» (1 Co 12,26).

Más radicalmente, se puede decir que la experiencia de la pandemia Covid-19 nos hace tocar el punto esencial de nuestra condición humana y de nuestra fe cristiana: el paso hacia la muerte y la relación entre la muerte y la vida, el miedo y la esperanza.

La intención de este documento es proponer algunos elementos de comprensión y reflexión a quienes están cerca a las personas afectadas psicológicamente por la pandemia Covid-19 y a todos aquellos que están llamados a acompañarlos, esperando ofrecer algunas ideas antropológicas, teológicas, éticas, espirituales y pastorales para acompañar a los que se encuentran en un íntimo y angustioso sufrimiento, para invitarlos a dejarse desenredar por la dulce compasión de Cristo, que se hizo prójimo y cargo del “otro” a través de la escucha y el perdón y dedicó a cada uno una Palabra que levanta el ánimo y sana.

El acompañamiento fraternal involucra todas las dimensiones de nuestra humanidad, en un acercamiento que resulta ser mutuo y delicado:

«Acercarse, expresarse, escucharse, mirarse, conocerse, tratar de comprenderse, buscar puntos de

contacto, todo eso se resume en el verbo “dialogar”»¹.

NOTA

Se usan tres términos, cercanos pero distintos, para orientar el acercamiento a la dimensión psicológica de la persona. Por lo tanto, es necesario hacer una distinción, reconociendo el vínculo entre estos 3 términos.

- La dimensión mental: o sea, la capacidad sensorial e intelectual de la persona para captar e interpretar la realidad de su existencia.
- La dimensión psíquica: o sea, la constitución y la dimensión propia de cada persona para estar en relación con la realidad y con los demás y ser afectada por lo que le sucede.
- La dimensión psicológica: que consiste en el conocimiento de la subjetividad de cada persona: la relación que tiene con su cuerpo, su historia y la narración de su camino personal y social.

Por supuesto, estas tres definiciones están estrechamente relacionadas entre sí, pero es importante distinguirlas en la reflexión y en el acompañamiento.

¹ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 198.

I. LAS CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID-19 EN LA SALUD MENTAL

La persona humana, cuerpo, relación, deseo, esperanza

El impacto de la pandemia de Covid-19 ha generado una crisis global sin precedentes.

«Densa oscuridad se ha acumulado sobre nuestras plazas, calles y ciudades; se han apoderado de nuestras vidas, llenándolo todo de un silencio ensordecedor y un vacío desolador, que todo lo paraliza al pasar: se siente en el aire, se siente en los gestos, lo dicen las miradas. Nos encontramos asustados y perdidos. Como los discípulos del Evangelio, fuimos sorprendidos por una tormenta inesperada y furiosa. Nos dimos cuenta de que estábamos en el mismo barco, todos frágiles y desorientados, pero al mismo tiempo importantes y necesarios, todos llamados a remar juntos, todos necesitados de consolarnos unos a otros. En este barco ... todos estamos allí»².

En esta emergencia sanitaria mundial, la humanidad se ha percibido a sí misma como más frágil, más vulnerable en todas las dimensiones de la vida: física, psíquica, económica, relacional, social y espiritual.

La persona humana está, por naturaleza, abierta a los lazos, lleva en sí misma la llamada a trascenderse a sí misma en el encuentro con los demás³; por eso, los largos períodos de confinamiento, las cuarentenas pasadas en aislamiento, han invadido el alma y la mente humana con sentimientos de miedo, angustia, preocupación ante el futuro.

Desasosiego

La sensación de desasosiego y de desamparo ante la enfermedad y la muerte, la soledad, el empobrecimiento repentino, la incertidumbre laboral futura, la discriminación y el estigma por contagiarse, la dificultad de la elaboración del duelo por no poder abrazar por última vez a los seres queridos, se han desarrollado en personas mentalmente sanas y agravado en las que ya tenían trastornos mentales graves como la depresión, ataques de pánico y ansiedad, insomnio, trastorno de estrés postraumático, falta de interés o de placer al hacer cosas, miedos y otras patologías relacionadas con aprensiones excesivas.

Las restricciones, los cambios en los hábitos cotidianos, la dificultad para manejar los propios estados emocionales, la ansiedad por el futuro, han provocado un aumento de conductas negativas: aumento del abuso de drogas y alcohol, juegos de azar (principalmente online), episodios de agresión y de violencia, sobre todo doméstica⁴, en detrimento de los más débiles e indefensos, así como gestos o conductas suicidas: suicidio, intento de suicidio y autolesiones.

² Francisco, *Momento extraordinario de oración en tiempos de epidemia*: Meditación en el cementerio de la Basílica de San Pedro, 27 de marzo del 2020.

³ Cf. Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 111.

⁴ Cf. WHO, *Violence Against Women and Girls Data Collection during COVID-19*.

La tentación de la desesperación y el pensamiento del suicidio

La desesperación es la consecuencia de una soledad que toca el punto íntimo del ser humano, ese lugar interior del encuentro entre la experiencia y la sensibilidad. Cuando uno ya no espera nada de la vida o cuando ya no espera a nadie, el horizonte de la existencia puede cerrarse como la noche que cae sobre el día. ¿Para qué y para quién tenemos que seguir levantándonos, asumiendo retos y ofreciendo nuestros talentos, nuestros conocimientos, nuestro amor? Uno llega a despreciar a los demás y a uno mismo y el sentimiento de fracaso se antepone a cualquier otro pensamiento.

Algunos textos de la Biblia -salmos o meditaciones- expresan muy claramente esta inmersión en la « noche » de la desesperación que experimentan quienes buscan la Verdad. Así, el profeta Elías pide a Dios morir, pues su soledad es enorme (Cf. 1 Reyes 1-8)... Y Dios le envía un ángel que le prepara un poco de agua y pan para continuar su viaje.

En la cultura « moderna », centrada en el individuo, este sufrimiento interior se ve amplificado por el hecho de que uno debe « arreglárselas solo », sin los demás. Así, cuando llega la enfermedad, con su carácter misterioso, que socava nuestros planes, podemos llegar a desear la muerte. La voluntad de enfrentarse a las dificultades de la vida cotidiana se vuelve contra nosotros mismos: ya nada vale la pena... Es como si nos « saliéramos de la escena » pues ya no vemos qué papel podemos desempeñar.

A menudo se ha dicho que algunos suicidios -o intentos de suicidio- son gritos de ayuda: un grito ahogado para decir al mundo que aún existimos y que necesitamos ser reconocidos y amados. A veces el suicidio es la expresión extrema de una libertad que no ha encontrado el lugar y las conexiones con las personas para poder expresarse. En el texto del Evangelio según San Lucas, recordamos al « hijo pródigo » que quiso vivir plenamente su autonomía y que se sumió en la desesperación. En lo más profundo de su soledad, se acuerda de su Padre y toma la decisión de unirse a él y de volver a pedirle su confianza y su perdón. Su Padre, que lo espera y lo ve de lejos, corre hacia él y le abre los brazos, en la alegría de encontrar a su hijo. Porque, dice, "mi hijo estaba muerto y ha vuelto a la vida, estaba perdido y ha sido encontrado. "(Lucas 15:32).

El Padre sigue esperando a su hijo que se perdió. El reto para nosotros, hermanos de los desesperados, es mantenernos en la actitud discreta del ángel que ofrece apoyo, simple y delicado, al hermano que ya no tiene fuerzas para vivir.

Fragilidad social

El acontecimiento pandémico ha sido tan sólo un factor desencadenante de una crisis ya existente, que contribuyó a generar el debilitamiento de los valores espirituales, del sentido de responsabilidad, del valor de la solidaridad. Se ha puesto de manifiesto la insuficiencia no solo de las políticas sanitarias sino también económicas y sociales que han generado nuevas formas de pobreza y marginación, y que siguen creando situaciones de injusticia e inequidad en la distribución de los recursos en detrimento de millones de seres humanos. La brecha entre ricos y pobres ha aumentado y, con la emergencia sanitaria, han surgido nuevas formas de pobreza que se han sumado a las ya conocidas fragilidades sociales, sobre todo por la falta de trabajo.

La pérdida de empleo es una de las consecuencias más preocupantes de la pandemia: millones de personas se han visto privadas del único medio que les permitía vivir. La pobreza y el hambre han aparecido en muchas familias, ampliando desproporcionadamente las cifras de pobreza en el mundo. Como dice el Papa Francisco, «no existe peor pobreza que aquella que priva del trabajo y de la dignidad del trabajo. En una sociedad realmente desarrollada el trabajo es una dimensión irrenunciable de la vida social, ya que no sólo es un modo de ganarse el pan, sino también un cauce para el crecimiento personal, para establecer relaciones sanas, para expresarse a sí mismo, para compartir dones, para sentirse corresponsable en el perfeccionamiento del mundo, y en definitiva para vivir como pueblo»⁵.

El respeto a la dignidad humana, condición para la confianza y el desarrollo

Hace falta un cambio en el modelo de desarrollo, para que sea capaz de superar la lógica egoísta que ha llevado al mundo a un estado de profundo desorden. Para cambiar, se necesita un nuevo modelo cultural que vuelva a poner la dignidad humana en el centro y promueva el bien para nosotros, para los demás y para toda la humanidad. Es hora de volver a cuidar la fragilidad de todo hombre, de toda mujer, de todo niño y de todo anciano, con la actitud solidaria y atenta del Buen Samaritano⁶.

A pesar de ser devastadora en sus consecuencias, la pandemia de Covid-19 es, para todos, una oportunidad, que no debe perderse, de imaginar un mundo mejor, un mundo más justo, más equitativo, más solidario, más caritativo, más inclusivo, donde se fomentan la fraternidad y la amistad social; un tiempo para sentirnos y vernos como hermanos y hermanas. Uno no puede salvarse solo: la fraternidad es la única forma de construir el futuro. Es el momento oportuno para avivar una nueva imaginación de lo posible, para impulsar dinámicas que puedan testimoniar la nueva vida que el Señor quiere generar en este momento concreto de la historia, para construir una civilización del amor⁷.

⁵ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 162

⁶ Cf. *Ididem*, n. 79

⁷ Cf. Francisco, «El coraje de una nueva imaginación de lo posible: “Un plan para resucitar después de la Covid-19”», *L’Osservatore Romano*, 17 de abril del 2020.

II. DIMENSIÓN ÉTICA DE LA SALUD MENTAL: LOS PRINCIPIOS DE «RESPONSABILIDAD SOCIAL» Y DE «SOLIDARIDAD»

Vivir la responsabilidad es ante todo responder a una expectativa

El análisis del contexto de la pandemia Covid-19 y de sus consecuencias en la salud mental manifestado la fragilidad del ser humano en su dimensión individual y social. La pandemia Covid-19 ha puesto de relieve las desigualdades sociales y la dificultad de las personas vulnerables para acceder a una atención de calidad que las medidas de confinamiento y distanciamiento social han acentuado.

Diversos estudios sugieren que, para proteger la salud mental, en particular en un contexto de crisis sanitaria, se debe considerar, por un lado, el apoyo a brindar a las personas, y por otro, las acciones que permiten crear ambientes favorables para la salud y el bienestar de toda la población, teniendo en cuenta las desigualdades sociales⁸. El Papa Francisco confirma esta consideración, subrayando la dimensión «integral» de la salud: «Dado que todo está íntimamente relacionado, y que los problemas actuales requieren una mirada que tenga en cuenta todos los factores de la crisis mundial (...) Es fundamental buscar soluciones integrales que consideren las interacciones de los sistemas naturales entre sí y con los sistemas sociales»⁹.

En cuanto a la salud mental, todas las incidencias enumeradas en el primer capítulo (ansiedad por el futuro, dificultad para encontrar trabajo, problemas económicos, pobreza, marginación, estigma, depresión, deseo de morir, suicidio, etc.), son realidades que, según la *Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos* de la UNESCO, se definen en relación con un cuestionamiento radical de la dignidad humana, de los derechos humanos y de las libertades fundamentales¹⁰. Todo lo que toca la dignidad humana tiene un carácter ético. En esta lógica, para promover la salud mental de manera «integral», proponemos la aplicación y la interacción entre ellos del principio de «responsabilidad social» y del principio de «solidaridad».

Principio de «responsabilidad social»

La consideración filosófica del principio de responsabilidad social se refiere a las condiciones de responsabilidad de nuestras comunicaciones, nuestros actos y nuestras omisiones en la sociedad. En el lenguaje común, el término «responsabilidad» se refiere –además de su uso en el contexto de la imputabilidad– también a los deberes u obligaciones asociados con un estatus social¹¹.

En el espíritu de la aplicación del principio de responsabilidad social, las autoridades sanitarias y políticas deben garantizar, en la medida de lo posible, que las decisiones tomadas (acceso a la asistencia sanitaria, cierre de fronteras, confinamiento, aislamiento o medidas de cuarentena) respondan al interés de la justicia, de la equidad e de los intereses de toda la humanidad.

Cf. Institut national de santé publique du Québec, «COVID-19: la résilience et la cohésion sociale des communautés pour favoriser la santé mentale et le bien-être», 1º de junio del 2020.

⁹ Francisco, Carta Encíc. *Laudato si'*, 137 y 139.

¹⁰ Cf. UNESCO, *Declaración universal sobre bioética y derechos humanos. Historia, principios y aplicaciones*.

¹¹ Cf. Dembele, M., *Bioéthique et Excision au Mali. De la dignité humaine au respect de l'intégrité physique des femmes*, Harmattan Italia, Turín 2016.

En esta perspectiva, el principio de responsabilidad social es fundamental. Recordarlo aquí significa, por un lado, llamar la atención de los responsables de los asuntos públicos para que desarrollen políticas adecuadas para gestionar y resolver la crisis sanitaria y sus consecuencias, incluidas las que afectan profundamente la salud mental; y, por otro lado, promover la participación de la ciudadanía, involucrándola a nivel personal y comunitario en un proceso de formación de las conciencias que conduzca a soluciones que no estigmatizan ni excluyan a nadie. En la aplicación del principio de responsabilidad social, la protección directa de la dignidad humana requiere la protección de los derechos humanos.

Principio de «solidaridad»

El principio de solidaridad, según la Doctrina Social de la Iglesia, «confiere particular relieve a la intrínseca sociabilidad de la persona humana, a la igualdad de todos en dignidad y derechos, al camino común de las personas y de los pueblos hacia una unidad cada vez más convencida»¹². La solidaridad asciende al rango de virtud social fundamental, puesto que se inserta en la dimensión de la justicia, virtud orientada por excelencia al bien común, y en el compromiso por el bien del prójimo, especialmente del más vulnerable, con la disponibilidad, en sentido evangélico, de “perderse” a favor del otro en vez de explotarlo, de “servirlo” en vez de oprimirlo en beneficio propio¹³. El Papa Francisco insiste en esta idea, subrayando que la solidaridad se manifiesta concretamente en el servicio, que puede tomar formas muy diversas. Servir, continúa el Papa, «es en gran parte, cuidar la fragilidad. Servir significa cuidar a los frágiles de nuestras familias, de nuestra sociedad, de nuestro pueblo (...) El servicio siempre mira el rostro del hermano, toca su carne, siente su proximidad y hasta en algunos casos la “padece” y busca la promoción del hermano. Por eso nunca el servicio es ideológico, ya que no se sirve a ideas, sino que se sirve a personas»¹⁴. Finalmente, la solidaridad es una virtud destinada a salvaguardar y promover la salud, que es un «bien común».

Esta reflexión del Papa Francisco encuentra eco en la Encíclica *Sollicitudo rei socialis* de San Juan Pablo II, que insiste en la dimensión de la reciprocidad en el servicio. Los ciudadanos de una sociedad en crisis sanitaria están llamados a reconocerse como hermanos y hermanas y a sentirse responsables de los más vulnerables: «El ejercicio de la solidaridad dentro de cada sociedad es válido sólo cuando sus miembros se reconocen unos a otros como personas. Los que cuentan más, al disponer de una porción mayor de bienes y servicios comunes, han de sentirse responsables de los más débiles, dispuestos a compartir con ellos lo que poseen. Estos, por su parte, en esta misma línea de solidaridad, no deben adoptar una actitud meramente pasiva o destructiva del tejido social y, aunque reivindicando sus legítimos derechos, han de realizar lo que les corresponde, para el bien de todos. Por su parte, los grupos intermedios no han de insistir egoístamente en sus intereses particulares, sino que deben respetar los intereses de los demás»¹⁵.

¹² Pontificio Consejo Justicia y Paz, *Compendio de la Doctrina Social de la Iglesia*, 192.

¹³ *Ibidem*, 193.

¹⁴ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 115.

¹⁵ Juan Pablo II, Carta Encíc. *Sollicitudo rei socialis*, n. 39.

Necesidades psicosociales

Para atender las necesidades psicosociales de las personas vulnerables, es necesario incluir los principios de solidaridad, esperanza, seguridad y benevolencia en todas las intervenciones dirigidas a las personas afectadas por la pandemia Covid-19¹⁶. En esta perspectiva, se han observado manifestaciones de solidaridad cívica y compasión en algunos países, que han ayudado a proteger a personas en situación de vulnerabilidad por la pandemia Covid-19 o a apoyar a personas en situación socioeconómica precaria en el contexto de la pandemia. Estas observaciones resaltan la importancia de actuar sobre los factores que promueven el mantenimiento de una buena salud mental y el bienestar «integral» de las personas, familias y comunidades. Por lo tanto, la promoción de la salud mental implica acciones concretas capaces de implementar una «ecología de la vida cotidiana, ecología ambiental, económica, social, cultural y espiritual»¹⁷, que promueven la salud mental y que permiten la adopción y mantenimiento de un estilo de vida saludable, que se traduce en: atención, palabra, estímulo, consuelo y fidelidad. Por eso, la dimensión ética requiere una serie de reflexiones, decisiones, acciones, medidas encaminadas a incrementar las condiciones de una buena salud mental, para que todos, incluso los sujetos más frágiles, sean respetados como sujetos reconocidos y responsables.

¹⁶ Cf. Institut national de santé publique du Quebec, *Ibidem*

¹⁷ Francisco, Carta Encíc. *Laudato si'*, Capítulos IV y VI

III. FRAGILIDAD DESNUDA EN LA PANDEMIA GLOBAL

Redescubrir nuestra vulnerabilidad y nuestra proximidad

En nuestra vida diaria, y en todas las diversas fases de la historia humana, siempre ha existido un profundo deseo de descubrir las respuestas a las preguntas más urgentes y pertinentes del corazón humano. La persona humana desea especialmente conocer el sentido y propósito de la vida, mientras la realidad del dolor, de la pérdida y de la fragilidad a menudo son fuente de frustración y fragmentación interior. «El dolor, la incertidumbre, el miedo y la conciencia de los propios límites que ha levantado la pandemia –nos recuerda el Papa Francisco– hacen resonar la llamada a repensar nuestros estilos de vida, nuestras relaciones, la organización de nuestras sociedades y sobre todo el sentido de nuestra existencia»¹⁸ Como expresó el Concilio Vaticano II, la persona humana se pregunta: «¿Cuál es el sentido del dolor, del mal, de la muerte, que, a pesar de tantos progresos hechos, subsisten todavía?»¹⁹.

Aunque los diversos profesionales ofrecen estudios y conocimientos para ayudar en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales, sin embargo, dentro de cada individuo, como en la sociedad en su conjunto, sigue existiendo una enorme necesidad de integridad e integración. La gente huye de una existencia perturbada y, en cambio, busca una vida de integridad y un sentido de paz interior y de concordia social.

Soledad y deseo de amor

La persona que experimenta esta fragilidad percibe la vulnerabilidad en su cuerpo, pero también en su vida interior. Como unidad de cuerpo y alma, la fragilidad aumenta solo cuando se descuida una u otra de estas dos dimensiones. Además, la persona no existe como un ente aislado, sino que forma parte de una comunidad donde el amor, «nos pone finalmente en tensión hacia la comunión universal. Nadie madura ni alcanza su plenitud aislando. Por su propia dinámica, el amor reclama una creciente apertura, mayor capacidad de acoger a otros, en una aventura nunca acabada que integra todas las periferias hacia un pleno sentido de pertenencia mutua»²⁰.

Como bien dice San Pablo sobre la comunidad cristiana, «¿Un miembro sufre? Todos los demás sufren con él. ¿Un miembro es enaltecido? Todos los demás participan de su alegría» (1 Co 12,26). El aislamiento y el individualismo a menudo pueden acrecentar el sufrimiento mental, mientras que la naturaleza dinámica y fructífera de la vida comunitaria puede traer consuelo y alegría, incluso en medio del duelo y del dolor. La pandemia mundial, que ha aumentado la sensación de fragilidad a tantos niveles, también puede ser un momento en el que las comunidades de fe y la dinámica creativa de la sociedad en su conjunto pueden convertirse en una herramienta de cura y de sanación para quienes se encuentran en un estado de sufrimiento hasta el punto de tocar y comprometer su salud mental. Se espera que esta publicación estimule algunas de estas iniciativas e inicie una reflexión más amplia y global.

¹⁸ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 33.

¹⁹ Concilio Vaticano II, *Gaudium et spes*, 10.

²⁰ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 95.

Dentro de la comunidad, hay varios grupos que experimentan la fragilidad y la vulnerabilidad de manera diferente y con diversos grados de intensidad. Uno puede fácilmente pensar en las personas que viven en la pobreza, en las personas desempleadas y en las diversas afecciones que experimentan los jóvenes en muchos lugares del mundo. Entre los grupos más vulnerables que han mostrado una necesidad particular de asistencia durante la pandemia mundial, están las personas ancianas, encarceladas, la gente del mar y sus familias, las personas migrantes, refugiadas y apátridas, las personas sin empleo y las personas sin hogar.

El personal sanitario –un grupo en particular y directamente expuesto a los riesgos asociados con la pandemia Covid-19– merecen una discusión separada. Representan una fuente singular de fortaleza y de asistencia en medio de la crisis sanitaria, pero también pueden experimentar fragilidad y vulnerabilidad precisamente porque su trabajo se encuentra en un nivel elevado de intensidad y presión. Algunos se han referido a ellos como soldados de primera línea, mientras que muchos de ellos y ellas se ven a sí mismos más como la última línea de defensa en la pandemia. Durante la emergencia sanitaria los y las profesionales sanitarias fueron aclamados como héroes y heroínas por el Papa Francisco y muchos otros, pero su servicio dedicado y las incontables horas pasadas en situaciones a menudo críticas han tenido un gran peso. Su fragilidad es frecuentemente el daño colateral de un esfuerzo sincero por garantizar la estabilidad y el bienestar de la humanidad que sufre. Ahora se necesita a personas dispuestas a «cuidar a quienes nos cuidan». Un acompañamiento especial dedicado a ellos y ellas es, quizás, más importante y deseable, con respecto a su nivel de estrés, fatiga y salud mental.

Entre los grupos vulnerables mencionamos:

- **Las personas ancianas:** además de los casos graves de negligencia y mala gestión de la asistencia que muchos ancianos de la comunidad han experimentado durante la pandemia, existe un nivel adicional de fragilidad debido a su susceptibilidad frecuente a la enfermedad en sí. Como se sabe, la tasa de mortalidad por la Covid-19 en su primera oleada ha sido mucho más alta para los ancianos y las ancianas, y esta vulnerabilidad puede tener un efecto significativo en otras áreas de su vida, incluso en la salud mental. Además, son también frágiles porque las necesarias medidas de separación y aislamiento los han mantenido alejados de sus seres queridos y de sus sistemas de apoyo, lo que puede llevarlos a una profunda soledad y depresión.
- **Las personas encarceladas:** los y las presas han vivido un gran vacío por la falta de contacto humano durante el aislamiento pandémico. Todo estaba parado. No hubo visitas a las cárceles, nadie a quien acudir y no se permitió la entrada a las familias. La vida para estas personas se estancó, se cerró y se llenó de muchas preguntas, como: ¿Dónde está Dios? ¿Dónde están los otros? Muchos de ellos han vivido esta situación como una angustia mental que los llevó a la desesperación. Deseaban recibir un mensaje de Esperanza
- **La gente de mar:** la gente de mar, que generalmente está lejos de sus familias durante nueve o diez meses, con la pandemia Covid-19, se vio obligada a extender sus contratos por muchos más meses sin poder regresar a su país. Esta situación de distanciamiento de los seres queridos,

de trabajo continuo, ha provocado en muchos un estado de estrés físico, mental y psicológico que en algunos casos les ha llevado al suicidio.

- **Las personas migrantes, refugiadas y apátridas:** también estas personas, ya vulnerables por no poder satisfacer sus necesidades básicas como la asistencia médica y un alojamiento digno, viven en una situación de fragilidad mientras intentan dirigirse hacia una estructura local que quizás esté en crisis a causa de la pandemia. A menudo sus derechos son ignorados, y su experiencia de aislamiento puede ser profunda y prolongada por la duración de los procedimientos que son asimismo desesperantes. Son personas más frágiles porque se encuentran en una situación de inestabilidad entre dos orillas, una con un pasado de sufrimientos y la otra con un futuro muy incierto.
- **Las personas sin hogar “sin techo”:** la fragilidad de las personas sin hogar se ve agravada por el riesgo de transmisión del virus Covid-19 debido a la sobre población de los centros de alojamiento. Quienes pasan su vida en la calle son frágiles porque son más vulnerables a una mala salud física y mental. A menudo carecen de acceso a servicios básicos de salud e higiene, lo que aumenta el riesgo de contagio.
- **Las personas desempleadas:** quienes viven en la economía informal, como los vendedores ambulantes, han perdido, debido a la pandemia, la posibilidad de un ingreso diario; así estas personas y sus familias se encuentran en una situación de extrema precariedad y de ansiedad ante un futuro incierto. Sin ahorros y sin protección social, numerosos se convertirán en personas errantes y “sin techo”.

Hacer frente a la fragilidad puede ser un desafío, y el problema de la salud mental puede estar asociado con estigmatización. Nuestra fe nos recuerda, más que cualquier otra cosa, que Dios decidió convertirse en un niño frágil para llevar la sanación a un mundo quebrantado. San Pablo describe lo lejos que llegó Cristo, «Él, que era de condición divina, no consideró esta igualdad con Dios como algo que debía guardar celosamente: al contrario, se anonadó a sí mismo, tomando la condición de servidor y haciéndose semejante a los hombres. Y presentándose con aspecto humano» (Fil 2,6-7). Este descenso a nuestra humanidad no ha protegido a Cristo de ser rechazado, despreciado, maltratado y abandonado. Dios sabe lo que significa ser frágil.

Pero hay esperanza en la fragilidad porque Dios transformó la fragilidad de Cristo en poder de redención. Esta solidaridad trascendente con cada uno de nosotros es la inspiración de nuestra esperanza y la fuente de nuestra fuerza. Es sobre ella misma que nuestra comunidad humana se construye y se mantiene.

Fraternidad y coraje para vivir

«Abrazar su Cruz –dice el Papa Francisco– es animarse a abrazar todas las contrariedades del tiempo presente, abandonando por un instante nuestro afán de omnipotencia y posesión para darle espacio a la creatividad que sólo el Espíritu es capaz de suscitar. Es animarse a motivar espacios donde todos puedan

sentirse convocados y permitir nuevas formas de hospitalidad, de fraternidad y de solidaridad. En su Cruz hemos sido salvados para hospedar la esperanza y dejar que sea ella quien fortalezca y sostenga todas las medidas y caminos posibles de atención mutua. Abrazar al Señor para abrazar la esperanza. Esta es la fuerza de la fe, que libera del miedo y da esperanza»²¹. Al mismo tiempo, sentimos esta llamada en cuanto a comunidad, como un lugar donde podamos cuidar «la fragilidad de todo hombre, de toda mujer, de todo niño y de todo anciano, con esa actitud solidaria y atenta, la actitud de proximidad del buen samaritano»²².

²¹ Francisco, *Momento extraordinario de oración en tiempos de epidemia: Bendición Urbi et Orbi*, 27 de marzo del 2020.

²² Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 79.

IV. LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL: SUFRIMIENTO Y ESPERANZA

Respirar, abrirse al otro y caminar juntos

Esta pandemia nos sorprendió a todos y nos encontró desprevenidos. Con su carácter absoluto e imprevisto, ha obligado a los gobiernos a adoptar con urgencia medidas sanitarias vinculantes para contener el contagio y prevenir el aumento del número de muertes. Las medidas profilácticas adoptadas variaron de un país a otro, pero todas tendieron al distanciamiento físico o incluso al aislamiento.

Una sensación de miedo se ha instalado entre las personas: el miedo al contagio, el miedo a los demás, el miedo a ser una carga y un desperdicio para la sociedad, el miedo de ser olvidado, el miedo ante un futuro incierto, el miedo de morir. Una ansiedad cotidiana se ha apoderado de nuestras vidas, crea alteraciones de comportamiento tanto para los fuertes como para los débiles psicológicamente debilitados o de punto de vista psiquiátrico, e incluso a veces empuja a las personas al suicidio.

La soledad física se ha convertido también en soledad espiritual, haciéndonos olvidar el misterio de nuestra creación como comunión y comunidad de personas y el misterio de la fraternidad que nos une como hermanos y hermanas de un solo Padre, en Cristo.

La Iglesia junto con el salmista exclama: «¿Qué es el hombre para que te acuerdes de él, el ser humano para darle poder?» (Sal 8,5).

Desde el principio, Dios no quiso que el hombre permaneciera en la soledad existencial, en efecto, «la creación “definitiva” del hombre consiste precisamente en la creación de la unidad de dos seres»²³. El Concilio Vaticano II subraya con fuerza que: «Dios no creó al hombre en solitario. Desde el principio “los hizo hombre y mujer” (Gén 1,27) y esta sociedad es la expresión primera de la comunión de personas humanas»²⁴. Esto pone de manifiesto la complementariedad y la reciprocidad entre las personas²⁵.

El otro como ayuda

La palabra *comunión* conduce al otro y, en el otro encuentra esa alusión hacia la «ayuda» que deriva, en cierto sentido, del mismo hecho de existir como persona «al lado» de una persona. «Adán en esta soledad se abre hacia un ser afín a él y que el Génesis (Gén 2, 18 y 20) define como “ayuda semejante a él”»²⁶.

La palabra ayuda, en hebreo *ezer*, se usa principalmente para definir a Dios como el que ayuda o trae la salvación frente a amenazas mortales. Esta ayuda interviene en situaciones de peligro mortal. En nuestro caso, es en la soledad primordial donde se le da a Adán una ayuda, un *ezer*. El otro, que se le asemeja, no se da por placer sino más fundamentalmente por salvación, para cuidar, para no morir en

²³ Juan Pablo II, *Audiencia general*, 14 de noviembre del 1979.

²⁴ Concilio Vaticano II, *Gaudium et spes*, 12.

²⁵ Cf. Francisco, *Audiencia general*, 22 de abril del 2015.

²⁶ Juan Pablo II, *Audiencia general*, 14 de noviembre del 1979

soledad.

En el relato bíblico vemos, por tanto, que la existencia del primer hombre está marcada por una vocación a abrirse al otro, acogerlo, hacerse el prójimo y cuidar el uno del otro.

Nuestra vida humana es una búsqueda de Dios a pesar de nuestras caídas, y la vocación a la comunión con los demás y a cuidar unos de otros queda inscrita en nuestra existencia, aunque podamos rechazarla.

El episodio de Caín y Abel nos ilumina en este sentido: su identidad profunda y, al mismo tiempo, su vocación, es de ser *hermanos*, a pesar de sus diferencias. La suya es la historia de una hermandad que debía crecer, ser hermosa, pero que en cambio se acabó trágicamente destruida.

Por tanto, hay que preguntarse por los motivos más profundos que llevaron a Caín a desconocer el vínculo de fraternidad y, al mismo tiempo, el vínculo de reciprocidad y de comunión que lo unía a su hermano Abel.

El Papa Francisco nos advierte, en su Encíclica *Fratelli tutti*, contra la tentación de no tener en cuenta a los demás: «Digámoslo, hemos crecido en muchos aspectos, aunque somos analfabetos en acompañar, cuidar y sostener a los más frágiles y débiles de nuestras sociedades desarrolladas. Nos acostumbramos a mirar para el costado, a pasar de lado, a ignorar las situaciones hasta que estas nos golpean directamente»²⁷.

Por lo tanto, «¿Cómo corresponder plenamente a la vocación de fraternidad, impresa en nosotros por Dios Padre? ¿[Cómo] vivir unidos, cuidándonos unos a otros?»²⁸.

En Cristo el otro es amado

Dios nos responde enviándonos a su Hijo. El amor y el cuidado de Cristo, el buen samaritano, responden a la violencia de Caín. Se inclina sobre ese hombre herido y moribundo que es mi hermano, mi prójimo. «En su vida terrena, pasó haciendo el bien y curando a los oprimidos por el mal. También hoy, como Buen Samaritano, se acerca a todo hombre que sufre en su cuerpo o en su espíritu, y cura sus heridas con el aceite del consuelo y el vino de la esperanza. Por este don de tu gracia, incluso cuando nos vemos sumergidos en la noche del dolor, vislumbramos la luz pascual en tu Hijo, muerto y resucitado»²⁹.

Tenemos que admitir que no podemos regenerarnos solos. La fraternidad humana se regenera sólo *en* y *desde* Jesucristo, con su muerte y resurrección. Así, la Cruz se convierte en el «lugar» definitivo de la *fundación* de la fraternidad³⁰.

«En Cristo, el otro es aceptado y amado como hijo o hija de Dios, como hermano o hermana, no como un extraño, y menos aún como un contrincante o un enemigo (...) no hay “vidas descartables”»³¹.

²⁷ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 64

²⁸ Francisco, *Mensaje para la Jornada Mundial de la Paz*, 1º de enero del 2014.

²⁹ Conferencia Episcopal Italiana, Misal Romano, 1983. Prefacio común VIII: *Jesús el Buen Samaritano*.

³⁰ Cf. Francisco, *Mensaje para la Jornada Mundial de la Paz*, 1º de enero del 2014.

³¹ *Ididem*

En la Cruz de Cristo la fraternidad eclesial queda regenerada, la figura de Caín se corrige en virtud de los lazos de caridad entre los hombres³²; y esta fraternidad se convierte en «expresión de interdependencia e interrelación entre sujetos distintos que no pueden ser ellos mismos y no pueden existir ni resistir si se mantienen distantes unos de otros»³³.

Por lo tanto, debemos preguntarnos cómo y cuándo, como familia y / o comunidad, practicamos el «cuidado» en este período particular de pandemia.

*“Dios nuestro, Trinidad de amor,
desde la fuerza comunitaria de tu intimidad divina
derrama en nosotros el río del amor fraternal.”
(Encíclica “Fratelli tutti”, oración final)*

³² Cf. Naro M., Reciprocidad, Milán 2018, p. 121

³³ *Ibidem*

V. LA IGLESIA: UNA COMUNIDAD LLAMADA A ESTAR PRESENTE PARA ACOGER, CUIDAR Y SANAR

El acompañamiento pastoral de las personas con sufrimiento psicológico y de quienes cuidan de ellas

En este tiempo, marcado por la pandemia Covid-19, la Iglesia de Cristo se siente particularmente llamada a mostrar su cercanía y solidaridad hacia toda persona que padece el nefasto virus y vive sus consecuencias tanto en el cuerpo como en la mente. La Iglesia desde siempre «se siente íntima y realmente solidaria del género humano y de su historia»³⁴. También «hacia los hombres que sufren la Iglesia ha demostrado siempre el más vivo interés; con lo que no hace otra cosa que seguir el preclaro ejemplo de su Fundador y Maestro»³⁵.

El Dicasterio para el Servicio del Desarrollo Humano Integral está recopilando numerosos testimonios de todo el mundo que muestran cómo la Iglesia Católica cuida a una multitud de personas afectadas por el coronavirus. Continuamente, presenta a estas personas, acogidas espiritualmente en la oración y mediante obras de caridad, ante el Señor Jesús, el Divino Médico, para curarlas y sanarlas, devolviéndoles la *salud integral*. De hecho, para la Iglesia, la salud no sólo se refiere al cuerpo, sino sobre todo *la integralidad de la persona* con todos sus componentes psicológicos, sociales, culturales, éticos y espirituales. En efecto, creemos que la salud y la salvación se cruzan. No es sorprendente que los dos términos se deriven de la misma raíz *salus*, es decir, totalidad, plenitud y realización. Desde la perspectiva de nuestra fe, la salud significa precisamente la plenitud de vida en comunión con Dios y con los hermanos. La fuente de esta salud, así como de la vida misma, es el Señor Jesús que dice de sí mismo: «Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia» (Jn 10,10)³⁶.

Presencia

En el intento de transmitir el mensaje salvador de la plenitud de vida y salud en Cristo a las personas afligidas por la pandemia, el primer deber de la Iglesia es la *Presencia*. Estar presente junto a los que sufren en su cuerpo y su mente es parte integral de la misión evangélica de la Iglesia; si quisiera evadir esta obligación, traicionaría su identidad profunda. Este compromiso de presencia que ama y sana con esperanza se refiere a *toda* la Iglesia y no puede ser «delegado» exclusivamente a especialistas del sector: capellanes de hospitales, profesionales sociosanitarios, congregaciones religiosas o asociaciones específicas. El sufrimiento, incluso psíquico y espiritual, pertenece a la experiencia humana

³⁴ «Los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son a la vez gozos y esperanzas, tristezas y angustias de los discípulos de Cristo (...) Por ello se siente íntima y realmente solidaria del género humano y de su historia» (Concilio Vaticano II, *Gaudium et spes*, 1).

³⁵ Juan Pablo II, Motu proprio *Dolentium hominum*, 1: «De hecho, en el correr de los siglos, la Iglesia ha sido muy sensible al ministerio para con los enfermos y los que sufren, como parte integrante de su misión, y no sólo ha favorecido entre los cristianos la floración de diversas obras de misericordia, sino que ha hecho surgir de su seno muchas instituciones religiosas con la finalidad específica de promover, organizar, perfeccionar y extender la asistencia a los enfermos».

³⁶ «En Jesús “Palabra de vida” se anuncia y comunica la vida divina y eterna. Gracias a este anuncio y a este don, la vida física y espiritual del hombre, incluida su etapa terrena, encuentra plenitud de valor y significado: en efecto, la vida divina y eterna es el fin al que está orientado y llamado el hombre que vive en este mundo» (*Nueva carta de operadores sanitarios*, 135).

fundamental; nadie en la Iglesia es inmune y puede permanecer indiferente ante ello. En consecuencia, no solo son los que cuidan a los enfermos, los ancianos, los presos, la gente de mar u otras categorías de personas vulnerables a diario, sino es «la comunidad entera de creyentes la que asiste y consuela, convirtiéndose en una *comunidad sanadora* que concretiza el deseo de Jesús de que todos sean una sola carne, una sola persona, comenzando por los más débiles y vulnerables»³⁷. Se trata de la capacidad de actuar todos juntos en comunión, de una «presencia que sepa ver, que interceda y sepa tejer con paciencia relaciones que lleven a cada uno a dar su respuesta sanadora»³⁸.

Por tanto, toda Iglesia local, bajo la guía del obispo, debe redescubrir en sí misma este aspecto de la *Presencia Sanadora* que configura una *comunidad sanadora*, comprometida con el cuidado de las relaciones con los demás³⁹. Todos los miembros de esta comunidad, en la variedad de los carismas y ministerios, tienen un papel insustituible y están sujetos de una acción de sanación mutua. Incluso un enfermo, que no puede curarse físicamente, un discapacitado, un anciano o una persona mentalmente frágil, cada uno puede encontrar aquí su propia *identidad sana* en la relación consigo mismo, con los demás y con Dios. En esta *comunidad-que-vive-la-comunión*, la gracia sanadora (salvífico-saludable) está presente no solo en una pastoral específica como la de la salud, sino en toda su acción pastoral: en la palabra, en el rito, en el cuidado, en el compromiso social y en las relaciones.

Las personas afectadas por los constantes confinamientos, el aislamiento y la ruptura de las relaciones sociales habituales durante una emergencia sanitaria necesitan recuperar este aspecto esencial de la salud. Hay una profunda conexión entre las relaciones interpersonales y la salud integral de la persona. Las relaciones humanas tienen un poder curativo y terapéutico cuando se abren a la esperanza y al amor. Nacemos de una relación de amor y siempre, incluso sin expresarlo, buscamos el amor. Los lazos emocionales nos mantienen vivos. Por eso, en la Iglesia, desde el principio, puede y debe madurar la conciencia de que cada miembro se convierte en un experto en el arte de las relaciones que se inspira en el amor fraternal y se nutre del de Dios⁴⁰.

Hospitalidad

Ahora, en particular, la Iglesia de Cristo no puede dejar de mostrarse como una *comunidad hospitalaria*, en la que se puede experimentar el cuidado recíproco, recibido y dado⁴¹. Esto corresponde

³⁷ Francisco, *Discurso al público de la Asociación Italiana contra Leucemia-Linfomas y Mieloma (AIL)*, 2 de marzo del 2019.

³⁸ Consejo Episcopal Latinoamericano, Departamento de Justicia y Solidaridad, *Discípulos Misioneros en el mundo de la salud. Guía para la Pastoral de la Salud en América Latina y El Caribe*, 99.

³⁹ Cf. Sandrin, L., *Comunità sanante. Dalla pastorale della salute alla salute della pastorale*, Savona 2019, 47-53.

⁴⁰ «El amor nos pone finalmente en tensión hacia la comunión universal. Nadie madura ni alcanza su plenitud aislándose. Por su propia dinámica, el amor reclama una creciente apertura, mayor capacidad de acoger a otros, en una aventura nunca acabada que integra todas las periferias hacia un pleno sentido de pertenencia mutua. Jesús nos decía: “Todos ustedes son hermanos” (Mt 23,8)», Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 95.

⁴¹ La hospitalidad evoca significados antiguos, por lo que se ha dado el nombre de “hospital” al lugar de tratamiento. Cf. Commissione episcopale della CEI per il servizio della carità e la salute, «*Predicate il vangelo e curate i malati*». *La comunità cristiana e la pastorale della salute*, Roma, 2006, 23.

a su naturaleza de *familia hospitalaria*⁴² que acoge a los hijos de Dios, sin distinción alguna, especialmente en los momentos de mayor debilidad, y les ayuda a redescubrir la propia identidad, a orientarlos a la plena realización de la vida que hay en ellos y a descubrir su contribución salvífica específica. En este sentido, la misma comunidad parroquial puede ofrecer mucho a través del amor inclusivo, no crítico e incondicional.

En cuanto a las personas con trastornos mentales y que padecen disfunciones psíquicas, en la Iglesia, comunidad sanadora, no puede faltar en una referencia al necesario apoyo psicosocial profesional; sin embargo, incluso en este ámbito, el primer tipo de asistencia es el servicio de amor que puede ejercer todo aquel que se sienta llamado por el Señor⁴³. La historia de la Iglesia está llena de grandes y elocuentes ejemplos de servicio a las personas que han sufrido en la mente (Santa Dimpna, quien es la patrona de los enfermos con enfermedad mental y emocional, San Juan de Dios... etc.), pero ciertamente todos son capaces de aceptarlas y ser sensibles a ellas. En general, se trata de la atención del corazón que se expresa en la acogida, la escucha y el acompañamiento.

De las voces de la Iglesia en el mundo, recogidas por la Comisión Vaticana Covid-19, se desprende que la primera necesidad de las personas afectadas por la pandemia es precisamente la de ser acogidas y escuchadas fraternalmente. Muchas historias, a veces realmente dramáticas, esperan ser contadas, compartidas y escuchadas. «Una de las cosas más sanadoras que podemos hacer como personas de fe es escuchar a los demás, escuchar lo que están pasando y satisfacer sus necesidades espirituales»⁴⁴.

Lo fundamental es que los líderes de las comunidades escuchen con compasión y sepan orientar a las personas hacia los profesionales de la salud mental en lugar de tratar de resolver los problemas psicológicos por sí mismos o descartar el problema. No tenemos que ser psiquiatras ni especialistas en la materia, pero todos recibimos un llamado espiritual para estar con las personas cuyo sufrimiento físico y mental ha surgido o ha sido amplificado por la pandemia. Nuestras comunidades deben ser capaces de escuchar, acoger, de una «relación terapéutica», una verdadera compasión, para ayudar al enfermo a superar la sensación de inutilidad y peso social. Y será «un don mutuo»: para los enfermos que no se sentirán discriminados y aislados y para la comunidad cristiana que, cuidando a los miembros más frágiles, testificará que nadie está excluido del cuerpo eclesial. «La Iglesia es una comunidad sanadora que acoge – o mejor aún, sabe que también está compuesta por – estas debilidades, o no puede llamarse Iglesia»⁴⁵.

⁴² «Una Iglesia de verdad, según el Evangelio, no puede más que tener la forma de una *casa acogedora*, con las puertas abiertas, siempre. Las iglesias, las parroquias, las instituciones, con las puertas cerradas no se deben llamar iglesias, se deben llamar museos» (Francisco, «La familia – comunidad», *Audiencia general*, 9 de septiembre del 2015).

⁴³ «Un primer requisito fundamental es la competencia profesional, pero por sí sola no basta. En efecto, se trata de seres humanos, y los seres humanos necesitan siempre algo más que una atención sólo técnicamente correcta. Necesitan humanidad. Necesitan atención cordial» (BENEDICTO XVI, Carta Encíclica *Deus Caritas est*, 31).

⁴⁴ Aleteia, «12 formas de apoyar a las personas con enfermedades mentales en la Iglesia», 05.06.2019.

⁴⁵ Angelelli, M., «Una mirada concluyente», en: Ufficio Nazionale della CEI per la Pastorale della Salute, *Chiesa Italiana e salute mentale. Cultura del provvisorio, scarti e nuovi poveri: il disagio psichico al tempo della tecnoliquidità*, Roma 2018.

Acompañamiento

Hay una necesidad verdaderamente urgente de crear espacios de acogida, servicios de escucha y métodos de acompañamiento en nuestras comunidades eclesiales. Es una oportunidad para involucrar a muchos voluntarios laicos, quienes, bajo la cuidadosa guía de los pastores, podrían ser animados a ofrecer su disponibilidad, su tiempo y una presencia reconfortante y sanadora. El acompañamiento de los enfermos debe ir acompañado del de los familiares. De hecho, toda la familia se ve afectada por hechos relacionados con la enfermedad, con importantes repercusiones en las relaciones entre sus miembros y, en general, en el equilibrio de la estructura familiar⁴⁶.

Será tarea de los pastores encontrar las mejores formas de escucha y acompañamiento para acercarse a los que sufren y a sus familias a la comunión con Dios y con los hermanos. Podemos sugerir algunas buenas prácticas de acompañamiento espiritual a través de las diferentes herramientas que existen de comunicación, como teléfonos móviles o *smartphones*, tabletas digitales, y ordenadores/computadoras personales portátiles que han sido utilizados, por ejemplo, por los capellanes de hospitales y pastoral hospitalaria para acompañar a los pacientes, ponerse en contacto con las familias, apoyar al personal sanitario, y cómo celebrar sacramentos, ritos y rituales. También los capellanes de prisiones, con sus colaboradores de las pastorales carcelarias, acompañaron virtualmente a los internos con la reflexión sobre la «buena noticia», brindándoles consuelo y esperanza. Mientras la emergencia pandémica continúe, este tipo de atención pastoral virtual seguirá siendo una herramienta preciosa de la presencia sanadora junto a quienes experimentan angustia, aislamiento y miedo.

Cualquiera que sea la forma de escuchar y acompañar a las personas que sufren, no se puede separar de la oración. La oración envía un mensaje de bienvenida y le permite a la gente saber que su comunidad los apoya. Por ello, siempre que sea posible, es conveniente organizar celebraciones litúrgicas con personas con trastornos mentales, sus familias y operadoressociosanitarios y profesionales de la salud mental, voluntarios y todos aquellos que se sientan parte activa de la Iglesia como comunidad sanadora⁴⁷.

El acompañamiento pastoral a las personas con sufrimiento psíquico debe estar vinculado a la catequesis sobre el poder terapéutico y salvífico de los sacramentos de la Iglesia que facilitan el encuentro con Cristo venido para «curar a los contritos de corazón, como «médico corporal y espiritual»⁴⁸. Se trata, ante todo, de los dos sacramentos de curación: de la Penitencia/Reconciliación y de la Unción de los Enfermos⁴⁹. Pero la gracia curativa por excelencia que el Señor ha dado a su Iglesia es la Eucaristía. Dondequier que se celebre la Santa Misa o Eucaristía y, en particular con la presencia de los enfermos y los que sufren, la Iglesia es una comunidad sanadora, llevando a cabo el amor curativo y redentor de Cristo, y la obra de curación se realiza, restaurando la comunión con Dios y con hermanos.

⁴⁶ Cf. Commissione episcopale della CEI per il servizio della carità e la salute, «Predictate il vangelo e curate i malati», 32.

⁴⁷ «No solamente es loable la oración de los fieles individuales que piden la propia curación o la de otro, sino que la Iglesia en la liturgia pide al Señor la curación de los enfermos». Congregación para la Doctrina de la Fe, *Instrucción sobre las oraciones por la curación de Dios*, 14.09.2000, 2.

⁴⁸ Concilio Vaticano II, *Sacrosanctum concilium*, 5.

⁴⁹ Cf. *Catecismo de la Iglesia Católica*, 1421.

«La sagrada Eucaristía, en efecto, contiene todo el bien espiritual de la Iglesia, es decir, Cristo mismo, nuestra Pascua»⁵⁰. Por lo tanto, es necesario que se siga celebrando la Santa Misa, especialmente en los lugares de cuidado y sufrimiento humanos, pidiendo al Divino Médico salud y salvación (*salus*) para todos.

⁵⁰ *Ibidem*, 1324. La Eucaristía también se llama «medicina de inmortalidad» (*ibidem*, 1331).

ACOMPAÑAR SIGNIFICA ESPERAR JUNTOS Y MIRAR HACIA LA PLENITUD DE LA VIDA

Elementos para continuar la reflexión

El sufrimiento psicológico, siempre ligado a la ansiedad por un futuro que se nos escapa, nunca se reduce a un dolor que pueda tratarse con medios farmacológicos; es una soledad y una obsesión por el abandono y la muerte que solo la Palabra – recibida y compartida – puede curar y sanar.

Sin embargo, *hablar* no se reduce a expresarse con la voz. *Hablar* significa estar presente para escuchar al otro, su historia y, a veces, su silencio. La Palabra de Dios, en el relato bíblico y en la predicación de Jesús, expresa la paciencia del Padre, que llama a cada uno a la vida y la confianza, mientras atraviesa la preocupación y la muerte. Este «misterio de fe» se encuentra en las representaciones antropológicas y las escuelas de espiritualidad, que consideran a la persona humana como un ser vivo en camino a su realización.

Necesitamos, hoy más que nunca, la experiencia de quienes trabajan en los campos de la psicología, de la psiquiatría y del acompañamiento social. El diálogo, respetando las competencias, permite considerar todas las dimensiones de la persona. La dimensión espiritual y la dimensión psicológica tienen muchos puntos de conexión; podemos y debemos fomentar el encuentro entre todos los actores para promover el bien de quienes sufren en soledad.

Las dolorosas condiciones en las que muchos se encuentran a lo largo de su existencia, a veces los llevan al límite de su fuerza física y psíquica. Sólo la amistad fiel y la cercanía fraterna pueden ofrecerles el «agua fresca» de la esperanza, que eleva y consuela.

La Iglesia, comunidad de los discípulos de Cristo, está llamada a hacer el «desvío» hacia el «herido» que hace el Buen Samaritano, para cuidar, levantar y amar a quienes han sido desgarrados en su cuerpo y en su vida interior. La misión de los creyentes y de quienes buscan la Verdad se cumple en términos de mutua hospitalidad, gracias a la cual nos convertimos en hermanos y hermanas en un mismo amor, paciencia y cuidado.

Necesitamos tiempo, todo el tiempo de nuestra vida, para compartir el mensaje de confianza, discreto y seguro, con quienes sufren en las tinieblas de la ansiedad.

«Todos tenemos responsabilidad sobre el herido que es el pueblo mismo y todos los pueblos de la tierra. Cuidemos la fragilidad de cada hombre, de cada mujer, de cada niño y de cada anciano, con esa actitud solidaria y atenta, la actitud de proximidad del buen samaritano»⁵¹.

⁵¹ Francisco, Carta Encíc. *Fratelli tutti*, 79.

ORACIÓN

Dios, Padre nuestro, ternura infinita, tú conoces a cada uno, con su historia, sus esperanzas, sus heridas y su deseo de ser amado. Ven y únete a nosotros, en la intimidad de nuestras vidas y danos tu confianza, tanto en días felices como en noches inquietas.

Jesús, Hermano nuestro, Tú que te has acercado a los hombres y mujeres, heridos por su vida, en su cuerpo y en su vida interior, ven a levantarte y sanarnos, con tu Palabra, tu Amor y tu Perdón.

Espíritu Santo que renueva y da aliento, ven a visitar a los que pasan por la soledad y a quienes les cuesta creer en un mañana feliz. Apoya a quienes traen cercanía y consuelo. Dale a todos paciencia y paz interior.

Amén.