

Acompañar en el sufrimiento

Comisión Episcopal para la Pastoral social y Promoción humana  
Departamento de Pastoral de la Salud

**Temas de formación de Pastoral de la Salud 19 / 2022**

**ACOMPañAR EN EL SUFRIMIENTO**

**“SED MISERICORDIOSOS COMO VUESTRO PADRE ES MISERICORDIOSO”  
(Lc 6, 36).**

**Luis Sánchez Ruiz**

**Sumario**

Saludo .....	3
Presentación .....	4
Introducción.....	5
Oración.....	7
I Acompañando en el camino .....	8
II Compasión en el sufrimiento.....	13
III Con amor y por el Amor.....	17
IV Entrañable ternura .....	21
V Escuchar, comprender .....	26
VI De la palabra a la Palabra .....	31
VII En la soledad.....	36
VIII En la edad avanzada .....	42
IX En los cuidadores de familiares dependientes .....	48
X Ante la muerte .....	54

## Saludo

### **Acompañar en el sufrimiento.**

Un saludo fraternal a todos los delegados de la pastoral de la salud, a vuestros colaboradores, a los capellanes de los hospitales, a las personas idóneas que formáis los equipos hospitalarios y a los voluntarios, a los párrocos y voluntarios parroquiales comprometidos en la misión evangélica de acompañar a los enfermos. A todos/as os saludo con afecto.

Os agradezco de todo corazón vuestra misión pastoral que siempre actualiza la presencia del Señor Jesús a cada persona en su enfermedad. Así los responsables y voluntarios de la Pastoral de la Salud hacéis visible el amor de Dios por los enfermos y ancianos. En este sentido sois una parte esencial de la caridad de Cristo que la Iglesia está llamada a realizar. Por tanto, tened la certeza de estar cada uno en el “corazón” de la Iglesia. Muchas y muchas gracias.

Tenéis en vuestras manos este material de formación para ayudarnos a acompañar a los que sufren. La prioridad de la pastoral de la salud de este año es reflexionar, profundizar e actuar para acompañar a nuestros hermanos que sufren actualizando así los signos de salvación o milagros de Jesucristo.

Este material de formación nos ayuda a prestar atención a las personas que sufren sea por enfermedad del cuerpo o del espíritu, a causa de la edad avanzada, de la soledad, ante el fin de la vida, también el de los cuidadores y familiares de enfermos dependientes, demenciados... sin olvidar a los jóvenes que también beben el cáliz del sufrimiento.

Es importante que en esa entrega de cada uno por los que sufren la podáis hacer atendiendo a la situación de cada persona. Por ello es necesario que os forméis bien, que adquiráis las habilidades y los recursos necesarios, sin olvidar, como nos recordaba el Papa Benedicto XVI en la Encíclica *“Deus caritas est”*, nº 31, que la primera necesidad de los enfermos es la atención cordial, la humanidad y, por consiguiente, hay una prioridad de la “formación del corazón”.

En su Mensaje para esta trigésima Jornada, el Papa Francisco nos recuerda cómo “cuando una persona experimenta en su propia carne la fragilidad y el sufrimiento a causa de la enfermedad, también su corazón se entristece, el miedo crece, los interrogantes se multiplican”.

La ciencia cristiana del sufrimiento está indicada explícitamente por el Concilio Vaticano II como la única verdad capaz de responder al misterio del sufrimiento y de dar a quien está enfermo un alivio sin engaño: No está en manos el conceder la salud corporal, ni tampoco la disminución de dolores físicos. Pero tenemos una cosa más profunda y más preciosa que ofrecer: Cristo y sus dones de amor, de paz, de perdón de fortaleza, de esperanza, en definitiva, de gracia a los que sufren.

Muchas gracias por vuestra misión con mi afecto y mi bendición.



Francesc Pardo Artigas

Obispo de Girona. Responsable de Pastoral de la Salud en la CEE.

## Presentación

El tema elegido para la XXX Jornada Mundial del Enfermo es: “sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso” (Lc 6, 36). Acompañar a quienes sufren como consecuencia de la enfermedad es una obra de misericordia y una finalidad fundamental en la Pastoral de la Salud.

En su Mensaje para esta trigésima Jornada, el Papa Francisco nos recuerda “cómo no recordar, a este respecto, a los numerosos enfermos que, durante este tiempo de pandemia, han vivido en la soledad de una unidad de cuidados intensivos la última etapa de su existencia atendidos, sin lugar a dudas, por agentes sanitarios generosos, pero lejos de sus seres queridos y de las personas más importantes de su vida terrenal”. El sufrimiento de nuestros hermanos se convierte en una urgente llamada a ser “testigos de la caridad de Dios que derramen sobre las heridas de los enfermos el aceite de la consolación y el vino de la esperanza, siguiendo el ejemplo de Jesús, misericordia del Padre” y así acompañarlos en su sufrimiento.

“A lo largo de estos treinta años el servicio indispensable que realiza la pastoral de la salud se ha reconocido cada vez más. Si la peor discriminación que padecen los pobres —y los enfermos son pobres en salud— es la falta de atención espiritual, no podemos dejar de ofrecerles la cercanía de Dios, su bendición, su Palabra, la celebración de los sacramentos y la propuesta de un camino de crecimiento y maduración en la fe”.

Agradezco sinceramente a D. Luis Sánchez por la preparación de este material que nos ayudará a descubrir nuevos modos de hacernos prójimos, con una renovada ternura y misericordia.

José Luis Méndez Jiménez

*Director del Departamento de Pastoral de la Salud de la CEE*

## Introducción

Acompañar en el sufrimiento de nuestros hermanos, que pasan por el valle del dolor, de la enfermedad, de la soledad, de la muerte, es una de las obras de misericordia más hermosas que estamos llamados a realizar. El misterio del sufrimiento nos revela la ontológica debilidad de nuestra condición humana, pero también el profundo anhelo que brota de nuestro corazón para acercarnos a nuestros hermanos que sufren y, así, compartirlo y aliviarlo.

El amor de Dios nos impulsa a salir de nosotros mismos y a dar nuestro tiempo, nuestro esfuerzo, nuestra vida, a los que más nos necesitan: los enfermos, los ancianos, los dependientes, las periferias de la sociedad. Ese amor, que es Dios mismo, nos lleva a ir en búsqueda del que sufre para acompañarlo en su mismo sufrimiento, derramando sobre su corazón desgarrado el suave bálsamo del amor de Dios, ese consuelo divino del que Cristo – Médico de cuerpos y almas– nos hace mensajeros y colaboradores.

El Dicasterio para el Servicio del Desarrollo Humano Integral, de la Santa Sede, nos propone como Tema para la Jornada Mundial del Enfermo del año 2022: «*Sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso*» (Lc 6,36). En el Departamento de Pastoral de la Salud de la CEE, animados por nuestro Obispo Responsable Monseñor Francesc y con la unanimidad del Equipo Nacional de Pastoral de la Salud, proponemos como concreción el lema: “Acompañar en el sufrimiento”.

El objetivo de la presente Campaña del Enfermo es la de poder reflexionar, iluminar y actuar en el acompañamiento pastoral a tantos hermanos nuestros que experimentan el sufrimiento, en sus fundamentos y características, teniendo siempre como modelo a seguir al mismo Cristo, Maestro de todo acompañamiento y que también probó el amargo cáliz del sufrimiento.

Se hace urgente que, desde las delegaciones y las parroquias, se incentive esta importante labor, sensibilizando a nuestros agentes parroquiales y promocionando el voluntariado pastoral, pues son muy numerosas las personas que sufren. Tenemos que seguir haciéndonos presentes en el mundo del sufrimiento, muy especialmente en los hogares y residencias de mayores, así como en los centros de día, centros de jubilados, hospitales, allí donde se encuentre alguien que esté sufriendo. Por ello, las parroquias deberían asumirlo como una prioridad pastoral.

Estos capítulos que ahora os proponemos para el trabajo, la reflexión y la oración, desde la Sagrada Escritura y el Magisterio de la Iglesia, pretenden ser un instrumento que hagan crecer en nosotros las actitudes propias de un buen acompañante: la búsqueda del que sufre, la escucha empática, el silencio comprensivo, la palabra oportuna, junto a la compasión, la misericordia y la ternura, movidos por el amor de Dios que da sentido a toda nuestra labor ministerial.

Prestaremos una redoblada atención sobre algunos de los principales ámbitos en los que impera el sufrimiento: como son la terrible pandemia de la soledad, ante el decaimiento natural de la edad avanzada y ante el fin de la vida en este mundo. Visibilizaremos, además, un ámbito que suele pasar desapercibido: que es el de los cuidadores de personas mayores, dependientes, demenciados, con enfermedades neurodegenerativas o mentales, que constituyen un gran número de personas que pueden experimentar un gran sufrimiento

## Acompañar en el sufrimiento

cuidando a sus familiares, a sus seres queridos, y cuyo acompañamiento no es frecuente en la actualidad.

Este pequeño recorrido, desea colaborar en iluminar y socorrer el sufrimiento de nuestros hermanos, a la vez que contribuya a nuestro propio crecimiento espiritual.

Luis Sánchez Ruiz

*Director-Coordenador del SIPS de Levante*

## Oración

**¡Oh Cristo, mi Buen Samaritano!**

¡Oh Cristo, mi Buen Samaritano!  
Tú que, al borde del camino de la vida,  
ves mis dolores y sufrimientos  
y lleno de piedad y compasión  
me recoges con tus manos,  
llenas de ternura y dulzura,  
y me cargas suavemente sobre ti,  
¡ayúdame a sentirte junto a mí!

¡Oh Cristo, mi Buen Samaritano!  
Cúdame con tu amor misericordioso,  
derrama tu vino sobre mis heridas,  
santifícame con la fuerza de tu Santo Aceite,  
consuélame con el afectuoso consuelo  
que tú sólo nos sabes dar,  
y cuando vuelvas en el último día,  
¡paga por nosotros lo que te debemos!

¡Oh Cristo, mi Buen Samaritano,  
nunca te separes de mí!  
Amén.

## I Acompañando en el camino

### 1. Texto bíblico

#### Los discípulos de Emaús: Lc 24,13-35

*Aquel mismo día, dos de ellos iban caminando a una aldea llamada Emaús, distante de Jerusalén unos sesenta estadios; iban conversando entre ellos de todo lo que había sucedido. Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos. Pero sus ojos no eran capaces de reconocerlo.*

*Él les dijo:*

*«¿Qué conversación es esa que traéis mientras vais de camino?».*

*Ellos se detuvieron con aire entristecido. Y uno de ellos, que se llamaba Cleofás, le respondió:*

*«¿Eres tú el único forastero en Jerusalén que no sabes lo que ha pasado allí estos días?».*

*Él les dijo:*

*«¿Qué?».*

*Ellos le contestaron:*

*«Lo de Jesús el Nazareno, que fue un profeta poderoso en obras y palabras, ante Dios y ante todo el pueblo; cómo lo entregaron los sumos sacerdotes y nuestros jefes para que lo condenaran a muerte, y lo crucificaron. Nosotros esperábamos que él iba a liberar a Israel, pero, con todo esto, ya estamos en el tercer día desde que esto sucedió. Es verdad que algunas mujeres de nuestro grupo nos han sobresaltado, pues habiendo ido muy de mañana al sepulcro, y no habiendo encontrado su cuerpo, vinieron diciendo que incluso habían visto una aparición de ángeles, que dicen que está vivo. Algunos de los nuestros fueron también al sepulcro y lo encontraron como habían dicho las mujeres; pero a él no lo vieron».*

*Entonces él les dijo:*

*«¡Qué necios y torpes sois para creer lo que dijeron los profetas! ¿No era necesario que el Mesías padeciera esto y entrara así en su gloria?».*

*Y, comenzando por Moisés y siguiendo por todos los profetas, les explicó lo que se refería a él en todas las Escrituras. Llegaron cerca de la aldea adonde iban y él simuló que iba a seguir caminando; pero ellos lo apremiaron, diciendo:*

*«Quédate con nosotros, porque atardece y el día va de caída».*

*Y entró para quedarse con ellos. Sentado a la mesa con ellos, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron. Pero él desapareció de su vista. Y se dijeron el uno al otro:*

*«¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras?».*

*Y, levantándose en aquel momento, se volvieron a Jerusalén, donde encontraron reunidos a los Once con sus compañeros, que estaban diciendo:*

*«Era verdad, ha resucitado el Señor y se ha aparecido a Simón».*

*Y ellos contaron lo que les había pasado por el camino y cómo lo habían reconocido al partir el pan.*

## **2. Reflexión pastoral**

### ***Acompañar en el sufrimiento***

La palabra “acompañar” se deriva del latín vulgar “*compania*”, de “*cum-*” ‘con-’ y “*panis*” ‘pan’, que literalmente significa “compartir el pan” o “comer pan juntos”. Y quien comparte el pan con el prójimo, se hace partícipe también de sus propios sentimientos. De ahí, que el Diccionario de la Real Academia Española lo defina como: «*estar o ir en compañía de otra u otras personas*» y también «*participar en los sentimientos de alguien*».

El gran modelo de acompañamiento nos lo muestra Jesús en esta perícopa de los discípulos de Emaús. Conocemos bien la historia. Dos de sus discípulos abandonan Jerusalén hundidos en la tristeza porque la historia que ellos deseaban e imaginaban no sólo se había truncado, sino que había acabado de la peor manera posible: con la muerte de Jesús. Caminan en el sufrimiento del sinsentido de la vida, sin esperanza.

Lo mismo nos sucede en nuestra vida diaria. Las expectativas de salud y bienestar, que todos tenemos, fallan, bien porque sobrevienen las enfermedades y los accidentes, bien porque la edad nos pasa factura con sus naturales secuelas. Y no sólo a uno mismo, sino también a nuestros seres queridos, a los que amamos.

Esto les pasó a aquellos discípulos. Querían a Jesús y vieron cómo su vida se había truncado con aquella muerte absurda, imprevista, irracional. Se alejaban de Jerusalén, se querían alejar del sufrimiento. No eran capaces de soportar el dolor y la angustia que les llenaba el corazón. No podían permanecer en aquella ciudad que les hacía presente la gran tragedia de la vida, que es la muerte. No sabían acompañar a sus amigos –los amigos de Jesús, los discípulos de Jesús– que sufrían lo mismo que ellos. Pero tampoco dejarse acompañar por aquellos que aún esperaban algo en Jerusalén, por aquellos que tenían esperanza. Porque ellos habían perdido la esperanza. Sufrían sin esperanza.

### ***Encontrarse con el que sufre***

Pero a nuestro Dios no le es ajeno el sufrimiento, ningún sufrimiento. Él mismo fue a buscar a aquellos discípulos que estaban desesperanzados. Él mismo se hizo el contradicho con aquellos discípulos que estaban huyendo del sufriendo. Es el mismo Jesús quien fue a encontrarse con ellos y a darles un sentido, una esperanza. Aquellos caminantes no buscaban ayuda, pero la ayuda fue a buscarlos. Y Jesús se hizo compañero en el camino. Se preocupó de lo que sufrían aquellos desesperanzados y, viendo lo que padecían en su corazón, quiso participar de su dolor y angustia: «*Él les dijo: “¿Qué conversación es esa que traéis mientras vais de camino?”. Ellos se detuvieron con aire entristecido*».

### ***Escucha y silencio***

Con escucha atenta, abrió sus oídos y su corazón a los lamentos. En el silencio diligente dejó que aquellos corazones rotos se desahogasen contando su historia de dolor: «*Y uno de ellos le respondió: “¿Eres tú el único forastero en Jerusalén que no sabes lo que ha pasado allí estos días?”. Él les dijo: “¿Qué?”. Ellos le contestaron: “Lo de Jesús el Nazareno...”*». En silencio escuchó no sólo aquellas palabras sino, lo más importante, el clamor de su corazón desgarrado. Con escucha atenta, abrió su oído para que Cleofás y su amigo se desahogasen

en Él. Quiso conocer directamente cómo habían interpretado aquellos discípulos todo lo que les había pasado, sus sentimientos, su vivencia. Aunque Jesús bien lo sabía todo, no les interrumpió, quiso saber cómo lo habían vivido, participar en su mismo sentimiento.

### **Palabra**

Jesús no les podía dejar en ese estado. Al terminar de hablar, después que ellos contaron todo lo que quisieron, quiso darles una palabra oportuna: *«Entonces él les dijo: “¡Qué necios y torpes sois para creer lo que dijeron los profetas! ¿No era necesario que el Mesías padeciera esto y entrara así en su gloria?”. Y, comenzando por Moisés y siguiendo por todos los profetas, les explicó lo que se refería a él en todas las Escrituras»*. Jesús les recordó las palabras de la Escritura, *«lo que dijeron los profetas»*, el mensaje eterno de salvación. No les dijo vacías palabras pretendidamente consoladoras, sino que llenó sus corazones con el verdadero consuelo, que sólo de Dios procede.

### **Esperanza en el sufrimiento**

El sufrimiento –que nunca lo queremos– forma parte de nuestra vida, no podemos rehuirlo: *«era necesario que el Mesías padeciera esto»*. Pero detrás del dolor, se abre la esperanza: *«y entrara así en su gloria»*. Esperanza que sobrepasa este mundo y nos lleva a las mismas puertas de la eternidad. Las palabras de Aquél acompañante dieron sentido al sufrimiento, contemplando la historia desde otra perspectiva, no desde este mundo inmanente en el que nos toca vivir, sino desde la visión trascendente que nos permite vislumbrar el amor eterno de Dios, que quiere siempre lo mejor para nosotros, aunque no lo entendamos.

### **El Sacramento**

Y después de la palabra, el signo: *«Sentado a la mesa con ellos, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando. A ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron»*. No son suficientes las palabras para colmar el anhelo de nuestro corazón. Es necesario algo más. Las palabras vienen a nuestra ayuda, son muy necesarias, imprescindibles, pero les falta la fuerza vital para cambiar nuestros sentimientos. Jesús se sentó con los caminantes y *«comió el pan con ellos»*, es decir: los *acompañó*, pues esto precisamente lo que significa esta palabra.

En esa mesa, que compartían Cleofás, su amigo y aquél Hombre desconocido para ellos, era necesario que se dieran cuenta de que había alguien más: *«pronunció la bendición»*, y con la bendición Dios mismo se hizo explícitamente presente y desde ese momento acompañó a los caminantes. Y allí Jesús volvió a hacer el gran signo de la Última Cena: *«tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando»*: la Eucaristía. Ante Jesucristo sacramentado ya no era necesario que aquellos buenos hombres siguieran viendo en la carne lo que estaban viendo y comiendo sacramentalmente: *«a ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron. Pero él desapareció de su vista»*.

La fuerza eficaz del sacramento les abrió los ojos y pudieron comprender el sentido del sufrimiento de aquella historia de dolor, que sin la gracia de Dios nunca hubieran llegado a alcanzar. En este alimento, el sufrimiento se trocó en alegría, el decaimiento humano en el ardor de la fe: *«¿No ardía nuestro corazón mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras?»*.

### ***Jesús, modelo en el acompañamiento***

Jesús es el gran modelo del buen acompañante. A lo largo de su vida, estuvo constantemente acompañando a tantas gentes oprimidas por el sufrimiento y la enfermedad. Sigamos sus pasos, contemplemos su modo de actuar, sus silencios y palabras, su ternura y su amor. Dejemos que Él nos acompañe para que con Jesús «*entremos así en su gloria*».

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. Cuando nosotros mismos estamos sumidos en el sufrimiento, ¿nos sentimos acompañados por Jesús, que camina a nuestro lado en nuestra vida, para dar sentido a nuestro sufrimiento?
2. Cuando acompañamos al que sufre, ¿sentimos cómo nosotros mismos somos acompañados por Jesús en nuestro acompañamiento pastoral, de tal modo que ya no soy yo sólo, sino Jesús conmigo?
3. ¿Somos conscientes de que el acompañamiento pastoral debe llevar al que sufre a encontrarse acompañado no sólo por nosotros, sino, lo que es mucho más importante, por Jesús? ¿Siento cómo Jesús lo acompaña?

### **4. Para orar**

**¡Tú nos acompañaste!**

Andando por el camino,  
cansados en nuestro dolor,  
hundidos en el sufrimiento,  
¡y Tú viniste a nuestro encuentro!

Te abrimos nuestro corazón,  
lloramos nuestra desgracia,  
clamamos sin esperanza,  
¡y Tú compartiste nuestro dolor!

Palabra de aliento nos diste,  
consuelo en el corazón,  
luz en nuestra historia,  
¡y Tú nuestro sufrimiento aliviaste!

## Acompañar en el sufrimiento

Sin esperanza íbamos,  
con esperanza volvimos,  
alegres con tu Pan partido,  
porque en nuestro camino,  
¡Tú nos acompañaste!  
Amén.

## II Compasión en el sufrimiento

### 1. Texto bíblico

#### El Juicio Final: Mt 25,31-46

*«Cuando venga en su gloria el Hijo del hombre, y todos los ángeles con él, se sentará en el trono de su gloria y serán reunidas ante él todas las naciones. Él separará a unos de otros, como un pastor separa las ovejas de las cabras. Y pondrá las ovejas a su derecha y las cabras a su izquierda. Entonces dirá el rey a los de su derecha: “Venid vosotros, benditos de mi Padre; heredad el reino preparado para vosotros desde la creación del mundo. Porque tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y me disteis de beber, fui forastero y me hospedasteis, estuve desnudo y me vestisteis, enfermo y me visitasteis, en la cárcel y vinisteis a verme”.*

*Entonces los justos le contestarán: “Señor, ¿cuándo te vimos con hambre y te alimentamos, o con sed y te dimos de beber?; ¿cuándo te vimos forastero y te hospedamos, o desnudo y te vestimos?; ¿cuándo te vimos enfermo o en la cárcel y fuimos a verte?”. Y el rey les dirá: “En verdad os digo que cada vez que lo hicisteis con uno de estos, mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis”.*

*Entonces dirá a los de su izquierda: “Apartaos de mí, malditos, id al fuego eterno preparado para el diablo y sus ángeles. Porque tuve hambre y no me disteis de comer, tuve sed y no me disteis de beber, fui forastero y no me hospedasteis, estuve desnudo y no me vestisteis, enfermo y en la cárcel y no me visitasteis”.*

*Entonces también estos contestarán: “Señor, ¿cuándo te vimos con hambre o con sed, o forastero o desnudo, o enfermo o en la cárcel, y no te asistimos?”. Él les replicará: “En verdad os digo: lo que no hicisteis con uno de estos, los más pequeños, tampoco lo hicisteis conmigo”. Y estos irán al castigo eterno y los justos a la vida eterna».*

### 2. Reflexión pastoral

#### Compasión

En la Sagrada Escritura, aparece frecuentemente una palabra tanto en hebreo como en griego a la que solemos traducir por *compasión* o *misericordia*. La palabra *compasión* viene del latín “*cumpassio*”, de “*cum-*” ‘con-’ y “*passio*” ‘pasión, sentimiento’, que literalmente significa “compartir el mismo sentimiento”, que es una traducción del vocablo griego “*sympátheia*”, *simpatía*, que tiene igualmente el mismo significado literal. Su sinónimo en latín es la palabra *misericordia*, que indica “*sentir o compartir un afecto entrañable*”, “*ser compasivo*”. El término hebreo está estrechamente relacionado con una palabra que se puede referir también a las “*entrañas*”, las cuales se ven afectadas cuando se siente de manera afectuosa y tierna la compasión o piedad: “*conmoverse las entrañas*”, “*enternecerse el corazón*”, “*tener entrañas de misericordia*”. Todas estas expresiones tienen, en el fondo, el mismo significado.

La verdadera compasión o misericordia tiene dos momentos sucesivos, pues desde una primera comprensión y participación en el sufrimiento del otro, nos estimula a la acción frente al mismo sufrimiento, en el amor al prójimo.

### ***Sentimiento compasivo***

En primer lugar, es un profundo sentimiento humano que nos lleva desde la relación y el acercamiento con el que sufre, a la comprensión de sus sentimientos y sufrimientos, compartiendo sus alegrías y sus penas, participando en su experiencia de lo que le está aconteciendo, de cómo vive la situación por la que está pasando. Es un sentimiento ante todo de identificación y participación en cómo nuestro prójimo experimenta su historia. Y, por ello, se crea en nosotros sentimientos de pena, de ternura y de afecto ante los males de alguien.

Es más intensa, seria y exigente que la empatía, que es la capacidad de identificarse con alguien y compartir sus sentimientos, pues la compasión lleva a compenetrar, a penetrar uno mismo de tal modo en el sufrimiento del otro, que le impulsa inexorablemente al deseo y la acción de aliviar, reducir o eliminar por completo tal situación dolorosa. La empatía es necesaria, imprescindible para la compasión, pero no es suficiente: se necesita algo más. Este es el segundo momento de la misericordia: la acción.

### ***Acción compasiva***

Por ello, la compasión es mucho más que un sentimiento o actitud, ya que exige positivamente la acción. No se puede quedar en mero sentimentalismo o palabras vacías. No es algo externo, que no me llega a afectar. Nunca puede existir la compasión cristiana sin su acción, que es la obra de misericordia.

A veces, tenemos la tentación de reducir la compasión a un simple sentimiento de lástima o pena. Podemos escuchar con gran empatía el sufrimiento del prójimo, podemos comprender lo que está pasando, participar de algún modo en su pesar, pero si no nos sentimos movidos a ayudarlo, nuestra caridad es una farsa.

### ***Entrañas de misericordia***

La compasión humana es un reflejo de la compasión divina, pues Dios tiene *«entrañas de misericordia»* que le mueve a tener misericordia de nosotros para darnos la salvación. Recordemos el canto del Benedictus en el que el padre de Juan el Bautista proclama: *«anunciando a su pueblo la salvación por el perdón de sus pecados. Por la entrañable misericordia de nuestro Dios, nos visitará el Sol que nace de lo alto, para iluminar a los que viven en tinieblas y en sombra de muerte, para guiar nuestros pasos por el camino de la paz»* (Lc 1,78-79).

Estas *«entrañas de misericordia»* también son las de Jesús, quien se compadece de los que sufren llevándoles a la curación. Muchas veces Jesús *«sintió compasión de ellos y curó a sus enfermos»* (Mt 14;14; 9,35-36; 15,32; 20,34; Mc 1,41; Lc 7,13; 10,32). Compasión a la que también pueden apelar los hombres: *«si algo puedes, ayúdanos, compadécete de nosotros»* (Mc 9,22). Compasión que suele ser manifestada a través de los milagros de curación, con lo que éstos resultan ser fruto del amor y la compasión de Dios.

### ***Compasión y sufrimiento***

Aún más. Dios es, realmente, un Dios con-sufriente, que sufre no sólo *con* el que sufre, sino *en* el que sufre. Dios interviene en el gran drama humano, no ya causando, enviando o permitiendo el mal, el sufrimiento, la enfermedad, la muerte, ni tampoco suprimiéndolos; sino desvelando que en ese mal hay un sentido escondido, que a través de esa noche oscura amanece ya la aurora de la salvación. En todo hombre enfermo está el mismo Cristo enfermo.

La compasión de Cristo es siempre activa, nunca se queda en el lamento ni en las solas palabras, sino que lleva a la salvación. La misericordia de Dios es eternamente salvífica. No se puede separar la compasión divina de su amor eterno.

### ***Compasión y salvación***

De ahí que Dios quiere que también nosotros tengamos esas entrañas de misericordia y que nuestra compasión sea eficaz. El Juicio Final que nos trae el evangelista san Mateo es elocuente testimonio de la voluntad divina. Nuestra salvación, nuestra vida futura, depende totalmente de si hemos cumplido o no sus mandatos, si hemos amado o no al prójimo como Él nos ama.

Tanto es así, que Cristo mismo está en todos y cada uno de nuestros hermanos que sufren. Tener compasión de cada hombre necesitado implica proveer a sus penurias. Las necesidades corporales que se enuncian en las bendiciones y maldiciones de este texto, incluyen todas las miserias que siguen acaeciendo en este mundo. Tener hambre o sed, ser forastero, estar desnudo, enfermo o en la cárcel, se siguen dando en múltiples formas.

Por ejemplo, no olvidemos la gran pandemia de la soledad que hunde en el sufrimiento a los que se sienten existencialmente solos. Tienen hambre de compañía, sed de afecto, necesidad de ser fraternalmente acogidos, de ser vestidos con la afectuosa ternura, ser visitados en sus dolencias o en la cárcel de su soledad.

Hay tantos hermanos mayores que sufren la enfermedad de Alzheimer, u otras enfermedades neurodegenerativas, y que literalmente necesitan que les demos de comer y de beber, que los vistamos, que los acojamos, que los acompañemos en esa enfermedad que les despoja de su historia y recuerdos, que los encierra en la cárcel del olvido.

Dios nos llama a ser compasivos como lo es Él: *«Sed misericordiosos como vuestro Padre es misericordioso. Dad, y se os dará: os verterán una medida generosa, colmada, rebosante, pues con la medida con que midiereis se os medirá a vosotros»* (Lc 6,36.38). De ahí que Jesús también pueda proclamar: *«misericordia quiero, que no sacrificio, porque no he venido a llamar a justos sino a pecadores»* (Mt 9,13; cf. Os 6,6; Mt 12,7).

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. Nuestra compasión ¿nos mueve a tener entrañas de misericordia, a dejarnos afectar por los anhelos y angustias de quien lo está pasando mal, a compartir en nuestro corazón el sufrimiento del prójimo, o preferimos que su sufrimiento no nos haga sufrir a nosotros?
2. Nuestra compasión ¿se queda en un suave sentimentalismo ante las desgracias del prójimo, en una mera actitud y buenas palabras vacías, o nos lleva a movernos para aliviar material y espiritualmente al que sufre, a obrar eficazmente en favor del prójimo?
3. ¿Nos damos realmente cuenta de cuántos hermanos nuestros están pasando por el valle del sufrimiento, necesitados de que los comprendamos, acojamos, asistamos y visitemos, de que los acompañemos con ternura y misericordia?

#### 4. Para orar

##### ¡Mi Dios compasivo, mándame Tú!

Tantas veces he sufrido, Señor,  
me he sentido hundido, solo y desamparado,  
pasando por el valle del sufrimiento,  
sin esperanza, sin nadie que me consuele.

¡Pero compasivo, allí estabas Tú!

Allí me encontré a una mano amiga,  
a un corazón lleno de misericordia,  
a unos oídos que escucharon mi lamento,  
a una voz que llenó de dulzura mi corazón herido.

¡Y compasivo, lo mandabas Tú!

Me acogió tiernamente con sus brazos,  
me dio de comer y beber lo que mi alma anhelaba,  
me vistió de la alegría y la paz,  
quebrantó la prisión de mi soledad,  
¡Y compasivo, lo mandabas Tú!

Ahora que ya sé lo que es sufrir,  
deseo compartir mi alegría con el hambriento,  
mi vestido y mi ternura con el desnudo,  
mi tiempo y mi vida contigo,  
¡oh Cristo, que sufres en mi hermano!

¡Mi Dios compasivo, mándame Tú!

Amén.

### III Con amor y por el Amor

#### 1. Texto bíblico

**Dios es amor: 1Jn 3,14.16-18;4,7-11.16-21**

*Nosotros sabemos que hemos pasado de la muerte a la vida porque amamos a los hermanos. En esto hemos conocido el amor: en que él dio su vida por nosotros. También nosotros debemos dar nuestra vida por los hermanos. Pero si uno tiene bienes del mundo y, viendo a su hermano en necesidad, le cierra sus entrañas, ¿cómo va a estar en él el amor de Dios? Hijos míos, no amemos de palabra y de boca, sino de verdad y con obras.*

*Queridos hermanos, amémonos unos a otros, ya que el amor es de Dios, y todo el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios. Quien no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es Amor. En esto se manifestó el amor que Dios nos tiene: en que Dios envió al mundo a su Unigénito, para que vivamos por medio de él. En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó y nos envió a su Hijo como víctima de propiciación por nuestros pecados.*

*Queridos hermanos, si Dios nos amó de esta manera, también nosotros debemos amarnos unos a otros. Y nosotros hemos conocido el amor que Dios nos tiene y hemos creído en él. Dios es Amor, y quien permanece en el amor permanece en Dios y Dios en él. Nosotros amemos a Dios, porque él nos amó primero. Si alguno dice: «Amo a Dios», y aborrece a su hermano, es un mentiroso; pues quien no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios, a quien no ve. Y hemos recibido de él este mandamiento: quien ama a Dios, ame también a su hermano.*

#### 2. Reflexión pastoral

##### **Enfermedad y sufrimiento**

El sufrimiento forma parte de la propia condición humana y nos acompaña durante toda nuestra vida. Son muchas las causas que lo producen, pero es especialmente relevante el que rodea a la enfermedad y la muerte, la nuestra y la de nuestros seres queridos. Como nos recuerda el Catecismo de la Iglesia Católica: «*La enfermedad y el sufrimiento se han contado siempre entre los problemas más graves que aquejan la vida humana. En la enfermedad, el hombre experimenta su impotencia, sus límites y su finitud. Toda enfermedad puede hacernos entrever la muerte. La enfermedad puede conducir a la angustia, al repliegue sobre sí mismo, a veces incluso a la desesperación y a la rebelión contra Dios*» (CEC 1500-1501).

El acompañamiento a la persona que sufre requiere de una motivación profunda que nos haga salir de nosotros mismos para ir en busca del que está sumido en el sufrimiento. Las altas motivaciones e imperativos humanos de altruismo, solidaridad y generosidad son muy nobles y dignos de encomio –reflejo de la bondad divina en el corazón de todo hombre de buena voluntad–, pero, por sí mismos, no pueden llegar al fondo del problema del sufrimiento, pues son incapaces de dar sentido al misterio de la enfermedad, de la injusticia y de la muerte.

Jesús se va a enfrentar al problema de la enfermedad reiteradamente. En su recorrer los caminos de Israel, se encontrará en numerosas ocasiones con toda clase de enfermos, de personas que sufren, que están a las puertas de la muerte. De gente que no entiende el porqué de su dolencia, que son infelices, necesitados y dependientes de los demás.

Jesús no permanece impassible ante la enfermedad, el sufrimiento y la muerte. Dará un sentido al sinsentido de la vida. Jesús mostrará que la enfermedad, y el enfermo en ella, está en las manos de Dios, de un Dios que cuida a los hombres y que trae un mensaje de salvación en la enfermedad.

### ***Dios es Amor***

Jesús nos ha revelado, con sus palabras y obras, porqué Dios es infinitamente «*misericordioso y compasivo*» (Sal 103,8), qué es lo que le mueve a salir de sí mismo para venir al encuentro del hombre. Y ese movimiento no es sino la esencia de su propio ser: «*Dios es Amor*» (1Jn 4,8.16). El ser mismo de Dios es Amor. Y el Padre nos ha revelado su secreto más íntimo al enviarnos a nosotros, en la plenitud de los tiempos, a su Hijo Único, «*el Amado*»; y al Espíritu de Amor, el Espíritu Santo. Dios mismo es una eterna comunicación de amor en la Unidad de la Trinidad: Padre, Hijo y Espíritu Santo. Y en su mismo ser, nos ha destinado a participar en él. Y así su amor llega a todos los hombres: «*porque tanto amó Dios al mundo, que entregó a su Unigénito, para que todo el que cree en él no perezca, sino que tenga vida eterna*» (Jn 3,16).

Dado que el hombre ha sido creado a imagen y semejanza de Dios, aún más: somos hijos de Dios por adopción, el ser del hombre también es ser amor, aunque imperfecto. Por eso, estamos llamados a perfeccionarnos cada día en el servicio de amor a Dios y al prójimo. Y, en ese anhelo de perfección, acompañamos a tantos hermanos que sufren siguiendo los pasos de Jesús, «*porque nos apremia el amor de Cristo*» (2 Cor 5,14).

### ***Acompañando en el amor***

Así pues, el acompañamiento, según el modelo que nos enseña el mismo Cristo, tiene como principio y fundamento el amor. Ese amor que nosotros recibimos de Dios y que a Él le devolvemos en el amor a Dios y a Dios en el prójimo. Recordemos lo que Jesús nos enseñó en la Última Cena: «*antes de la fiesta de la Pascua, sabiendo Jesús que había llegado su hora de pasar de este mundo al Padre, habiendo amado a los suyos que estaban en el mundo, los amó hasta el extremo*» (Jn 13,1).

Jesús nos muestra, así, que el amor es servicio humilde: «*si yo, el Maestro y el Señor, os he lavado los pies, también vosotros debéis lavaros los pies unos a otros: os he dado ejemplo para que lo que yo he hecho con vosotros, vosotros también lo hagáis. Puesto que sabéis esto, dichosos vosotros si lo ponéis en práctica. Os doy un mandamiento nuevo: que os améis unos a otros; como yo os he amado, amaos también unos a otros*» (Jn 13,14-17.34).

Acompañar a quien pasa por el valle del sufrimiento: cuando se prolonga mucho en el tiempo, cuando no hay perspectivas humanas de mejora sino de empeoramiento, cuando nuestros enfermos se van agravando y sin perspectivas de curación, cuando vemos a nuestros seres queridos que cada vez son más dependientes y se agrava su demencia, cuando se está ante el misterio de la muerte... llega a ser una labor heroica que sólo en la fuerza del amor divino puede ser realizada.

### ***Amor al prójimo***

«*Este es mi mandamiento: que os améis unos a otros como yo os he amado. Nadie tiene amor más grande que el que da la vida por sus amigos. Vosotros sois mis amigos si hacéis lo que yo os mando. Esto os mando: que os améis unos a otros*» (Jn 15,12-14.17).

Todos conocemos a personas que están dando su vida cuidando a sus familiares dependientes durante muchos años; acompañando a enfermos graves, incurables o mentales; visitando asiduamente y con gran paciencia, esfuerzo y dedicación a tantos enfermos, ancianos y dependientes que viven en sus casas, en los hospitales, en las residencias de personas mayores o de discapacitados. Son un encomiable y digno ejemplo para cuantos los contemplan.

Este generoso y santo servicio únicamente se puede realizar por la gracia misericordiosa de Dios que ilumina, sostiene, consuela y conforta a tantos cuidadores y acompañantes que participan y comparten el sufrimiento de aquellos a quienes cuidan con gran afecto y ternura. Algunas veces, los cuidadores se sienten ciertamente asistidos por el fuego del amor divino; otras, no son conscientes de la acción del Espíritu Santo Consolador en ellos; pero el amor de Dios es siempre eficaz.

También, cada uno de nosotros, en la medida de nuestras posibilidades, estamos llamados a dar nuestra vida por amor a Cristo. Son múltiples las oportunidades que se nos ofrecen para acompañar a cuantos sufren –que son una multitud inmensa. Pero es necesario que abramos los ojos y que veamos como Cristo nos ve, para poder vislumbrar el sufrimiento de tantos hermanos nuestros que muchas veces permanece oculto, ante una mirada cerrada al amor.

Pidamos al Señor que nos haga dóciles a sus indicaciones y que nos revista con su gracia para que seamos fuertes en nuestra humana debilidad y podamos acompañar –con ese mismo amor con que Dios nos ama– a nuestros hermanos que sufren. Dios mismo nos envía en su nombre, para que seamos portadores de ese Amor, que es Dios mismo.

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. ¿Somos conscientes de que la perfección del acompañamiento a nuestro hermano que sufre, sólo se puede realizar en la fuerza del amor de Dios o creemos que son suficientes nuestras buenas fuerzas y cualidades humanas?
2. Cuando acompañamos al enfermo, al anciano, al dependiente, ¿nos sentimos movidos en nuestro interior por la gracia del Espíritu Santo que nos sostiene cuando nosotros mismos sufrimos al compartir los sufrimientos del prójimo?
3. ¿Le pedimos a nuestro Dios que llene nuestro corazón con el ardor del fuego de su amor, para que en Él podamos dar nuestra vida por los que sufren?

### **4. Para orar**

**¡El Amor más grande!**

Nos dijiste, Señor,  
que nadie tiene amor más grande  
que el que da la vida por sus amigos,  
y Tú diste tu vida por nosotros,  
¡quisiste sufrir y morir por amor!

Yo quiero ser tu amigo,  
quiero hacer lo que Tú me mandas,  
quiero dar mi vida por tus amigos,  
por mis hermanos, por los que sufren,  
¡quiero aliviar sus sufrimientos por amor!

Ayúdame, Señor,  
a amarte en cada enfermo que sufre,  
en cada anciano que se ha vuelto niño,  
en cada hombre que vive en soledad,  
¡quiero participar en tu sufrimiento por amor!  
Amén.

## IV Entrañable ternura

### 1. Texto bíblico

**Dios es amor: Sal 145,1.8-9.13-21**

*Te ensalzaré, Dios mío, mi rey;  
bendeciré tu nombre por siempre jamás.  
El Señor es clemente y misericordioso,  
lento a la cólera y rico en piedad.  
El Señor es bueno con todos,  
es cariñoso con todas sus criaturas.  
El Señor es fiel a sus palabras,  
bondadoso en todas sus acciones.  
El Señor sostiene a los que van a caer,  
endereza a los que ya se doblan.  
Los ojos de todos te están aguardando,  
tú les das la comida a su tiempo;  
abres tú la mano,  
y sacias de favores a todo viviente.  
El Señor es justo en todos sus caminos,  
es bondadoso en todas sus acciones.  
Cerca está el Señor de los que lo invocan,  
de los que lo invocan sinceramente.  
Satisface los deseos de los que lo temen,  
escucha sus gritos, y los salva.  
El Señor guarda a los que lo aman,  
pero destruye a los malvados.  
Pronuncie mi boca la alabanza del Señor,  
todo viviente bendiga su santo nombre  
por siempre jamás.*

### 2. Reflexión pastoral

#### ***Ternura***

El acompañamiento pastoral a nuestros hermanos, que están pasando por el sufrimiento, está marcado profundamente por el amor de Dios: nos acercamos al prójimo con un amor patente y eficaz porque acompañamos en el mismo Dios que es Amor.

Pero es necesario que este amor sea también sentido por aquél que recibe nuestros cuidados, por el que sufre, por el que, ante todo, necesita sentirse amado. No es suficiente saber que me están cuidando y acompañando –porque me aman– sino que necesitamos sentirnos profundamente amados en lo más hondo de nuestro corazón, en nuestro sufrimiento.

La ternura es, precisamente, el amor hecho carne, el amor que se ha encarnado en dos personas unidas por los lazos del amor. Bien sabemos que Dios es Amor y que el Unigénito, el Amado, se encarnó por amor en las tiernas entrañas de María, su madre, quien acogió en su perfecta ternura maternal a aquel Hijo que daría su vida en la Cruz por amor a todos nosotros.

La ternura es, pues, la concreción del Dios Amor. Como dice el Papa Francisco: *«la ternura es un buen “existencial concreto”, para traducir en nuestros tiempos el afecto que el Señor nutre por nosotros»* (Papa Francisco, Discurso 14 de septiembre de 2018).

### ***Ternura y misericordia divina***

Hoy en día, estamos llamados a redescubrir el rostro de Dios como infinita ternura amante, a volver a sentir *«tu entrañable ternura y compasión hacia nosotros»* (Is 63,15).

La ternura manifiesta nuestra forma de recibir hoy la misericordia divina. *«La ternura nos revela, junto al rostro paterno, el rostro materno de Dios, de un Dios enamorado del hombre, que nos ama con un amor infinitamente más grande que el de una madre por su propio hijo: “¿Puede una madre olvidar al niño que amamenta, no tener compasión del hijo de sus entrañas? Pues, aunque ella se olvidara, yo no te olvidaré. Mira, te llevo tatuada en mis palmas, tus muros están siempre ante mí”* (Is 49,15-16). *Pase lo que pase, hagamos lo que hagamos, estamos seguros de que Dios está cerca, compasivo, listo para conmoverse por nosotros. La ternura es una palabra beneficosa, es el antídoto contra el miedo con respecto a Dios, porque “en el amor no hay temor”* (1 Jn 4,18), *porque la confianza supera el miedo. Sentirse amado, por lo tanto, significa aprender a confiar en Dios, a decirle, como quiere: “Jesús, confío en ti”»*. (Papa Francisco, Discurso).

Tenemos la misión de llevar, a la persona a la que acompañamos en el sufrimiento, a encontrarse con la entrañable ternura de Dios, con nuestro Dios que es infinitamente tierno con todos los hombres, pero especialmente con los más necesitados.

De este modo, estamos llamados a redescubrir esa ternura divina, pues no estamos habituados a contemplar a nuestro Dios en esa dimensión, ya que desde antiguo han prevalecido otros modos de acercarse al misterio divino.

### ***Ternura paternal de Dios***

La Biblia nos habla reiteradamente de un Dios que es Padre al modo humano, que abraza a sus hijos con afecto y cariño, que nos cuida como un padre a un niño pequeño: cogiéndonos en los brazos, llevándonos hasta sus mejillas. Es muy sugestiva la cita del profeta Oseas:

*«Cuando Israel era joven lo amé y de Egipto llamé a mi hijo. Pero era yo quien había criado a Efraín, tomándolo en mis brazos; y no reconocieron que yo los cuidaba. Con lazos humanos los atraje, con vínculos de amor. Fui para ellos como quien alza un niño hasta sus mejillas. Me incliné hacia él para darle de comer»* (Os 11,1.3-4).

Esta misericordiosa ternura se desborda especialmente con los que temen al Señor, con los que cumplen los mandatos del Señor:

*«Como un padre siente ternura por sus hijos, siente el Señor ternura por los que lo temen; porque él conoce nuestra masa, se acuerda de que somos barro. Los días del hombre duran lo que la hierba, florecen como flor del campo, que el viento la roza, y ya no existe, su terreno no volverá a verla. Pero la misericordia del Señor dura desde siempre y por siempre, para aquellos que lo temen; su justicia pasa de hijos a nietos: para los que guardan la alianza y recitan y cumplen sus mandatos» (Sal 103,13-18).*

La tierna delicadeza protectora del Señor se expresa magistralmente en el profeta Isaías:

*«Porque yo, el Señor, tu Dios, te tomo por tu diestra y te digo: “No temas, yo mismo te auxilio”. No temas, gusanito de Jacob, oruguita de Israel, yo mismo te auxilio –oráculo del Señor–, tu libertador es el Santo de Israel» (Is 41,13-14).*

### ***Ternura maternal de Dios***

Pero nuestro Dios tiene también una dimensión maternal, tiene una impronta de ternura maternal para con sus hijos de tal modo que Él mismo nos acoge como una madre coge en sus brazos a un niño pequeño y se conmueve por él:

*«¿Puede una madre olvidar al niño que amamanta, no tener compasión del hijo de sus entrañas? Pues, aunque ella se olvidara, yo no te olvidaré. Mira, te llevo tatuada en mis palmas, tus muros están siempre ante mí» (Is 49,15-16).*

*«Porque así dice el Señor: “Yo haré derivar hacia ella, como un río, la paz, como un torrente en crecida, las riquezas de las naciones. Llevarán en brazos a sus criaturas y sobre las rodillas las acariciarán; como a un niño a quien su madre consuela, así os consolaré yo, y en Jerusalén seréis consolados”» (Is 66,12-13).*

*«Señor, mi corazón no es ambicioso, ni mis ojos altaneros; no pretendo grandezas que superan mi capacidad. Sino que acallo y modero mis deseos, como un niño en brazos de su madre; como un niño saciado así está mi alma dentro de mí. Espere Israel en el Señor ahora y por siempre» (Sal 131,1-3).*

### ***Ternura del Buen Pastor***

Jesús mismo revela el sentimiento que lo anima frente a todos los que sufren, es la compasión que se manifiesta mediante la ternura del Buen Pastor que busca a las ovejas perdidas, se acerca a los indefensos y se hace el contradicho de los enfermos, de los discapacitados, de los que sufren. La suya es una ternura de com-pasión, participando profunda y existencialmente en lo que viven y sienten todos aquellos a los que muestra el amor misericordioso de Dios.

*«Jesús les dijo esta parábola: “¿Quién de vosotros que tiene cien ovejas y pierde una de ellas, no deja las noventa y nueve en el desierto y va tras la descarriada, hasta que la encuentra? Y, cuando la encuentra, se la carga sobre los hombros, muy contento; y, al llegar a casa, reúne a los amigos y a los vecinos, y les dice: “¡Alegraos conmigo!, he encontrado la oveja que se me había perdido”» (Lc 15,3-6).*

Esa ternura de Jesús le lleva a poner como modelo para entrar en el reino de los cielos a los más débiles de la sociedad en aquel entonces: a los niños.

*«Acercaban a Jesús niños para que los tocara, pero los discípulos los regañaban. Al verlo, Jesús se enfadó y les dijo: “Dejad que los niños se acerquen a mí: no se lo impidáis, pues de los que son como ellos es el reino de Dios. En verdad os digo que quien no reciba el reino de Dios*

*como un niño, no entrará en él". Y tomándolos en brazos los bendecía imponiéndoles las manos» (Mc 10,13-16).*

Qué hermoso es el acompañamiento que lleva a encontrarse en el que sufre con un Dios, que es rico en cariño paternal y en amor de madre; con un Buen Pastor, que no duda en cargarnos sobre sus hombros cuando ya no podemos más; con Jesús, que nos pone como modelo celestial la inocencia de la tierna infancia –a la que nos llama continuamente–, pues sólo de los que son como niños es el reino de los cielos.

### ***Acompañando en la ternura***

Al acompañar a los que sufren, según el modelo de Cristo, nosotros mismos nos hacemos icono de su tierno amor encarnado, saliendo de nosotros mismos, de nuestra comodidad y apetencias, para ir en busca del que necesita sentirse querido en su vida llena de problemas, dolores y enfermedades, del que necesita no sólo palabras, sino una mano amiga que lo coja y lo abrace.

La ternura se transmite con la mirada compasiva que ve la raíz del sufrimiento del prójimo, con la atenta escucha que oye el profundo lamento del corazón, con la palabra afectuosa que quiere consolar en el dolor, con la mano suave y firme de quien sostiene el cuerpo dolorido, de quien abraza con calor humano, de quien besa en la mejilla con el ósculo santo.

El acompañamiento en la ternura no es sentimentalismo sino amor en acción, amor que se hace carne en el sufrimiento, que mueve interiormente nuestro ser para estrechar las manos del necesitado, mirándole cariñosamente a los ojos, transmitiéndole con los gestos profundos de nuestro cuerpo cuánto me importa porque en él está Cristo enfermo que necesita un consolador, como un niño necesita que su madre lo consuele cogiéndolo en brazos.

Recordemos que *«hoy, más que nunca, hace falta una revolución de la ternura. Esto nos salvará»* (Papa Francisco, Discurso).

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. ¿Somos conscientes de que nuestro hermano que sufre necesita sentirse existencialmente amado por quienes lo cuidan y acompañan, experimentando la cercanía de un corazón entrañable como el de Cristo?
2. Cuando acompañamos al que sufre, ¿le cogemos tiernamente las manos, lo miramos con cariño a los ojos, le hablamos con palabras llenas de afecto y delicadeza, transmitiéndole nuestro interés y com-pasión?
3. En nuestro acompañamiento ¿somos imagen de la entrañable ternura de Dios?

### **4. Para orar**

#### **Entrañable ternura**

Ayúdame, Señor,  
a ser imagen de tu ternura,

con mis hermanos que sufren;  
a verte en su mirada llorosa,  
con los ojos profundos del alma;  
a escucharte en sus lamentos,  
con los oídos del corazón;  
a estrechar tus manos temblorosas,  
entre mis manos palpitantes.

Ayúdame, Señor,  
a ser portador de tu tierno amor  
a quien no se siente amado;  
a llevar un afectuoso abrazo,  
a quien no conoce el cariño;  
a dar un fraterno beso,  
a quien nunca recibe una caricia;  
a pronunciar una palabra consoladora,  
a quien no tiene nadie que lo conforte.

¡Ayúdame, Señor,  
a vivir en tu entrañable ternura!  
Amén.

## V Escuchar, comprender

### 1. Texto bíblico

#### **Amo al Señor, porque escucha mi voz suplicante: Sal 116, 1-15**

*Amo al Señor, porque escucha*

*mi voz suplicante,*

*porque inclina su oído hacia mí*

*el día que lo invoco.*

*Me envolvían redes de muerte,*

*me alcanzaron los lazos del abismo,*

*caí en tristeza y angustia.*

*Invoqué el nombre del Señor:*

*«Señor, salva mi vida».*

*El Señor es benigno y justo,*

*nuestro Dios es compasivo;*

*el Señor guarda a los sencillos:*

*estando yo sin fuerzas, me salvó.*

*Alma mía, recobra tu calma,*

*que el Señor fue bueno contigo:*

*arrancó mi alma de la muerte,*

*mis ojos de las lágrimas,*

*mis pies de la caída.*

*Caminaré en presencia del Señor*

*en el país de los vivos.*

*Tenía fe, aun cuando dije:*

*«¡Qué desgraciado soy!».*

*Yo decía en mi apuro:*

*«Los hombres son unos mentirosos».*

*¿Cómo pagaré al Señor*

*todo el bien que me ha hecho?*

*Alzaré la copa de la salvación,*

*invocando el nombre del Señor.*

*Cumpliré al Señor mis votos*

*en presencia de todo el pueblo.*

*Mucho le cuesta al Señor  
la muerte de sus fieles.*

## **2. Reflexión pastoral**

### ***Escuchar en silencio***

Al acercarnos a la persona que sufre, con ese amor encarnado que es la ternura, necesitamos que nos transmita, que nos haga partícipes de lo que encierra su corazón, de esos problemas, enfermedades o situaciones vitales que le hacen pasar por el oscuro valle del sufrimiento. Para ello, hemos de abrir nuestros oídos, nuestros ojos y nuestro corazón para poder captar su lamento, compartir su sufrimiento.

El libro de Job es elocuente testimonio de estos primeros momentos del acompañamiento: *«Tres amigos de Job, al enterarse de las desgracias que le habían sobrevenido, acudieron desde sus respectivos países. Eran Elifaz de Temán, Bildad de Súaj y Sofar de Naamat, que se pusieron de acuerdo para ir a compartir su pena y consolarlo. Al verlo de lejos y no reconocerlo, rompieron a llorar, se rasgaron el manto y echaron polvo sobre sus cabezas y hacia el cielo. Después se sentaron con él en el suelo y estuvieron siete días con sus noches, pero ninguno le decía nada, viendo lo atroz de su sufrimiento»* (Jb 2,11-13).

Los amigos de Job acuden sin ser llamados, para compartir su dolor y sufrimiento. No hay ninguna palabra, sólo silencio. Silencio del que sufre, silencio del que lo acompaña.

El poderoso grito del silencio llega a lo más hondo de nuestro corazón. Los sentimientos más profundos muchas veces no requieren palabras que los expresen, sino un gesto afectuoso que los compartan. Nuestra simple compañía, física y emocional, ya hace un gran bien a quien necesita tenernos a su lado.

Cuando nuestro hermano sufre en silencio, cuando no puede expresar en palabras su lamento, el mejor acompañamiento que le podemos dar, en un primer momento, es, precisamente, respetar su silencio, compartir su silencio.

El silencio es una gran virtud, nunca lo olvidemos, aunque no estemos acostumbrados al mismo. Demasiadas veces lo rehuimos, como si no pudiéramos convivir con él, y preferimos caer en el ruido, impulsados a pronunciar demasiadas palabras que no llevan a ningún sitio.

Cada momento del sufrimiento de nuestro prójimo tiene una respuesta en nuestro acompañamiento. Hemos de respetar los procesos y los tiempos. Como ya dijo el libro del Eclesiastés: *«Todo tiene su momento, y cada cosa su tiempo bajo el cielo: Tiempo de nacer, tiempo de morir; tiempo de plantar, tiempo de arrancar; tiempo de matar, tiempo de sanar; tiempo de destruir, tiempo de construir; tiempo de llorar, tiempo de reír; tiempo de hacer duelo, tiempo de bailar; tiempo de arrojar piedras, tiempo de recogerlas; tiempo de abrazar, tiempo de desprenderse; tiempo de buscar, tiempo de perder; tiempo de guardar, tiempo de arrojar; tiempo de rasgar, tiempo de coser; tiempo de callar, tiempo de hablar»* (Ecle 3,1-7).

### ***Escuchar a quien sufre***

Tras el silencio, la palabra. La palabra de quien sufre. Él necesita transmitirnos en qué consiste su sufrimiento, qué es lo que le aqueja y llena su corazón de dolor y amargura.

Necesita comunicarnos sus angustias, necesita que le oigamos y escuchemos, no sólo con nuestros oídos, sino con nuestro corazón.

Como nos dice el Papa Francisco en *Evangelii gaudium*: «*Más que nunca necesitamos de hombres y mujeres que, desde su experiencia de acompañamiento, conozcan los procesos donde campea la prudencia, la capacidad de comprensión, el arte de esperar, la docilidad al Espíritu, para cuidar entre todos a las ovejas que se nos confían. Necesitamos ejercitarnos en el arte de escuchar, que es más que oír. Lo primero, en la comunicación con el otro, es la capacidad del corazón que hace posible la proximidad, sin la cual no existe un verdadero encuentro espiritual. La escucha nos ayuda a encontrar el gesto y la palabra oportuna que nos desinstala de la tranquila condición de espectadores. Sólo a partir de esta escucha respetuosa y compasiva se pueden encontrar los caminos de un genuino crecimiento, despertar el deseo del ideal cristiano, las ansias de responder plenamente al amor de Dios y el anhelo de desarrollar lo mejor que Dios ha sembrado en la propia vida*» (EG 171).

### ***Escuchar y comprender***

El *arte de escuchar, que es más que oír*, implica la escucha activa, requiere la actitud de ponernos en la situación existencial del otro, de captar sus ideas, pensamientos, emociones y sentimientos, que subyacen a lo que está diciendo; de vivir en su experiencia vital y comprender lo que siente. Saber escuchar es difícil, pues requiere un esfuerzo superior al que se hace al hablar y, claro está, del que oye sin intentar comprender lo que oye.

Comprender es hacer propio lo que se entiende, lo que se nos quiere transmitir, es tomar consciencia del sufrimiento ajeno, descubriéndolo en su sentido profundo y así actuar en consecuencia. Sólo podremos compartir si comprendemos por qué sufre. No es fácil comprender al prójimo porque nuestros propios valores y emociones perturban nuestra capacidad de empatía, esa capacidad por la que penetramos en el corazón del otro, poniéndonos nosotros como “entre paréntesis”, para poder acompañar al otro en su camino, en sus mismos pasos. Requiere un esfuerzo intenso para captar el mensaje profundo que nos quiere revelar, pero ese esfuerzo bien vale la pena.

«*En este mundo los ministros ordenados y los demás agentes pastorales pueden hacer presente la fragancia de la presencia cercana de Jesús y su mirada personal. La Iglesia tendrá que iniciar a sus hermanos –sacerdotes, religiosos y laicos– en este «arte del acompañamiento», para que todos aprendan siempre a quitarse las sandalias ante la tierra sagrada del otro («Dijo Dios: “quítate las sandalias de los pies, pues el sitio que pisas es terreno sagrado” cf. Ex 3,5)*» (EG 169).

La escucha afectuosa y comprensiva requiere respetar la libertad y los sentimientos del que sufre. Pero no se puede quedar ahí, sino que ha de ir encauzada a liberarlo de su sufrimiento. Por ello, es necesario que se sienta comprendido. No sólo que lo escuchemos activamente y lo entendamos empáticamente, sino que experimente que comprendemos y compartimos lo que siente. A veces, puede ser difícil que se sienta comprendido en su sufrimiento, porque en realidad lo que desea es verse liberado del mismo, pero es misión nuestra transmitirle e insistirle en que sí que lo comprendemos y estamos a su lado para acompañarlo. Lo cual puede requerir un nuevo esfuerzo.

Recordemos el consejo del apóstol Santiago, que tan gran bien nos hará a todos nosotros: «*tened esto presente, mis queridos hermanos: que toda persona sea pronta para escuchar, lenta para hablar*» (St 1,19).

### **Escuchar el sufrimiento**

Para comprender a nuestro hermano que sufre, también hemos de escuchar el clamor que le dirige a Dios. La expresión de sus pensamientos y sentimientos más importantes no puede quedarse sólo en el plano humano, en sus dolencias y enfermedades, en sus dificultades y tribulaciones, sino que incluye también su dimensión trascendente, su relación con Dios. Escuchar requiere abrirnos a cómo vive su alma lo que le está aconteciendo.

Tengamos bien presente que la escucha pastoral es un paso necesario en esa finalidad última que es la de ayudar a nuestro hermano a darle el sentido último a su sufrimiento, a afianzar su confianza en ese Dios bueno que se preocupa de todos sus hijos, pero especialmente de los necesitados, de los enfermos, de los que sufren.

*Tenemos que darle a nuestro caminar el ritmo sanador de proximidad, con una mirada respetuosa y llena de compasión pero que al mismo tiempo sane, libere y aliente a madurar en la vida cristiana» (EG 169).*

Oigamos, pues, el clamor que se eleva a Dios en el sufrimiento, dejemos que el corazón herido llore sus desgracias y acompañémoslo con nuestra fe y esperanza. Si el mismo Job elevó su grito desconsolado ante Dios y lloró amargamente todas sus desdichas, si el salmista proclama: «*Tenía fe, aun cuando dije: "¡Qué desgraciado soy!"*» (Sal 116,10), escuchemos también el lamento de nuestro hermano que sufre y unámonos con él en la oración, pidiendo la ayuda del Espíritu Consolador para que venga en su ayuda y derrame en su corazón lastimado el consuelo que sólo de Dios procede.

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. El silencio es una gran virtud, ¿sabemos escuchar en silencio a nuestro hermano que sufre, o somos incapaces de permanecer en silencio y necesitamos imperiosamente hablar cuando acompañamos al que sufre?
2. La escucha activa y empática tiene como finalidad comprender a nuestro hermano, ¿intentamos comprenderlo en lo más profundo de su sufrimiento o preferimos que no nos transfiera sus quejas y temores?
3. Cuando escuchamos a nuestro hermano que sufre, ¿abrimos nuestro corazón a escuchar sus lamentos que eleva a Dios, sin juzgarlo ni infravalorarlos?

### **4. Para orar**

#### **Para que pueda escuchar**

¡Oh Señor!,  
haz silencio en mi alma,  
para que pueda escuchar  
los amargos lamentos,  
el lloro contenido,

el gemido del enfermo,  
el quejido de la soledad.

¡Oh Señor!,  
abre mis duros oídos,  
para que pueda escuchar  
el suspiro del abatido,  
el sollozo del moribundo,  
el lamento del duelo,  
el llanto de sus seres queridos.

¡Oh Señor!,  
hazme comprender el corazón,  
para que pueda escuchar  
y dar la palabra de aliento,  
el afectuoso consejo,  
la voz en la que resuena el clamor,  
el consuelo que viene de Dios.

¡Oh Señor,  
abre mi corazón  
para que te escuche en quien sufre!  
Amén.

## VI De la palabra a la Palabra

### 1. Texto bíblico

**Lo que digáis sea bueno, constructivo y oportuno: Ef 4,29-32.**

*Malas palabras no salgan de vuestra boca; lo que digáis sea bueno, constructivo y oportuno, así hará bien a los que lo oyen. No entristezcáis al Espíritu Santo de Dios con que él os ha sellado para el día de la liberación final. Desterrad de vosotros la amargura, la ira, los enfados e insultos y toda maldad. Sed buenos, comprensivos, perdonándoos unos a otros como Dios os perdonó en Cristo.*

**Bendito sea Dios, Padre de las misericordias y Dios de todo consuelo: 2 Cor 1,3-7.**

*¡Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de las misericordias y Dios de todo consuelo, que nos consuela en cualquier tribulación nuestra hasta el punto de poder consolar nosotros a los demás en cualquier tribulación, mediante el consuelo con que nosotros mismos somos consolados por Dios! Porque lo mismo que abundan en nosotros los sufrimientos de Cristo, abunda también nuestro consuelo gracias a Cristo.*

*De hecho, si pasamos tribulaciones, es para vuestro consuelo y salvación; si somos consolados, es para vuestro consuelo, que os da la capacidad de aguantar los mismos sufrimientos que padecemos nosotros. Nuestra esperanza respecto de vosotros es firme, pues sabemos que, si compartís los sufrimientos, también compartiréis el consuelo.*

### 2. Reflexión pastoral

#### **Palabra y acompañamiento**

El acompañamiento en el sufrimiento requiere de la escucha activa y empática, que ha de llevarnos a comprender el sufrimiento del prójimo, y a hacernos copartícipes del mismo mediante la com-pasión que nace del amor de Dios. El silencio, con su elocuencia, también es muy importante para acercarnos al hombre que sufre. Todos necesitamos ser profundamente escuchados, comprendidos y amados.

Pero el acompañamiento necesita algo más, requiere de una palabra oportuna que, partiendo de la realidad que vive y siente el que pasa por momentos de angustia y dolor, le llene de lo que tanto necesita: el sentido de su sufrimiento, de cómo afrontarlo, de la esperanza.

Pronunciamos muchas palabras a lo largo de cada día. La mayoría son neutras, indiferentes, pero también hay palabras buenas y malas. Hay palabras que iluminan, otras llevan a la oscuridad; unas dan esperanza, otras la arrebatan; unas dan vida, otras dan muerte.

#### **Palabra buena, constructiva y oportuna**

El apóstol Pablo nos exhorta: «*Malas palabras no salgan de vuestra boca; lo que digáis sea bueno, constructivo y oportuno, así hará bien a los que lo oyen. No entristezcáis al Espíritu Santo de Dios con que él os ha sellado para el día de la liberación final*» (Ef 4, 29-30).

La palabra «*bueno, constructiva y oportuna*», no suele ser fácil de manifestar porque cada persona requiere una palabra distinta, adecuada a sus circunstancias vitales, una palabra

que le ayude a vivir en el sufrimiento y que le consuele interiormente, una palabra que le permita luchar contra el desánimo y la desesperanza, una palabra que contribuya a construir su vida aun en esas difíciles condiciones.

Son palabras que surgen de la escucha compasiva del que sufre y del silencio atento, de comprender qué es lo que le ocurre y sus causas, del aprecio y cercanía del que tenemos a nuestro lado.

Las buenas palabras nacen del corazón; de la propia experiencia que tiene el acompañante cuando, a su vez, ha sido acompañado; de la sabiduría que da la experiencia de la vida iluminada por Cristo. Sabiduría que procede del Espíritu Santo y que mueve nuestro corazón para ayudar a nuestros hermanos.

Sólo un corazón de carne, que se conmueve con los sufrimientos del prójimo, es capaz de pronunciar esas palabras. Sólo un corazón compasivo y misericordioso puede llegar a lo más profundo del corazón herido del prójimo. Un corazón que no juzga, sino que siempre perdona. Un corazón como el de Jesús, que arde en llamas de amor vivo por todos nosotros.

Son los sentimientos que el apóstol Pablo siempre nos recomienda: *«Desterrad de vosotros la amargura, la ira, los enfados e insultos y toda maldad. Sed buenos, comprensivos, perdonándoos unos a otros como Dios os perdonó en Cristo»* (Ef 4, 31-32).

Ya el libro de los Proverbios insistía en la grandeza de las buenas palabras, del consejo oportuno: *«Respuestas adecuadas alegran al hombre, resulta agradable la palabra oportuna»* (Prov 15,23); *«Manzana de oro con adornos de plata, la palabra dicha a su tiempo. Anillo de oro y collar de oro fino, un sabio consejo a quien sabe escuchar»* (Prov 25,11-12).

Si, en un momento dado, no somos capaces de dar esa palabra de aliento, llena de sentido y oportunidad, o no fuera conveniente, recurramos a la gran virtud del silencio. No es imprescindible dar siempre una palabra al que sufre, muchas veces nuestra sola compañía, cariño y afecto es más efectiva y constructiva que una palabra mediocre o intempestiva. Como muy bien dice el libro del Eclesiastés: *«Todo tiene su momento, y cada cosa su tiempo bajo el cielo: tiempo de callar, tiempo de hablar»* (Ecle 3,1.7).

### **Palabra consoladora**

Nuestros hermanos necesitan una palabra de consolación, pero de verdadero consuelo, no palabras vacías y vanas que ningún bien hacen y a las que estamos tan dados a utilizar. Ni tampoco medias verdades o falsas “mentiras piadosas”. Quien sufre necesita un mensaje de verdad y de vida, de amor y esperanza.

El mismo Pablo, en una impresionante bendición a Dios, proclama, lleno de alegría: *«¡Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de las misericordias y Dios de todo consuelo, que nos consuela en cualquier tribulación nuestra hasta el punto de poder consolar nosotros a los demás en cualquier tribulación, mediante el consuelo con que nosotros mismos somos consolados por Dios!»* (2 Cor 1,3-4).

Las palabras consoladoras que Dios nos encomienda llevar al que sufre, que salen de nuestro propio corazón herido y consolado, no son sino las que Él mismo pronuncia sobre nosotros. También nosotros hemos sufrido y sufrimos por muchas causas. Tal vez no sean por enfermedades y dolencias –o sí, porque al cabo de los años todos experimentamos la debilidad de nuestro ser humano–. Tal vez no nos produzcan un sufrimiento tan grande como aquél al que queremos poner remedio –o sí, tal vez estamos padeciendo de manera

semejante, quién sabe— pero, ciertamente todos nosotros tenemos la experiencia de ser consolados por nuestro Dios.

Nadie puede dar lo que no tiene. No podemos consolar si no somos consolados, si no nos sentimos profundamente confortados en nuestros problemas y tribulaciones. No es necesario, para experimentar la fuerza del consuelo divino, que éste sea idéntico a aquél al que queremos aliviar. Sufrimientos hay muchos, y de muy diverso tipo, consuelo sólo hay verdaderamente uno, el de Dios.

Al acompañar y compartir los sufrimientos del prójimo, al llevar la palabra buena y oportuna, también compartimos el consuelo que Dios derrama sobre sus hijos. Y así, con san Pablo: *«Nuestra esperanza respecto de vosotros es firme, pues sabemos que, si compartís los sufrimientos, también compartiréis el consuelo»* (2 Cor 1,7), el mismo consuelo que nosotros recibimos de nuestro *«Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de las misericordias y Dios de todo consuelo»* (2 Cor 1,3).

El mensaje consolador del acompañante debe favorecerse y cultivarse mediante la cercanía de su corazón, así como la calidez de su tono de voz, la mansedumbre del estilo de sus frases y sus gestos afectuosos. Así se ha de favorecer una comunicación entre corazones que tienda a suscitar la fe, como dijo san Pablo: *«la fe nace del mensaje que se escucha, y la escucha viene a través de la Palabra de Cristo»* (Rm 10,17).

### **Palabra de Dios**

Tengamos siempre presente que la mejor palabra consoladora —que podemos ofrecer al que sufre— es la Palabra de Dios, que siempre es viva y eficaz. Palabra alentadora que el Señor quiere hacer llegar al que sufre, no sólo por medio de la lectura de la Sagrada Escritura, sino también a través del acompañante pastoral, del agente humano al que hace portador de su mensaje salvífico, pues Él despliega su poder a través de la palabra humana.

La palabra de la consolación resuena con fuerza en la Biblia como mandato divino para todos nosotros: *«Consolad, consolad a mi pueblo —dice vuestro Dios—, hablad al corazón de Jerusalén»* (Is 40,1), como precepto que debe guiar nuestro caminar con nuestros hermanos que sufren. Recordemos que la mejor fuente de estas balsámicas palabras se encuentra en el texto sagrado, pues *«las Sagradas Escrituras pueden darte la sabiduría que conduce a la salvación por medio de la fe en Cristo Jesús. Toda Escritura es inspirada por Dios y además útil para enseñar, para argüir, para corregir, para educar en la justicia, a fin de que el hombre de Dios sea perfecto y esté preparado para toda obra buena»* (2 Tim 3,15-17). Y una de las más excelentes obras buenas es, precisamente, consolar al que sufre.

### **Palabra y oración**

Nuestra labor de acompañamiento puede llevarnos a un momento de oración que recoja tanto el sufrimiento de nuestro hermano como el consuelo divino, como nos recuerda el Papa Francisco en la *Evangelii gaudium*: *«Si parece prudente y se dan las condiciones, es bueno que este encuentro fraterno y misionero termine con una breve oración que se conecte con las inquietudes que la persona ha manifestado. Así, percibirá mejor que ha sido escuchada e interpretada, que su situación queda en la presencia de Dios, y reconocerá que la Palabra de Dios realmente le habla a su propia existencia»* (EG 128).

### **Palabra y Eucaristía**

Esta misma Palabra de Dios alcanza su máxima expresión en la Eucaristía, *«fuente y culmen de toda la vida cristiana»* (LG 11), que contiene todo el bien espiritual de la Iglesia, todo consuelo. La Iglesia tiene bien presente que *«toda la evangelización está fundada sobre la Palabra de Dios, escuchada, meditada, vivida, celebrada y testimoniada. Las Sagradas Escrituras son fuente de la evangelización. Es indispensable que la Palabra de Dios sea cada vez más el corazón de toda actividad eclesial. La Palabra de Dios escuchada y celebrada, sobre todo en la Eucaristía, alimenta y refuerza interiormente a los cristianos y los vuelve capaces de un auténtico testimonio evangélico en la vida cotidiana. La Palabra proclamada, viva y eficaz, prepara la recepción del Sacramento, y en el Sacramento esa Palabra alcanza su máxima eficacia»* (EG, 174).

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. *«Lo que digáis sea bueno, constructivo y oportuno»*, ¿qué dificultades encontramos para que la palabra con la que acompañamos a los que sufren sea verdaderamente buena, constructiva y oportuna?
2. ¿Somos conscientes de que con nuestras palabras transmitimos el consuelo con el que consolamos al que sufre, que es el mismo consuelo con el que Dios nos consuela a nosotros?
3. ¿Nos preocupamos de que la Palabra de Dios sea la guía de nuestras palabras consoladoras, o las reducimos a simples palabras humanas?

### **4. Para orar**

#### **De la palabra a la Palabra**

¡Oh, buen Jesús!,  
pon en mis labios,  
palabras llenas de vida,  
voces colmadas de ternura,  
susurros henchidos de afecto.

¡Oh, buen Jesús!,  
pon en mis labios,  
buenas palabras que consuelen,  
que construyan y reparen  
los corazones desgarrados.

¡Oh, buen Jesús!,  
pon en mis labios,  
esas palabras oportunas,  
pronunciadas en el momento justo,  
que tanto bien hacen a quien las oye.

¡Oh, buen Jesús!,  
pon en mis labios,  
tu Palabra consoladora,  
llena de sabiduría y ternura,  
con la fuerza de tu amor misericordioso.

¡Oh, buen Jesús!,  
Palabra eterna del Padre,  
luz verdadera que iluminas  
nuestros sufrimientos y dolores,  
nuestras angustias y amarguras.

¡Oh, buen Jesús!,  
Palabra que te hiciste carne,  
ayúdanos a recibirte en la fe  
para hacernos hijos de Dios  
y contemplemos un día tu gloria.

¡Oh, buen Jesús!,  
Palabra que nos amas,  
llénanos de tu sabiduría,  
envíanos a nuestros hermanos que sufren,  
haznos mensajeros de tu amor.  
Amén.

## VII En la soledad

### 1. Texto bíblico

**Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?: Sal 22, 2-6.10-12.20.23-26**

*Dios mío, Dios mío,  
¿por qué me has abandonado?  
A pesar de mis gritos,  
mi oración no te alcanza.  
Dios mío, de día te grito, y no respondes;  
de noche, y no me haces caso.  
Porque tú eres el Santo  
y habitas entre las alabanzas de Israel.  
En ti confiaban nuestros padres;  
confiaban, y los ponías a salvo;  
a ti gritaban, y quedaban libres;  
en ti confiaban, y no los defraudaste.  
Tú eres quien me sacó del vientre,  
me tenías confiado en los pechos de mi madre;  
desde el seno pasé a tus manos,  
desde el vientre materno tú eres mi Dios.  
No te quedes lejos,  
que el peligro está cerca  
y nadie me socorre.  
Pero tú, Señor, no te quedes lejos;  
fuerza mía, ven corriendo a ayudarme.  
Contaré tu fama a mis hermanos,  
en medio de la asamblea te alabaré.  
“Los que teméis al Señor, alabadlo;  
linaje de Jacob, glorificadlo;  
temedlo, linaje de Israel;  
porque no ha sentido desprecio ni repugnancia  
hacia el pobre desgraciado;  
no le ha escondido su rostro:  
cuando pidió auxilio, lo escuchó”.*

*Él es mi alabanza en la gran asamblea.*

## **2. Reflexión pastoral**

### ***Soledad***

Solemos relacionar la soledad con la idea de estar solo, con la falta de compañía, con el hecho de no tener a nadie al lado. Entendida así, la soledad puede ser positiva o negativa. En sentido positivo, todas las personas pasamos cierto tiempo a solas todos los días, e incluso la buscamos para pensar o descansar, para orar, para estar con Dios, de tal forma que la soledad es una experiencia que nos resulta atrayente y deseable en muchos casos. Jesús mismo se retiraba Él solo frecuentemente a orar a Dios: *«en aquellos días, Jesús salió al monte a orar y pasó la noche orando a Dios»* (Lc 6,12).

Pero también hay circunstancias y momentos en los que la falta de compañía nos causa tristeza y malestar. Lo importante no es que estemos o no en compañía de alguien, sino que nos sintamos solos. A nadie nos gusta sentirnos solos. El sentimiento de soledad se produce cuando la persona no se siente acompañada vitalmente. Es siempre una experiencia desagradable, incómoda y dolorosa que puede darse incluso estando en compañía.

### ***Sentimiento de soledad***

Efectivamente, estar junto a otras personas no impide el sentimiento de soledad, ya que ésta depende, especialmente, de cómo sea la relación que tengamos con los demás. Por ello, no nos sirve de mucho tener compañía si sentimos que se nos rechaza, no se nos escucha o no se nos valora. De hecho, un anciano se puede sentir más solo en una residencia rodeado de multitud de gente, que cuando vivía sin compañía en su casa. Además, el sufrimiento que produce la soledad es mucho más fuerte cuando creemos que durará mucho en el tiempo o que será para siempre.

Este sufrimiento es algo muy personal y, ante circunstancias externas aparentemente similares, las personas pueden reaccionar de manera muy diferente, pues las hay que se sienten bien, mientras que otras padecen una dolorosa soledad. Bien sabemos que se puede sentir soledad a cualquier edad, pero es mucho más frecuente en las personas mayores, pues se es más proclive a sufrirla conforme se avanza en edad.

La Escritura nos previene contra la soledad y del valor de la compañía: *«Más vale ser dos que uno, pues sacan más provecho de su esfuerzo. Si uno cae, el otro lo levanta; pero ¡pobre del que cae estando solo, sin que otro pueda levantarlo! Lo mismo si dos duermen juntos: se calientan; pero si uno está solo, ¿cómo podrá calentarse? Si a uno solo pueden vencerle, dos juntos resistirán. “Una cuerda de tres cabos no es fácil de romper”»* (Ecl 4,9-12).

Hay numerosas circunstancias que favorecen la aparición de la soledad humana con el tiempo. Una de las más importantes es el fallecimiento de los seres queridos con los que se convivía (cónyuge, padres, hermanos, hijos), que produce la pérdida del apoyo afectivo y emocional, que antes se tenía, y que ahora obliga a vivir sin compañía. También se favorece la soledad cuando se vive lejos de la familia o no se tiene buena relación con ella. La familia íntima es el gran apoyo que todos deberíamos tener para sentirnos queridos y protegidos. No hay nada tan importante como vivir con nuestra propia familia que nos cuida y protege.

El sufrimiento de la soledad es agravado cuando no se reconoce, o no se pide o admite la ayuda de otras personas. Con frecuencia, la persona que se siente sola no lo manifiesta, por

diferentes motivos, lo cual hace que no se reciba la ayuda de la que podría disponer. Creer que la soledad es algo que viene dado por la edad, puede justificar una actitud pasiva y la falta de esfuerzo para solucionarlo, lo que cronifica la soledad.

La pandemia que estamos padeciendo, ha originado y agravado la soledad en numerosas personas. Sus consecuencias se alargarán en el tiempo.

Ya el libro del Génesis afirma en su comienzo: «*El Señor Dios se dijo: “No está bien que el hombre esté solo. Voy a hacerle una ayuda adecuada”*» (Gn 2,18). La soledad no es buena para nadie. Es una situación que a todos nos hace sufrir pues va contra nuestra propia naturaleza: el hombre es un ser social. El hombre ha sido creado a imagen y semejanza de Dios y, por ello, necesita vivir unido a los otros, más aún, sentirse acompañado y amado, de sus seres queridos, de Dios.

### ***Acompañando la soledad***

El acompañamiento en el sufrimiento de la soledad no querida tiene dos grandes vertientes: junto al humano y social, nosotros estamos llamados a proporcionar el acompañamiento pastoral. Son muchas las organizaciones sociales, públicas y privadas, que ofrecen diversas formas de acompañamiento a las personas mayores o en situación de soledad, mediante el voluntariado o los diversos recursos asistenciales. La labor de Caritas puede ser muy grande en este sentido.

Proporcionar personas y servicios que acompañen, asistan y cuiden a las personas, puede aliviar la soledad, pero no son suficientes para eliminar su sufrimiento. Su labor es muy importante y necesaria, han de ser promocionadas y valoradas, pero no suelen alcanzar el núcleo del problema.

El sufrimiento de la soledad radica en la falta de sentirse amado, querido, comprendido. Dios nos ha creado por amor y para amar. El hombre sólo puede ser feliz si se siente amado, por los que están con él, pero también por Dios. Todos necesitamos la compañía de alguien que nos quiera, y, más aún, los que están sufriendo la soledad de la vejez o de la incompreensión de los que les rodean.

### ***Soledad humana, compañía de Dios***

En la dura soledad –y el olvido a veces de los suyos– sienten la necesidad de la compañía amiga y querida, incluso –lo cual es mayor amargura– aunque tengan presente la verdad de que Dios está a su lado, les quiere y los acompaña, no los deja abandonados en la soledad, pero no sienten su consuelo y compañía.

Cristo mismo quiso sumergirse en el sufrimiento de la soledad –por puro amor a todos nosotros– para así poder com-padecer a todos sus hermanos que pasan por la soledad y el abandono. Cristo, clavado y suspendido del leño, agonizando y abandonado de los hombres –incluso de sus amigos, de los apóstoles– se sumergió en la más profunda y angustiosa soledad, pero nunca se oscureció el amor del Padre que está en Él: «*A la hora nona, Jesús gritó con voz potente: Elí, Elí, lemá sabaqtaní (es decir: “Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?”)*» (Mt 27,46).

En el supremo momento, Jesús citó expresamente el Salmo 22, en el que, tras el absoluto grito de sufrimiento, viene un canto de incondicional confianza en Dios: «*Tú eres quien me sacó del vientre, me tenías confiado en los pechos de mi madre; desde el seno pasé a tus manos, desde el vientre materno tú eres mi Dios. No te quedes lejos, que el peligro está*

*cerca y nadie me socorre. Pero tú, Señor, no te quedes lejos; fuerza mía, ven corriendo a ayudarme. Contaré tu fama a mis hermanos, en medio de la asamblea te alabaré. Los que teméis al Señor, alabadlo; linaje de Jacob, glorificadlo; temedlo, linaje de Israel; porque no ha sentido desprecio ni repugnancia hacia el pobre desgraciado; no le ha escondido su rostro: cuando pidió auxilio, lo escuchó. Él es mi alabanza en la gran asamblea» (Sal 22,10-12.20.23-26).*

El Hijo de Dios quiso participar de nuestra soledad humana, entregarse al dolor y al abandono de los suyos para, en ese amor que no tiene medida, liberarnos de lo que nos amenaza: el dolor, la enfermedad, la soledad, el sufrimiento, la muerte. Mirando a Cristo, vemos también en Él el amor de Dios, el amor del Padre que nos acompaña y que nunca nos deja solos ni nos abandona.

### ***Compañía consoladora de Dios***

También nosotros, en la soledad y abandono de los hombres, estamos llamados a sentir la presencia vital, consoladora y vivificante de Dios. Podemos estar solos, pero nunca nos abandona Dios, nunca estaremos solos de Dios. De ahí que sea tan importante, en nuestra labor de acompañamiento pastoral, reforzar en el que sufre la vivencia de la reconfortante y consoladora compañía de Dios.

Tenemos muchos hermanos nuestros que experimentan, a la vez, esa soledad humana y esa compañía divina. El Cardenal Antonio Cañizares cuenta una historia muy aleccionadora:

*«Me quedó esto muy claro en la siguiente anécdota: Era Arzobispo de Granada y visitaba en visita pastoral el pueblo más alto de España, en las Alpujarras granadinas de su Sierra Nevada Trevélez, como tengo por costumbre en mis visitas pastorales de visitar a los enfermos y a los que sufren una mayor soledad, fui a visitar a una ancianica en la parte más alta de Trevélez. Era viuda, de más de ochenta años, no tenía hijos, ni sobrinos ni nadie con ella; vivía en una vivienda con un sola habitación donde cabía la mesa, la cama, tres sillas, un hornillo de gas, el baño de dos por dos estaba fuera en la calle, con una luz tenue de 25 vatios, sobre la mesa un rosario y unas estampas de la Virgen de las Angustias y un Cristo; cuando entré le dije: “¡qué solica que está usted!”, y dándome una gran lección, me repuso, con la sonrisa en los labios y ojos de alegría: “Solica sí, pero no de Dios”, señalándome las dos estampas y el rosario. ¡Qué bien había comprendido esta ancianica la verdad de que Dios no nos deja solos, que está con nosotros y nos acompaña en la soledad; aquella bonísima mujer que tenía a Dios con ella y vivía de Dios y le invocaba con la oración no se sentía sola, sino acompañada por Dios y le hablaba y le rezaba. Esta es la verdad de Dios y del hombre: lo ama y no lo deja solo, en la soledad sentimos su compañía y su consuelo al invocarle» (Antonio Cañizares, Carta a los Enfermos 2020).*

Al acompañar a nuestros hermanos que están solos, ancianos y enfermos, estamos llamados a hacerles presente no sólo nuestra compañía tierna y cordial –invirtiendo mucho tiempo y esfuerzo para aliviarlos y que se sientan comprendidos y queridos–, sino también a que vean a través de nosotros, de nuestra compañía y afecto, que Dios los quiere, que no están solos –ni de nosotros ni de Dios– y así se sientan reconfortados con la alegría de Dios, que no quiere el sufrimiento ni la soledad.

### 3. Cuestiones para reflexionar

1. Muchas personas cercanas a nosotros están sufriendo la soledad ¿cómo nos podemos acercar a ellas para acompañarlas? ¿Qué dificultades tenemos para realizar este acompañamiento?
2. ¿Somos conscientes de que el acompañamiento pastoral es igualmente necesario para la persona que sufre la soledad, que el acompañamiento humano y social?
3. ¿Qué podemos hacer para que nuestros hermanos que sufren la soledad se puedan encontrar con Cristo que siempre les está acompañando y que nunca les abandona?

### 4. Para orar

#### En la soledad de Cristo

¡Oh, Cristo!,  
que clavado en la Cruz  
sufriste el abandono  
de tus amigos, de tus discípulos,  
de los que tanto tiempo  
acompañaste tú por los caminos.

¡Oh, Cristo!,  
que en tu soledad  
incluso te sentiste abandonado  
por lo que más quieres,  
por quien lo es todo para ti,  
por tu Padre, por tu Dios.

¡Oh, Cristo!,  
que en tu sufrimiento  
te sentiste acompañado  
por quienes más amabas  
en este mundo lleno de dolor:  
por tu madre, por tu discípulo amado.

¡Oh, Cristo!,  
que clavado en la Cruz

siempre confiaste en tu Padre,  
ayúdanos a llevar tu confianza  
a nuestros hermanos que sufren  
en la soledad de sus cruces.

¡Oh, Cristo!,  
que bien conoces nuestras cruces:  
déjanos que te acompañemos,  
con María y tus seres queridos,  
a quien, como tú,  
se siente solo y abandonado.  
Amén.

## VIII En la edad avanzada

### 1. Texto bíblico

#### **Cántico del justo: Sal 92,2-6,13-16**

*Es bueno dar gracias al Señor  
y tocar para tu nombre, oh Altísimo;  
proclamar por la mañana tu misericordia  
y de noche tu fidelidad,  
con arpas de diez cuerdas y laúdes,  
sobre arpegios de cítaras.  
Tus acciones, Señor, son mi alegría,  
y mi júbilo, las obras de tus manos.  
¡Qué magníficas son tus obras, Señor,  
qué profundos tus designios!  
El justo crecerá como una palmera,  
se alzará como un cedro del Líbano:  
plantado en la casa del Señor,  
crecerá en los atrios de nuestro Dios;  
en la vejez seguirá dando fruto  
y estará lozano y frondoso,  
para proclamar que el Señor es justo,  
mi Roca, en quien no existe la maldad.*

### 2. Reflexión pastoral

#### **La ancianidad**

Nuestra vida mortal es un camino que recorreremos en este mundo desde nuestra concepción y nacimiento, hasta concluir con el paso a la Casa del Padre. Camino que, si no se trunca antes, puede llegar a ser muy largo. En el andar de nuestra vida, pasamos por diversas épocas y momentos, cada cual con sus afanes y dificultades, con sus gozos y sufrimientos. Marcado muchas veces por la enfermedad y por el progresivo debilitamiento de nuestras facultades, de nuestra salud.

En este caminar, se llega a la edad propecta, cuando al cabo de los muchos años, el cuerpo, por el natural envejecimiento orgánico, va entrando en la última etapa de la vida. La persona va tomando conciencia de que el mundo que lo rodea, y él mismo, están cambiando ostensiblemente. Van apareciendo las limitaciones físicas, psíquicas y sociales. Y llegará un momento en que la persona se volverá dependiente de los demás. De uno mismo depende adaptarse a estas circunstancias cambiantes y aceptar el momento en que nos toca vivir.

Esta aceptación y adaptación se han de construir a lo largo de los muchos años que preceden a la senescencia, desde la juventud, durante la madurez. Este tiempo es el fruto de nuestra preparación anterior, tanto física como mental y espiritual. De nosotros depende, en parte, cómo vivimos este tiempo.

El decaimiento de nuestro cuerpo, la aparición de las enfermedades degenerativas son lastres que nos limitan físicamente. Las pérdidas en todos los órdenes nos anuncian que la muerte se aproxima inexorablemente. Pero hemos de superar esa percepción negativa. La Medicina viene en nuestra ayuda de tal modo que vivimos en un mundo en el que hemos pasado de «*dar años a la vida, a dar vida a los años*» (OMS). La sociedad está dotando de numerosos recursos sanitarios, sociales y económicos, para aumentar el bienestar de los mayores, colaborando en su envejecimiento saludable.

La etapa final suele estar marcada por la dependencia. La persona mayor necesita ya la ayuda de los demás para las actividades básicas de la vida, en sus diversos grados. Aparece el confinamiento en su domicilio o en el centro socio-sanitario. Las demencias, como la enfermedad de Alzheimer, cada vez son más frecuentes en los ancianos dependientes.

El confinamiento domiciliario puede deberse a numerosos factores: por la demencia o el Alzheimer, las barreras físicas que impiden la comunicación social (pensemos en los numerosos ancianos que viven en pisos sin ascensor...), por vivir solos, el retraimiento ante una sociedad que les es extraña, porque sus familiares no les dejan salir de casa por precaución... Se abre con todo ello una gran fuente de sufrimiento, tanto para el que lo padece, como para quienes lo cuidan.

A medida que el cuerpo se debilita, el espíritu necesita fortalecerse. Cuando la vida exterior queda cada vez más limitada, la vida interior pide ser desarrollada. No nos podemos quedar en las capacidades que van desapareciendo, sino en las que poseemos, y aunque el cuerpo se derrumbe, el espíritu siempre está vivo.

Es el gran momento de la vida espiritual, de la búsqueda del sentido de la vida personal y comunitaria, de la búsqueda de Dios. Ante las últimas etapas de la vida y la cercanía de la muerte, se abre un período vital que invita a adentrarse en las cuestiones más importantes de la vida: en las últimas preguntas. La apertura a la trascendencia sana la conclusión de la inmanencia; lo que esperamos en el otro mundo, da sentido a lo que vivimos en este mundo. La fe da sentido a nuestra vida.

La ancianidad no ha de ser necesariamente causa de sufrimiento, sino un período gozoso de nuestra existencia, vivido en la compañía de nuestros seres queridos. Pero, a veces, no es así y surge la angustia y la infelicidad.

El sufrimiento, en la última etapa vital, viene no sólo por las enfermedades y dolencias orgánicas, sino también por el miedo a nuestro decaimiento y degradación, a la demencia y al Alzheimer. En último término, a la muerte: «*también participó Jesús de nuestra carne y sangre, para aniquilar mediante la muerte al señor de la muerte, es decir, al diablo, y liberar a cuantos, por miedo a la muerte, pasaban la vida entera como esclavos*» (Hb 2,14-15).

El acompañamiento a nuestros hermanos que sufren por ser ancianos, especialmente los dependientes, ha de trabajar, así pues, tres momentos: la aceptación de la debilidad, la apertura a la trascendencia y el desarrollo de la vida espiritual y su relación con Dios.

### ***Aceptación de la debilidad***

El mayor necesita reconciliarse con su situación vital; aceptar, de buen grado, el declinar de la vida y las características propias de la ancianidad, mirando no sólo aquello que está perdiendo o que ya no tiene, sino desarrollando las capacidades de las que aún está dotado. La memoria irá fallando, pero la experiencia se va acrecentando. El vigor físico irá disminuyendo, la paciencia aumentando.

Esta aceptación es el fruto de la madurez que haya adquirido con anterioridad para asumir esta etapa vital. Nuestra felicidad depende, en buen grado, de nuestra preparación anterior.

La Escritura es testigo de esta madurez, de esta sabiduría que da la experiencia de la vida: *«¡Qué bien sienta el juicio a los cabellos blancos, y a los ancianos el consejo! ¡Qué bien sienta la sabiduría en los ancianos, y en los nobles la reflexión y el consejo! La rica experiencia es la corona del anciano, y su gloria el temor del Señor»* (Sab 25,4-6). *«De los ancianos, el saber; de la longevidad, la inteligencia»* (Job 12,12). *«La gloria de los jóvenes es su vigor; el ornato de los ancianos, los cabellos blancos»* (Prov 20,29). *«Hijo, desde tu juventud ponte a aprender, y hasta encanecer hallarás sabiduría»* (Sab 6,18).

La falta de aceptación, la deficiente disposición para este momento, es una constante fuente de sufrimiento. Si antes no ha habido preparación, aún es el tiempo de la reconciliación y de la aceptación. Ayudémosles con nuestra cercanía y afecto, insistiendo en todas las buenas cualidades que poseen para que las desarrollen en bien suyo y de los que los cuidan.

### ***Apertura a la trascendencia***

En el otoño de la vida, cuando este primer mundo entra en el ocaso, quiere abrirse paso al horizonte de la eternidad. Muy frecuentemente, la vida ha estado dominada por los afanes de este mundo, por los mil problemas y contrariedades del tiempo presente, por los trabajos y fatigas con que los hemos afrontado. Ahora se abre con un ímpetu nuevo la dimensión trascendente.

Es el momento de reconciliarse con su historia personal, de autoperdonarse sus muchos errores y equivocaciones, de dar el justo sentido a este mundo. De sentir el perdón infinito y misericordioso de nuestro Dios, que *«es rico en piedad y leal»* (Sal 86,15). De sentirse profundamente amado por nuestro Dios que es Amor. De tomar conciencia de la inmediatez de esa vida eterna a la que Dios nos está llamando.

El objeto de este momento no es la muerte, sino la vida; no la muerte material, sino la vida eterna. El foco de la cuestión ha de pasar de lo objetivo e inmanente a lo esperado y trascendente. La fe y la esperanza son los fundamentos de la eternidad: *«La fe es fundamento de lo que se espera, y garantía de lo que no se ve»* (Hb 11,1). Esa fe que nos atestigua *«que tanto amó Dios al mundo, que entregó a su Unigénito, para que todo el que cree en él no perezca, sino que tenga vida eterna. Porque Dios no envió a su Hijo al mundo para juzgar al mundo, sino para que el mundo se salve por él»* (Jn 3,16-17).

### ***Desarrollo de la vida espiritual y su relación con Dios***

La trascendencia se tiene que trabajar mediante el desarrollo de la vida espiritual. En el declinar de la vida, los valores humanos cambian poderosamente. Desaparecen vanas ilusiones y proyectos. Se va tomando conciencia de la precariedad y finitud de lo que nos rodea. La dependencia es un poderoso recordatorio de que se está en la antesala del fin. Es

un momento propicio para intensificar nuestra vida interior. El tiempo, ese bien que antes era tan escaso o mal empleado, es ahora muy abundante.

Nuestro propio ser nos invita a dedicarlo a estar con Dios, a contemplarlo, a orar. Aunque la tentación de malgastarlo en vaciedades o en no hacer nada, sigue siendo muy potente. Dios viene a nuestro encuentro para llenar nuestro corazón de su amor. Está llamando a la puerta, está deseando que le abramos. Es el gran momento de la persona orante, de vivir intensamente nuestra relación con ese Dios que está siempre con nosotros.

### ***Acompañamiento pastoral***

El acompañamiento en estos momentos, debe tener como objetivo intensificar la vida espiritual, dando relevancia a la oración personal y a la participación en los sacramentos, así como en la Eucaristía.

La vida de oración, en sus múltiples y diversas formas, nos religa con ese Dios bueno, tierno y compasivo, que siempre nos está acompañando y cuidando con su amor que sobrepasa toda medida y que quiere que creamos y confiemos en él. Es importante insistir en el desarrollo de esta vida orante como antídoto contra la soledad y el sufrimiento de la ancianidad, como excelente medio para aumentar nuestra débil fe y acrecentar nuestra esperanza en la vida eterna a la que nos está llamando.

El sacramento de la reconciliación permite limpiarnos de tantas manchas y errores que acumulamos, así como de sentir el infinito perdón misericordioso de nuestro Dios. También ayuda a reconciliarnos con nosotros mismos, derramando sobre nuestros corazones lastimados el dulce bálsamo de su misericordiosa compasión.

La Santa Unción, tiene también un gran valor en la ancianidad pues, *«el hombre necesita de una especial gracia de Dios, para que, dominado por la angustia, no desfallezca su ánimo, y sometido a la prueba, no se debilite su fe. Por eso Cristo fortalece a sus fieles enfermos con el sacramento de la Unción fortaleciéndolos con una firmísima protección. Puede darse la Santa Unción a los ancianos, cuyas fuerzas se debilitan seriamente, aun cuando no padezcan una enfermedad grave»* (Ritual de la Unción y Pastoral de los Enfermos 4.11).

Los fieles ancianos suelen tener una especial predilección por la participación en la santa Misa, tanto presencialmente como participando de la misma por los medios de comunicación. Debe insistirse en esta dimensión que vincula al anciano con la comunidad eclesial y con Dios, del mismo modo que en la recepción del Sacramento Eucarístico, alimento que nos fortalece contra el desánimo y el sufrimiento. El acompañamiento pastoral hará bien con tener siempre muy presente esa doble dimensión de la Eucaristía.

Para los ancianos que tienen dificultades para salir de sus domicilios, es importante garantizar su acompañamiento pastoral, en el que se debe abundar en las visitas domiciliarias, a ser posible semanales, sin olvidar el contacto telefónico o los nuevos medios de comunicación personal, que se están implantando pastoralmente en diversos lugares, con excelente resultado. Estas visitas regulares y personales permitirán realizar un acompañamiento que se puede extender durante muchos años, con excelente fruto tanto para el mayor que es visitado, como para sus cuidadores y familiares, así como para el propio agente pastoral que realiza esta hermosa misión.

### 3. Cuestiones para reflexionar

1. ¿Qué dificultades encontramos para que el acompañamiento pastoral llegue a las personas mayores que viven recluidas en su domicilio?
2. En nuestro acompañamiento pastoral ¿qué recursos ofrecemos para intensificar la vida espiritual de nuestros ancianos y dependientes?
3. ¿Qué podemos hacer nosotros para mejorar el acompañamiento a las personas que sufren por ser muy mayores o dependientes?

### 4. Para orar

**¡Señor, nuestro Dios, cuida de nuestros mayores!**

¡Señor, nuestro Dios!,  
hay tantos mayores  
que sufren la soledad,  
el abandono de sus seres queridos,  
el dolor de la enfermedad,  
la angustia ante la muerte...

¡Señor, nuestro Dios!,  
hay tantos dependientes  
que viven encerrados en sus casas,  
confinados en sus domicilios,  
sin nadie que les visite,  
sin una mano amiga que los acaricie...

¡Señor, nuestro Dios!,  
hay tantos ancianos  
de los que no se acuerda nadie,  
que no son visitados ni acompañados,  
cuyos lamentos llegan hasta ti,  
cuyo dolor y amargura sólo tú conoces...

¡Señor, nuestro Dios!,  
hay tantos hijos tuyos

que necesitan ser acompañados,  
ser escuchados y comprendidos,  
oír palabras de aliento y consuelo,  
sentirse amados y queridos...

¡Señor, nuestro Dios!,  
envíanos a nuestros mayores  
para que les llevemos con cariño  
tu mensaje eterno de amor,  
la firme confianza en ti,  
la esperanza que no defrauda.

¡Señor, nuestro Dios,  
cuida de nuestros mayores!  
Amén.

## IX En los cuidadores de familiares dependientes

### 1. Texto bíblico

#### **Deberes para con los padres. Eclesiástico 3,1-16:**

*Hijos, escuchad a vuestro padre,  
hacedlo así y viviréis.  
Porque el Señor honra más al padre que a los hijos  
y afirma el derecho de la madre sobre ellos.  
Quien honra a su padre expía sus pecados,  
y quien respeta a su madre es como quien acumula tesoros.  
Quien honra a su padre se alegrará de sus hijos  
y cuando rece, será escuchado.  
Quien respeta a su padre tendrá larga vida,  
y quien honra a su madre obedece al Señor.  
Quien teme al Señor honrará a su padre  
y servirá a sus padres como si fueran sus amos.  
Honra a tu padre de palabra y obra,  
para que su bendición llegue hasta ti.  
Porque la bendición del padre asegura la casa de sus hijos,  
y la maldición de la madre arranca los cimientos.  
No te gloríes en la deshonra de tu padre,  
pues su deshonra no es para ti motivo de gloria.  
Porque la gloria de un hombre es la honra de su padre,  
y una madre deshonrada es la vergüenza de los hijos.  
Hijo, cuida de tu padre en su vejez  
y durante su vida no le causes tristeza.  
Aunque pierda el juicio, sé indulgente con él  
y no lo desprecies aun estando tú en pleno vigor.  
Porque la compasión hacia el padre no será olvidada  
y te servirá para reparar tus pecados.  
En la tribulación el Señor se acordará de ti,  
como el hielo ante el calor así se diluirán tus pecados.  
Quien abandona a su padre es un blasfemo,  
y un maldito del Señor quien irrita a su madre.*

## 2. Reflexión pastoral

### *Los cuidadores familiares*

Con el aumento de la esperanza de vida, las enfermedades degenerativas adquieren un mayor protagonismo, así como las consecuencias de los accidentes vasculares cerebrales. Las demencias adquiridas, como en la enfermedad de Alzheimer, son cada vez más frecuentes. Por ello, va creciendo progresivamente el número de personas, especialmente de edad avanzada, que son cuidadas en sus domicilios por sus familiares.

Cuidar de los seres queridos en situación de dependencia puede ser una de las experiencias más bonitas y enriquecedoras que existen, pues llena nuestro corazón de un profundo bienestar por el hecho de cuidar, atender y desvelarnos por otra persona a la que amamos. Es la satisfacción que nos trae la compasión.

Pero también puede ser una experiencia dura y de sacrificio que, en ocasiones, puede llevar al cuidador a sufrir un gran desgaste emocional, llegando incluso al estado de agotamiento físico, mental y social, a un momento de profundo sufrimiento. A este intenso síndrome se le conoce como el *“cuidador quemado”*.

Cuando acompañamos a las personas mayores que van entrando en la dependencia, no podemos olvidar de acompañar también a sus cuidadores. Recordemos siempre que un principio fundamental en la atención a las personas mayores dependientes es el de *“cuidar al cuidador”*.

Para nosotros, es de especial relevancia prestar la adecuada atención a estos cuidadores familiares de las personas mayores dependientes en sus hogares. Forman parte del grupo de cuidadores conocidos por el término *“cuidador informal”* que son aquellas personas que dedican gran parte de su tiempo y esfuerzo para conseguir que la persona mayor dependiente pueda desenvolverse en su vida diaria, ayudándole a adaptarse a las limitaciones que su dependencia le impone. En general, suelen ser familiares, pero también pueden ser amigos o vecinos.

Es muy importante tener presente que el cuidador asiste y protege a la persona cuidada por amor, con gran afecto y cariño. Es un acto profundamente altruista y benevolente, de forma continua y permanente, que se prolonga durante muchos años. Normalmente, cada mayor dependiente es cuidado únicamente por uno o dos cuidadores principales. Este le ayuda a permanecer en su entorno familiar, habitual y social, a la vez que evita o retrasa su institucionalización, favoreciendo que permanezca en su propio hogar. También participa en la toma de decisiones de la vida de la persona mayor dependiente, asumiendo su representación cuando ya no puede responsabilizarse por sí mismo.

Cada cuidador familiar es único por las diferentes condiciones que rodean el cuidado en función de: a quién se cuida, por qué se cuida, la relación afectiva previa con la persona cuidada, la causa y el grado de dependencia, el apoyo formal e informal recibido, las exigencias que se marque el cuidador, etc. Los cuidados prestados a las personas mayores dependientes por la familia constituyen la red de apoyo más importante y mejor valorada por ellas mismas y por la sociedad.

La función del cuidador no es siempre la misma, porque los problemas de la persona mayor dependiente a la que atiende son progresivos y complejos. La intensidad, la complejidad y la duración de los cuidados son factores determinantes a la hora de establecer

las actividades del cuidado y en la valoración de su repercusión en el cuidador, que tendrá que enfrentarse, además, a la incertidumbre sobre la situación de los cuidados a largo plazo.

Ser cuidador implica responsabilizarse de todos los aspectos de la vida del enfermo, así como tener que afrontar la sobrecarga física y emocional que supone la dedicación continuada a su cuidado y enfrentarse a la pérdida paulatina de su autonomía, teniendo que compaginar los cuidados con el mantenimiento de sus relaciones en el entorno familiar, laboral y social, ocio, etc.

El cuidador presenta tres graves riesgos que hay que atender y prevenir:

- La soledad. Aparece frecuentemente porque el cuidado del dependiente tiende a aislar, al cuidador, de sus amistades y contactos sociales.
- El síndrome del *“cuidador quemado”*. De gran importancia, porque produce un gran hundimiento psíquico y físico del cuidador, con graves consecuencias de todo orden para él y para quien es cuidado.
- La imagen del *“sanador herido”*. Ese momento en el que confrontamos nuestra propia vida con la vida de la persona que estamos acompañando, que nos hace reconocer nuestras propias limitaciones y vulnerabilidad.

### ***Acompañamiento a los cuidadores familiares***

Cuidar a un familiar dependiente es una de las experiencias más dignas, esforzadas y merecedoras de reconocimiento por parte de la Iglesia y de la sociedad. Cuando se cuida a un familiar dependiente, también se está cuidando en él a Cristo necesitado, enfermo, anciano, dependiente, pudiendo llegar a cumplirse de modo admirable la totalidad de las obras de misericordia corporales y espirituales. Recordemos el Juicio según san Mateo (Mt 25, 34-40):

*«Venid vosotros, benditos de mi Padre; heredad el reino preparado para vosotros desde la creación del mundo. Porque tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y me disteis de beber, fui forastero y me hospedasteis, estuve desnudo y me vestisteis, enfermo y me visitasteis, en la cárcel y vinisteis a verme.*

*Entonces los justos le contestarán: “Señor, ¿cuándo te vimos con hambre y te alimentamos, o con sed y te dimos de beber?; ¿cuándo te vimos forastero y te hospedamos, o desnudo y te vestimos?; ¿cuándo te vimos enfermo o en la cárcel y fuimos a verte?”.*

*Y el rey les dirá: “En verdad os digo que cada vez que lo hicisteis con uno de estos, mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis”.*».

Cuidar a nuestros familiares dependientes es una grave obligación moral. La Escritura insiste en ello en numerosos pasajes. Recordemos el cuarto mandamiento de la Ley: *«Honra a tu padre y a tu madre, para que se prolonguen tus días en la tierra, que el Señor, tu Dios, te va a dar»* (Ex 20,12), o también *«Honra a tu padre y a tu madre, como te lo ha ordenado el Señor, tu Dios; vivirás largos años y serás feliz en la tierra que te da el Señor, tu Dios»* (Dt 5,16). Como dice el Catecismo: *«Dios quiso que, después de Él, honrásemos a nuestros padres, a los que debemos la vida y que nos han transmitido el conocimiento de Dios»* (CEC 2197). En efecto: *«Respetad a vuestros padres y guardad mis sábados: yo, el Señor, vuestro Dios»* (Lev 19,3).

Cuidar a los familiares ancianos, dependientes y demenciados, trae de Dios incluso el perdón de los pecados. Es muy hermoso el texto del Eclesiastés con el que hemos comenzado el presente tema:

*«Hijo, cuida de tu padre en su vejez  
y durante su vida no le causes tristeza.  
Aunque pierda el juicio, sé indulgente con él  
y no lo desprecies aun estando tú en pleno vigor.  
Porque la compasión hacia el padre no será olvidada  
y te servirá para reparar tus pecados.  
En la tribulación el Señor se acordará de ti,  
como el hielo ante el calor así se diluirán tus pecados.  
Quien abandona a su padre es un blasfemo,  
y un maldito del Señor quien irrita a su madre».*

Aun siendo una acción digna de encomio, e incluso alcanzando algunas veces el grado de heroicidad –por la gran carga de esfuerzo y sacrificio que comporta–, sin embargo, no suelen recibir la ayuda y el apoyo que en justicia merecerían.

Lamentablemente, no existe aún la cultura en nuestros ambientes de la necesidad que tienen nuestros cuidadores informales de ser acompañados, tanto humana como espiritualmente. Si el acompañamiento pastoral a nuestros mayores dependientes domiciliados es, en general, bastante deficiente, pues queda habitualmente reducido a una breve visita de algún agente pastoral alguna vez a la semana o al mes –en caso de que se reciba tal visita, pues hay muchos fieles cristianos que no son visitados nunca en sus domicilios, por diferentes causas–, el acompañamiento a los que los cuidan es aún más escaso.

Los cuidadores necesitan sentirse acompañados en el sufrimiento, angustia y agotamiento que producen el continuo cuidado de una persona mayor dependiente. No es suficiente la genérica valoración positiva que reciben, sino que necesitan un apoyo real y efectivo.

La soledad del cuidador se agrava por la pérdida de las relaciones familiares, sociales y de amistades, al encontrarse continuamente condicionado por la atención al dependiente. El acompañamiento pastoral también tiene como objeto hacer presente al cuidador que no se encuentra solo en su entrega y sacrificio, sino que está siendo acompañado por la Iglesia.

En este sentido, las parroquias, y otras instituciones religiosas, tienen un gran campo de actuación por descubrir y trabajar.

Este acompañamiento debe ser realizado en primera instancia por los agentes pastorales que realizan la visita al mayor domiciliado, no reduciendo su interés pastoral al mayor dependiente, sino preocupándose también por todos aquellos que lo están cuidando, pues de la salud corporal y espiritual de los cuidadores, dependerá la salud corporal y espiritual de quien es cuidado. Así, el acompañamiento espiritual a los mayores en sus hogares debe abarcar siempre y también a sus cuidadores.

Del mismo modo, los sacerdotes con cura de almas deben tener muy presente su responsabilidad pastoral tanto para con estos mayores domiciliados como para sus cuidadores. Por otra parte, se debería facilitar el acceso a los sacramentos, al consejo espiritual y a alguna actividad eclesial, en los momentos en que el cuidador pueda tener disponibilidad temporal, aunque no coincida con los horarios habituales parroquiales.

También Cáritas tiene una gran labor a desarrollar, pues en su ámbito competencial igualmente debe incluirse la atención material a las necesidades del cuidado y del cuidador, en cuanto estas no sean satisfechas por las vías ordinarias familiares y públicas, pues los mayores dependientes pueden requerir un apoyo económico relevante.

Los cuidadores también pueden requerir otra forma de acompañamiento, de gran valor: el “respiro familiar”, que tiene por finalidad luchar tanto contra la soledad como contra el síndrome del cuidador quemado. Se trata de proveer un voluntariado social cuya labor fuera la de sustituir regularmente al cuidador en su cuidado habitual, para que éste dispusiera de algunas horas a la semana en las que pudiera relajarse y desconectar de la presión asistencial continua en la que vive. Esta actuación caritativo-social es de gran importancia para evitar el temible agotamiento por sobrecarga del cuidador, de graves consecuencias tanto para el cuidador como para el mayor que es cuidado. Voluntariado que podría ser promovido en las parroquias tanto desde Cáritas, como desde las actividades juveniles parroquiales o desde los grupos de pastoral de los enfermos y mayores. Este hermoso acompañamiento pastoral muestra la solicitud de la Iglesia por la salud mental y espiritual de los familiares que están dando su vida por sus mayores.

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. En nuestra labor pastoral, ¿somos conscientes de que los cuidadores de familiares dependientes necesitan también nuestro acompañamiento? ¿Qué hacemos por ellos?
2. Cuando detectamos a un “cuidador quemado” ¿le ofrecemos alguna ayuda que le alivie en sus sufrimientos?
3. ¿Qué podemos hacer para acompañar pastoralmente a los cuidadores de familiares en sus hogares?

### **4. Para orar**

#### **Cuidar al cuidador**

¡Oh, Señor!,  
muchos de nosotros  
hemos sido cuidadores  
de nuestros mayores,  
de nuestros familiares,  
de nuestros seres queridos.

¡Oh, Señor!,  
los hemos cuidado  
con gran cariño y ternura,  
con amor y compasión,

con sufrimiento y dolor,  
con esfuerzo y sacrificio.

¡Oh, Señor!,  
pero también nosotros  
hemos necesitado ser cuidados,  
consolados y animados,  
en nuestra lucha diaria,  
en nuestro vivir sinvivir.

¡Oh, Señor!,  
ayúdanos a acompañar,  
a consolar al que consuela,  
a fortalecer a quien sufre,  
a cuidar a quien ahora cuida,  
a llevar tu amor a quien da su vida por amor.  
Amén.

## X Ante la muerte

### 1. Texto bíblico

#### La resurrección de Lázaro: Jn 11,17-45

*Cuando Jesús llegó, Lázaro llevaba ya cuatro días enterrado. Betania estaba poco de Jerusalén: unos quince estadios; y muchos judíos habían ido a ver a Marta y a María para darles el pésame por su hermano. Cuando Marta se enteró de que llegaba Jesús, salió a su encuentro, mientras María se quedó en casa. Y dijo Marta a Jesús:*

*«Señor, si hubieras estado aquí no habría muerto mi hermano. Pero aún ahora sé que todo lo que pidas a Dios, Dios te lo concederá».*

*Jesús le dijo:*

*«Tu hermano resucitará».*

*Marta respondió:*

*«Sé que resucitará en la resurrección en el último día».*

*Jesús le dijo:*

*«Yo soy la resurrección y la vida: el que cree en mí, aunque haya muerto, vivirá; y el que está vivo y cree en mí, no morirá para siempre. ¿Crees esto?».*

*Ella le contestó:*

*«Sí, Señor: yo creo que tú eres el Cristo, el Hijo de Dios, el que tenía que venir al mundo».*

*Y dicho esto, fue a llamar a su hermana María, diciéndole en voz baja:*

*«El Maestro está ahí y te llama».*

*Apenas lo oyó, se levantó y salió adonde estaba él: porque Jesús no había entrado todavía en la aldea, sino que estaba aún donde Marta lo había encontrado. Los judíos que estaban con ella en casa consolándola, al ver que María se levantaba y salía deprisa, la siguieron, pensando que iba al sepulcro a llorar allí. Cuando llegó María adonde estaba Jesús, al verlo se echó a sus pies diciéndole:*

*«Señor, si hubieras estado aquí no habría muerto mi hermano».*

*Jesús, viéndola llorar a ella y viendo llorar a los judíos que la acompañaban, se conmovió en su espíritu, se estremeció y preguntó:*

*«¿Dónde lo habéis enterrado?».*

*Le contestaron:*

*«Señor, ven a verlo».*

*Jesús se echó a llorar. Los judíos comentaban:*

*«¡Cómo lo quería!».*

*Pero algunos dijeron:*

*«Y uno que le ha abierto los ojos a un ciego, ¿no podía haber impedido que este muriera?».*

*Jesús, conmovido de nuevo en su interior, llegó a la tumba. Era una cavidad cubierta con una losa.*

*Dijo Jesús:*

*«Quitad la losa».*

*Marta, la hermana del muerto, le dijo:*

*«Señor, ya huele mal porque lleva cuatro días».*

*Jesús le replicó:*

*«¿No te he dicho que si crees verás la gloria de Dios?».*

*Entonces quitaron la losa.*

*Jesús, levantando los ojos a lo alto, dijo:*

*«Padre, te doy gracias porque me has escuchado; yo sé que tú me escuchas siempre; pero lo digo por la gente que me rodea, para que crean que tú me has enviado».*

*Y dicho esto, gritó con voz potente:*

*«Lázaro, sal afuera».*

*El muerto salió, los pies y las manos atados con vendas, y la cara envuelta en un sudario.*

*Jesús les dijo:*

*«Desatadlo y dejadlo andar».*

*Y muchos judíos que habían venido a casa de María, al ver lo que había hecho Jesús, creyeron en él.*

## **2. Reflexión pastoral**

### ***Al final de nuestros días***

A todos nos ha de tocar el momento supremo de llegar al final de nuestros días, de enfrentarnos al miedo y la angustia ante lo desconocido, sostenidos únicamente por nuestra esperanza y el apoyo de los que están con nosotros.

A lo largo de nuestra propia vida hemos vivido, numerosas veces, la experiencia de acompañar a alguien que ve cómo se aproxima su fin y ya no puede dejar de mirar la posibilidad de la muerte. La idea de su cercanía se hace muy presente, pero, a menudo, se tiende a no querer asumirla. No es habitual que el moribundo entregue su alma a Dios en la serena confianza del que deposita su vida y su espíritu en sus manos.

La cercanía de la muerte provoca angustia y sufrimiento; a veces rebeldía ante la injusticia en la que se vive la enfermedad, o depresión ante lo inevitable.

La muerte es la única gran certeza que todos los hombres poseemos. Sabemos que todos, antes o después, habremos de dejar este mundo. Comenzamos a morir cuando nacemos, porque ya desde entonces comienzan los procesos fisiológicos del envejecimiento, que se irán acelerando y manifestando progresivamente conforme pasan los años, para llegar, al cabo del tiempo, a la senectud. En ese decurso temporal, pueden aparecer enfermedades y accidentes que interrumpan la existencia humana y precipiten el último acontecimiento.

Algunas veces, la vida humana se extiende a lo largo de numerosos años; otras, aparece relativamente pronto. En ocasiones, la muerte se va anunciando con mucha antelación; otras, acaece súbitamente. Pero siempre sabemos que un día llegará. La muerte es segura, la hora desconocida.

Toda nuestra vida no es sino un caminar hacia el gran acontecimiento final con el que se pone término a nuestra vida en este mundo. De cada uno de nosotros depende que estemos preparados, o no, para este momento; de que hayamos, o no, vivido nuestra vida con la mirada puesta en el instante supremo. A lo largo de nuestra existencia tenemos numerosos eventos en los que se nos recuerda nuestra finitud, especialmente cuando nos enfrentamos ante la muerte, las enfermedades y los accidentes graves de nuestros seres queridos, de nuestros familiares y amigos, de nosotros mismos.

Pero es muy raro que el ser humano esté bien dispuesto para afrontar lo que ciertamente es seguro, más bien suele acaecer demasiado pronto para todos, sin dar tiempo a una adecuada preparación. Por eso es tan importante que todos nos vayamos situando a lo largo de nuestra vida para, cuando nos llegue el momento, poder aceptar serenamente el paso final.

Si, como es lo más frecuente, no nos hemos preparado adecuadamente, difícilmente podremos asumir con paz y sosiego nuestra salida de este mundo, apareciendo el sufrimiento en multitud de sus formas.

### ***Fe y esperanza***

La fe tiene un valor incalculable en esta preparación, en este caminar hacia la Casa del Padre. La fe nos lleva a la esperanza por la que aspiramos al Reino de los Cielos y a la vida eterna como suprema felicidad nuestra, poniendo nuestra confianza en las eternas promesas de Cristo y apoyándonos, no en nuestras fuerzas, sino en la gracia de Dios.

La labor del acompañamiento pastoral tendrá como misión mitigar estos sufrimientos a la vez que iluminar con la esperanza cristiana nuestro paso a la Casa del Padre. Ante la hora de la muerte, la persona recibe numerosas ayudas por parte del personal sanitario, de su familia y de sus amigos. Cada uno tiene su ámbito de actuación que le es propio.

El personal médico y de enfermería, así como el de psicología clínica, tiene la misión de atender con la mejor profesionalidad y trato humano este difícil momento, intentando aliviar mediante los diversos tratamientos y la estancia hospitalaria o la hospitalización a domicilio, los dolores y padecimientos físicos, a la vez que cooperan para aliviar el sufrimiento psíquico. En las últimas etapas, la Medicina Paliativa tiene un decisivo campo de acción. Su labor es esencial en estas circunstancias para facilitar el desenlace en paz y serenidad.

### ***Acompañamiento pastoral***

El acompañante pastoral –sacerdotes, religiosos, personas idóneas o agentes pastorales– tiene la gran misión de acompañar al enfermo, desde su ámbito íntimo espiritual, al religioso, transmitiéndole el consuelo de la fe, la ternura del amor de Dios y la esperanza de la vida eterna. Nunca se puede quedar en la mera dimensión espiritual de la persona, porque el anhelo de trascendencia y de vida, que subyace en todo hombre –creyente o no creyente–, exige el anuncio explícito de la salvación que nos trae Cristo.

Son numerosos los aspectos que tiene este acompañamiento pastoral ante la cercanía de la muerte. Únicamente veremos aquí algunos elementos relevantes de este acompañamiento pastoral.

### ***Revisión de la historia personal***

Ante la cercanía de lo inevitable, surge la hora de la revisión de nuestra vida y de las últimas preguntas que se nos abren ante el miedo a lo desconocido. La perspectiva de nuestra muerte hace ineludible el planteamiento del más allá: ¿qué ocurre después de la muerte?

La enfermedad o el accidente grave que conduce a la muerte sitúa a la persona frente a su propia vida, relejendo los diferentes momentos y actitudes de la misma. Se siente la necesidad de hablar de la vida pasada y el deseo de ser reconocido en lo mejor de uno mismo. Para afrontar la muerte, en las mejores condiciones posibles, es necesario tener una idea suficientemente positiva de la propia existencia. Se acepta más fácilmente llegar al término de la vida cuando se piensa que el balance ha sido positivo, cuando se tiene el sentimiento de que se ha vivido plena e intensamente.

El final de la vida provoca el deseo de conseguir lo que se considera como verdadero y precioso, pero este deseo puede crear una sensación de incapacidad para alcanzarlo y, en consecuencia, puede suscitar sentimientos de amargura, cólera y ausencia total de sentido, en un gran sufrimiento espiritual.

Una vez aceptada la experiencia de la muerte, se puede conseguir una cierta paz, incluso llegar a darle un sentido, situando a la persona ante el sentido de su propia historia personal. Se cuestiona su finalidad para intentar encontrar un sentido al sufrimiento en un intento de comprensión de su vida, una relación entre el principio y el final, una utilidad. Así la persona intenta encontrar una unidad y busca identificar y ratificar las decisiones y las orientaciones fundamentales que han guiado su vida. Es esta ratificación lo que da sentido a la vida y seguridad ante la muerte.

### ***Perdón y reconciliación***

En estos momentos, puede aparecer un sentimiento de culpabilidad por los errores y equivocaciones de su historia pasada, de aquello que han olvidado hacer, lo que no han terminado, lo que han hecho mal. El acompañante debe ayudar al enfermo a no limitar la relectura de su vida a su lado negativo y a descubrir que somos y valemos más de lo que hacemos. También es labor del acompañante ayudarle a volver a dar un sentido positivo a las cosas que ha realizado y, especialmente, a lo que él es.

Así pues, el acompañamiento tiene la tarea de llevar al perdón y a la reconciliación consigo mismo del que sufre, con todo aquello que le atormenta de su vida pasada y que le gustaría que nunca hubiera ocurrido. A veces, esto puede requerir un gran apoyo y compasión por nuestra parte. Nada de lo que le hace sufrir es vano o fútil, para él tiene una gran importancia, por lo que habremos de actuar siempre con una exquisita prudencia y consolación, sanando el recuerdo de sus errores pasados.

Ese perdonarse a sí mismo facilitará la aceptación de su historia personal, con sus luces y sombras, así como la posibilidad de reconciliarse con Dios y con los demás. Para afrontar la muerte de manera tranquila y serena es necesario perdonar y ser perdonado. El sacramento de la reconciliación llena el corazón del que sufre con el bálsamo del perdón divino, con la tierna misericordia de «*nuestro Dios que es rico en perdón*» (Is 55,7). En la relectura de la vida,

algunas personas expresarán el deseo de vivir una confesión general, del perdón absoluto y misericordioso de Dios que es amor. Por ello, hemos de propiciar este encuentro que trae *«la paz y la tranquilidad a la conciencia, a las que acompaña un profundo consuelo espiritual»* (CEC 1468).

La búsqueda del perdón es esencial para llegar a la reconciliación en el seno de las familias, con los seres queridos y con uno mismo. Esto también facilitará la despedida de los que se quedan en este mundo.

Ayudar a los enfermos confrontarse a la realidad, reconciliarse con Dios y con los otros, y despedirse –es decir, ser ellos mismos– es uno de los desafíos continuos de los acompañantes.

### ***Agradecimiento***

El reconocimiento personal hace que el enfermo se sienta alguien. En la medida de lo posible, hay que conducirlo hacia recuerdos agradables y gratificantes que iluminen su existencia y que muestren todo el valor que tiene su vida y el gran bien que ha hecho para sí mismo y para los que le rodean, para sus seres queridos, para la sociedad.

Pero, a ser posible, hemos de ir más allá. Es misión nuestra llevar al que sufre a reconocer todo lo bueno que ha habido en su vida, situándolo en el agradecimiento a Dios por todo lo que le ha regalado a lo largo de sus muchos o pocos años, por todos los dones y gracias con que el Señor lo ha llenado, por todo el bien que ha hecho y por todo amor con que Él ha llenado su corazón.

### ***Apertura a la trascendencia***

En muchas personas, es un momento oportuno para la apertura a la trascendencia. Este acontecimiento vital se suele experimentar con dolor y sufrimiento en la mayor parte de las personas. Pero, con los ojos de la fe, la muerte no se puede reducir a una simple vida biológica que se agota, una biografía que se concluye, sino, al contrario, se trata en realidad de un nuevo nacimiento, de una existencia renovada ofrecida por Cristo, el Resucitado, a todo aquél que no se ha opuesto voluntariamente al amor de Dios.

Desde la fe vemos cómo la muerte nos obliga a concluir una etapa de nuestra vida, pero también es una puerta que se abre para llevarnos a otro mundo, más allá del tiempo, a la vida plena y definitiva que Dios nos quiere regalar.

Pero nuestra cultura actual se encuentra muy lejos de asumir con lucidez la realidad de la muerte, se nos plantea a todos, y en especial para la Iglesia, el urgente desafío de llevar la esperanza, en la serena confianza de la vida eterna a la que el Señor nos llama.

Jesús mismo insiste en la dimensión trascendente de la vida humana puesto que *«Dios no es un Dios de muertos sino de vivos»* (Mt 22,33). El Señor de la vida está presente al lado del enfermo como quien vive y da la vida, pues él mismo dijo: *«Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia»* (Jn 10,10), *«Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque muera, vivirá»* (Jn 11,25) y *«Yo lo resucitaré el último día»* (Jn 6,54).

### ***Acompañamiento sacramental***

El acompañamiento pastoral también debe llevar a fortalecer esta fe mediante el alimento de la Eucaristía, *«fuente y culmen de toda la vida cristiana»* (SC 47) y, llegado el momento final, en forma de Viático: *«en el tránsito de esta vida, el fiel, robustecido con el*

*Viático del Cuerpo y Sangre de Cristo, se ve protegido por la garantía de la resurrección, según las palabras del Señor: “El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna y yo lo resucitaré en el último día” (Jn 6,54)» (Ritual de la Unción y de la Pastoral de Enfermos, 26).*

Recordar también el valor de la Santa Unción, don del Espíritu Santo que produce «una gracia de consuelo, de paz y de ánimo para vencer las dificultades propias del estado de enfermedad grave o de la fragilidad de la vejez (...) renueva la confianza y la fe en Dios y fortalece contra las tentaciones del maligno, especialmente tentación de desaliento y de angustia ante la muerte» (CEC 1520).

Desde la perspectiva de la fe, la muerte no es sólo el final de la vida material sino el comienzo de una nueva vida, sin fin. Como muy bien dice la Liturgia de la Iglesia: «Cristo, Señor nuestro. En él brilla la esperanza de nuestra feliz resurrección; y así, aunque la certeza de morir nos entristece, nos consuela la promesa de la futura inmortalidad. Porque la vida de tus fieles, Señor, no termina, se transforma, y, al deshacerse nuestra morada terrenal, adquirimos una mansión eterna en el cielo» (Misal Romano, Prefacio I de Difuntos).

Sin embargo, esta esperanza no evita que la muerte sea una ruptura dolorosa, que necesita y merece ser acompañada.

### **3. Cuestiones para reflexionar**

1. La reconciliación del enfermo consigo mismo, con Dios y con el prójimo es un elemento importante para prepararnos ante el supremo momento, ¿cómo colaboramos para que el perdón y la reconciliación llenen de consuelo y de paz el corazón de nuestro hermano que sufre ante la perspectiva de su muerte?
2. Ante la proximidad de la muerte ¿abrimos el corazón de nuestro hermano a que descansa confiado en la esperanza del infinito amor de Dios y de la vida eterna a la que nos llama, o nos limitamos al puro acompañamiento humano?
3. En nuestro acompañamiento pastoral, además de nuestra compañía afectuosa, escucha empática y palabra oportuna, ¿ayudamos a que la persona que se aproxima a su fin terrenal sea confortada y auxiliada con la gracia divina que nos traen los sacramentos? ¿Cómo lo hacemos?

### **4. Para orar**

#### **Alma de Cristo**

Alma de Cristo santifícame.

Cuerpo de Cristo, sálvame.

Sangre de Cristo, embriágame.

Agua del costado de Cristo, lávame.

Pasión de Cristo, confórtame.

Oh, buen Jesús, óyeme.

Dentro de tus llagas, escóndeme.  
No permitas que me aparte de Ti.  
Del maligno enemigo, defiéndeme.  
En la hora de mi muerte, llámame.  
Y mándame ir a Ti.  
Para que con tus santos te alabe.  
Por los siglos de los siglos.  
Amén