

ASESORAMIENTO  
Y CUIDADO  
PASTORAL

C L I N E B E L L

Esta obra combina y globaliza sabiamente distintos enfoques de la vida humana. Indudablemente ayudará a que las personas que se ocupan del cuidado y asesoramiento pastoral trabajen con una visión integradora y una clara comprensión de su papel. Para el autor, el foco del trabajo pastoral está puesto en el crecimiento, la madurez y el desarrollo de la persona como una totalidad físico-psíquico-espiritual-social, y esta imagen de totalidad debe impregnar toda acción pastoral. Su reflexión está orientada hacia la práctica. Su lenguaje es sencillo, aun cuando plantea cuestiones de indudable profundidad. Todo esto demuestra una vasta experiencia pastoral, profesional y docente que él comparte sin temor de hacerse vulnerable.

El Dr. Clinebell tiene claro que el crecimiento del ser humano (una manera secular de hablar de la conversión) debe producirse por medio de todo el ministerio de la Iglesia. Por lo tanto, desde el ángulo de su visión la psicología y la teología pastoral deben iluminar todo lo que la Iglesia hace. Dentro de esta visión integral se dibuja la identidad de la función pastoral, que permite trabajar en diálogo y paridad con otros terapeutas y ofrecer las grandes síntesis que, finalmente, tienen que ver con la integridad, la espiritualidad y la ética.

HOWARD CLINEBELL es Profesor Emérito de Psicología y Asesoramiento Pastoral en la Escuela de Teología de Claremont, California, EE.UU., institución donde ejerció la docencia por muchos años. Conferencista de fama mundial, ha escrito alrededor de veinte libros, algunos de los cuales han sido traducidos a varios idiomas, incluyendo el castellano.



**LIBROS DESAFÍO.**  
www.librosdesafio.org

2850 Kalamazoo Ave. SE  
Grand Rapids, Michigan 49560, EE.UU.

ISBN 1-55883-403-6



9 781558 83 4033

ASESORAMIENTO  
Y CUIDADO  
PASTORAL

C L I N E B E L L



LIBROS DESAFÍO.



**Asesoramiento y cuidado pastoral:  
Un modelo centrado en la salud integral y el crecimiento**

Título original en inglés:

*Basic Types of Pastoral Care and Counseling:*

*Resources for the Ministry of Healing and Growth*

English Edition Copyright © 1984

by Abingdon Press

Nashville, Tennessee USA

All Rights Reserved

Versión en castellano, Copyright © 1995

por Abingdon Press

Nashville, Tennessee EE.UU.

Todos los derechos reservados

Traducción: Dafne Sabanes de Plou

Coordinación general de la edición: Hugo N. Santos

Diseño de cubierta: Josué Torres

Primera edición por *Nueva Creación*: 1995

Primera reimpresión por Libros Desafío: 1999

Publicado y distribuido por

Libros Desafío

2850 Kalamazoo Ave SE

Grand Rapids, Michigan 49560

EE.UU.

[info@librosdesafio.org](mailto:info@librosdesafio.org)

[www.librosdesafio.org](http://www.librosdesafio.org)

ISBN 1-55883-403-6

Impreso en los EE.UU.

Printed in the United States of America

*Donde no hay dirección sabia, caerá el pueblo; mas en la multitud de consejeros hay seguridad.*

—Proverbios 11.14

*Y se llamará su nombre Admirable Consejero.*

—Isaías 9.6

*Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia. .*

—Juan 10.10

*Transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento..*

—Romanos 12.2

# CONTENIDO



Presentación .....	9
Prefacio a la edición en castellano .....	13
Capítulo 1. El desafío actual del cuidado y asesoramiento pastoral .....	17
Capítulo 2. Un modelo de crecimiento y liberación integral para el cuidado y el asesoramiento pastoral .....	29
Capítulo 3. La misión, la base bíblica y la singularidad del cuidado y asesoramiento pastoral .....	49
Capítulo 4. El fundamento bíblico de todo tipo de cuidado y asesoramiento .....	75
Capítulo 5. La facilitación de la plenitud espiritual: la esencia del cuidado y del asesoramiento pastoral .....	105
Capítulo 6. El asesoramiento sobre cuestiones éticas, valorativas y conceptuales .....	137
Capítulo 7. Cuidado y asesoramiento de apoyo .....	167
Capítulo 8. Cuidado y asesoramiento en las crisis .....	179
Capítulo 9. El cuidado y asesoramiento en el duelo .....	211
Capítulo 10. El asesoramiento para el enriquecimiento matrimonial y la crisis de la pareja .....	233
Capítulo 11. El asesoramiento para enriquecer la vida familiar .....	271
Capítulo 12. Remitir los asesorados .....	297
Capítulo 13. El asesoramiento educativo .....	309

Capítulo 14. El cuidado y asesoramiento grupal .....	335
Capítulo 15. Psicoterapia pastoral .....	361
Capítulo 16. Capacitar a los laicos en el ministerio del cuidado .....	383
Capítulo 17. ¿Cómo lograr que continúen creciendo las capacidades para el cuidado y el asesoramiento? .....	405
Notas .....	421
Índice general .....	453
Índice de autores y materias .....	459

## PRESENTACIÓN



Todavía, a más de treinta años de la introducción de la psicología pastoral en el mundo de habla hispana, hay muy pocos buenos libros, en nuestra lengua, que ayuden al pastor o líder cristiano a enfocar, en una perspectiva adecuada, las situaciones vitales y los conflictos por los que los seres humanos atraviesan.

Hay, por lo menos, dos razones para justificar esta situación. En primer lugar, debemos decir que por siglos la preocupación pastoral ha sido la predicación del evangelio y la «salvación del alma», lo que hacía irrelevante poner un foco de atención en la ayuda para resolver los problemas en el aquí y el ahora o en mejorar la calidad de vida de la gente. Hace menos de veinticinco años, un conocido pastoralista presentaba su libro diciendo: «Concibo la psicología pastoral como un medio de comunicar el evangelio». Lo que estaba en el fondo de esta idea es que las personas necesitan arrepentirse, recibir a Cristo, restando trascendencia a los problemas por los que estuviesen atravesando. Así, por lo tanto, toda entrevista pastoral era, de hecho, evangelizadora.

En segundo lugar y relacionado con lo que antecede, la omnipotencia pastoral unida a ciertos prejuicios e ignorancia hacia las ciencias humanas, había producido una brecha entre estas y la religión, que hacía el diálogo difícil y que retardó el aprovechamiento de los recursos de la psicología, la psicopatología, etc., en función de una acción pastoral que apuntase al crecimiento integral de las personas y que ayudase ante las situaciones concretas que estas deben enfrentar. En este sentido ha existido algo parecido al juego paralelo de los niños en una primera etapa del desarrollo psicosocial. Algunos terapeutas,

inadvertidamente o no, tomaron posturas antirreligiosas o prescindentes de la fe y algunos pastores miraron con nostalgia la época en que curaban el cuerpo, la mente y el alma con sus «recursos espirituales».

Por eso es algo muy auspicioso y feliz presentar en castellano el presente libro del Dr. Howard Clinebell, que combina y globaliza sabiamente distintos enfoques de la vida humana que, a nuestro criterio, ayudará a los pastores a trabajar con una visión integradora y una clara identidad de su rol profesional.

Para el autor, el foco del trabajo pastoral está puesto en el crecimiento, la madurez y el desarrollo de la persona. Dentro de este marco referencial él habla de sanidad y liberación, pero siempre «para». Según su comprensión, que compartimos, la persona funciona como una totalidad físico-psíquico-espiritual-social. Esta imagen de totalidad debe calar toda acción pastoral aun cuando su foco esté puesto en la integridad espiritual.

Dentro de ese marco de la tarea pastoral está la afirmación que hay en todo ser humano un potencial escondido, una riqueza que espera ser desarrollada en su vida interior y en sus relaciones interpersonales.

Esta idea de lo que el hombre y la mujer pueden llegar a ser está sólidamente fundamentada en su comprensión bíblica y en las teorías y técnicas psicológicas a las que recurre para hacer más eficaz la tarea del asesor pastoral. Respecto a la primera se puede apreciar cómo la obra de Dios se articula siempre con la obra del hombre, lo que, en una armoniosa dialéctica, lleva siempre a la renovación, a la liberación, a la vida. Con referencia a las últimas, observamos un notorio desapego de cualquier ortodoxia que impida rescatar los valores que se encuentran en diferentes corrientes.

Su reflexión está orientada hacia la práctica y su lenguaje es sencillo, aun planteando cuestiones de indudable profundidad. En todo deja ver una vasta experiencia pastoral, profesional y docente que comparte sin temor de mostrarse él mismo.

El Dr. Howard Clinebell tiene claro que el crecimiento del ser humano (una manera secular de hablar de la conversión) debe producirse a través de todo el ministerio de la iglesia; por lo tanto, la psicología y la teología pastoral deben iluminar, desde el ángulo de su visión, todo lo que la iglesia hace. La comunidad de fe debe ofrecer los medios y los canales para facilitar este proceso que debe apuntar, en la perspectiva del hombre nuevo y del reino de Dios, a desarrollar lo más posible las potencialidades de la persona en cada etapa de la vida de modo tal que sean aún capaces de contribuir al crecimiento de otros como así también de la misma sociedad a la cual es necesario cambiar. En tal sentido, el autor es consciente de los conflictos no resueltos, de las fuerzas malgastadas, de las capacidades no usadas y de lo que él llama «la vida no vivida», que no son fáciles de conocer ni de liberar y que ejercen una acción negativa en la vida de las personas. Así ve al consejero, al pastor, al

maestro (sean ministros o laicos) como un animador, un libertador, un capacitador en el proceso por el cual la gente viva más plena y significativamente.

En relación con esta perspectiva social y comunitaria, el texto refleja una actualizada visión de lo que pasa en el mundo, en la sociedad y, especialmente, los peligros que se ciernen impidiendo la plenitud y la realización de los seres humanos.

Dentro de esta visión integral se dibuja claramente la identidad de la función pastoral que permite trabajar en diálogo y paridad con otros terapeutas y ofrecer las grandes síntesis que, finalmente, tienen que ver con la integridad, la espiritualidad y la ética.

Son claves los capítulos en los que Clinebell analiza prácticamente lo que se refiere al asesoramiento en distintas crisis: éticas, familiares, de pérdida, cambios, desarraigo, etc. Será de gran ayuda para el lector lo que compete a la pastoral de referencia y trabajo en equipo, como así también las sugerencias para un programa de capacitación y preparación de líderes para el cumplimiento de la tarea pastoral.

Con todo esto queremos subrayar que estamos ofreciendo a las iglesias y a los ministros de habla hispana posiblemente la obra más completa y abarcadora en asesoramiento y cuidado pastoral. Por eso, siendo auspiciada por la Asociación de Seminarios e Instituciones Teológicas, no podemos dejar de expresar nuestra esperanza de que este libro, además de ser útil a nuestros pastores y líderes y a los profesionales de la salud que cada vez son más numerosos en nuestras iglesias, contribuya a las clases en nuestros seminarios, donde tanta falta nos hace bibliografía sobre la teología y la psicología pastoral.

Daniel E. Tíno y Hugo N. Santos  
Buenos Aires, Argentina

# PREFACIO A LA EDICIÓN EN CASTELLANO



¡Los saludo como colega en el ministerio y les deseo las bendiciones de Dios al leer la traducción al castellano de este libro! Me alegra saber que el mensaje y los métodos que se describen en estas páginas ahora están disponibles para los lectores de habla hispana que trabajan en las áreas del cuidado y asesoramiento pastoral con personas que sufren crisis, pérdidas y problemas de relación. Quiero expresar mi agradecimiento al Prof. Lic. Hugo N. Santos y a la Lic. Dafne Sabanes Plou por haber realizado la difícil pero esencial tarea de traducción de este libro en su lengua materna. Felicito también a la Asociación de Seminarios e Instituciones Teológicas (ASIT) por tomar la iniciativa y enfrentar los riesgos en este proyecto.

En 1990 disfruté la oportunidad de dictar conferencias y coordinar talleres en varios seminarios teológicos en cinco hermosos países de América del Sur. Durante este periplo pude desarrollar una perspectiva sobre el contexto social en muchos países latinoamericanos que hace que la capacitación para el cuidado y asesoramiento pastoral sea vital para aquellos que ejercen su ministerio en estos lugares. También tuve el privilegio de conocer muchas personas capaces, mientras discutíamos sobre los temas y métodos que se estudian en mayor profundidad en este libro. Me siento honrado porque ASIT, la entidad que patrocinó mi gira y mis conferencias, ha tomado la iniciativa de traducir y co-editar mi libro con Nueva Creación, filial de Erdmans Publishing Co.

Uno de los desarrollos más excitantes y significativos en el campo del cuidado y asesoramiento pastoral durante las últimas dos décadas es la red



mundial formada entre aquellos cuyo ministerio se centra en esta área vital de la sanidad cristiana. Agradezco con humildad el comentario que varios amigos de otros países han realizado señalando que este hace un modesto aporte a esta internacionalización tan necesaria de nuestro campo de trabajo. Esta edición en castellano se suma a otras traducciones anteriores al portugués, chino, alemán, japonés, finlandés, hindú y coreano. Desde que se publicó por primera vez, este libro continúa siendo el manual sobre asesoramiento pastoral más utilizado en los seminarios de mi propio país (Estados Unidos). Mi esperanza y oración es que continúe siendo una introducción útil a los tipos básicos de cuidado y asesoramiento pastoral en otros países también, junto con los escritos de otros especialistas en cuidado pastoral de esas culturas.

Quizá les interese saber cómo llegó a escribirse este libro. La primera edición apareció en 1965, pocos años después de que comencé a enseñar y dirigir el centro de asesoramiento pastoral en la Escuela de Teología de Claremont (cerca de Los Angeles), California, Estados Unidos. En mis doce años de experiencia como pastor y luego a cargo de la pastoral de asesoramiento en una congregación grande, había desarrollado y probado muchos de los métodos de crecimiento orientados a la liberación que describo en este libro. La enseñanza en la Escuela de Teología y en la Escuela para Posgraduados de Claremont me concientizó de que muchos pastores necesitaban un nuevo modelo de cuidado y asesoramiento pastoral.

Luego de haberse publicado la primera edición, me sentí halagado y también sorprendido por la cantidad de respuestas positivas que recibí. Provenían de pastores de congregaciones locales y de profesores de seminarios, pero también de profesionales de la salud mental y de asesores y terapeutas seculares.<sup>1</sup> Casi dos décadas después de haber publicado la primera edición, volví a escribir el libro. Esta segunda edición —ahora traducida al castellano— incorpora muchos nuevos desarrollos de mi propio pensamiento, enseñanza y práctica. También incluye numerosas sugerencias recibidas de otros profesores y estudiantes del seminario, como también de pastores que habían utilizado la primera edición.

Si su ministerio de cuidado y asesoramiento consiste principalmente en brindar ayuda a corto plazo a personas en crisis o duelo, que enfrentan problemas dolorosos personales, familiares o sociales, creo que encontrará importante la lectura de los siguientes capítulos: 7 y 8 (métodos para crisis breves), 10 y 11 (asesoramiento matrimonial y familiar), 12 (asesoramiento y derivación), 13 y 14 (asesoramiento educativo y en pequeños grupos), 16 (capacitación de los laicos para el cuidado pastoral en las congregaciones). Como la tarea de alentar el crecimiento en otros debe comenzar por nosotros mismos, recomiendo la lectura del capítulo 17 («¿Cómo lograr que continúen creciendo las capacidades para el cuidado y el asesoramiento?»).

Los métodos de cuidado y asesoramiento pastoral que se describen en este libro son obviamente producto de los Estados Unidos, donde he vivido y trabajado durante la mayor parte de mi vida. Sin embargo, valoro lo que he aprendido enseñando en alrededor de treinta países diferentes y trabajando con estudiantes de posgrado de otras culturas. He aprendido a valorar la propia sabiduría, la comprensión y los recursos de cada cultura para ayudar a las personas a encontrar la sanidad de sus problemas personales y continuar creciendo para desarrollar los ricos dones de Dios: sus potencialidades. Sé que la rica herencia cultural de los países de habla hispana tiene muchos recursos para la sanidad y el crecimiento. Confío que harán que estas ideas y métodos se unan a las principales ideas y métodos que encontrarán en este libro. Me alegra que mis amigos, el Dr. Daniel Tíno y el Prof. Lic. Hugo Santos, hayan escrito un prólogo que les ayude a tender un puente entre las diferencias existentes entre ambas culturas.

Cómo facilitar la sanidad y el crecimiento de personas cargadas y lastimadas es una de las preocupaciones universales de pastores y otros consejeros en todos los países donde he tenido el privilegio de aprender de otras personas y de enseñar durante mi larga carrera profesional. A pesar de muchas diferencias profundas, existen algunos problemas, cuestiones, sentimientos y necesidades humanos universales que parecen trascender las barreras culturales. Me siento alentado por la positiva respuesta de numerosos profesores de cuidado pastoral y de consejeros de otras culturas. Ellos han dicho que el paradigma holístico, centrado en la Biblia y en la ética, orientado hacia las relaciones y la justicia social para aplicarse en las áreas de asesoramiento, terapia y educación, que se describe en este libro, contiene numerosas perspectivas y métodos que pueden aplicarse en su propio contexto social. Particularmente, en los países no occidentales y en los países en desarrollo, muchas personas han señalado que este enfoque del sistema social es mucho más importante para su contexto cultural que muchos de los enfoques hiper-individualistas estadounidenses y europeos de la psicología, el asesoramiento y el cuidado pastorales.

Es mi ferviente esperanza que, a pesar de las muchas diferencias entre las culturas, el lector encuentre perspectivas sanadoras y métodos útiles en estas páginas. Permítame alentarle a aplicar todo lo que sienta que es pertinente a sus turbulentos contextos culturales. Deje a un lado o adapte lo que encuentre en el resto de este libro. Espero y oro que en su vida personal y profesional descubra en estas páginas perspectivas y métodos útiles para ayudarse a usted mismo, a su familia, a su sociedad y a la creación de Dios, para fomentar la sanidad y la plenitud.

Si usted trabaja en una congregación o escuela religiosa, y encuentra que el enfoque de este libro le es útil, quizá desee conocer otro libro similar. En una obra más reciente (*Well Being, A Personal Plan for Exploring and Enriching the Seven*

*Dimensions of Life—Mind, Body, Spirit, Love, Work, Play and the Earth*<sup>2</sup> [Bienestar. Un plan personal para analizar y enriquecer las siete dimensiones de la vida: mente, cuerpo, espíritu, amor, trabajo, juego y la tierra]), encontrará muchas de las ideas y métodos del presente libro expresados en un lenguaje no profesional para laicos que prefieren el lenguaje cotidiano en lugar del vocabulario teológico o psicológico. Este manual de auto-cuidado para lograr la sanidad se aplica al estilo de vida cristiano —«la vida en su plenitud» (Jn. 10.10)—, a las siete dimensiones de nuestra salud, incluyendo la del medio ambiente, la creación de Dios. También tiene un capítulo sobre los problemas de salud de mujeres y hombres en una sociedad sexista. El capítulo que más me gusta es uno muy divertido que describe los maravillosos poderes sanadores de la risa y del juego.

*Well Being* tiene una guía para el líder titulada *Empowering Your Faith Community as a Center of Wholistic Well Being*<sup>3</sup> (Potenciar su comunidad de fe como un centro de bienestar integral). La escribí a pedido de pastores y líderes laicos de las congregaciones que solicitaron ayuda para utilizar *Well Being* con eficacia en sus grupos educacionales de asesoramiento orientados a la salud abiertos a la comunidad. (Me alegra saber que varios amigos y amigas de América Latina han expresado su esperanza de que *Well Being* y su guía para líderes se traduzcan pronto al castellano.)

Que el Dios de amor y justicia, de perdón y de sanidad, el Espíritu Divino a quien conocemos mejor en Cristo, los bendiga al leer y al poner en práctica lo que aprendan en estas páginas. ¡Que Dios los bendiga ricamente y los guíe en el ministerio vital de cuidado y asesoramiento con individuos, familias, iglesias y una sociedad problematizados!

Espero que al leer mis escritos en castellano perciban que mis pensamientos acerca del cuidado pastoral pueden atravesar los miles de kilómetros que nos separan. A pesar de que quizás nunca nos encontremos cara a cara, oro para que, de alguna manera, se produzca un encuentro de mentes y de espíritus en estas páginas.

Rvdo. Howard Clinebell, Ph.D.  
Profesor Emérito de Psicología y Asesoramiento Pastoral  
Escuela de Teología de Claremont  
California, EE.UU.

## CAPÍTULO 1



### El desafío actual del cuidado y asesoramiento pastoral

En una peligrosa costa de mar donde habitualmente ocurrían naufragios había hace un tiempo un pequeño puesto de salvamento mal equipado. La construcción era apenas un cobertizo, y había allí sólo un bote, pero los pocos miembros fieles que tenía el puesto mantenían una vigilancia constante sobre el mar, y sin pensar en sí mismos salían día y noche incansablemente en busca de los perdidos. Muchas personas se salvaron gracias al trabajo maravilloso de este pequeño puesto, de modo que se hizo famoso. Algunos de los que fueron salvados, y otros que vivían en la región circundante, desearon asociarse al puesto y dieron tiempo, dinero y esfuerzo para sostener su trabajo. Se compraron nuevos botes y se entrenaron nuevas tripulaciones. El pequeño puesto de salvamento creció.

Algunos de los miembros se sentían incómodos porque la construcción era tan sencilla y estaba pobremente equipada. Pensaban que un lugar más confortable podría servir como primer refugio para aquellos que eran rescatados del mar. Así, reemplazaron los catres de emergencia por camas y pusieron mejores muebles en la construcción ampliada. El puesto de salvamento se convirtió en un lugar de encuentro habitual para sus miembros, y lo decoraron bellamente y lo amoblaron con exquisitez, porque lo utilizaban como si fuera un club. Menos miembros se interesaban ahora en salir al mar en misiones de salvamento, de manera que contrataron tripulaciones para que lo hicieran. Todavía permanecía el emblema del salvavidas en la decoración del club, y había un bote salvavidas como símbolo litúrgico en el salón donde se realizaban las

reuniones de iniciación al club. En esta época naufragó un barco grande lejos de la costa, y las tripulaciones contratadas trajeron botes llenos de personas congeladas, mojadas y medio ahogadas. Estaban sucias y enfermas, y algunas eran de piel negra y otras de piel amarilla. El hermoso club nuevo era un caos. Entonces, inmediatamente la comisión a cargo de la propiedad hizo construir vestuarios con duchas fuera del club donde pudieran bañarse las víctimas del naufragio antes de entrar.

En la reunión siguiente, se produjo una ruptura en la membresía del club. La mayor parte de los miembros quería terminar con las actividades de salvamento que realizaba el club porque las consideraban desagradables y un obstáculo para la vida social normal del club. Algunos miembros insistieron en que el salvamento era su propósito principal y señalaron que ese lugar todavía se llamaba puesto de salvamento. Pero finalmente perdieron en la votación y se les dijo que, si querían salvar la vida de todas las clases de personas que naufragaban en esas aguas, podían comenzar a construir su propio puesto de salvamento costa abajo. Y lo hicieron.

A medida que pasaron los años, el nuevo puesto experimentó los mismos cambios que el viejo. La historia continuó repitiéndose, y, si alguien visita esta costa marítima hoy, encontrará allí varios clubes exclusivos. Los naufragios son frecuentes en esas aguas, ¡pero la mayor parte de la gente se ahoga!

En esta llamativa parábola, Theodore Wedel describe el peligro perenne que confronta la iglesia: ser irrelevante. El peligro es especialmente agudo cuando la iglesia tiene un aspecto exitoso. La parábola destaca el hecho de que la única cosa relevante que realmente interesa es la pertinencia de las *necesidades profundas de las personas*, de los lugares en la vida en los que hay dolor y esperanza, maldición y oración, hambre de significados y sed de relaciones que tengan sentido. El cuidado y asesoramiento pastoral es un instrumento valioso por medio del cual la iglesia continúa siendo significativa para la necesidad humana. Es un modo de traducir las buenas nuevas en el «lenguaje de las relaciones», como lo expresa Reuel Howe, un lenguaje que permite que el pastor comunique el mensaje de sanidad a las personas que están luchando en la alienación y la desesperanza. El asesoramiento pastoral es el medio esencial por el que se ayuda a una iglesia a ser un puesto de salvamento y no un club; un hospital y un jardín de vida espiritual y no un museo. El asesoramiento puede ayudar a salvar aquellas áreas de nuestra vida que han naufragado en las tormentas cotidianas, que se han destruido en los arrecifes escondidos de la ansiedad, de la culpa o de la falta de integridad. Un programa efectivo para el cuidado y el asesoramiento, en el cual tanto el pastor como los laicos

capacitados sirvan como animadores de sanidad y de crecimiento, puede transformar el clima de las relaciones interpersonales en la congregación, haciendo que la iglesia sea un lugar donde las personas se nutran de plenitud durante todo el ciclo de la vida.

El cuidado y asesoramiento pastoral contribuye a una renovación continua de la vitalidad de la iglesia al proveer instrumentos para la renovación de las personas, de las relaciones y de los grupos. Al reducir la incapacidad que tenemos en nuestra habilidad para dar y recibir amor, el asesoramiento puede ayudarnos a *ser* la iglesia, la comunidad en la que el amor de Dios se convierte en una realidad que se experimenta en las relaciones. De esta manera, el asesoramiento es un instrumento para la continua *renovación por medio de la reconciliación*, que ayuda a sanar nuestra alienación de nosotros mismos, de nuestras familias, de otros miembros de la iglesia, de aquellos que están fuera de ella, y de una relación viva y creciente con Dios. Puede abrir ventanas para una nueva conciencia, restaurando la vista a los ojos que previamente estaban ciegos por nuestras preocupaciones egoístas, ansiosas y culposas, a la belleza, la tragedia, la maravilla y el dolor que existen a nuestro alrededor. El asesoramiento puede permitirnos descubrir dimensiones refrescantes de nuestra humanidad. Puede liberar nuestras potencialidades para la autenticidad y la vivacidad. Puede ayudar a liberar nuestra creatividad entrampada, la creatividad potencial presente en cada persona. Al renovarnos como personas, el asesoramiento nos habilita como agentes de renovación en una iglesia y una sociedad que necesitan renovarse desesperadamente.

El cuidado y asesoramiento pastoral puede ser un instrumento de sanidad y de crecimiento, que nos ayude a desarrollar lo que es más difícil de lograr en este período de la historia: relaciones profundas. La mayor parte de nosotros puede identificarse con el dolor de un pastor que le dijo a su psicoterapeuta: «Mi vida se caracteriza por una plétora de contactos y una pobreza de relaciones». Esta es la plaga general que amenaza la creatividad de cada uno de nosotros en nuestra cultura *light*, una cultura orientada hacia la superficialidad en las relaciones interpersonales. *Esta* es la plaga que milita contra el continuo renacer de la iglesia como un organismo social redentor, impidiendo que se convierta en un lugar donde las personas experimentan transformación. Esto es lo que impide que una iglesia sea un puesto de salvamento comprometido con rescatar personas de las muchas formas de ruptura en nuestra sociedad.

No es fácil relacionarse con las profundidades de otras personas. Hacerlo es estar vivo para todo lo que implica su ser: su dolor, su potencial, su vacío o su plenitud, su singular mezcla de esperanza y de escepticismo. Es doloroso relacionarse con las profundidades de otros porque inevitablemente nos expone a los cuartos oscuros de nuestro propio mundo interior. Su vacío nos

recuerda el nuestro. Su enojo y su culpa hacen que los nuestros resuenen. Sin embargo sólo si nos relacionamos con otros en profundidad podemos promover el crecimiento de la vida. Sólo los que han descubierto vida nueva en sus propias profundidades pueden convertirse en obstetras espirituales, ayudando a que nazca nueva vida en las personas individuales y en la iglesia. El cuidado y asesoramiento pastoral ayuda a equipar a estos obstetras de la vida espiritual, a quienes facilitan el continuo renacimiento que significa *crecer*.

Cuando la gente tocaba a Jesús en vida, experimentaba en él el poder sanador que proviene de abrirse a uno mismo, a otros, a la naturaleza y a Dios. Se encontraba con una persona cuya vida era un canal profundo por el cual fluía, de manera libre y completa, la fuente de toda sanidad y crecimiento, el amante Espíritu de Dios.

Cuando las personas tocan mi vida o la suya, ¿qué sienten? ¿Quizás la ruidosa interferencia de una vida atormentada? Como un instrumento para profundizar y dar vida a las relaciones, ¡el cuidado y asesoramiento pastoral puede ayudar a otorgar una renovación continua a los pastores y a las personas en la iglesia y en la comunidad! Esta renovación es como una lluvia refrescante que cae sobre la tierra resquebrajada.

### El renacimiento contemporáneo

En cada período de la historia y en cada nuevo ambiente, la iglesia debe encontrar formas renovadas de encarar las necesidades de personas con problemas, nuevos canales para su ministerio de consolación, sanidad y crecimiento en este siglo. Sólo así puede permanecer relevante para las profundas necesidades de la gente. Los variados métodos de cuidado y asesoramiento pastoral ofrecen un amplio medio para la sanidad y el crecimiento en este período de la historia de la iglesia. Un signo esperanzador en la escena religiosa contemporánea es la creciente ola de actividad en el campo del asesoramiento pastoral. Desde la Segunda Guerra Mundial, es evidente que existe un interés vívido en este campo. El ministerio del asesoramiento está floreciendo con creciente vigor. Algunos de los signos de sobresaliente vitalidad son: la creciente disponibilidad y el impacto de la educación para la clínica pastoral, el fortalecimiento de la educación impartida en los seminarios en el área del asesoramiento, la sobresaliente proliferación de programas de asesoramiento relacionados con la iglesia, el surgimiento del asesoramiento pastoral como una especialidad de formación rigurosa dentro del ministerio, el establecimiento en los seminarios de programas para graduados en psicología y asesoramiento pastoral, el surgimiento de la Asociación Norteamericana de Asesores Pastorales (American Association of Pastoral Counselors), la floreciente literatura sobre el tema, el compromiso de reestablecer el

fundamento espiritual y teológico de esta tarea pastoral, los programas denominacionales de asesoramiento, las experiencias actuales de los laicos en el ministerio del cuidado pastoral, el creciente número de mujeres y el impacto del pensamiento feminista en el campo, el crecimiento del mutuo enriquecimiento intercultural y global en este campo. Es excitante darnos cuenta de que estamos en un período de renacimiento del antiguo ministerio de la iglesia hacia los afligidos y cargados. El desafío que recibimos todos nosotros es convertirnos en *participantes y contribuyentes*, no en meros observadores, de este movimiento dinámico, movimiento que provee de respuestas renovadas a las necesidades de aquellos que están tirados a lo largo de nuestros modernos caminos a Jericó, a los cuales se les ha robado la autoestima, y las crisis y tragedias de la vida los han golpeado.

Si el renacimiento del cuidado y asesoramiento pastoral ha de llegar a ser una fuerza poderosa para el crecimiento y la renovación que pueden surgir al final del siglo 20, deben darse algunos cambios decisivos. El asesoramiento pastoral debe encontrar un nuevo nivel de identidad y madurez profundizando sus raíces teológicas, ampliando su metodología y descubriendo su contribución singular a la ayuda de la atribulada humanidad, con referencia tanto a su propia herencia como a las otras disciplinas de ayuda. El pastor como asesor necesita tener una propia comprensión de su imagen, su rol, sus funciones y sus objetivos. Esta comprensión debe tener un fundamento teológico derivado de la conciencia de que existe un fundamento para la tarea que se realiza en la continuidad del mensaje, la comunidad y la tradición de la iglesia. En la literatura reciente se han realizado contribuciones importantes a esta autocomprensión teológica. El objetivo de este libro es ampliar la metodología y enriquecer el modelo básico del cuidado y asesoramiento pastoral.

Es posible abrir ahora un nuevo capítulo en el ministerio de la iglesia hacia los agobiados y cargados. Puede ser un capítulo sin igual en la historia de nuestra fe. Nunca antes hemos tenido recursos tan ricos como los que provienen de los nuevos desarrollos en teología y en cuidado pastoral, a través de las nuevas concepciones que obtenemos de las ciencias humanas, y por las técnicas innovadoras de las disciplinas psicoterapéuticas. Cuando estas tres corrientes convergen en el ministerio del cuidado pastoral, se libera un río más ancho de sanidad y crecimiento a través de la iglesia. En nuestra época, la cooperación con este movimiento poderoso del Espíritu de Dios que transforma la vida debería impulsar nuestra dedicación más disciplinada. Espero que las ideas y las perspectivas que se describen en este libro contribuyan a este objetivo.

## Propósito de este libro

*El principal objetivo de este libro es ayudar a los pastores (y a los seminaristas) a desarrollar sus capacidades máximas en los métodos de cuidado básico y de asesoramiento que se requieren para ejercer un ministerio efectivo para la sanidad y el crecimiento.*

Encerrados en este objetivo genérico existen otros propósitos más específicos:

(1) *Uno de los propósitos de este libro es describir una nueva visión del crecimiento y la liberación integral que sea el paradigma del cuidado pastoral y el asesoramiento liberador, centrado en la plenitud espiritual y ética (caps. 2, 5, y 6).* Esta imagen como guía es esencialmente multidimensional, y se enfoca en el crecimiento de personas íntegras en sus relaciones. Busca integrar la sanidad y el crecimiento intrapsíquico e interpersonal con el cambio constructivo dentro de las estructuras e instituciones más amplias que existen en la vida de las personas. Este paradigma —que se construye sobre el modelo que revisé con anterioridad— ofrece una base conceptual para integrar otras funciones del ministerio con el cuidado pastoral —la predicación, el liderazgo en el culto, la administración de la iglesia, la enseñanza, la animación de pequeños grupos, el servicio a la comunidad y el trabajo— y para hacer que las instituciones faciliten el crecimiento. El paradigma distingue y muestra la interdependencia del cuidado pastoral y del asesoramiento pastoral.

(2) *Uno de los propósitos de este libro es estudiar comprensivamente la misión, los fundamentos teológicos, la herencia histórica, y la singularidad del cuidado y asesoramiento pastoral (cap. 3).*

(3) *Uno de los propósitos de este libro es revisar los procedimientos fundamentales de todo lo relacionado con el cuidado y el asesoramiento (cap. 4).* Estos procedimientos básicos proveen un fundamento para utilizar metodologías que se describen en los capítulos subsiguientes.

(4) *Uno de los propósitos de este libro es establecer una tipología diferenciada para el cuidado pastoral y el asesoramiento como una manera de comprender la escala completa de oportunidades que tiene un pastor para facilitar la sanidad y el crecimiento. El cuidado pastoral y el asesoramiento no son una sola entidad con una metodología. Existe, en cambio, un amplio espectro de funciones en el ministerio de la ayuda y del crecimiento, que requieren una variedad de métodos. Para responder a las variadas necesidades de aquellos que buscan ayuda, el pastor debe ser capaz de hacer cambios en su modo de cuidar y asesorar, utilizando enfoques apropiados a los recursos y problemas particulares y a las fuerzas y limitaciones de cada persona. Los pastores deben ser capaces de utilizar diferentes facetas de su propia personalidad con más libertad y flexibilidad. Por ejemplo, al tratar a personas que luchan sin esperanzas en situaciones catastróficas, los pastores necesitan utilizar su lado «paterno», que sostiene y cuida para dar estabilidad a estas personas para que encaren*

situaciones tremendamente estresantes.<sup>2</sup> Para ayudar a personas que nunca han obtenido valores o controles internos constructivos con los cuales guiar su vida, el pastor debe mantener una figura paterna firme, que acepta, pero que no es permisiva. En contraste, los asesorados cuya conciencia es rígida y punitiva necesitan experimentar la faceta pastoral dispuesta a aceptar, ser amable y tener sentido del humor. Esto no quiere decir que el pastor debe preparar actuaciones distintas en cada caso. Hacerlo destruiría la integridad interpersonal que hace que el asesoramiento sea efectivo. En realidad, el pastor emplea diferentes dimensiones de su personalidad multifacética, respondiendo así a las variadas necesidades de los asesorados. Debe quedar claro que en las distintas etapas de la relación de asesoramiento se emplean muchas veces distintos métodos de realizar esta tarea, a veces incluso dentro de la misma sesión. Así como un carpintero necesita una variedad de herramientas para hacer un buen mueble, un asesor requiere una variedad de métodos para ayudar a las personas a reconstruir un matrimonio o cambiar una estructura de valores destructiva. Como lo saben los pastores experimentados, la variedad de oportunidades para el asesoramiento y el cuidado que los confronta requiere tanto su flexibilidad como su sagacidad para aplicar todo lo que conocen sobre las personas y el asesoramiento. Lo que han aprendido de sus propias luchas de crecimiento es muchas veces más útil que el conocimiento refinado de las técnicas de asesoramiento. Pero cuanto más conocen los asesores sobre teorías y métodos de asesoramiento, están en mejores condiciones de utilizar sus propias experiencias de vida y sus recursos personales. La intención de este libro es alentar a los lectores a crecer en su versatilidad y efectividad desarrollando sus propios enfoques diferenciados sobre el cuidado y el asesoramiento.

(5) *Otro de los propósitos de este libro es destacar aquellos tipos de cuidado y asesoramiento esenciales y, por lo tanto, normativos en el ministerio centrado en las personas y en el ministerio en general, no especializado: la ayuda para las crisis de corto plazo (caps. 7 y 8); el cuidado y el asesoramiento relacionados con la pena y el dolor (cap. 9); el asesoramiento con relación al matrimonio y al enriquecimiento de las relaciones familiares (caps. 10 y 11); el asesoramiento para la derivación (cap. 12); el asesoramiento educativo y en grupos pequeños (caps. 13 y 14); y la capacitación de equipos de laicos para el cuidado pastoral (cap. 16).* Estas modalidades constituyen el corazón de la tarea de cuidado y asesoramiento que realiza el pastor a cargo de una congregación. La mayor parte de las personas que ejercen un ministerio general no tienen tiempo, aunque tengan la preparación adecuada, para hacer psicoterapias pastorales reconstructivas de largo plazo. Este tipo de labor dedicada a la sanidad es primordialmente la función de aquellos que están en ministerios especializados de asesoramiento y que son graduados de centros académicos y clínicos especializados en psicoterapia además de haber cursado estudios en el seminario. El capítulo sobre psicoterapia pastoral

(cap. 15) tiene como objetivo describir lo que las personas que ejercen un ministerio general necesitan saber para reconocer a aquellos que deben derivarse a especialistas y proveer un cuidado pastoral adecuado al miembro de la iglesia que experimenta este tipo de terapia profunda. Este capítulo también indica algunas terapias nuevas que proveen perspectivas y métodos útiles en un ministerio general. El nuestro es un período de fecundidad sorprendente en el campo de la psicoterapia. En la iglesia debemos experimentar con enfoques nuevos mientras buscamos recursos que acrecienten nuestra eficacia en el ministerio del cuidado y el asesoramiento.

En *Pastoral Care in Historical Perspective* (El cuidado pastoral en perspectiva histórica), William A. Clebsch, historiador de la iglesia, y Charles R. Jaekle, especialista en cuidado pastoral, describen el momento actual como «un período de transición en el cuidado pastoral». Al referirse al tema sobre sí es apropiado que la iglesia recurra a las psicoterapias seculares como herramientas pastorales, declaran:

La lección que debe aprenderse de la historia del cuidado pastoral en relación con este tema es simplemente que la apertura a las nuevas teorías y conocimientos psicológicos en verdad representa y continúa una marcada tendencia que se encuentra en el trabajo pastoral de todos los períodos. La gran tradición del cuidado pastoral está siempre lista para recibir sus ideas y su vocabulario tanto de los teóricos de la psicología como del lenguaje popular acerca del alma. La característica normativa del cuidado pastoral en la perspectiva histórica no es solamente la psicología cristiana ni un lenguaje particular en el cual debe describirse el problema humano, sino la constancia de la modalidad pastoral y de las cuatro funciones pastorales de sanidad, sostén, guía y reconciliación.<sup>3</sup>

A la luz de la herencia del cuidado pastoral, los autores recomiendan que en el actual período de transición permanezcamos abiertos a las concepciones de varias teorías psicológicas aunque entren en conflicto. Esto es esencial porque la capacidad humana para tener problemas es intrincada, compleja e ingeniosa.<sup>4</sup> Es acertado seguir esta norma que tiene en cuenta la información que proviene de la tradición. Una apertura alerta a los nuevos modos en que los asesores pastorales contemporáneos pueden comprender la personalidad y la terapia facilitará el desarrollo creativo necesario para liberar las potencialidades del asesoramiento como un arte de la pastoral. El tiempo, sin duda, demostrará que algunos de los nuevos métodos son de utilidad limitada para los pastores. El camino hacia una habilidad pastoral mayor puede presentar callejones sin salida y desvíos, ¡pero la única alternativa sería no viajar! Un encuentro directo con el fermento de nuevos desarrollos en las psicoterapias actuales

puede ampliar el horizonte de los ministros que asesoran, profundizar su enfoque general del cuidado pastoral, y estimular su interés en leer, estudiar y capacitarse más.<sup>5</sup>

(6) *Un último propósito de este libro es alentar el uso amplio del método de la práctica de la realidad o de «role-playing» en el aprendizaje para el cuidado y asesoramiento pastoral.* La experiencia ha comprobado, desde la edición original de este libro, que este método de aprendizaje puede ser muy útil para aumentar la autoconciencia y ayudar a los pastores, seminaristas y miembros de equipos laicos dedicados a esta tarea. Es muy simple utilizar este enfoque que implica aprender actuando.

### **Cómo obtener los máximos beneficios de este libro**

Este es un enfoque sobre cómo utilizar este libro, que lo ayudará a aumentar su valor práctico.

*Primer paso: Hojee todo el libro.* Obtenga una perspectiva general de los distintos enfoques.

*Segundo paso: Vuelva al comienzo.* Lea con cuidado, reflexionando sobre cada capítulo. Escriba en los márgenes sus respuestas, sus críticas, lo que está de acuerdo, sus puntos de discusión y las preguntas que quedan sin contestar. Subraye las ideas clave. Desafíe las teorías y los enfoques. Conteste. Siga preguntando: «¿cómo se aplica esto a mi tarea de cuidado y asesoramiento?». Mantenga un diálogo con las ideas que más lo impactan. Si es posible, discuta las principales ideas y métodos con otro pastor o con algún estudiante de teología que esté leyendo el libro. Un grupo pequeño formado por este tipo de personas estimulará el aprendizaje a través de la interacción.

*Tercer paso: Encuentre uno, dos o tres colegas para hacer práctica de la realidad,* otros pastores o estudiantes de teología interesados en experimentar nuevos métodos destinados a acrecentar su habilidad en la tarea de asesoramiento. Las sesiones de práctica de la realidad con la propia esposa pueden ser una manera en que ambas partes de la pareja aumenten su capacidad de escuchar y cuidar. El equipo de práctica de la realidad debería participar en sesiones regulares (preferentemente una vez por semana) utilizando sus propios problemas, ejemplos de casos que surgen de su propio trabajo de asesoramiento, o los casos que se describen al final de los capítulos sobre métodos de asesoramiento. Estas sesiones de práctica serán una suerte de laboratorio de asesoramiento en el cual los seminaristas pueden desarrollar destrezas básicas para esta tarea y los pastores con experiencia pueden experimentar nuevos métodos, sin el peligro de equivocarse con personas vulnerables.

La mayor parte de las personas sienten cierta ansiedad cuando comienzan a practicar el «role-playing». El temor a verse como un tonto o un inepto

muchas veces crea resistencias a comenzar esta práctica de destrezas. La resistencia puede tomar la forma de dejar de lado el «role-playing» porque se lo considera «fabricado» o «artificial». Si los que aprenden superan su resistencia y se involucran, por lo general descubren que sus sentimientos y modo de relacionarse en las sesiones de práctica de la realidad son verdaderos. A medida que se desarrolla la confianza dentro del grupo de práctica de esta habilidad, el temor a ser vulnerable disminuye gradualmente y el grupo comienza a disfrutar de las sesiones. La mayoría de las personas comienza un aprendizaje significativo de esta habilidad durante las primeras dos sesiones.

Este es el *modus operandi* de la práctica de la realidad. Si sólo dos personas están disponibles, pueden alternarse en las funciones de asesor pastoral y miembro de la iglesia. Si son tres los que participan, se agrega la función del observador. Una persona comienza tomando el rol de un miembro de la iglesia que ha asesorado o de una persona cuyo problema conoce bien. Al tratar de colocarse dentro del marco de referencia interno de esa persona (Rogers), desarrollando el rol, se obtiene una práctica valiosa sobre comprensión empática. A diferencia de los «role-playing» convencionales, el asesor pastoral hace el rol de *sí mismo o sí misma* como asesor; esta es la razón por la cual es apropiado aplicar la terminología *práctica de la realidad*. Luego de que hayan pasado diez o quince minutos de una sesión de práctica, los participantes deben detenerse y discutir sobre lo que ha ocurrido. El miembro de la iglesia comienza contándole al pastor cómo se sintió durante la entrevista. El pastor comparte luego sus sentimientos y observaciones. Ambos evalúan lo que ha sucedido, cambian roles y realizan otra sesión de asesoramiento abreviada.

La presencia de un observador aumenta las posibilidades de aprendizaje que brindan estas sesiones de práctica de la realidad ya que se observan cosas de las cuales no se dan cuenta los participantes activos y se hace una devolución regular. Por ejemplo, alguien puede decir: «Tengo la sensación de que ustedes se involucraron en una lucha verbal por el poder. Me pregunto si fue así, y, si lo fue, cuál fue el motivo». O (al asesor) «Parecía que quería resolver el problema antes de haber escuchado en verdad lo que el otro sentía y estaba enfrentando». Puede ser muy útil grabar en audio o video estas sesiones de práctica de la realidad. Esto es crucial si no se cuenta con un observador. Los asesores que se escuchan a sí mismos en acción se sienten tan sorprendidos como las personas que escuchan su propia voz por primera vez. Una reacción típica es: «¡No sabía que hablaba tanto!». Debido a que existen aprendizajes distintos en cada uno de los tres roles que pueden desempeñarse durante estas sesiones de realidad práctica, es importante que se rote con la frecuencia suficiente como para dar a cada participante la oportunidad de practicar los tres roles durante una sesión. Si en la sesión de práctica de la realidad está presente un supervisor experimentado, puede ser productivo que el asesorado

utilice sus propios problemas como caso. Debería invitarse a un pastor con capacitación clínica o un asesor pastoral a reunirse como asesores con el grupo de práctica de la realidad todas las veces que fuera posible.

El valor de la práctica de la realidad aumenta a medida que el grupo gana experiencia en el uso de este método. Es importante que los participantes se sientan seguros entre sí como para ser sinceros en sus comentarios. Recuerdo una sesión donde el miembro de la iglesia dijo en el período de evaluación: «Me sentí como si estuviera abrumándome con sus palabras, que no escuchaba mis sentimientos». Era la primera vez que el pastor (quien tenía una experiencia considerable en asesoramiento) tuvo conciencia de cómo su actitud afectaba a sus asesorados. Esta confrontación, a pesar de ser dolorosa, abrió la puerta a que se tomara conciencia de la propia conducta. La mayor parte de los participantes también descubren que tienen facetas fuertes en su personalidad que fallan en utilizar cuando están asesorando.

*Cuarto paso:* Utilice sus nuevas habilidades cuando surjan oportunidades de asesoramiento, mientras continúa con las sesiones de práctica de la realidad. Las situaciones de asesoramiento en las que está trabajando, en especial aquellas que van mal, deberían emplearse como material para la práctica de la realidad.

*Quinto paso:* Si llegara a encontrarse con bloqueos importantes a su eficiencia, que no se reducen por medio de la práctica de la realidad, *obtenga supervisión* de cualquier forma buscando a un capellán con capacitación clínica, un pastor graduado académicamente y con capacitación clínica en asesoramiento pastoral, o un asesor competente dentro de los profesionales de la salud mental. O busque un *psicoterapeuta personal*. No se desaliente. El crecimiento en habilidades y sensibilidades relacionadas con el asesoramiento lleva tiempo y lucha. A no ser que se tengan aptitudes naturales inusuales para esta área de trabajo, se requerirá una práctica disciplinada y un encuentro repetido con uno mismo. Tal como ocurre con otras capacidades creativas, el camino a la máxima eficiencia como asesor es recto y la puerta, angosta. Pareciera no haber otra ruta para llegar a este objetivo. ¡Pero la satisfacción de crecer en la capacidad de ser un instrumento para la sanidad y el crecimiento de la vida de personas agobiadas es, sin duda, una gran riqueza!

## El uso del libro en el seminario

Este libro se ha utilizado intensamente como texto introductorio en cursos sobre cuidado y asesoramiento pastoral. Permítanme compartir algunas sugerencias con relación a su uso, derivadas de mi propia experiencia y de la de colegas en otros seminarios. Se ha demostrado repetidamente el valor del

uso de sesiones de práctica de la realidad, como se describe con anterioridad, en cursos en seminarios y en talleres de educación continua para pastores.

En mi experiencia, los estudiantes aprenden mejor técnicas interpersonales a través de un proceso que implica tres pasos:

(1) En primer lugar adquieren un «mapa cognitivo», comprendiendo preliminarmente la teoría que enmarca esta técnica. Esta comprensión puede obtenerse a través de lecturas, charlas didácticas breves o ambas cosas. (2) Luego pueden observar a uno de los profesores o a alguna otra persona experimentada —un profesor u otro estudiante— que utilizan esa técnica con un grado de competencia razonable.

Antes de pedirle a una clase que se divida en equipos para la práctica de la realidad, por lo general hago una introducción a las técnicas relacionadas con el cuidado pastoral o a los métodos de asesoramiento que pueden aprenderse demostrando cómo los utilizo. Esto lo hago con un «role-playing» con un estudiante que hace de paciente, o por medio de una entrevista en vivo en la cual un voluntario de la clase habla sobre sus sentimientos o problemas actuales. (3) Luego los estudiantes utilizan esta técnica repetidamente en sesiones de práctica de la realidad con la oportunidad de que sus pares los evalúen y que una persona preparada en métodos de enseñanza clínica (tales como los que se aprenden en educación clínica pastoral [ECP]) los supervise. Cuanto más pueden integrarse estos tres ingredientes, más funcional es el aprendizaje. Uno de los énfasis esenciales tanto en la supervisión como en el grupo de reflexión durante las sesiones de práctica técnica debe ponerse sobre los conceptos de psicodinámica, terapéutica y teología, que iluminen y faciliten la comprensión de lo que ocurre en el «role-playing» o en la entrevista en vivo.

Los grupos de práctica-técnica, en el curso introductorio en nuestro seminario, se reúnen semanalmente bajo la supervisión de un estudiante avanzado en asesoramiento pastoral que tiene uno o dos semestres de educación para la clínica pastoral, varios cursos teóricos avanzados de asesoramiento pastoral y, en la mayoría de los casos, de terapia personal. Cada semana me reúno con estos supervisores altamente motivados, para supervisar su enseñanza de temas clínicos. El uso de este enfoque aumenta el aprendizaje tanto de los supervisores como de los estudiantes que comienzan el ciclo. Pueden asignarse lecturas complementarias a los estudiantes a medida que se enfocan temas específicos durante las sesiones de práctica técnica. La conjunción de sesiones de práctica técnica y de demostraciones realizadas por el profesor, junto a las lecturas y la reflexión que realizan los estudiantes y las presentaciones temáticas en las clases y su discusión posterior, pueden producir esos momentos excitantes e iluminados en los cuales los estudiantes comprenden y utilizan una nueva técnica para el cuidado y el asesoramiento de una manera tal que provoca crecimiento.

## CAPÍTULO 2



### Un modelo de crecimiento y liberación integral para el cuidado y el asesoramiento pastoral

Donde no hay visión, la gente perece.

—PROVERBIOS 29.18

La imagen, el paradigma<sup>1</sup> o el modelo que guía el ministerio de un pastor es crucial para el crecimiento en plenitud de ese ministerio. Sin una visión que las ilumine, las personas que ejercen el ministerio, como las iglesias y las naciones, perecen, en el sentido de que pierden vitalidad interior. ¿Cuáles son las características que definen un modelo que guíe el cuidado y el asesoramiento pastorales y sea capaz de liberar el poder sanador de estas artes pastorales en un mundo nuevo que se acerca al próximo milenio? En este capítulo describiré las características de un paradigma que puede ayudar a capacitar a las personas en el ministerio para que respondan a las nuevas necesidades de un mundo que cambia rápidamente.

Para seguir teniendo peso en el mundo de los noventa, cualquier modelo de ministerio tiene que estar abierto al futuro. En nuestro mundo de continuos cambios, una visión evolutiva debe guiar el cuidado pastoral y el aconsejamiento. Los márgenes crecientes del campo en el que nos movemos cambiarán a medida que se despliegue el futuro. En este capítulo se describen algunos rumbos en los cuales están ocurriendo transformaciones creativas. Mi propósito es delinear un modelo que sirva como guía para ayudar a que el cuidado y el asesoramiento pastorales continúen creciendo de manera importante y en respuesta a las nuevas situaciones. Esta parte del trabajo describe aquello que considero que son tendencias creativas en el presente, y



mis esperanzas con relación al futuro del ministerio del cuidado y del aconsejamiento.

### Definir los términos básicos

*En el cuidado y el aconsejamiento pastorales, las personas que ejercen el ministerio utilizan las relaciones cara a cara o en pequeños grupos para permitir que el poder y el crecimiento sanadores actúen entre las personas y sus relaciones. El cuidado pastoral es un ministerio amplio e inclusivo de sanación y crecimiento mutuo dentro de una congregación y su comunidad a lo largo del ciclo de vida. El asesoramiento pastoral, una dimensión del cuidado pastoral, es el uso de una variedad de métodos sanadores (terapéuticos) para ayudar a las personas a encarar sus problemas y sus crisis de una manera que les haga crecer y experimenten así la reparación de su aflicción. El asesoramiento pastoral es una función reparadora que se necesita cuando las crisis comprometen o bloquean seriamente el crecimiento de las personas. Las personas necesitan del cuidado pastoral a lo largo de su vida. Puede que precisen del asesoramiento pastoral en momentos de crisis severas, por lo general durante corto tiempo. La psicoterapia pastoral es el uso de métodos terapéuticos reconstructivos de largo plazo cuando el crecimiento ha disminuido de manera profunda y/o crónica debido a experiencias de los primeros años de vida que no respondieron a las necesidades del momento o debido a crisis múltiples en la vida adulta.*

### Descripción del modelo

Estos son los temas principales en el modelo de crecimiento liberador:

(1) *La meta abarcadora de todo el cuidado y asesoramiento pastorales (y de todo el ministerio) es liberar, fortalecer y nutrir la plenitud centrada en el Espíritu. Los métodos de cuidado y asesoramiento son dimensiones importantes de este ministerio que capacita para la plenitud.*

(2) *La plenitud espiritual y ética es la esencia de toda la plenitud humana; la formación espiritual y la guía ética son el centro de las preocupaciones en toda tarea de cuidado y aconsejamiento pastorales que tenga sus raíces en la tradición judeo-cristiana.*

(3) *El cuidado y el asesoramiento pastorales buscan utilizar e integrar tanto la perspectiva psicológica como la teológica al considerar la situación humana y la sanidad de las personas.*

(4) *El cuidado y el asesoramiento pastorales deben ser integrales, buscando la capacitación para la sanidad y el crecimiento en todas las dimensiones de la plenitud humana. El modelo es sistémico y considera que la plenitud de la persona involucra interacciones entre todas sus relaciones significativas e interdependientes con otras personas, grupos e instituciones. El cuidado pastoral de*

personas individuales y el cuidado pastoral de grupos (p. ej., familias) y de sistemas más amplios (instituciones) son igualmente esenciales.

(5) *Existen oportunidades especiales para nutrir esta plenitud a través del cuidado y del asesoramiento pastorales en cada etapa de la vida.*

(6) *El ministerio del cuidado pastoral, dentro de la comunidad de una congregación dispuesta a ejercer este cuidado, es tanto un contexto que fortalece como un fundamento para el ministerio reparador del asesoramiento pastoral.*

(7) *El cuidado pastoral es el ministerio compartido de un pastor y de toda la congregación. Los pastores ordenados son como los entrenadores de los jugadores de un equipo, quienes tienen la responsabilidad de capacitar para el ministerio mutuo de los laicos y también ejercer su propio ministerio de cuidado, singular y valioso.*

(8) *Las crisis y las pérdidas en la vida de los individuos y de sus familias, y las crisis sociales y las transiciones en una sociedad más amplia, constituyen ocasiones en las cuales se da la mayor parte de las oportunidades para ejercer el cuidado y el asesoramiento en el ministerio. Por lo tanto, los métodos para la intervención en crisis de corta duración son indispensables para la efectividad de este ministerio.*

(9) *El cuidado pastoral debe liberarse de su orientación dominada por los hombres blancos y de clase media, y debe convertirse en una práctica más inclusiva en su comprensión de las situaciones, sus preocupaciones y sus métodos. Debe llegar a tener una perspectiva transcultural y abrirse a aprender nuevas maneras de cuidado desde (y para) los pobres y los que no tienen poder, las minorías étnicas, las mujeres y aquellos que no pertenecen a la cultura occidental. En un planeta que se achica, nuestra comprensión respecto al cuidado de las personas debe ser global.*

(10) *En este proceso de ayuda es esencial capacitar a las personas para que aumenten el sentido constructivo de su comportamiento, de sus sentimientos, de sus actitudes y de sus valores.*

(11) *El cuidado y el aconsejamiento pastorales deberían utilizar la singular identidad profesional y función que cumplen los pastores, incluyendo su autoridad positiva y la expectativa socialmente definida de que son ellos los que tomarán la iniciativa y saldrán a ofrecer ayuda a aquellos que necesitan cuidado y aconsejamiento.*

(12) *Los métodos correspondientes al lado derecho del cerebro que apuntan a la sanidad y el crecimiento (enfoques intuitivos, metafóricos e imaginativos) deberían ser más utilizados que en el pasado e integrados con métodos que corresponden al lado izquierdo del cerebro (enfoques analíticos, racionales, intencionales y que resuelven problemas), si queremos que el cuidado y el asesoramiento pastorales se conviertan en mejores instrumentos para lograr la transformación de la totalidad de la persona.*

(13) *Para ser más efectivos en el logro de una plenitud liberadora, el cuidado y el asesoramiento pastorales deben tener una concepción andrógena de la plenitud, tanto para los varones como para las mujeres, que aliente un crecimiento que permita superar los estereotipos tradicionales de la función de cada sexo.* Los cambios profundos que han ocurrido en la identidad de las mujeres en las últimas dos décadas (tal como se reflejan en el pensamiento de las teólogas y las terapeutas feministas), abren posibilidades nuevas y excitantes para la liberación tanto de las mujeres como de los varones para lograr el potencial pleno que Dios les ha otorgado. El cuidado y el asesoramiento pastorales deberían ser instrumentos para la completa liberación humana.

(14) *Los asesores y los terapeutas pastorales necesitan fortalecer sus fundamentos conceptuales y metodológicos acercándose a los nuevos sistemas y a las psicoterapias orientadas hacia el crecimiento.*

(15) *El cuidado pastoral puede y debe tener lugar en todas las diversas funciones del ministerio, incluyendo la predicación, el culto y la acción social.*

(16) *¡Para poder nutrir y hacer crecer con efectividad, los pastores deben continuar creciendo!* Para poder contagiar vida, debemos permanecer vivos. Para brindar sanidad, debemos ser lo suficientemente vulnerables como para encarar y aceptar nuestra propia necesidad de sanidad. Así, nos convertimos en «sanadores heridos» (Henri Nouwen). En mi experiencia, esta es el área más desafiante, difícil y excitante del ministerio pastoral.

Exploremos ahora varios de estos temas con más profundidad.

### La meta unificadora: la plenitud

En el idioma del cuarto evangelio (Jn. 10.10), la plenitud humana se describe como «vida... en abundancia». La misión de la iglesia en los noventa debe ser constituirse en *un centro de vida abundante*, un lugar para liberar, para nutrir, para fortalecer la vida en toda su plenitud, en los individuos, en las relaciones íntimas y en la sociedad y sus instituciones. La meta del ministerio, y del cuidado y asesoramiento pastorales como dimensiones vitales del ministerio, es lograr la mayor liberación posible de las personas en su contexto de relaciones y en su contexto social. La imagen del *puesto de salvataje* debe colocarse al lado de la imagen del *jardín*, donde se nutre el crecimiento de las personas a través de la vida, y de un *centro de capacitación*, donde se las equipa y potencia para ser agentes de plenitud en la vida de otras personas y en la sociedad.

La liberación es la intención unificadora del estilo de vida cristiano. El evangelio se experimenta como buena nueva dondequiera libere y faculte a las personas a vivir el sueño de Dios y su intención de que tengan vida en abundancia. La esencia de la liberación, en el contexto hebreo-cristiano, es la libertad de llegar a ser todo lo que uno tenga posibilidades de ser. La intención

unificadora de los diversos movimientos de liberación alrededor del planeta es la insistencia de que todas las personas tengan la oportunidad de descubrir y desarrollar sus posibilidades máximas. Como será evidente en estas páginas, el cuidado y el asesoramiento pastorales contemporáneos son instrumentos llenos de poder para la realización de este ministerio liberador que busca la plenitud de las personas.

Aquí encontramos una descripción más completa de la meta central del cuidado y del asesoramiento:

Facilitando el máximo desarrollo de las potencialidades de una persona, en cada etapa de la vida de manera que contribuyan al crecimiento de otros también y al desarrollo de una sociedad en la cual todas las personas tengan la oportunidad de utilizar todas sus potencialidades ... ayudando a las personas a obtener la liberación de sus prisiones de vida no vivida, de capacidades no utilizadas y de fuerzas desperdiciadas. El asesor es un agente liberador, un animador de un proceso por medio del cual la gente se libera para vivir una vida más plena y significativa. A través de esta experiencia liberadora, la gente descubre que la felicidad es un producto que surge de actualizar sus potenciales constructivos. La salud mental, espiritual y de las relaciones implica un movimiento continuo hacia una vida más plena, más gozosa y más productiva. La plenitud es un trayecto en el cual se crece, no es la llegada a una meta fija.<sup>2</sup>

El enfoque integral del cuidado y del asesoramiento pastorales nos ve como seres humanos que poseen una riqueza de fuerzas, ventajas y recursos que no han sido descubiertos ni desarrollados. Las evidencias que nos llegan de las ciencias de la psicología nos sugieren que la mayoría de nosotros no utiliza más que un pequeño porcentaje de nuestra creatividad e inteligencia potenciales, de nuestra capacidad de vivir disfrutando, amando y siendo útiles de acuerdo con las necesidades de nuestra sociedad.<sup>3</sup> Aquellos cuyo crecimiento se ha disminuido profundamente, los agobiados emocionalmente, los enfermos mentales, usan sus potencialidades aún menos. El desafío que confronta la iglesia en esta época es el de convertirse en un lugar donde este gran desperdicio de vida humana se reduzca drásticamente a medida que las personas despiertan a una vida más creativa, más celebrativa y más útil socialmente. La efectividad de las iglesias puede ser juzgada por el grado en el cual se ayuda a la gente a descubrir y desarrollar una vida en abundancia. Este crecimiento en la calidad de vida puede medirse algún día en una «escala AC», escala de Cociente de Vida.

## La esencia de la plenitud

La plenitud que la iglesia tiene como misión liberar y fortalecer, posee como centro a la plenitud espiritual. Esto significa que ayudar a que la gente experimente sanidad y crecimiento en la dimensión vertical (Tillich) de su vida es la esencia de todo cuidado y asesoramiento verdaderamente pastorales. Ayudar a la gente a aprender cómo aumentar el poder y la frescura de su fe, de sus valores, de su contacto cotidiano con el amante Espíritu del universo, es una meta implícita, o aun explícita, de todos los tipos de cuidado y asesoramiento pastorales, cualquiera sean sus objetivos.

Para facilitar una plenitud centrada en el Espíritu se requiere una integración continua de las ciencias psico-sociales y la psicoterapia y de los recursos provenientes de nuestra herencia teológica. Los asesores pastorales son personas con orientación teológica e informadas. Son conscientes, por la sabiduría de su tradición teológica, de los sorprendentes recursos y resistencias poderosas que existen en los seres humanos y la sociedad para realizar estas potencialidades. Estas resistencias reciben el nombre de «pecados» en el lenguaje teológico tradicional.

De este modo, la liberación incluye liberación *de*, liberación *hacia* y liberación *para*. Es *hacia* la vida en toda su plenitud, hacia un cuidado y habilidades que se incrementan, y hacia una vida creativa. Es *para* la vida en el Espíritu que se expresa en el servicio realizado con amor. (Estoy en deuda con Howard Stone por haber sugerido esta idea de la liberación «para».) Es *de* aquellas muchas fuerzas que existen en los individuos, las relaciones, los grupos y las instituciones que limitan, constriñen, y a veces ahogan el desarrollo pleno de las posibilidades otorgadas por Dios a las personas. Muchos factores pueden restringir el crecimiento hacia la plenitud: la falta de un adecuado suministro de amor maduro en los primeros años de vida; una crisis traumática o una serie de crisis (desamparo, divorcio, accidentes, desempleo, enfermedades serias, desastres naturales, guerra); la parálisis que provocan los conflictos internos, las ansiedades que debilitan, las consecuencias acumuladas de una vida irresponsable; los círculos viciosos que surgen en un matrimonio enfermo o en otras relaciones cercanas; y el crecimiento social e institucional de la opresión y de la injusticia. Cualquiera sea la causa de un crecimiento bloqueado, las personas afectadas son incapaces de relacionarse de manera que puedan satisfacer sus necesidades debido a los «alimentos» básicos que se requieren para obtener un crecimiento sano de la personalidad: la necesidad de dar y recibir amor; la necesidad de sentirse estimado por uno mismo y por los demás, la necesidad de seguridad, alimento y resguardo; la necesidad de autonomía interior y libertad; la necesidad de encontrar un sentido a las cosas; y la necesidad de una creciente y confiada relación con Dios. Estas

personas buscan pan, pero sólo pueden encontrar piedras. Su dolorosa hambre de corazón y su crecimiento detenido producen una variedad interminable de problemas psicológicos y psicósomáticos, de conflictos interpersonales y de comportamientos destructivos, que las dañan a ellas mismas, a otras personas y a la sociedad. Este dolor y la esperanza de aliviarlo las empuja a buscar asesoramiento o les da esa disposición a ser ayudados que muestran cuando el pastor se acerca a ellas. Este dolor los *empuja* mientras su débil esperanza de encontrar un camino mejor y más satisfactorio las *atrae* en busca de ayuda.

## Las seis dimensiones de la plenitud

El cuidado y el asesoramiento pastorales buscan fortalecer el crecimiento hacia la plenitud en cada una de las seis facetas interdependientes que existen en la vida de una persona:

- Animar la mente
- Revitalizar el cuerpo
- Renovar y enriquecer las relaciones íntimas
- Profundizar la relación personal con la naturaleza y la biósfera
- Crecer en relación con las instituciones significativas en la vida
- Profundizar y vivificar la relación personal con Dios.<sup>4</sup>

Los seres humanos somos sistemas abiertos. Nuestro crecimiento ocurre en las relaciones, en las seis dimensiones que mencionamos arriba. El crecimiento hacia una plenitud mayor en cualquier dimensión estimula y sostiene el crecimiento en otras dimensiones. La disminución de la plenitud en cualquier dimensión retarda el crecimiento de las otras. El cuidado y el asesoramiento pastorales integrales apuntan a capacitar a las personas para aumentar y equilibrar el crecimiento en estos seis aspectos de su vida.

El cuidado y el asesoramiento pastorales son efectivos hasta el punto de que ayudan a las personas a aumentar su capacidad de relacionarse de manera que nutran la plenitud que hay dentro suyo y de los demás. En la medida en que los individuos estén capacitados para establecer relaciones de crecimiento y mutua satisfacción de necesidades, son posibles los siguientes logros: Son capaces de encarar su carga de problemas, pérdidas y responsabilidades de manera más constructiva. Continúan desarrollando su personalidad única centrada en una relación creciente y más significativa con Dios. Aumentan su capacidad de ser agentes de reconciliación y de plenitud en su familia, en su comunidad y en su iglesia. Debido a que la plenitud siempre tiene que ver con las relaciones, la auto-realización es psicológicamente imposible. El crecimiento que quiere lograrse en forma egoísta, por sí mismo, se convierte en un callejón

sin salida. La meta del cuidado y del asesoramiento pastorales es la plenitud de la persona en sociedad. El crecimiento ocurre dentro de *pactos de plenitud* con otros. Estas son relaciones en las cuales existe el compromiso mutuo de nutrirse unos a otros para cumplir con el sueño de plenitud que Dios tiene para todas las personas. En estos pactos, cada persona tiene la responsabilidad de hacer que la parte que le toca en la relación sea significativa para ambos. El cuidado de uno mismo y la propia responsabilidad permiten entrar en este tipo de relación que nutre para el crecimiento. Debemos dar ahora una mirada más detenida sobre las seis dimensiones de la plenitud humana.

1. La primera dimensión —animar la mente— involucra desarrollar los ricos y parcialmente utilizados recursos de nuestra personalidad para pensar, sentir, experimentar, planear y crear. Las capacidades de la mente humana normal que permanecen inutilizadas son enormes. Enriquecer nuestra conciencia, liberar nuestra creatividad, profundizar nuestra perspectiva, agudizar nuestra atención, expandir nuestros horizontes intelectuales y artísticos, son parte de un enfoque del cuidado y del asesoramiento (y de la educación) pastorales centrado en el logro de la plenitud.

2. Animar la mente se relaciona de manera íntima con la segunda dimensión, la revitalización del cuerpo. Esto significa aprender a experimentar y a disfrutar del cuerpo de una manera más plena, y a utilizarlo de una manera más efectiva y cariñosa. Capacitar a las personas para superar la alienación de sus cuerpos y aprender a disfrutar de la plenitud del cuerpo, de la mente y del espíritu es una parte esencial del aconsejamiento liberador. Esto muchas veces significa que durante el aconsejamiento debe centralizarse la tarea en lograr una buena nutrición, la realización de ejercicios, la reducción del estrés, y en dar otros enfoques relacionados con la salud integral y el bienestar del cuerpo (ver pp. 218-222).

3. La tercera dimensión del cuidado y del asesoramiento pastorales es ayudar a la gente a reparar, renovar y enriquecer sus redes de relaciones significativas. Nuestras personalidades humanas se forman, deforman y transforman en las relaciones con los demás. La sanidad y el crecimiento dependen de la calidad de nuestras relaciones significativas. Para ejercer un ministerio de la plenitud resulta esencial apuntar a la sanidad de las relaciones y utilizar técnicas para el crecimiento.

4. La cuarta dimensión del cuidado y del asesoramiento pastorales es liberar nuestra relación con la biósfera aumentando nuestra conciencia, nuestra comunión y nuestro cuidado ecológicos. Las personas que se dedican al cuidado y el asesoramiento pastorales pueden ser más plenas —física, mental y espiritualmente— cuando se las ayuda a desarrollar y a apreciar una interacción nutritiva con nuestra gran madre, la Madre Naturaleza.

5. La quinta dimensión del cuidado y del asesoramiento pastorales es la liberación, la sanidad y el crecimiento institucional y social. La debilidad de mucho del trabajo de cuidado pastoral ha sido su «hiperindividualismo». El cuidado y el asesoramiento pastorales privatizados (junto a toda la religión privatizada en general) ignoran las maneras penetrantes en las que el racismo, el sexismo, la nueva era, el clasismo, el nacionalismo, el militarismo, la explotación económica y la opresión política mutilan la plenitud humana a escala masiva en todas las sociedades. Para corregir esta miopía, el *cuidado pastoral de grupos y de instituciones* debe ser considerado como otra faceta de la sanidad personal y de relación y del trabajo de crecimiento. El cuidado y el asesoramiento pastorales deberían incluir la creación de una conciencia para hacer que la gente se entere más de las raíces sociales de su dolor, de su quebrantamiento y de su crecimiento truncado. El cuidado y el aconsejamiento deberían apuntar a *liberar, motivar y capacitar* a las personas a trabajar con otras para hacer que nuestras instituciones sean lugares donde la plenitud se nutra mejor en cada uno. No puede existir una plenitud completa ni de largo término para los individuos y las familias en un mundo quebrantado, un mundo que destruye la plenitud con sus sistemas de injusticia, de pobreza, de violencia y de explotación.

Hay un principio, al que llamo *el principio Gandhi-Day-King-Lee*, que puede corregir el cuidado y al asesoramiento pastorales privatizados. Mahatma Gandhi, Dorothy Day, Martin Luther King, Jr. y Tai-Young Lee encierran cada uno en su vida una pasión por el crecimiento personal y espiritual: con una pasión igual por la transformación social.<sup>5</sup> *La concientización*, que aumenta la conciencia de las personas que reciben el cuidado pastoral sobre las raíces sociales de sus problemas individuales, y *la potenciación (empowering)*, que les da un sentido de su fuerza latente para trabajar con otros a fin de cambiar las injusticias sociales, son esenciales en los enfoques liberadores del cuidado y del asesoramiento.

6. La sexta dimensión del crecimiento hacia la plenitud —el crecimiento espiritual— atraviesa las otras cinco y las unifica. La clave para el florecimiento humano es una relación abierta, confiada, nutritiva y gozosa con el Espíritu de amor, la fuente de toda la vida, de toda la sanidad, de todo el crecimiento. Los métodos de sanidad y crecimiento espiritual tienen como objetivo resaltar nuestros significados, los valores que nos guían, nuestra fe, nuestros momentos de trascendencia («las experiencias de la cima», Maslow) y nuestra relación fortalecedora con el Espíritu creativo del universo. Los pastores cuentan con capacitación y recursos singulares para animar el crecimiento espiritual. La educación teológica debería equiparnos con recursos y técnicas para ayudar a la gente a sentirse viva en su propio interior, en lo más alto de su Ser, su punto de contacto interior con Dios.<sup>6</sup>

## La plenitud en cada etapa de la vida

El cuidado y el asesoramiento pastorales son más efectivos cuando se orientan hacia el desarrollo de las personas. Existen abundantes oportunidades para nuevos tipos de crecimiento en cada etapa del trayecto de la vida. Cada una de estas etapas trae consigo nuevos problemas, nuevas frustraciones, nuevas pérdidas y dolores. Pero, afortunadamente, cada etapa también brinda nuevas fuerzas, nuevos recursos y nuevas posibilidades. ¡Encarar de manera constructiva (y aun creativa) cada problema de la etapa en la que uno se encuentra involucra descubrir y desarrollar nuevas posibilidades en cada una de ellas! Como órgano social transgeneracional, una congregación ofrece grandes oportunidades para ejercer un ministerio mutuo de sanidad y crecimiento durante todas las etapas de la vida. El programa de cuidado pastoral de una congregación debería ayudar a la gente a utilizar sus crisis en su desarrollo como oportunidades para el crecimiento, respondiendo a los problemas y a las pérdidas de cada etapa con el desarrollo de fuerzas características de ese período de la vida. En grupos que estimulen el crecimiento, la gente puede descubrir nuevas dimensiones de la plenitud, que pueden desarrollarse en la etapa que están viviendo. Deberían estar disponibles otros grupos de crecimiento para permitir que la gente realice «pactos para alcanzar la plenitud» capaces de atravesar los límites generacionales.<sup>7</sup>

## La iglesia como una comunidad que cuida y libera

El cuidado pastoral, tal como se entiende en el Nuevo Testamento, es la tarea de toda una congregación que funciona como una comunidad que cuida, sana y permite el crecimiento. Este ministerio general debería proveer un ambiente de cuidado interpersonal, que se convierta en un factor crucial cuando la gente atraviesa pérdidas y crisis. Pertenecer a una red de cuidado mutuo de esta índole puede ayudar a prevenir la intensificación de las crisis. Puede destacar los efectos sanadores del asesoramiento y de la terapia para momentos de crisis. La tarea del pastor es la de capacitar, entrenar, inspirar y supervisar a los laicos en su ministerio dedicado al cuidado, mientras también usa los ricos recursos que surgen de su entrenamiento, de su rol profesional y del oficio pastoral para llevar adelante la tarea.

## Las crisis como oportunidades para el crecimiento

La vasta mayoría de las oportunidades para el cuidado y el aconsejamiento que surgen en la iglesia se dan en torno a las crisis de la vida. Existen dos tipos de crisis —las crisis del desarrollo, que ocurren alrededor de las transiciones normales en el trayecto de la vida, que nos producen estrés (como el casamiento,

el nacimiento, la graduación, la jubilación), y las crisis accidentales que generan estrés y pérdidas inesperadas (como las enfermedades, los accidentes, una operación, una mudanza, el desempleo, los desastres naturales)— que pueden sobrevenir en cualquier etapa de la vida. Uno de los objetivos del cuidado y del asesoramiento es el de capacitar a las personas para que respondan a las crisis como oportunidades para el crecimiento. Esto se realiza utilizando métodos para crisis de corto término, grupos de ayuda y crecimiento, y personas y equipos laicos entrenados para el cuidado. Cada crisis consiste también en una oportunidad para el crecimiento espiritual.

Debido a que el enfoque primordial del cuidado y del asesoramiento pastorales en el ministerio general es ayudar a la gente a encarar los problemas de su vida y sus crisis buscando el crecimiento, los métodos que se utilizan deberían apuntar a aumentar el carácter constructivo del comportamiento así como los sentimientos y las actitudes de esa índole. La terapia tradicional orientada hacia el interior de la persona sostenía que los cambios en el comportamiento casi siempre dan como resultado cambios en los sentimientos y en la percepción que se tiene de sí mismo. Esto es cierto, pero también es cierto lo opuesto. Los cambios constructivos en las relaciones y en el comportamiento muchas veces producen cambios significativos en los sentimientos y actitudes. Por lo tanto, el asesoramiento pastoral tiene como objetivo ayudar a las personas a considerar de manera constructiva sus problemas inmediatos, tomando decisiones, encarando responsabilidades y enmendando los comportamientos que lastiman a otros y a uno mismo, así como expresando, experimentando y eventualmente resolviendo sentimientos, actitudes y percepciones propios que bloquean el crecimiento. La parte de la personalidad que enfrenta a la realidad y a las relaciones es como un músculo. Se fortalece con la ejercitación y se debilita con la falta de uso. Por lo tanto, el asesoramiento tiene como meta ayudar a las personas a ejercitarse y así desarrollar sus habilidades potenciales para lograr hacer frente a las circunstancias. Al hacerlo por lo general ganan en fuerza, en competencia, en estima y en esperanza para enfrentar las crisis futuras.

## El uso de la autoridad y de la identidad pastoral

Este modelo define la modalidad y la estructura del cuidado y del asesoramiento pastorales como una instancia más variada e imaginativa que la simple entrevista estructurada de asesoramiento, la «hora de cincuenta minutos» en el consultorio de un terapeuta asesor. Mi experiencia en la tarea pastoral en una parroquia fue que la gran mayoría de las oportunidades fructíferas para el cuidado y el asesoramiento de una crisis tuvo lugar en ambientes informales, como, por ejemplo, en la sala de estar de un miembro de la iglesia, luego de una reunión de junta directiva de la iglesia, o estando

de pie en el corredor de un hospital cerca de una sala de operaciones. Las estructuras del asesoramiento formal —las citas para una entrevista, tiempos limitados ya definidos, un lugar de reunión privado, el «contrato» para el asesoramiento acordado, y aún la etiqueta de «asesoramiento»— son a veces posibles, pero en la mayoría de las oportunidades esto no se da así. El pastor debería descubrir que estos aspectos del asesoramiento tradicional, a pesar de ser útiles en algunas situaciones, no son esenciales para ayudar a la gente. La entrevista de asesoramiento estructurada es un enfoque efectivo en la tarea pastoral de sanidad y crecimiento. No obstante, para ayudar a la mayor cantidad de personas heridas, los pastores necesitan aplicar sus técnicas de asesoramiento en un sinnúmero de encuentros informales, muchas veces inesperados, con personas que luchan con cargas inestables, con decisiones complejas y con problemas que les provocan agonías.

Una de las ventajas más importantes que tiene un pastor es la de no necesitar esperar hasta que la gente pida o venga a buscar ayuda. Como el rol profesional del pastor está definido, se espera que tomemos la iniciativa en hacer que la ayuda esté disponible para aquellos que la necesitan pero que no están listos para solicitarla. Contrariamente al asesor secular y al psicoterapeuta, los asesores pastorales *pueden* tomar la iniciativa allegándose a aquellos que están en crisis y tendiendo puentes de confianza con ellos de manera que puedan aceptar la ayuda que se les ofrece.

El uso constructivo que hacen los pastores de su autoridad en el cuidado y en el asesoramiento es otro recurso único de la identidad pastoral. Un/a pastor/a tiene tanto la autoridad de su rol social como líder de una comunidad de fe como la de cualquier autoridad racional (utilizando la terminología de Fromm) que le otorgue su propia competencia. Estos dos tipos de autoridad casi siempre influyen de manera poderosa en una relación de cuidado y de asesoramiento.

### **El cuidado y el asesoramiento que abarcan los dos hemisferios cerebrales**

El investigador Roger W. Sperry (cuyos estudios le valieron el Premio Nobel de la Paz) reveló que los seres humanos tenemos un cerebro pero dos mentes que funcionan de manera simultánea.<sup>8</sup> A pesar de que existe una coordinación instantánea y una superposición considerable de funciones, el hemisferio izquierdo de nuestro cerebro tiende a especializarse en el habla, el razonamiento, el análisis, la evaluación y el pensamiento matemático y abstracto. Nuestro hemisferio derecho tiende a especializarse en la percepción, la imaginación, la integración, los esquemas y la conciencia. Esta es la parte del cerebro intuitiva, metafórica, la que integra lo no-analítico, la integral. Estos

descubrimientos tienen una importancia inmensa en el cuidado y el asesoramiento pastorales. Siguiendo el legado de Freud, el asesoramiento pastoral (y la psicoterapia en general) se ha orientado principalmente hacia el lado izquierdo del cerebro. Ahora necesitamos utilizar más métodos apropiados para el lado derecho e integrarlos con los enfoques analíticos del cerebro izquierdo. Es más probable que el ser humano se transforme si el asesoramiento involucra a toda la mente tanto del asesor (o del maestro) como de la persona que recibe cuidado o asesoramiento (o educación).

### **Una comprensión andrógena de la plenitud**

El cuidado y el asesoramiento pastorales en esta década deben estar abiertos a la transformación que ocurre a medida que la sociedad recibe el impacto creciente del cambio que está operándose en la identidad de las mujeres. Este es el cambio más fundamental de todos los cambios profundos que han ocurrido en nuestro tiempo porque involucra la transformación de la manera en que se define a sí misma la mitad de la sociedad. Esto nos desafía a muchos de los hombres a ser conscientes de la opresión creciente de nuestra identidad como varones y de nuestra necesidad de liberarnos. Las perspectivas de las psicólogas, de las terapeutas y de las teólogas feministas deberían sacudir los fundamentos de todas nuestras instituciones sociales, incluyendo el matrimonio y la iglesia en los años por delante. Para ser de incumbencia para el mundo que está surgiendo, el cuidado y el asesoramiento pastorales deben dar la bienvenida e integrar las perspectivas y las experiencias especiales de estas mujeres.

Comprender la plenitud tanto de mujeres como de varones en términos andrógenos es una de las contribuciones más importantes de las feministas a la salud y la sanidad integrales. «Por *plenitud andrógena* me refiero al desarrollo equilibrado del lado vulnerable de cada uno de nosotros, que nutre y que es sentimental (etiquetado inadecuadamente por Carl Jung como el lado 'femenino' de la personalidad) y del lado racional, asertivo y analítico de cada uno de nosotros (etiquetado inadecuadamente como el lado 'masculino'). La mayor parte de nosotros descuida el desarrollo pleno de uno de estos dos lados de nuestra personalidad. El asesoramiento para el crecimiento alienta a las personas a nutrir e integrar ambos lados, reconociendo que son complementarios, [y] aspectos igualmente valiosos de nuestra humanidad plena como mujeres y como varones.»<sup>9</sup>

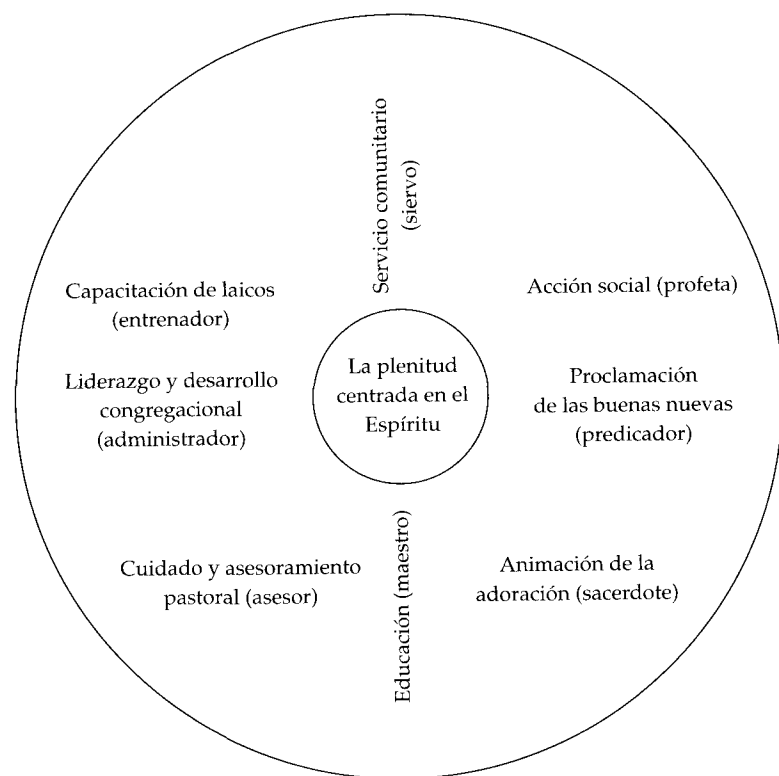
### **Terapias centradas en el crecimiento**

Para lograr la máxima efectividad en esta década, el asesoramiento pastoral necesita tener en cuenta las perspectivas y los métodos de una variedad de terapias nuevas centradas en el crecimiento. Nuestro campo necesita ampliar

sus fundamentos conceptuales y fortalecer sus metodologías abriéndose a estas terapias: gestáltica, psicosisíntesis, análisis transaccional, terapias corporales, terapias del comportamiento-acción, terapias feministas, y cualquier otra terapia radical, y las terapias sistémicas que incluyen el asesoramiento conjunto de parejas y familias. Las terapias radicales ofrecen un vínculo conceptual entre el crecimiento personal y el cambio social, entre las dimensiones personales y proféticas del ministerio.

## El cuidado pastoral y otras funciones del ministerio

El diagrama en esta página muestra las interrelaciones complementarias entre las principales dimensiones del ministerio:



Todas las funciones tienen una única meta unificadora: aumentar la plenitud humana centrada en el Espíritu. Cada función puede ser instrumento de crecimiento y de sanidad, un canal para el cuidado pastoral. *La predicación centrada en la persona* es una de las oportunidades más valiosas para destacar la plenitud en una congregación, expandiendo sus horizontes, iluminando con

la luz de la sabiduría bíblica sus problemas terrenales y confrontándola con el espíritu de amor, con la necesidad de crecer. *La adoración*, la experiencia grupal central de la congregación, puede ser una manera de ayudar a la gente a resolver su culpa, experimentar la dimensión trascendental de la vida, renovar su confianza fundamental y nutrir su hambre espiritual. *La educación* es la manera en que una congregación acompaña el crecimiento integral de la persona y le enseña los conocimientos importantes de nuestra tradición religiosa. La variedad de clases para la enseñanza bíblica y de grupos para el crecimiento que ofrece una congregación puede ser jardines de cuidado mutuo, donde se cultiven el crecimiento y las relaciones entre las personas. *El liderazgo y el desarrollo congregacionales* son maneras de crear y mantener grupos, organizaciones y estructuras sanas, dentro de las cuales florezca la plenitud. El centro del desarrollo organizativo (DO) de una congregación debe estar en una concepción de administración de la iglesia basada en la valoración de las personas. *La capacitación del laicado* involucra liberar la riqueza de los dones para el ministerio mutuo en una congregación a través de un programa de entrenamiento. *El ministerio profético* busca cambiar a una comunidad y a sus instituciones de manera tal que apoyen la plenitud en cada una de las personas y no la sofoquen. *El servicio a la comunidad* es un ministerio hacia afuera para servir las necesidades de la gente en la comunidad más amplia de la iglesia, que también debe ser cuidada, comunidad que se extiende en círculos concéntricos para incluir a la comunidad global. Un aspecto valioso de la singularidad del aconsejamiento *pastoral* es que se trata de parte de una red de funciones que permiten el crecimiento y que son potencialmente complementarias. El modelo integral de ministerio que describimos en el esquema puede ayudar a los pastores a reducir la sensación de fragmentación y de conflicto entre sus funciones esenciales.<sup>10</sup>

Para ilustrar algunas de las maneras en que dos funciones pastorales pueden apoyarse y enriquecerse mutuamente, consideremos de cerca la relación entre predicación y asesoramiento. La predicación que apunta al crecimiento ofrece una oportunidad regular de comunicar el mensaje cristiano (el evangelio o las buenas nuevas) de manera que se afirme la vida, se fortalezca la estima, se nutra para el crecimiento y se desafíe. Puede hablar «siguiendo la verdad ‘que libera’ en amor» (Ef. 4.15). Los sermones que se centran en las personas pueden reflejar, para parafrasear el dicho familiar de Harry Emerson Fosdick, el cuidado y el asesoramiento individual en escala grupal. Al estar involucrados, a través del cuidado pastoral, en los problemas y las esperanzas, los temores y los sueños de los miembros de su iglesia, los predicadores pueden hacer que la sabiduría de la Biblia se refiera a las preocupaciones reales de la gente. La

predicación dialógica puede verse facilitada por el uso de una variedad de pequeños grupos de diálogo antes y después del sermón, donde los laicos tengan la oportunidad de intercambiar sus ideas con el predicador acerca de un tema bíblico o de temas de vida que centran su atención. La predicación muchas veces da lugar a oportunidades para el asesoramiento pastoral. Durante mis años de ministerio en una congregación, aprendí a evaluar la pertinencia de mis sermones por las oportunidades que abrían (o no) a las aflicciones y esperanzas reales de la gente durante la semana siguiente.

### **El modelo del crecimiento liberador a la luz de nuestra tradición**

Es importante que los asesores pastorales nos veamos dentro de la larga y rica tradición del cuidado pastoral. Cuando los pastores se involucran en el cuidado y el asesoramiento de personas con problemas, caminan en las huellas de una larga fila de pastores sensibles y dedicados que atraviesa los siglos hasta llegar a un joven carpintero judío, cuyas palabras y contacto trajeron consigo sanidad y crecimiento a las personas con problemas en el primer siglo. El caminó en las huellas de los «guías sabios» de su tradición religiosa. En los primeros siglos de la iglesia, el cuidado pastoral recibía el nombre de «cura de almas». La palabra cura (del latín *cura*) significa, en algunos casos, «sanar»; más comúnmente quería decir «cuidar». El significado de esta palabra incluía tanto el concepto de sanidad como el de crecimiento.<sup>11</sup>

La tarea de cuidado y asesoramiento de los pastores adquiere una dimensión profunda si se tiene en cuenta que son parte de una larga tradición, que incluye a grandes ministros como Juan Crisóstomo (404 d.C.), Ambrosio de Milán (397 d.C.), Martín Lutero, Richard Baxter, Horace Bushnell y Washington Gladden. La tradición también incluye una larga lista de mujeres religiosamente motivadas, dedicadas a los necesitados, incluyendo a Elizabeth Anne Seton, Harriet Beecher Stowe, Elizabeth Blackwell, Florence Nightingale, Frances Xavier Cabrini, Jane Addams y Dorothy Day. Con Crisóstomo, un pastor puede considerarse como «médico del alma». Puede inspirarse y obtener energía al saber que es parte de una antigua tradición dedicada al cuidado y a la ayuda, la más antigua de las profesiones.

El florecimiento contemporáneo de este antiguo ministerio no debe enneguarnos ante nuestra preciosa herencia. El cuidado y el asesoramiento pastorales son como una planta vigorosa con profundas raíces en la sabiduría del pasado. Su florecimiento en la última mitad de este siglo resulta de la convergencia de cuatro corrientes: el movimiento de capacitación para la clínica pastoral; una nueva concepción de los seres humanos que surge de las

ciencias sociales y de las ciencias del comportamiento; el florecimiento de las psicoterapias contemporáneas; y el interés creciente en la psicología y en la psicoterapia, que comenzó a surgir en los Estados Unidos durante la Segunda Guerra Mundial y después de ella. En la iglesia de hoy, las corrientes nuevas han desembocado en la corriente del cuidado pastoral, que se expande en este siglo y produce un río de sanidad y de crecimiento semejante al Mississippi. Para dar otro ejemplo, estas nuevas corrientes han negado la antigua planta del cuidado pastoral, ¡produciendo un florecimiento sin precedentes en nuestro siglo! Los pastores asesores deberían aprender todo lo que pueden de sus fuentes contemporáneas, pero su identidad debería moldearse en la tradición del pastor, que los siglos han probado, y no en el modelo reciente del psicoterapeuta.

El renacimiento contemporáneo del cuidado pastoral comenzó a mediados de la década de los veinte con la contribución pionera de Richard Cabot, Anton Boisen, Philip Quiles, Russell Dicks, y otros que iniciaron el movimiento para la educación en clínica pastoral (ECP).<sup>12</sup> De su propia enfermedad —un brote psicótico en el caso de Boisen y una tuberculosis de hueso en el caso de Dicks— estos dos capellanes comenzaron a capacitar a seminaristas y pastores en los propios hospitales donde pastoreaban a personas en crisis bajo una supervisión cuidadosa. El ambiente donde se capacitaba para la ECP y la orientación de atención a lo patológico que se tenía en el psicoanálisis de los primeros años (con énfasis en el diagnóstico y el tratamiento de las enfermedades), provocó que el asesoramiento pastoral se orientase hacia las patologías durante las décadas de los cuarenta y los cincuenta. Sin embargo, la poderosa influencia de Carl Rogers durante su período de formación le otorgó a este arte pastoral algo del énfasis en el logro de un equilibrio centrado en el crecimiento, aunque también tendió a que la entrevista psicoterapéutica formal, con la perspectiva intrapsíquica como meta, fuera la norma en el asesoramiento pastoral. El paradigma que se describe en este capítulo busca continuar con este proceso ofreciendo un modelo aún más integral, centrado en el crecimiento, orientado sistémicamente, no jerárquico, con orientación hacia el crecimiento y la liberación, abarcador de las perspectivas feministas, y profundamente enraizado en nuestra tradición espiritual y en la identidad pastoral.

En su compendio de recursos para el cuidado pastoral que surgen de la historia de la iglesia, William A. Clebsch y Charles R. Jaekle destacan las funciones del cuidado pastoral a lo largo de cuatro siglos: (1) *Sanar*: «una función pastoral cuyo objetivo es superar algún tipo de deterioro restaurando a la persona a su plenitud y guiándola para superar su condición previa». (2) *Sostener*: «ayudar a una persona afligida a soportar y superar una circunstancia en la cual la restauración a su condición anterior o la recuperación



de su enfermedad es imposible o tan remota que parece improbable». (3) *Guiar*: «asistir a personas confusas para que realicen elecciones seguras entre distintas alternativas de pensamiento y acción, cuando se considera que estas elecciones pueden afectar el estado presente y futuro de su alma». (4) *Reconciliar*: «buscar reestablecer las relaciones rotas entre el hombre[sic] y su semejante y entre el hombre y Dios». <sup>13</sup> Históricamente, la reconciliación ha utilizado dos modalidades: el perdón y la disciplina.

Agregaría una quinta función esencial del cuidado pastoral, que también ha sido una motivación persistente en la historia de la iglesia: *nutrir*. El objetivo de nutrir a las personas es capacitarlas para desarrollar las potencialidades que les ha dado Dios, a lo largo del trayecto de la vida con todos sus valles, cumbres y planicies. En el lenguaje teológico tradicional, este proceso de crecimiento recibe el nombre de «santificación». A pesar de que la tarea de nutrir se superpone y se interconecta con las otras cuatro funciones interdependientes, es también una función distintiva y crucial del cuidado pastoral. Nutrir y guiar son funciones del cuidado pastoral con las que están muy interconectados la educación y el asesoramiento.

El desarrollo completo del cuidado y del asesoramiento pastorales en esta década depende de la utilización de estos cinco lineamientos que aparecen en la tradición del cuidado pastoral. También depende de la interacción vigorosa y del desarrollo equilibrado, dentro de una comunidad de fe, de cada una de estas funciones relacionadas con el cuidado, aplicadas a las necesidades especiales de la gente en nuestra sociedad de cambios rápidos. Existen abundantes oportunidades para el *cuidado* y el *asesoramiento* pastorales dentro de cada una de estas áreas funcionales. Afortunadamente, existen modalidades modernas para implementar estas funciones antiguas. Cuando se remarcan las modalidades contemporáneas para llevar a cabo estas funciones tradicionales, el cuidado y el asesoramiento que realiza la iglesia se aparta del modelo predominantemente médico o psicoterapéutico para reclamar su identidad pastoral. En este diagrama explico lo que quiero decir:

Función del cuidado pastoral	Expresión histórica	Expresiones de cuidado y asesoramiento contemporáneos
Sanar	Unción, exorcismo, santos y reliquias, sanadores carismáticos	Psicoterapia pastoral, sanidad espiritual, asesoramiento para el matrimonio y terapia

Sostener	Preservar, consolidar, consolar	Cuidado y asesoramiento de apoyo, asesoramiento en las crisis, cuidado y asesoramiento en la aflicción
Guiar	Asesorar, aliviar, escuchar	Consejos educativos, decisiones en corto plazo, asesoramiento de confrontación, dirección espiritual
Reconciliar	Confesión, perdón, disciplina	Asesoramiento matrimonial, asesoramiento existencial (reconciliación con Dios)
Nutrir	Capacitar a nuevos miembros en la vida cristiana, educación religiosa	Asesoramiento educativo, grupos de crecimiento, enriquecimiento familiar y matrimonial, cuidado que aliente el crecimiento en las crisis del desarrollo

### Las plataformas continentales se deslizan

La falla de San Andrés pasa a una corta distancia de la cabaña en las montañas del sur de California adonde acostumbro ir a reflexionar y escribir. Mi mente recapacita cuando camino o corro a lo largo de esta zona de fallas geográficas para recordar que aquí la enorme plataforma del Pacífico se encuentra con la plataforma continental que rodea por debajo a América del Norte. En su libro *New Rules: Searching for Self-Fulfillment in a World Turned Upside Down* (Nuevas reglas: en busca de autorrealización en un mundo al revés), Daniel Yankelovich utiliza la imagen de las vastas plataformas continentales en movimiento (lo que produce terremotos, volcanes y montañas) para describir lo que ocurre en la sociedad estadounidense. <sup>14</sup> Se operan cambios profundos en las aspiraciones, los sueños y las imágenes que guían nuestra cultura. Buena parte de la agitación y el conflicto de nuestra sociedad contemporánea se relaciona con estos cambios radicales que todo lo sacuden.

La búsqueda de sentirse realizado o de lograr la plenitud no se limita a los jóvenes ni a los ricos, como sucedía en las décadas de los sesenta y de los setenta. Yankelovich informa: «Estudios realizados en todos los sectores sociales estadounidenses muestran sin margen de error que la búsqueda de sentirse realizado es, en cambio, una efusión de sentimiento y experimentación popular, un fenómeno envolvente, auténticamente de base, que de una manera u otra involucra a casi el 80% de los estadounidenses adultos». <sup>15</sup> Como expresiones de este deseo poderoso por sentirse realizado, cita el movimiento de las

mujeres; el interés por la salud integral y la armonía corporal; los movimientos ambientalistas; los movimientos de auto-ayuda que incluyen el movimiento de hospedaje; la búsqueda de nuevas satisfacciones en el uso del tiempo libre y en las actividades recreativas; la mayor aceptación de la sexualidad humana; los crecientes desafíos a las concepciones reduccionistas, científicas y tecnológicas del mundo; y el nuevo pluralismo y la libertad de elección que permiten que muchas personas cambien de profesión, de esposo o esposa, de residencia, de fe y de creencias.

Yankelovich ve un cambio fundamental en los valores de nuestra cultura. Estamos alejándonos de la vieja ética del trabajo, que valoraba la responsabilidad, el deber y el éxito (definido en términos de lograr poder, prestigio y propiedad en la lucha competitiva). Nos movemos en una ética de la auto-actualización privada, que glorifica la libertad, la espontaneidad y el hacer lo propio (una formación reactiva al cercenamiento de la individualidad que realizaba la ética tradicional), y hacia una nueva ética del compromiso, que valora la responsabilidad mutua en las relaciones. Lo que Yankelovich describe es similar a lo que llamo ética del compromiso con la plenitud propia, en otros y en la sociedad. Estos lineamientos éticos premian los valores auténticos de la ética del trabajo tradicional, pero los equilibra con los valores saludables de la ética de la actualización. Este proceso integrador puede producir una valoración de la libertad responsable, del compromiso creativo, de la intencionalidad traviesa, y de los pactos para el crecimiento hacia la plenitud en las relaciones.

En lugar de ser una continuación de la cultura del narcisismo y de la generación del yo, un compromiso con la plenitud puede proveer a nuestra sociedad una visión integral y liberadora, que necesitamos desesperadamente para que nos ayude a guiar esta transformación cultural. La sabiduría de la tradición hebreo-cristiana tiene recursos invaluable para brindar a la concepción de plenitud que tiene nuestra cultura. Una iglesia viva y alerta ante el contexto social cambiante puede convertirse en el centro de la transformación, donde la gente aprenda a vivir la vida abundante en un momento turbulento y excitante de la historia. En medio de la convulsión que producen el caos, la opresión y la violencia en nuestro mundo confuso, esta visión parece una fantasía. Pero la tarea de las personas comprometidas con la religión ha sido la de soñar sueños imposibles (en el peor de los tiempos) y ¡trabajar tenazmente para que se conviertan en realidad! Con la guía de una ética integral, el cuidado y el asesoramiento pastorales pueden convertirse cada vez más en instrumentos efectivos de sanidad y de transformación, y ¡así participar en el nacimiento de una nueva era de plenitud humana centrada en el Espíritu que abarca al planeta tierra!

## CAPÍTULO 3



### **La misión, la base bíblica y la singularidad del cuidado y asesoramiento pastoral**

En nuestro tiempo hemos sido desarraigados de nuestra tierra de origen, llevados por una sociedad móvil y cambiante. Estamos solos en medio de multitudes a las que no parece importarles nada, empujados hacia atrás y hacia adelante por máquinas para servir y ser servidos, hasta que nosotros también nos convertimos en seres mecánicos y actuamos como máquinas. Nos encontramos con otras personas como extraños, casi siempre con contactos externos al pasar o alejándonos a los saltos como si fuéramos pelotas de goma. No conocemos la vida interior de otras personas; de manera que prestamos atención principalmente al aspecto exterior. Alienados de ellos o utilizados por ellos, estamos vacíos por dentro, somos almas perdidas por las que nadie parece preocuparse. Nunca hubo tanta urgencia por alguien que nos tome en cuenta. ¿Cómo puede un pastor cuidar a su gente en este mundo?

—PAUL E. JOHNSON<sup>1</sup>

El cuidado pastoral es una respuesta a la necesidad que cada persona tiene de encontrar calidez, alimento, apoyo y cuidado. Esta necesidad aumenta durante épocas de estrés personal y de caos social. El asesoramiento pastoral es una expresión reparadora del cuidado pastoral, que busca sanar a aquellos que están sufriendo una crisis inducida por la disfunción y el quebrantamiento. Muchos de los que buscan la ayuda de un pastor no son parte de una iglesia ni de ningún otro tipo de comunidad. Son los solos y los alienados en nuestra sociedad, cuya necesidad de cuidado es aguda. Menos obvias, pero no siempre

menos dolorosas, son las necesidades de aquellos que están «perdidos dentro de sí mismos en nuestras congregaciones».² Así, el ministerio de cuidado y asesoramiento que ejerce una congregación tiene una misión tanto *hacia adentro* como *hacia afuera* en relación con las personas, dondequiera estén en necesidad. Con tan altos índices de desorganización personal y social, ¡la necesidad por este tipo de ministerio nunca ha sido más grande!

### La importancia crucial del asesoramiento pastoral

Recuerdo la imagen vívida que se despertó en mi mente un domingo cuando era pastor de una parroquia. Al mirar a la congregación vi a un hombre que había internado a su esposa en un hospital para enfermos mentales la semana anterior, a una esposa joven profundamente deprimida por la muerte trágica de su esposo, a un matrimonio que hacía poco se había enterado que su hijo tenía leucemia, a un alcohólico que estaba luchando con su adicción, a una pareja que se esforzaba por superar la agonía de la alienación en su matrimonio, a un alumno de secundario cuya novia estaba embarazada, a una mujer deambulante que era paranoica y que no había respondido al tratamiento psiquiátrico, a un hombre que enfrentaba una cirugía por un problema que sospechaba que era maligno, y a otro hombre que anticipaba con terror cercano el vacío que temía que la jubilación trajera a su vida. Estoy seguro de que otras personas en esa congregación de tamaño medio debían estar llevando pesadas cargas de las cuales yo no era consciente.

Estas personas muchas veces confían su propia vida en las manos del asesor pastoral. Con frecuencia, el pastor es la única persona a la que permiten entrar en sus infiernos privados. En su necesidad desesperada, abren su corazón al pastor, sea que el pastor o la pastora merezcan esta confianza o no. Como lo señala Wayne Oates, los pastores (cualquiera sea su capacitación) no gozan del privilegio de decidir si quieren asesorar a una persona o no. La «elección no es entre asesorar y no asesorar, sino entre asesorar de manera disciplinada y con las técnicas apropiadas y asesorar de una manera indisciplinada y sin técnica».³ Muchas personas necesitadas ven al ministro como un pastor competente y confiable al que pueden pedirle que camine con ellas a través de sus valles de sombra. Si el pastor no tiene los conocimientos requeridos, esas personas están recibiendo piedras cuando en realidad pidieron pan.

En 1957, se realizó un estudio sin precedentes sobre todos los adultos estadounidenses, para descubrir cuántos de ellos habían buscado ayuda para un problema personal y a quién habían recurrido.⁴ El estudio se repitió en 1976, y los resultados se volcaron en el libro *Mental Health in America, Patterns of Help-Seeking from 1957-1976* (Salud mental en los Estados Unidos. Modelos de búsqueda de ayuda de 1957 a 1976).⁵ Los cambios en estas dos décadas son

impresionantes. En 1957, sólo uno de cada siete estadounidenses (14%) informaba haber buscado ayuda profesional debido a un problema personal. En 1976, el porcentaje era de *uno cada cuatro estadounidenses* (26%). La siguiente tabla muestra los cambios durante estas dos décadas en el tipo de ayuda que la gente buscó:⁶ el aumento en el uso de los profesionales de la salud mental (del 27 al 49%) probablemente refleje la existencia de una comunidad de centros de salud mental a lo ancho de todo el país, que brinda ayuda sobre la base de la capacidad de pago. Pero, como observan los autores del informe del estudio 1976, «a pesar del claro e importante viraje hacia los profesionales de la salud mental por problemas personales, que ocurrió en 1976, uno no puede dejar de sentirse impresionado por el rol importante que continúan desempeñando los clérigos al asistir a los estadounidenses en el tratamiento de sus problemas personales ... En 1976, uno de cada diez estadounidenses decía que cada tanto hablaba con sus clérigos de sus problemas personales.»⁷

A pesar del aumento de la disponibilidad de servicios de salud mental, un porcentaje considerablemente alto de estadounidenses ha buscado más el asesoramiento de clérigos, que de cualquier otro profesional similar. De los que buscaron ayuda de los pastores, 36% eran hombres y 41% eran mujeres. Entre los que buscaron ayuda y tenían alrededor de los 20 años, un 42% recurrieron a un clérigo. Entre los mayores de 60, el porcentaje fue del 45%. Entre las personas que van a la iglesia más de una vez por semana, el 68% había buscado al pastor cuando necesitaba ayuda.

	1957	1976
Clérigos	42%	39%
Médicos (no psiquiatras)	29%	21%
Psiquiatras y psicólogos	17%	29%
Otros profesionales de la salud mental	10%	20%

¿Con qué tipo de problemas había recurrido la gente a sus pastores, de acuerdo con el estudio de 1976? Al definir sus problemas, un 35% fue a sus pastores por problemas personales que involucraban una falla en una relación, otro 19% por problemas que involucraban una falla en otra persona, y otro 16% por una falla en sí mismos. Debido a una crisis, como una enfermedad o el fallecimiento de un ser querido, otro 16% buscaba ayuda de un clérigo. Debido a cuestiones prácticas, no psicológicas, otro 8% había buscado una consulta. Este estudio destaca la importancia de los pastores en el asesoramiento matrimonial y en el ejercicio de técnicas para el asesoramiento en momentos de crisis.⁸

¿Qué tipo de ayuda dijeron recibir de sus clérigos? La ayuda que recibió un 51% provino de «conversaciones y asesoramiento»; un 18% informó que había

recibido «consuelo y la capacidad de sobrellevar el problema»; un 15% informó haberse sanado o haber logrado un cambio en la relación.

Desde el punto de vista de los receptores, ¿cuánta ayuda les brindó el asesoramiento con clérigos? Un 80% respondió «muchísima ayuda», «ayuda» o «ayuda (de alguna manera calificada)». Sólo un 11% informó que buscar el asesoramiento de un clérigo no le había sido de ayuda. La ayuda de un clérigo, tal como surge de la evaluación de los receptores, era algo mejor que la recibida de otros profesionales.<sup>9</sup> Este estudio confirma la función estratégica que cumplen los pastores como asesores en nuestra sociedad. Es obvio que continuamos en la primera línea en la lucha por ayudar a personas agobiadas.

Es importante obtener la mejor capacitación supervisada que sea posible en el campo del asesoramiento, tanto académica como clínica, no sólo para evitar dañar a otros sino para maximizar las propias capacidades y ser un instrumento de sanidad. Un asesor competente casi siempre tiene el privilegio de guiar a otros seres humanos en su trayecto interior hacia la plenitud. La sensibilidad y la habilidad en el asesoramiento permiten que uno pueda pararse en el suelo sagrado donde crece la personalidad y ocurren las transformaciones. Uno puede ser un catalizador en un proceso de sanidad y crecimiento, una partera pastoral en el renacimiento de las personas a una dimensión mayor de su humanidad. El pastor que ha pagado el precio de un estudio y de una capacitación disciplinados para llegar a ser competente conoce cada tanto la maravilla, la sorpresa y el gozo que llegan con el logro: «¡Mi persona, con todas sus flaquezas y fragilidades, ha sido un instrumento por medio del cual el Espíritu del amoroso universo trajo sanidad y crecimiento a otro ser humano!» Cualquiera cosa que hagan los estudiantes de teología o los pastores para aumentar sus conocimientos en esa área pagará ricos dividendos a lo largo de todo su ministerio.

La capacitación en el cuidado y el asesoramiento puede aumentar también la efectividad de los pastores en los aspectos de su trabajo que no están relacionados con estas áreas. Las técnicas relacionadas con el cuidado son básicamente técnicas en comunicarse y relacionarse de manera que se estimule el crecimiento. Como cada faceta del complejo trabajo de un pastor se relaciona y comunica en su esencia, el ministerio total puede beneficiarse de la sensibilidad y las técnicas adquiridas en la capacitación para el asesoramiento. Los mismos principios de dinámica interpersonal están involucrados en el asesoramiento y en otras funciones pastorales. Aprender a escuchar los sentimientos de los demás con empatía, por ejemplo, tiene un efecto profundo en todas las relaciones pastorales.

## El cuidado y asesoramiento pastoral hace teología

La relación entre la práctica del cuidado pastoral y del asesoramiento con nuestra tradición bíblica es una calle de doble vía. Las perspectivas que provienen de la tradición iluminan, informan y guían la práctica de esas artes pastorales, y la práctica lleva a la vida verdades bíblicas fundamentales al permitir que se encarnen y se experimenten en las relaciones humanas. En el asesoramiento, las verdades bíblicas ¡se iluminan al aplicarse y comprobarse en el terreno de las luchas y del crecimiento humanos! ¡En este sentido, el cuidado y asesoramiento pastoral es una manera de *hacer teología*!

En las relaciones de asesoramiento, un pastor y su gente luchan juntos con cuestiones teológicas fundamentales en un nivel personal profundo. Sea que se identifique o no se identifique a las cuestiones con etiquetas teológicas —y en nuestra cultura secularizada, por lo general, no ocurre esto— están en la esencia del cuidado y del asesoramiento. El pecado y la salvación, la alienación y la reconciliación, la culpa y el perdón, el juicio y la gracia, la muerte espiritual y el renacimiento, la desesperación y la esperanza están entretelados en la tela que conforma la interacción de sanidad y crecimiento entre el pastor y el miembro de la iglesia.

No debe sorprendernos que verdades de la tradición hebreo-cristiana revivan en las relaciones de asesoramiento pastoral. David Roberts, uno de mis mentores, observa: «Todo lo que es válido en el descubrimiento que hace Cristo de Dios es universalmente operativo en la vida humana, y, por lo tanto, puede verificarse dentro de la experiencia».<sup>10</sup> En la medida en que, por medio del cuidado y del asesoramiento, las personas se liberan del cautiverio de sus conflictos interiores y de la opresión que ejercen sobre sí mismas, superan la alienación de los demás, aumentan su capacidad de amar y de vivir la vida en toda su plenitud; ¡en este punto la experiencia de asesoramiento ha incorporado las verdades teológicas que están en la esencia de toda la vida y de las relaciones humanas! Una relación de cuidado y asesoramiento efectiva se convierte entonces en parte de la encarnación continua del Espíritu del Dios creador en la vida de la gente herida y esperanzada.

Ahora pasaré a describir algunas imágenes y perspectivas bíblicas que cobran vida para mí en la tarea de sanidad y crecimiento (conmigo y con otros). Éstos son algunos de los temas bíblicos con los cuales pueden dialogar las personas que ejercen el ministerio del cuidado y del asesoramiento, para iluminar y otorgar energía a su ministerio. Este diálogo continuo se da entre la concepción que tiene un pastor de las perspectivas que provienen de nuestra herencia religiosa y que han sido comprobadas en el tiempo (informado por un estudio crítico de la Biblia) y los problemas terrenales de la vida con los cuales las personas luchan en todas las instancias de asesoramiento.

Existen varias razones por las cuales es importante integrar perspectivas bíblicas en la práctica de este ministerio. Como la Biblia es la fuente de nuestra tradición espiritual occidental, mantenerse cerca de ella puede ayudarnos a mantenernos enraizados en sus verdades, que nutren la integración personal. En segundo lugar, estar en un diálogo continuo con las concepciones bíblicas puede generar actitudes y conciencia en la persona que está recibiendo el cuidado y facilitar tanto la sanidad como el crecimiento. En tercer lugar, al trabajar con personas en cuyo trasfondo están aún vivas las imágenes bíblicas, pueden utilizarse las imágenes y verdades arquetípicas de la Biblia como instrumentos de transformación creativa. Las imágenes, los relatos y las metáforas bíblicas vívidas son modos de comunicar las verdades profundas de la vida utilizando la modalidad del lado derecho del cerebro. Son un poder que sustenta la vida de muchas personas que no tienen acceso al poder y que aman la Biblia. En cuarto lugar, *la sabiduría bíblica* sobre la naturaleza de la plenitud es necesaria para *criticar, corregir, y enriquecer* la concepción de la plenitud que tiene la psicología contemporánea. En varios aspectos importantes, existe una concepción más realista y profunda de la plenitud en la Biblia, que en la psicología humanista.

### Imágenes bíblicas de la plenitud

El registro bíblico destaca repetidamente las *notables* potencialidades que tenemos los seres humanos. El salmista nos describe como creados en un nivel «poco menor que los ángeles» (Sal. 8.5). El primero de los dos relatos de la creación en Génesis asevera que estamos creados a la imagen o semejanza de Dios (Gn. 1.27). En la antropología de la Biblia judía, se aprecian todos los aspectos de las personas, no sólo su mente o su espíritu, como creados a la imagen divina.<sup>11</sup> La meta de la vida cristiana es desarrollar nuestra personalidad única a semejanza de la divina. El propósito de todo el ministerio, incluyendo el cuidado y asesoramiento pastoral, es facilitar este logro.

Como lo señalamos con anterioridad, las buenas nuevas según Juan nos describen que el propósito de Jesús al venir a este mundo es que la gente tenga «vida ... en abundancia» (Jn. 10.10). La vida en abundancia es la manera bíblica de hablar acerca de la salud integral centrada en el Espíritu o de la plenitud centrada en el Espíritu. La tarea a lo largo de la vida de descubrir y desarrollar nuestras posibilidades singulares es el medio por el cual la imagen de Dios florece y la vida abundante se realiza.

La parábola de los talentos, que Jesús narró (Mt. 25.14-30), es una declaración enfática de la importancia de desarrollar sabia y plenamente los recursos que Dios nos brinda. En la segunda carta a Timoteo, Pablo lo exhorta: «que avives

el fuego del don de Dios que está en ti ... porque ... nos ha dado Dios espíritu ... de poder, de amor, y de dominio propio» (2 Ti. 1.6-7).

La concepción bíblica de la plenitud es clara en cuanto los seres humanos no son Dios, a pesar de que fueron creados a la semejanza divina. Es esencial ser conscientes de la finitud, de las limitaciones y de los quebrantamientos que nos son propios, como también ser conscientes de nuestras notables potencialidades. Sin esto, podemos caer fácilmente en la idolatría de nosotros mismos y en el orgullo narcisista, que aliena a las personas de la nutritiva interacción con otras personas, con la biósfera y con Dios.

Rollo May señala que decirle a la gente que sus posibilidades son ilimitadas puede quitar energías y asustar: «Es como poner a alguien en una canoa y empujarlo al Atlántico hacia Inglaterra con un comentario alegre: 'el límite es el cielo'. La persona que está en la canoa sabe demasiado bien que otro límite real inescapable está en el fondo del océano.»<sup>12</sup> La conciencia de que somos seres finitos y de que nuestro crecimiento está limitado por aquellas cosas que nos son «dadas» y que no pueden cambiarse —por ejemplo, nuestra herencia, nuestro contexto socio-cultural, nuestro marco histórico, nuestra edad y nuestra salud física— puede hacer que tengamos los pies sobre la tierra y que seamos constructivamente humildes (de la palabra *humus* que significa «terrenal»). Esto puede constituir un fundamento para nuestra autoestima basado en la realidad y así reducir el narcisismo y el orgullo (las defensas contra la baja autoestima) que socavan la plenitud. No es fácil aceptar nuestra finitud ineludible, pero es esencial para el largo trayecto de la vida que se llama plenitud. El profeta Isaías lo dice bien: «Voz que decía: Da voces. Y yo respondí: ¿Qué tengo que decir a voces? Que toda carne es hierba, y toda su gloria como flor del campo. La hierba se seca, y la flor se marchita, porque el viento de Jehová sopló en ella; ciertamente como hierba es el pueblo. Sécase la hierba, marchítase la flor, mas la palabra de nuestro Dios permanece para siempre» (Is. 40.6-8).

### Las raíces bíblicas de las seis dimensiones de la plenitud

¿Cuáles son las bases bíblicas para las seis dimensiones de la plenitud que expliqué en el capítulo anterior? La concepción hebrea de las personas era esencialmente no dualista. La plenitud involucraba la unidad de todas las dimensiones de las personas: cuerpo, mente y espíritu *en comunidad*. Dentro de esta visión integral, las imágenes bíblicas describen al cuerpo como el templo del Espíritu Santo y el mandato «glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo» (1 Co. 6.19-20) refleja una alta concepción del cuerpo físico. Esta concepción enmarca la primera dimensión de la plenitud.

El mandato bíblico que Jesús cita (Mr. 12.30) amar a Dios con «toda tu mente» (como también con todo el corazón, el alma y la fuerza) subraya la importancia de lo cognitivo-intelectual como así también de los aspectos emocionales y espirituales de nuestra mente. En términos contemporáneos, amar a Dios con la mente puede expresarse como el continuo despliegue de las potencialidades mentales y emocionales que cada uno tiene durante el aprendizaje que realizamos a lo largo de toda la vida.

La tercera dimensión, la plenitud en las relaciones, es uno de los motivos constantes en la Biblia. Se considera que la plenitud se nutre en las relaciones. Una comunidad puede ser sana de por sí (que facilite la plenitud) o enferma. Estas concepciones están implícitas en el concepto hebreo de *shalom* y en el concepto neotestamentario de *koinonia*. El concepto de *shalom* que significa sensato, entero o sano (y también paz) se nutre en el *shalom* de la comunidad. En una comunidad centrada en el Espíritu, la calidad de las relaciones provee un medio dentro del cual las personas son alentadas a desarrollar su singular personalidad.<sup>13</sup> En el Nuevo Testamento, la palabra griega *koinonia* se utiliza para describir a la iglesia como una comunidad sanadora y transformadora centrada en el Espíritu. Esta comprensión sistémica de las relaciones que se nutren mutuamente dentro de un compromiso religioso integrador se comunica tanto en el concepto de «una sola carne», que se refiere al vínculo matrimonial (Gn. 2.24), como en la imagen de la iglesia como el cuerpo de Cristo con muchos miembros (Ro. 12.5).

La plenitud ecológica, la cuarta dimensión, también tiene raíces bíblicas. La actitud bíblica de respeto por la creación y de mayordomía hacia ella (el ecosistema) se comunica en la sabiduría mítica del primero de los dos relatos de la creación de Génesis. La frase «Y vio Dios que era bueno» es un estribillo de afirmación articulado luego de cada etapa del proceso. Estas palabras aparecen al cerrarse el relato «Y vio Dios todo lo que había hecho, y he aquí que era bueno en gran manera» (Gn. 1.31). En la perspectiva bíblica, los seres humanos no somos los dueños del planeta, sino que éste nos ha sido confiado por Dios. Esto se expresa en las palabras «de Jehová es la tierra» (Ex. 9.29). La nutriente cercanía de Jesús y de su gente, los judíos, a la Madre Naturaleza es evidente en su persistente uso de imágenes de la naturaleza —pájaros del cielo y flores del campo— para comunicar las verdades acerca de nuestra relación con el Espíritu divino.

La quinta dimensión de la plenitud es la manera en la cual nuestras relaciones con las instituciones estimulan u obstruyen el desarrollo de nuestras potencialidades. Esto también está enmarcado por la sabiduría bíblica. Una preocupación apasionada por el impacto destructivo de las instituciones opresoras es central en la tradición profética de la Biblia judía. Jesús identificó su ministerio con este eje cuando leyó en la sinagoga de su pueblo, del rollo del

profeta Isaías: «El Espíritu del Señor está sobre mí, por cuanto me ha ungido para dar buenas nuevas a los pobres; me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; a pregonar libertad a los cautivos, y vista a los ciegos; a poner en libertad a los oprimidos; a predicar el año agradable del Señor» (Lc. 4.18-19). La interrelación entre liberación y sanidad es obvia en este pasaje.

La liberación, en su significado bíblico, es tanto personal como social. Tanto el pecado como la salvación son comunitarios y sociales, así como individuales. Mencionaré algunos temas relacionados con la liberación en el Nuevo Testamento que destacan la importancia crucial de la liberación interior de la mente y del espíritu: «Y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres» (Jn. 8.32). «No somos hijos de la esclava, sino de la libre ... estad, pues, firmes en la libertad ... y no estéis otra vez sujetos al yugo de la esclavitud» (Gá. 4.31-5.1).

«Porque la ley del Espíritu de vida en Cristo Jesús me ha librado de la ley del pecado y de la muerte» (Ro. 8.2). El énfasis profético en la justicia subraya la intención de Dios de que la sociedad y sus instituciones sean liberadas de manera que nutran la plenitud humana en lugar de negarla. Jesús, quien nos muestra al amor de Dios en acción, se identificó a sí mismo con los oprimidos y rechazados de su sociedad.

La teología de la liberación —incluyendo las teologías latinoamericana, africana y feminista— subrayaban una concepción de Dios como *liberador* en el Antiguo y en el Nuevo Testamento. La promesa de liberación de Dios es incompleta si sólo los privilegiados del mundo son libres mientras las estructuras sociales, económicas y políticas de la sociedad que mutilan a las masas permanecen sin ser liberadas. Como lo dijo claramente Martin Luther King, Jr., no podemos comprender al amor de Dios separado de su justicia. James Cone sostiene que la imagen de Dios en un mundo de opresión se encarna en la gente que se involucra en la lucha de liberación contra las estructuras y las fuerzas injustas de la sociedad.<sup>14</sup> Estoy de acuerdo. La gente que se compromete de esta manera toma conciencia de su valor y de su poder a los ojos de Dios y de la imagen de Dios en la cual todas las personas son creadas y re-creadas.

La misma esencia de la concepción bíblica de integridad enmarca la plenitud espiritual, la sexta e integradora dimensión. La integridad, como la vida, es un don del Espíritu creador del universo. A lo largo de la Biblia, existe una conciencia aguda de que la realización de las potencialidades que Dios nos da obtiene su apoyo y su energía del poder del universo. Es como si la gravedad del universo espiritual nos llevara hacia aquello que potencialmente podemos llegar a ser. J. B. Phillips dice en una paráfrasis de Romanos 8.19: «Toda la creación está en puntas de pie para ver la magnífica vista de los hijos [y de las hijas] de Dios que llegan a ser ellos mismos». Para decir esto en un discurso moderno, ¡tenemos mucho a nuestro favor cuando buscamos facilitar la plenitud

en nosotros mismos y en otros! Nunca estamos solos cuando nos comprometemos con el desarrollo de la imagen completa de Dios dentro de las personas.

La conciencia que pueda tener un asesor de la calidad del don de crecimiento hacia la plenitud puede otorgar energía y liberar. Puede liberarnos de la carga de sentimientos equivocados que nos hacen pensar que el crecimiento depende totalmente de nuestros esfuerzos. Podemos sentirnos agradecidos de que no necesitamos y, en realidad, no podemos crear ni el potencial para el crecimiento ni el fervor interior que los haga querer crecer. Ambos están allí como dones de Dios. Como asesores orientados hacia la plenitud, nuestra tarea es la de ayudar a la gente a responder al deseo de plenitud que existe dentro de ellos. Las palabras de Pablo pueden ser de humildad y de seguridad para los asesores y los educadores: «Yo planté, Apolos regó; pero el crecimiento lo ha dado Dios» (1 Co. 3.6). Al alinearnos nosotros mismos y nuestros esfuerzos con el Espíritu creador, nos convertimos en co-creadores de plenitud. La relación de asesoramiento se convierte en un canal para la gracia de Dios, para el amor transformador, fuente de toda salvación y de toda plenitud (Gá. 2.8; Ro. 3.23-31). En su carta a la iglesia de Efeso, Pablo identifica claramente la fuente última de plenitud: «firmes y con raíces profundas en el amor» (Ef. 3.17 VP).

### La naturaleza y el proceso de plenitud

Desde una perspectiva cristiana, la vida de Jesús nos muestra las completas y ricas posibilidades de la plenitud humana. En él encontramos una persona que crece, plenamente viva y llena de amor. En Jesús, la palabra se hizo carne, de manera que a Dios ya no debe buscársele más en un lugar distante de nuestra situación humana. Vemos en él la plenitud reveladora que Dios sueña para todos nosotros. La vitalidad de Jesús, transformadora y sanadora, de alguna manera trasciende los siglos. Paul Tillich, uno de mis maestros, denomina «nuevo ser» a esta realidad que nutre para la plenitud. Para los cristianos, experimentar y participar en este nuevo ser significa crecer en «la estatura de la plenitud de Cristo» (Ef. 4.15), desarrollando nuestra propia expresión de vida en toda su plenitud.

Las imágenes de crecimiento en la Biblia muestran de manera inequívoca que se entendía a la plenitud como un proceso continuo, no como una meta estática que se obtiene de una vez y para siempre. Permitan que esta imagen les hable: una persona de bien es «como árbol plantado junto a corrientes de aguas, que da su fruto a su tiempo» (Sal. 1.3).

Este proceso por medio del cual la plenitud se ve facilitada en las relaciones se describe de esta manera: «siguiendo la verdad en amor, crezcamos en todo en aquel que es la cabeza, esto es, Cristo» (Ef. 4.15). El crecimiento tiene lugar

en cualquier relación cuando las personas experimentan tanto el amor que acepta como la confrontación franca. El movimiento hacia una plenitud mayor se nutre en nosotros cuando alguien se preocupa lo suficiente como para compartir con nosotros la verdad en amor. Esto nos permite experimentar algo del amor que no necesitamos ganar (la gracia) y de la honestidad preocupada (el juicio) que nos confronta con las maneras en que estamos dañándonos a nosotros mismos o a otras personas. El amor que sana —el amor muscular que junta la preocupación con la confrontación— ¡es esencial en todo cuidado y asesoramiento pastoral! A este principio lo denomino «fórmula para el crecimiento».

La manera en que Jesús se relacionó con las personas corporizaba esta fórmula. Se preocupaba en profundidad, mas con sinceridad franca, por todo tipo de personas, incluyendo a los rechazados y marginados de la sociedad: los pecadores, los psicóticos, los enfermos, los pobres. Se relacionaba con ellos en términos de lo que podrían llegar a ser además de lo que ya eran. Los veía a través de los lentes del crecimiento y, por lo tanto, los ayudaba a crecer.<sup>15</sup> Con razón la gente común le respondía de modos extraordinarios, que provocaban crecimiento. El impacto de la manera en que Jesús percibía a la gente se ilustra bien cuando le da un nuevo nombre a Simón hijo de Jonás (Mt. 16.18). Al ver en él un potencial enorme de fuerza y liderazgo, Jesús debe haberle dicho algo en este estilo: «Simón, mi amigo, voy a darte un nuevo nombre. Voy a llamarte Pedro (que significa «roca») para ayudarte a ver la fuerza que tienes y todo lo que puedes llegar a ser». El hecho de que Jesús vio y afirmó el potencial que había en Pedro debe haberle ayudado a desarrollar la fuerza de carácter y la profundidad espiritual para convertirse en un líder dinámico de la iglesia primitiva. Como asesores pastorales, debemos ponernos los lentes del crecimiento, que nos permitan ver y afirmar las potencialidades que Dios otorga a las personas.

El Nuevo Testamento indica claramente que el crecimiento constante hacia la plenitud involucra la trascendencia de uno mismo y el compromiso de hacer crecer y de sanar a otros. Este principio de crecimiento por extensión se enuncia en Mateo 16.25: «Porque todo el que quiera salvar su vida, la perderá; y todo el que pierda su vida por causa de mí, la hallará». Poniéndolo en términos contemporáneos, si masificamos la plenitud que hemos logrado de manera narcisista, ésta disminuirá. Si nos dedicamos a ayudar a que otras personas crezcan, nuestra propia plenitud florecerá.

Los asesores pastorales pueden aprender una lección vital de su propia tradición y de grupos como Alcohólicos Anónimos: el equipar y potenciar a las personas para *servir a otros* es una meta esencial de todo asesoramiento con motivación religiosa. El servicio realizado con amor puede estimular el crecimiento de aquellos que sirven, permitiéndoles conformar relaciones

nuevas y mutuamente vivificadoras, y experimentar las satisfacciones (así como las frustraciones) de invertir parte de uno mismo en los demás. La iglesia que ministra tiene como meta convertirse en una comunidad de fe que brinde un sustento en el cual la gente encuentre la motivación, las perspectivas y la fuerza para ser agentes de sanidad para quienes lo necesitan. Una meta importante del asesoramiento pastoral es liberar a las personas para que utilicen su sanidad y su crecimiento en amor, en un servicio a las personas necesitadas libremente elegido.

### El quebrantamiento de las personas y de la sociedad

La sabiduría bíblica es tan consciente de la alienación profunda y del quebrantamiento de los seres humanos como de nuestro potencial por aumentar la plenitud. Tenemos una necesidad profunda y un deseo por desarrollar la *imago dei*, pero no obstante nos resistimos de modo persistente y sabotamos nuestro propio crecimiento y el de otros. El relato de la «caída» de la inocencia del jardín de Edén (Génesis 3) es una manera mítica y poética de comunicar el hecho de que estamos alienados de la imagen de Dios, de nuestra plenitud potencial. Como lo señala Tillich, «El estado de nuestra existencia es el estado de nuestra alienación. El hombre [sic] se aliena del fundamento de su ser, de los demás y de sí mismo».<sup>16</sup> La palabra pecado es el término religioso tradicional para significar alienación y para referirse a la proclividad que resulta de ella para bloquear nuestra plenitud y la de otros. En el mundo bíblico, el pecado era comprendido como una cuestión individual y social. Jesús le dijo al hombre que fue sanado de su parálisis: «Ten ánimo, hijo; tus pecados te son perdonados ... toma tu cama, y vete a tu casa» (Mt. 9.2, 6). Pero Jesús también lloró sobre la ciudad de Jerusalén porque no conocía aquellas cosas que permiten lograr la paz basada en la justicia (Lc. 19.41-42). La conciencia profética reconoce que el pecado de las injusticias sociales alimenta el pecado individual y la enfermedad así como un pantano alimenta mosquitos.

Para ministrar de manera efectiva a las muchas formas de quebrantamiento humano que existen es esencial tener una comprensión dura y realista del pecado humano y del mal. La perspectiva bíblica nos ofrece una corrección saludable al optimismo superficial que a veces aparece en las psicologías humanistas. Todos conocemos el conflicto interior que Pablo expresa en su carta a la iglesia primitiva en Roma: «Porque el querer el bien esta en mí, pero no el hacerlo. Porque no hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero, eso hago» (Ro. 7.18-19). La Biblia tiene claro que nuestra alienación de nosotros mismos y de los demás está de alguna manera enraizada en nuestra alienación del amor de Dios que nos da la vida. Freud llamó «resistencia» a las maneras ingeniosas en las que las personas bloquean su propia sanidad y crecimiento.

Pero lo llamemos resistencia o pecado, es crucial encarar esta realidad recalcitrante en todo cuidado y asesoramiento pastoral eficaz.

Los autores bíblicos conocían muy bien la destrucción que implica un crecimiento bloqueado que hace que las personas sean caricaturas de los seres creativos que podrían llegar a ser. La posesión demoníaca que se describe en la Biblia es una concepción errónea pre-científica que consideraba que la enfermedad mental era provocada por una invasión de espíritus malignos. A pesar de que ahora sabemos que esta concepción no es literalmente cierta, como metáfora comunica vívidamente la destrucción demoníaca que se manifiesta en un crecimiento profundamente distorsionado, por ejemplo, en las psicosis o en la enfermedad colectiva institucionalizada del racismo, del sexismo, o el resultado terrorífico de la carrera de armamentos nucleares.

No es válida la interpretación teológica clásica de la «caída» que describe la imperfección profunda e irreparable de nuestra humanidad que sabotea de manera irrevocable todos nuestros esfuerzos por lograr la plenitud. Pero como pastor psicoterapeuta, me impresiono de manera constante con la invalidez interior y la destrucción interpersonal que florece en las personas, en las relaciones y en nuestra sociedad. La concepción bíblica del impacto de «la iniquidad de los padres [y de las madres]» sobre los hijos (Ex. 34.7) es un paralelo a las concepciones contemporáneas que tienen los terapeutas familiares en relación con los modos en que los patrones que bloquean la plenitud en la relación se transmiten de generación en generación dentro de las familias.

Recuerdo haberme sentido paralizado en el crematorio de Buchenwald en la ex-Alemania Oriental de donde probablemente provino la madre de mi abuelo. ¡Ese campo de muerte tan horrible y la cercanía de los hogares de Goethe, Lutero y Bach simbolizaban la proximidad psicológica de la destrucción diabólica y del potencial de grandeza que existen en nosotros, los seres humanos! Si desestimamos el poder de la maldad, de la alienación y de la destrucción humanas, no podemos ser agentes efectivos de reconciliación ni de sanidad, factores que son esenciales para destacar la plenitud a través del cuidado y del asesoramiento.

La conciencia bíblica de la finitud, del pecado y de la aflicción humanos puede acercarnos a nuestras propias limitaciones como agentes de sanidad y animadores de crecimiento. Nuestro asesoramiento en el mejor de los casos produce sólo una plenitud parcial. A veces es totalmente ineficaz. En el peor de los casos puede ser dañino. Existe mucha gente en cuya vida el daño psicológico y espiritual es tan profundo y prolongado que las resistencias a recibir sanidad son muy poderosas. Los métodos de asesoramiento y terapéuticos son imperfectos. Los utilizan seres humanos imperfectos que vivimos en una sociedad imperfecta. No importa cuán creativo y competente pueda ser un pastor asesor, lo mejor que puede esperar en muchos casos es que



la gente obtenga fuerza y serenidad para aceptar y vivir más constructivamente aquello que no puede ser cambiado en su vida ni en su situación.

## El crecimiento como lucha, muerte y nuevo nacimiento

Una variedad de imágenes bíblicas aclaran que, a pesar de que la plenitud es un don de Dios, recibirla requiere esfuerzos intencionales, y muchas veces luchar con dolor para desarrollar nuestras potencialidades. Imágenes como la de tomar la propia cruz (Mt. 16.24), morir y nacer de nuevo (Jn. 3.3; Ro. 6.6), la puerta angosta y el camino estrecho que lleva a la nueva era, la transformación o conversión radical (*metanoia*), todas comunican esta verdad.

Los cristianos primitivos fueron conocidos como «seguidores del camino». La vida cristiana es mucho más que un modo de creer y confiar. Es un modo de hacer, una manera de seguir el propio trayecto de la vida. Las palabras que Jesús dirigía a las personas estaban llenas de acciones imperativas: «¡Ve...! ¡Haz...! ¡Levántate...!». Pero cambiar los orígenes interiores del comportamiento requiere mucho más que intencionalidad, aunque ésta sea muy importante en el crecimiento humano. La afirmación del Nuevo Testamento de que la salvación es fruto de la gracia por medio de la fe (Ro. 3.25) es una palabra de liberación para aquellos de nosotros que estamos atrapados en la monótona rutina de los adictos al trabajo por el trabajo mismo, que buscamos en vano alcanzar sentido y valor a través de nuestros logros. La conciencia de que podemos «aceptarnos a nosotros mismos como aceptados por Dios» (Tillich) despierta la esperanza y libera la energía para un cambio creativo. *Esta experiencia* de gracia puede producir una transformación interior, remarcando la autoestima y el sentido de estar vivos. De esta conciencia que afirma la vida fluye entonces un comportamiento más responsable y más constructivo que ha sido transformado por el don del amor que todo lo acepta antes que por una conciencia de pecado que produce un moralismo controlador y deberes rígidos. El reconocimiento de que la capacidad para crecer es un don de Dios puede ayudar a salvar la concepción de un ministerio para la plenitud de aquellas ideas basadas en el crecimiento a través del cumplimiento de reglas que consideran absolutamente que el crecimiento de las personas se debe a un logro individual.

La imagen de la resurrección en el Nuevo Testamento es una afirmación gozosa del poder y de la posibilidad de una existencia nueva y auténticamente humana. Pero el proceso de crecimiento hacia esta calidad de vida muchas veces parece una serie de dolorosas muertes y nuevos nacimientos. El trayecto hacia la plenitud parece involucrar nacer de nuevo (Jn. 3:3), una vez ¡y otra vez! La experiencia de nuevo nacimiento en Pascua a una vida mejor y a una

dimensión más amplia de la verdad liberadora sólo parece posible luego de la muerte de parte de nuestro narcisismo y de las defensas contra el riesgo de llegar a estar más vivos. El motivo de la muerte y el nuevo nacimiento en el crecimiento se expresa en el cuarto evangelio: «Si el grano de trigo no cae en la tierra y muere, queda solo; pero si muere, lleva mucho fruto» (12.24). La lucha y el gozo eventual que produce el proceso de transformación humano se comunica a través de esta imagen conmovedora que se atribuye a Jesús: «Aunque vosotros estéis tristes, vuestra tristeza se convertirá en gozo. La mujer cuando da a luz, tiene dolor ... pero después que ha dado luz a un niño, ya no se acuerda de su angustia, por el gozo de que haya nacido un hombre en el mundo» (Jn. 16.20-21).

«Las resistencias poderosas al crecimiento se ven, en la tradición bíblica, en el contexto de los más poderosos recursos para el crecimiento. El pecado es visto en el contexto más amplio de la salvación, la desesperación en el contexto de la esperanza, la muerte en el contexto de la resurrección, el juicio en el contexto de la gracia. Ver la oscuridad de la alienación humana de los demás en el contexto de la Luz, de alguna manera transforma la oscuridad.»<sup>17</sup>

## Sanidad y salvación

El objetivo central del Nuevo Testamento es la sanidad de la enfermedad y de otras formas de aflicción humanas. Cerca de una quinta parte de los cuatro evangelios tiene que ver con los relatos de los milagros de sanidad de Jesús. Sus críticos probablemente sentían que pasaba demasiado tiempo con los enfermos, los agobiados y los turbados. Pero la importancia que él le daba a este aspecto de su ministerio es clara como el cristal. Su parábola del pastor que dejó a las noventa y nueve ovejas para encontrar a la que estaba perdida muestra su profunda preocupación por el individuo necesitado (Mt. 18.12-14). Su respuesta a aquellos que lo criticaron por comer con pecadores y con los despreciados recaudadores de impuestos —«Los sanos no tienen necesidad de médico, sino los enfermos» (Mr. 2:17)— muestra la orientación de su ministerio. Los milagros de sanidad que realizaban los discípulos (Mr. 6.13) y que ocurrían en la iglesia primitiva eran algo común.

Como lo clarifica Daniel Day Williams, el lenguaje de la salvación y el lenguaje de la sanidad están vinculados a lo largo de la Biblia, a pesar de que ambos no son idénticos.<sup>18</sup> Cita la observación de H. Wheeler Robinson quien señala que de los ciento cincuenta y un usos de las palabras griegas que significan salvación (el sustantivo *soteria*; el verbo *sozo*), dieciséis se refieren a la liberación de alguna enfermedad o posesión demoníaca, y más de cuarenta a la liberación de la muerte física.<sup>19</sup> Williams define la salvación como la realización de una persona «en una nueva relación con Dios y ... con los

semejantes en la cual se superan las amenazas de muerte, de falta de significado, de culpa sin alivio. Ser salvo significa saber que la vida pertenece a Dios y se realiza en él en la eternidad.»<sup>20</sup> De las seis palabras griegas relacionadas con el término sanidad, la que se utiliza con más frecuencia en el Nuevo Testamento, *therapeuo*, significa tanto «servir» (a una divinidad) como «cuidar», «tratar (médicamente)», «sanar», «restaurar». En el Nuevo Testamento se entiende a la salvación como una suerte de sanidad última. ¡Es la sanidad que hace posible la plenitud centrada en el Espíritu!

### La nueva era de plenitud

El Nuevo Testamento considera a la plenitud en el contexto de la nueva era de plenitud llamada el reino de Dios (en el lenguaje jerárquico del primer siglo). Esta es una era de cuidado y de comunidad, de justicia y de transformación social basada en una nueva relación con Dios que hace a la plenitud. Muchos de los milagros de sanidad de Jesús se describen como señales del reino. Al describir la nueva era que ha de venir, Jesús utilizaba las siguientes imágenes referidas al crecimiento:

«El reino de los cielos es semejante al grano de mostaza, que un hombre tomó y sembró en el campo; el cual a la verdad es la más pequeña de todas las semillas, pero cuando ha crecido es la mayor de las hortalizas» (Mt. 13.31-32).

«El reino de los cielos es semejante a la levadura que tomó una mujer, y escondió en tres medidas de harina, hasta que todo fue leudado» (Mt. 13.33).

«El sembrador salió a sembrar ... parte de la semilla cayó junto al camino ... parte cayó entre espinos ... pero parte cayó en la buena tierra, y dio fruto, cual a ciento, cual a sesenta, y cual a treinta por uno» (Mt. 13.3-8).

Estas parábolas son invitaciones a ti y a mí a participar en el proceso por medio del cual la nueva era de plenitud viene «como en el cielo, así también en la tierra» (Mt. 6.10). El cuidado y el asesoramiento pastoral integral orientado hacia el crecimiento y la liberación es una manera de ayudar a que las personas sean partícipes en la nueva era que ahora amanece. Como lo aclaró Pierre Teilhard, la humanidad se ve confrontada en este momento por un desafío sin precedentes. Debido a que la psiquis humana ha desarrollado la conciencia de sí misma, ahora somos capaces de ser co-creadores de las direcciones futuras de la evolución psicológica y espiritual de la humanidad. La conciencia de que estamos en un período de «evolución consciente» brinda una dimensión fresca y excitante a las imágenes del reino que aparecen en el Nuevo Testamento.<sup>21</sup>

En la tradición hebreo-cristiana existe la conciencia de que somos partes de una familia —una familia humana— que tiene un Padre en común (ver Hch. 17.25). La nueva era, por lo tanto, debe incluir la comunidad de la humanidad.

Los parámetros de nuestra preocupación por la liberación, la sanidad y la plenitud abarcan a toda la familia humana, con la cual estamos inextricablemente relacionados por medio de profundos lazos espirituales. Este es el fundamento para la existencia de una intencionalidad, una conciencia, un cuidado y una comunidad integrales que están surgiendo y se precisan con urgencia.

### Una teología integral para el cuidado pastoral

La Biblia y la teología tradicionales, y las afirmaciones de fe a lo largo de los siglos, derivan casi en su totalidad de experiencias espirituales experimentadas por varones. La tradición judeo-cristiana ha suprimido e ignorado casi por completo la rica contribución de la espiritualidad femenina. Cuando puedo escuchar lo que las teólogas de la liberación feministas están diciendo, tomo conciencia de perspectivas e imágenes de sanidad que enriquecen, complementan y corrigen la herencia espiritual conformada principalmente por varones. Es esencial recobrar la riqueza de la espiritualidad de las mujeres, si las iglesias quieren convertirse en lugares totalmente vitales para la sanidad y la plenitud en la década de los noventa. Integrar lo mejor de nuestra tradición bíblica, con las contribuciones de la espiritualidad feminista que capacitan y fortalecen, nos puede brindar una teología más integral para ejercer el ministerio, el cuidado y asesoramiento pastoral, en particular. Estas artes pastorales no tienen conciencia de sus posibilidades completas como instrumentos de sanidad, liberación y crecimiento con un fundamento parcial, orientado por los varones. *¡Nada es más importante que la espiritualidad de las mujeres para liberar las enormes capacidades sanadoras de las iglesias en esta década!*

Como he argumentado sobre la naturaleza de una teología inclusiva en otros trabajos, permítanme solamente resumir algunas de las cosas necesarias para fortalecer el fundamento teológico del cuidado pastoral.<sup>22</sup> Aquellos de nosotros que valoramos la tradición judeo-cristiana podemos utilizar sus recursos de manera que ayuden a crecer más haciendo lo siguiente: (1) Utilizando la afirmación de igualdad de Gálatas 3.28 como una visión liberadora del cuidado y asesoramiento pastoral. Ver que en Cristo Jesús «no hay varón ni mujer» es hacernos conscientes de que delante de Dios lo que interesa es nuestra humanidad y no nuestro sexo. Desafortunadamente, esta visión liberadora no se ha implementado en la iglesia dominada por imágenes y poderes patriarcales. Podríamos dar ejemplos de la manera en que los teólogos de la iglesia han utilizado equívocamente imágenes bíblicas masculinas (p. ej., el segundo relato de la creación en Gn. 2 y 3) para «mantener a las mujeres en su lugar (inferior)», creando impedimentos para el logro de su plenitud. Como declara Rosemary Ruether, «las imágenes teológicas tradicionales de Dios como padre han sido la santificación del sexismo y de la estratificación

jerárquica ... permitiendo que la clase dominante masculina se identifique con esta paternidad divina de tal manera que ellos mismos se colocaron en un mismo tipo de relación jerárquica con las mujeres y con las clases inferiores».<sup>23</sup> Los usos sexistas de la Biblia y de la teología creada por el hombre son una ilustración trágica de la tesis central de la teología de la liberación: las imágenes y las interpretaciones teológicas tienden a mantener el poder y los privilegios de la elite social que creó esa teología. (2) Reconociendo que las mujeres necesitan tener imágenes y símbolos femeninos de la divinidad —p. ej., el Espíritu, la Diosa, el viento y el fuego (como en Pentecostés), el nuevo nacimiento— como fuentes para el crecimiento de una autoestima y de una plenitud integrales. Los hombres también necesitan esto para equilibrar y corregir el impacto de las imágenes jerárquicas patriarcales en la imagen que tienen de sí mismos: señor, rey, amo. Afortunadamente existen remanentes preciosos de la herencia anterior de la espiritualidad de las mujeres que han sobrevivido en la Biblia: la literatura de sabiduría, las imágenes de crecimiento, las mujeres fuertes del Antiguo y el Nuevo Testamento. (3) Afirmando e imitando la plenitud liberada de la personalidad de Cristo y sus relaciones con las mujeres. El integró las cualidades que nuestra sociedad orientada por hombres identifica casi siempre con los varones (coraje, fuerza, liderazgo y preocupación por la justicia) con las que la mayor parte de las veces se identifican con las mujeres (cuidado, compasión, ternura y respuesta a las necesidades de los demás). Así demostró que ambos grupos de cualidades no son ni masculinas ni femeninas sino capacidades *humanas*, las que necesitan que personas íntegras de cualquier sexo las desarrollen. Jesús llamó a Dios «padre» (reflejando la época patriarcal en la que vivió), pero muchos de los atributos de la deidad que aparecen en sus enseñanzas se asocian de manera más cercana (en su cultura y en la nuestra) a las madres: misericordia, compasión, nutrición, amor y ternura. Jesús se niega a restringir a las mujeres, como lo hacía su cultura, a roles sexuados como siervas de los hombres. Esto aparece ilustrado vívidamente en el relato de María y Marta (Lc. 10.38ss.). En una sociedad que consideraba impropio enseñar a las mujeres las verdades sagradas, Jesús trataba a las damas con el mismo respeto que a los hombres, compartiendo con ellas en libertad su brillante y nueva concepción de la realidad espiritual.<sup>24</sup> En resumen, Jesús era una persona sorprendentemente liberada e íntegra, que tuvo conductas contraculturales en su trato inclusivo e igualitario de las mujeres y de otras personas consideradas inferiores en su sociedad (p. ej., los samaritanos y los recolectores de impuestos). A los que hacemos asesoramiento pastoral nos toca imitarlo.

Las mujeres tienen muchas cosas preciosas y únicas para aportar a esta búsqueda de plenitud espiritual, cosas que provienen de sus experiencias de opresión y del milagro de la nueva vida que se forma dentro de su cuerpo. Para

nutrir y dar vida a la plenitud de mujeres y de hombres, una teología integral debe valorar tan completamente las concepciones espirituales de las mujeres como las de los hombres. ¡Podemos alegrarnos de que las teólogas feministas y los pioneros espirituales de nuestro tiempo estén liberando una poderosa corriente de energía espiritual para alimentar la plenitud tanto en las mujeres como en los hombres! Debemos compartir su conciencia de los pecados masivos de nuestra sociedad contra las mujeres tal como se reflejan, por ejemplo, en la epidemia de violencia doméstica, de violaciones y de explotación económica de las mujeres con bajos salarios (p. ej., las secretarías).

### La iglesia: centro de plenitud liberadora

¿Cuáles son las imágenes bíblicas de la iglesia que pueden potenciar su misión como centro de sanidad, liberación, crecimiento y fortalecimiento de la misión de las personas en el mundo? El Nuevo Testamento sostiene la visión de la iglesia como el pueblo de Dios (2 Co. 6.16): una comunidad de cuidado, unida por un pacto con Dios; el cuerpo de Cristo (Ro. 12.4-5; 1 Co. 10.17): una unidad orgánica en la cual cada miembro, cada parte del cuerpo vivo, tiene sus propios dones y ministerios singulares; y la comunidad del Espíritu Santo (Hch. 10.44-47): una comunidad redentora y sanadora a través de la cual el Espíritu de vida puede trabajar en un mundo muy necesitado.

Un estudio clásico de la misión de la iglesia realizado por H. Richard Niebuhr, Daniel Day Williams y James M. Gustafson concluye que la meta unificadora de la iglesia es aumentar el amor a Dios y a los semejantes entre las personas.<sup>25</sup> Este tema es relevante de manera directa a la plenitud centrada en el Espíritu. El teólogo británico Norman Pittenger señala que la imagen de Dios en cada persona es la capacidad de amar, el potencial de llegar a estar más plenamente conformado en el amor que es la propia esencia de Dios.<sup>26</sup> Daniel Day Williams describe el fundamento de todo cuidado de almas: «El amor es el centro del descubrimiento de Cristo de nuestra humanidad. Dios ha demostrado su amor por nosotros en la acción que revela su propósito, y esa acción aparece relatada en la historia cristiana de Jesús. Amar, entonces, en el sentido que le da el Nuevo Testamento, significa participar en esta acción. Nuestra acción es una respuesta —de modo apropiado a nuestra situación— a lo que Dios ha hecho por nosotros. De esta manera, Pablo prescribe a la comunidad cristiana: ‘Haya, pues, en vosotros este sentir que hubo también en Cristo Jesús ... que se despojó a sí mismo, tomando forma de siervo’ (Fil. 2.5ss.). Y este es, sin duda, el fundamento de la arriesgada afirmación de Lutero de que debemos ser Cristo unos con otros».<sup>27</sup>

Debido a que tuvimos padres humanos y padres que tuvieron a su vez padres humanos y limitados, todos estamos limitados, en cierto grado, en

nuestra capacidad de amar plenamente. Muchas personas tienen graves impedimentos en su capacidad de amar en una forma que nutra y haga crecer. Esta es la esencia del problema. Decirle a tal persona: «Necesitas amar más a Dios y a tus semejantes» es como gritarle a una persona que flota sobre un tronco en el medio del océano: «¡Lo que necesitas es tierra firme!». Nada puede ser más cierto ni menos provechoso. Lo que esa persona necesita es saber dónde está la tierra y cómo llegar a ella. El asesoramiento y la terapia son métodos que ayudan a las personas a aprender a amarse a sí mismas, a sus semejantes y a Dios más plena y libremente. Erich Fromm afirma: «La terapia analítica es esencialmente una tentativa de ayudar al paciente a ganar o recuperar su capacidad de amor. Si no se cumple esta finalidad, sólo pueden lograrse cambios superficiales».<sup>28</sup> El amor que no se obtiene por esfuerzo propio (la gracia) es tanto el método como el poder para llegar a una plenitud mayor. Para las personas cuya capacidad de amar está dolorosamente disminuida, el asesoramiento o la terapia pueden significar la diferencia entre una vida creativa, productiva y gozosa y la cautividad interior, el estancamiento y el autorrechazo. Para estas personas, el asesoramiento puede ser un camino imperfecto pero efectivo de recibir el don de la sanidad de Dios y de su amor que todo lo transforma.

Tradicionalmente, la tarea de la iglesia se ha visto dividida en cuatro funciones —*kerigma* (proclamación de las buenas nuevas del amor de Dios), *didache* (enseñanza), *koinonia* (establecimiento de una comunidad de amor con una dimensión vertical) y *diakonia* (expresión de las buenas nuevas en servicio amoroso). A pesar de que el cuidado y acompañamiento pastoral es en principio una expresión de *diakonia*, el ministerio de servicio, también es una manera de comunicar el evangelio, enseñar la verdad que potencia para la vida y establecer la *koinonia*. Del mismo modo que Dios es la fuente real de todo significado y plenitud, muchas personas consideran que Dios está muerto. La palabra «Dios» no es un símbolo vivo para ellos. Son incapaces de escuchar las buenas nuevas. El cuidado y asesoramiento puede ser una manera de comunicar el evangelio que ayude a otros a abrirse a una relación sanadora. Hasta que no hayan experimentado la aceptación del amor que se brinda gratuitamente en una relación humana, no pueden aceptarlo como algo vivo. Hasta que no los envuelva una aceptación amorosa (la contraparte humana siempre limitada de la gracia de Dios) en un encuentro vida-vida, las buenas nuevas del mensaje cristiano no pueden ser liberadoras ni experimentadas como una realidad para ellos. Las relaciones de ayuda son situaciones en las que puede ocurrir esta encarnación de la gracia, limitada pero transformadora.

Debido a su cansadora carga de conflictos y dolor interiores, muchos miembros de la iglesia no pueden contribuir al establecimiento de un clima de *koinonia* centrada en el Espíritu en las relaciones congregacionales. Su presencia

provoca divisiones —no une, es patógena—, no sana. Como observó Ludwig Binswanger, la psicoterapia [y el asesoramiento] pueden ayudar a preparar a estas personas para participar constructivamente en la vida de una comunidad sanadora, en la *koinonia*. Pueden participar en el alcance sanador de esa congregación que se extiende en una comunidad más amplia.<sup>29</sup>

## La singularidad del asesoramiento pastoral

Los pastores necesitan comprender su singular tarea como asesores, semejantes a otros profesionales que hacen asesoramiento y terapia, de manera que maximicen su contribución especial a ayudar a aquellos que tienen problemas. *La esencia de nuestra singularidad es nuestra herencia teológica y pastoral, nuestra orientación, nuestros recursos y nuestra conciencia*. Este es nuestro marco de referencia y el área de nuestra especial experiencia: la conciencia de que el Espíritu transpersonal de Dios, que es la esencia de toda la realidad, debería influir de manera profunda en todo lo que hacemos incluyendo nuestra tarea de asesoramiento. La afirmación familiar de Dietrich Bonhoeffer, «Dios es 'la trascendencia' en el centro de nuestra vida», puede utilizarse para describir el enfoque singular propio del cuidado y asesoramiento pastoral.<sup>30</sup> Wayne Oates llama correctamente a esta conciencia «la conciencia de la relación en Dios abierta a las personas».<sup>31</sup> Esta conciencia debería ayudar a los pastores a reconocer la dimensión espiritual presente en toda situación de asesoramiento. Esta conciencia transpersonal es central en todo asesoramiento verdaderamente pastoral.

La *formación* singular que reciben los asesores pastorales es su educación dual tanto en las disciplinas teológicas como en las psicológicas y psicoterapéuticas. Los pastores son los únicos asesores profesionales cuya capacitación regular incluye el estudio sistemático de la filosofía, de la teología, de la ética, de estudios bíblicos, de historia de la iglesia, de las religiones mundiales y —algo muy importante en su tarea de asesoramiento— de la psicología de la religión. Su conocimiento de estas áreas teológicas los capacita para ayudar de una manera singular a las personas cuyos problemas y bloqueos que impiden el crecimiento se concentran alrededor de dilemas éticos, de conflictos religiosos, de distorsiones de los valores y del tipo de preocupaciones trascendentes que tienen que ver con el significado de la vida y la posibilidad de encarar el miedo a la muerte de manera creativa. Paul Tillich describe al cuidado pastoral como un «encuentro que busca la ayuda en la dimensión de las preocupaciones trascendentes».<sup>32</sup> Si los pastores han integrado su educación teológica con su educación clínica en la capacitación para el asesoramiento, están preparados para ayudar de una manera única en este tan necesario ministerio de los significados.

La premisa que guía el trabajo de un pastor asesor, que señala que *el crecimiento espiritual es un objetivo esencial en todo acto de cuidado y asesoramiento*, es única entre todos los profesionales que se dedican al asesoramiento. Los pastores son expertos en animar la plenitud espiritual como la esencia que permite el crecimiento integral de la persona. El énfasis en la plenitud espiritual debería ser una meta explícita en la mente del pastor, a pesar de que no sea un punto de discusión en una relación de asesoramiento en particular. Lo que haga el asesoramiento por aumentar la capacidad de la persona para relacionarse de una manera abierta y auténtica con otras personas puede ayudarle a una relación más vital con Dios. Pero muchos de nosotros continuamos siendo inmaduros y teniendo distorsiones en nuestra vida religiosa mucho tiempo después de haber superado estas situaciones en otras áreas. Muchas veces es necesario obtener ayuda especial para nutrir la maduración espiritual. Una relación de crecimiento con Dios es un aspecto indispensable de la plenitud total. Si el asesor es consciente de esto, inevitablemente verá esta influencia en sus relaciones de cuidado y asesoramiento, sea que se discutan o no temas religiosos de manera explícita. Si la vida espiritual de una persona es su principal fuente de conflicto, culpa y crecimiento bloqueado, entonces debe convertirse en un foco explícito para el asesoramiento.

Otro aspecto de la singularidad de los asesores pastorales se deriva del hecho de que *se espera y se los capacita, esperanzadamente, para utilizar los recursos de su tradición religiosa como parte integral de su asesoramiento*. Si esos recursos se emplean de una manera disciplinada y apropiada, pueden ser de un valor particular en distintos tipos de asesoramiento, incluyendo aquellos que tienen que ver con el sostén, las crisis, las aflicciones, las cuestiones éticas, los temas religioso-existenciales y la guía espiritual. Además de los recursos como los sacramentos y la oración, la sabiduría de nuestra tradición (tal como la encontramos en los contextos bíblico-teológicos e históricos), comprobada por el tiempo, es vital para la tarea pastoral de cuidado y asesoramiento. Anton T. Boisen lo dice claramente:

El sacerdote o el pastor, en el mejor de los casos, brinda a la tarea de ayudar a los afligidos ciertas perspectivas. Es versado en el lenguaje de los grandes y de los nobles de su raza, ha investigado las aventuras del espíritu humano tanto en lo individual como en lo colectivo, en su búsqueda de una vida abundante. Comprende los deseos profundos del corazón humano y el significado de las fuerzas constructivas que se manifiestan de igual manera en la experiencia religiosa de conversión y en la enfermedad mental aguda. Reconoce la necesidad fundamental de amor, y la oscura desesperación de la culpa y de la alienación de aquellos que amamos, y el significado del perdón a través de la fe en el Amor que

gobierna el universo, ante cuyos ojos nadie que esté en proceso de convertirse en una persona mejor está condenado. En estas perspectivas se halla la contribución importante del ministro religioso competente, más que en cualquier técnica en particular.<sup>33</sup>

El *escenario* y el *contexto* de la tarea de asesoramiento pastoral le otorgan singularidad de manera profunda. El escenario es la vida de una comunidad de fe reunida, una congregación. El contexto es el cuidado pastoral y otras funciones del ministerio general a través de las cuales puede realizarse el cuidado pastoral. El hecho de que los pastores asesoren dentro de un marco eclesial, una red compleja de relaciones donde muchas personas se conocen entre sí y ven a su pastor en situaciones que no siempre son de asesoramiento, influye significativamente en lo que ocurre durante el asesoramiento. La continua relación cotidiana con una red de personas de todas las edades, a la luz y a la sombra, provee a los pastores innumerables oportunidades para ayudar. Las relaciones establecidas y confiables muchas veces proveen un fundamento sólido para el asesoramiento durante períodos de crisis y permite que las personas sean ayudadas en menos tiempo que el requerido si se comienza con un asesor desconocido. Debido a que los pastores están casi siempre presentes en momentos críticos como el matrimonio, el nacimiento, las aflicciones, las enfermedades, los accidentes, pueden identificar problemas serios mucho antes de que estos problemas alcancen gravedad. (Por lo general, la mayor parte de las personas que recurren a terapeutas o a agencias de asesoramiento tienen problemas en grados avanzados de gravedad.) El contacto natural y continuo de los pastores con las familias, el semillero donde se forma y deforma la personalidad, es un factor invalorable y único tanto para el cuidado pastoral preventivo como para el asesoramiento en momentos de crisis. Los pastores tienen acceso directo a muchos sistemas familiares cuando necesitan ayuda. Ninguna otra profesión dedicada a la ayuda cuenta con una comunidad de apoyo comparable para el cuidado de las personas durante todo el año. Si en la iglesia la red de pequeños grupos se mantiene viva y en crecimiento, estos pueden complementar y sostener el ministerio de asesoramiento a las personas agobiadas. Por medio de su asesoramiento, los pastores pueden convertirse en puentes a través de los que los solitarios en nuestra sociedad despersonalizada descubran un grupo de apoyo.

El hecho de que los pastores sean asesores de tiempo parcial, con una variedad de otras funciones que pueden complementar así como entrar en conflicto con el asesoramiento, es otra dimensión significativa de su singularidad como asesores. La función profética de los pastores es una dimensión única y particular de su identidad como asesores.

El contexto singular de cuidado pastoral que tiene el asesoramiento brinda innumerables posibilidades. Por medio de la capacitación de los laicos y de la animación del desarrollo de grupos para cuidar y compartir, los pastores pueden ayudar a una congregación a convertirse en un medio de sanidad y crecimiento. A través de programas imaginativos de cuidado laico, los pastores pueden animar la sanidad y el crecimiento de muchas más personas de las que alcanzarían con su ministerio directo solo. Entre el asesoramiento pastoral formal y estructurado y el ministerio general de cuidado pastoral, existe un amplio rango de oportunidades para el cuidado y el asesoramiento en momentos de crisis informales, de corto plazo.

Los pastores son únicos entre los asesores por su rol social y simbólico. Son los «representantes de los cristianos» —representantes de las creencias, los valores y la fraternidad que existen en una congregación—, los que «hacen que las concepciones cristianas tengan algo que decir a los problemas humanos».<sup>34</sup> Las percepciones de la identidad simbólica del pastor que tienen los asesorados influyen en el asesoramiento pastoral de modo sutil pero significativo. Se tiende a percibir a los pastores como figuras con autoridad religiosa, como «figuras de transferencia» religiosa. Su presencia dispara en muchas personas una variedad de recuerdos y sentimientos de etapas anteriores de su vida acerca de cuestiones como Dios, los padres, el cielo, el infierno, el sexo, la escuela dominical, los funerales, la iglesia, lo que está bien, lo que está mal, y otros clérigos que han conocido. Los pastores que son conscientes de estos temas espirituales inacabados del pasado tienen la oportunidad de ayudar a las personas a corregir esas viejas distorsiones y a adquirir actitudes más constructivas hacia las cuestiones religiosas.<sup>35</sup>

El hecho de que se vea a los pastores como representantes de ciertos valores éticos y creencias religiosas (sean estas percepciones válidas o no) probablemente impide que algunas personas agobiadas por la culpa o la duda busquen su ayuda. El temor al juicio hace que algunas personas eviten a los clérigos. No obstante, los pastores que, en verdad, son capaces de aceptar y, por lo tanto, no juzgar a otras personas, comunican esta aceptación a través de la totalidad de su ministerio. A pesar de que esto no elimina que las personas que se sienten culpables proyecten sobre los asesores imágenes de juicio, tiende a disminuir esta tendencia. El hecho de que los miembros de la iglesia encuentren a sus pastores en una variedad de roles les hace preferir llevar los problemas que los incomodan a otros pastores o asesores. Como lo señaló un hombre: «Mi pastor me gusta y lo respeto, pero prefiero que no conozca este asunto». Pero, el hecho de que se vea a los pastores como representantes de las estructuras de valores y creencias de sus comunidades religiosas es una tremenda ventaja en parte de la tarea de asesoramiento.

Por lo general, los pastores no cobran honorarios por asesorar. Esto tiene

tanto sus limitaciones como sus ventajas. Los significados neuróticos del dinero en nuestra cultura (que simboliza dar y recibir amor y poder) no están disponibles de manera inmediata para el escrutinio terapéutico. A veces surgen cuestiones importantes acerca de sí mismos cuando los pacientes que pagan examinan sus sentimientos sobre este hecho. Lo que es más, las personas que un pastor asesora no tienen la prueba de motivación que brinda el hecho de pagar por recibir asesoramiento. Debido a esto, algunas personas abusan improductivamente del tiempo disponible del pastor. Los pastores deberían esperar que aquellos que reciben ayuda de largo plazo contribuyan con ellos o con algún fondo especial de la iglesia, especialmente si no son miembros y si no contribuyen con el sostén de la iglesia de otra manera. Permitir que las personas paguen para recibir asesoramiento muchas veces disminuye los sentimientos de dependencia y fortalece la autoestima al permitirles dar, así como también recibir, en la relación que se establece. Para aquellos que no pagan su asesoramiento con dinero, es muchas veces constructivo que lo hagan prestando servicio a alguna persona necesitada.

El hecho de que los pastores puedan asesorar sin cobrar es también una ventaja que les permite ver a personas, incluyendo las muy pobres, sólo sobre la base de sus necesidades. Una persona con problemas por lo general puede ver al pastor sin tener que esperar varios días (o más), y muchas veces sin pedir una cita anticipada. Existen ventajas obvias en ayudar a aquellos que requieren cuidado y asesoramiento de emergencia.<sup>36</sup> El hecho de que el pastor sea relativamente accesible permite que las personas que se sienten avergonzadas si piden una entrevista para recibir asesoramiento busquen la ayuda acercándose a su oficina por motivos menos amenazadores. Para personas que no pertenecen a la clase media, para quienes las entrevistas estructuradas de asesoramiento son extrañas a su estilo de vida, la disposición de los pastores para el asesoramiento informal en una variedad de escenarios es una ventaja distintiva por sobre la mayor parte de los servicios de salud mental.

La definición profesional del rol de los pastores muchas veces les permite tomar la iniciativa para llegar a aquellos que necesitan cuidado y asesoramiento (ver pp. 40-41). Esta es una ventaja profesional única y valiosa. Como lo señala Donald Houts, la iniciativa pastoral es un correctivo a la pasividad y falta de compromiso del asesor. La disposición del pastor a correr el riesgo (que modela este comportamiento para el receptor) muchas veces tiende puentes para la ayuda mucho antes de que la gente la busque espontáneamente. La manera en que se ejerce la iniciativa pastoral debería evitar tanto la coerción como el paternalismo.<sup>37</sup> La visita pastoral es una expresión de la iniciativa pastoral, un medio importante para llevar el ministerio de cuidado a las personas en sus hogares y, al hacerlo, identificar y tender puentes en la relación con aquellos que necesitan cuidado y asesoramiento.

## CAPÍTULO 4



### El fundamento de todo tipo de cuidado y asesoramiento

Mucha gente busca alguien que les escuche y no lo encuentran entre los cristianos, porque estos se ponen a hablar incluso cuando deberían escuchar. Ahora bien, aquel que ya no sabe escuchar a sus hermanos, pronto será incapaz de escuchar a Dios ... El que no sabe escuchar detenida y pacientemente a los otros hablará siempre al margen de los problemas y, al final, ni se dará cuenta de ello.

—DIETRICH BONHOEFFER<sup>1</sup>

Bill Shaw telefona a Kurt Matthews, pastor de una congregación en el centro de la ciudad, para solicitar una entrevista. Había aparecido en la iglesia tres semanas antes del llamado y no había regresado. No estaba en su cuarto en la filial local de la Asociación Cristiana de Jóvenes cuando el pastor intentó visitarlo. Cuando regresó, se encontró con la tarjeta del pastor con un breve mensaje: «Lamento no haberlo encontrado. ¡Fue bueno que viniera a la iglesia!». Esta visita aparentemente improductiva hizo que Bill telefonara pidiendo ayuda. La tarjeta, que llevó en su billetera varios días antes del llamado, le comunicaba la preocupación del pastor como así también su número telefónico.

*El asesoramiento pastoral comienza en realidad cuando la persona que busca ayuda realiza su primer contacto.* Los primeros contactos con el pastor, que pueden preparar a la persona para que pida ayuda se denominan «pre-asesoramiento».<sup>2</sup> Estos son los fragmentos de la conversación telefónica entre Bill y el pastor:

**Bill:** Hola, habla Bill Shaw. Encontré su tarjeta. Lamento no haber estado en casa cuando usted vino. (Su voz tenía un tono chato, pesado.)

**Pastor:** ¡Qué bueno escucharlo, Bill! Pasé a saludarlo y darle la bienvenida a la comunidad. ¿Es nuevo en la ciudad?

**Bill:** Sí, me mudé a la costa desde St. Louis el mes pasado. Decidí que trataría de comenzar de nuevo por este lado.

**Pastor:** Bueno, me alegro de tenerlo con nosotros. ¿Cómo están yéndole las cosas?

**Bill:** Bien, pero es un poco duro acostumbrarse a un lugar nuevo. A propósito, hay algunas cosas que me gustaría conversar con usted. No quiero robarle mucho tiempo, pero ... ah...

**Pastor:** Será un gusto verle. ¿Qué horarios tiene? ¿Cuál le parece que es el mejor momento para pasar por mi oficina?

**Bill:** Bueno, estoy buscando trabajo en este momento, de modo que no tengo problemas de tiempo.

**Pastor:** Lamentablemente justo ahora debo salir de la ciudad para una conferencia. Pero cuénteme un poco sobre su situación.

**Bill:** Bueno, mi esposa pidió el divorcio hace tres meses, y me siento muy deprimido desde entonces. Durante estos últimos días me he sentido como si tuviera que mirar para arriba para ver el suelo. No he podido dormir mucho.

**Pastor:** Me parece que las cosas no le van nada bien. ¿Tendrá tiempo como para que nos encontremos en la iglesia dentro de veinte minutos?

**Bill:** Sí, pero no quiero retrasar su viaje.

**Pastor:** Está bien. *Me gustaría* poder hablar con usted un poco antes de irme. Mi oficina está sobre la calle Oak. Hay una entrada independiente de la iglesia. Lo espero a las 13.15.

**Bill:** Bien, lo veré entonces.

Este breve contacto telefónico obtuvo los siguientes logros: (1) Una relación de cuidado, que comenzó cuando Bill sintió la calidez del pastor durante el culto, hecho que se reforzó con su visita y el breve mensaje en la tarjeta, y que continuó reforzándose a medida que Kurt comunicaba su preocupación. (2) Bill rompió el hielo cuando se arriesgó a hablar brevemente sobre su problema con el pastor. (3) Kurt obtuvo una primera impresión de un diagnóstico tentativo en relación con la naturaleza y la seriedad de los problemas de Bill. (4) Al darse cuenta de que Bill podía estar seriamente deprimido, Kurt tomó la decisión de retrasar su viaje y ver a Bill por un momento. La falta de expresión en la voz de Bill, el hecho de que había experimentado una gran pérdida recientemente, su falta de sueño y su afirmación de que tenía que «mirar hacia arriba para ver el suelo» señalaban en conjunto una grave depresión. Kurt sabía que el riesgo

de un suicidio es alto entre las personas con depresiones profundas, en especial, entre hombres que viven solos.

Aun si el pastor no hubiera estado por viajar, habría sido importante descubrir, por teléfono, algo acerca de la naturaleza y la urgencia del problema de Bill. Una pregunta abierta tal como: «¿Tiene alguna dificultad?» o «Cuénteme un poco sobre su situación», por lo general, abre la puerta a las personas para que describan sus problemas. Al romperse el hielo con el pastor, es menos probable que Bill no cumpla con la cita debido a la ansiedad anticipada por tener que comenzar a discutir su doloroso problema. Este enfoque permite que el pastor distinga entre las emergencias o situaciones de crisis aguda y los problemas crónicos ante los cuales pueden planearse entrevistas con mucho menos sentido de urgencia. Por supuesto que debe verse a cualquier nuevo asesorado tan pronto como sea conveniente para ambos.

### El crecimiento de una relación sanadora

Durante la primer sesión de asesoramiento, pueden ocurrir varias cosas. (1) Se establece o se fortalece el fundamento para una relación terapéutica que permita crecer a medida que la persona experimenta la calidez del pastor, su comprensión y su cuidado. (2) Al escuchar con atención y reflexionar empáticamente sobre los sentimientos de quien busca ayuda, comienza la catarsis de sentimientos dolorosos que estaban encerrados, y (3) el pastor adquiere una idea tentativa del «marco interno de referencia» de la persona, cómo ve la vida desde su mundo. Esta impresión de diagnóstico incluye alguna concepción de cómo la persona define el problema, la manera en que sus relaciones fracasan al querer dar respuesta a necesidades básicas, y los recursos y limitaciones de la persona para encarar la situación. (4) Sobre la base de este diagnóstico tentativo, el pastor recomienda un acercamiento para obtener ayuda, como el asesoramiento pastoral continuo y/o la búsqueda de alguna ayuda especializada (p. ej., un chequeo médico, psicoterapia, concurrir a Alcohólicos Anónimos). (5) Si se acuerda continuar el asesoramiento, debería realizarse un contrato de asesoramiento informal que defina las metas y las expectativas de esta relación.

El asesoramiento consiste en establecer una relación y utilizarla de manera subsecuente; la calidad de ella puede describirse como *terapéutica* (sanadora), *mayéutica* (facilita el nacimiento y el crecimiento) y *reconciliadora* (restaura las relaciones alienadas). Este es el marco psicológico dentro del cual puede tener lugar, con mayor eficacia, la resolución de los problemas, la sanidad y el crecimiento. Las técnicas de asesoramiento son positivas sólo dentro de este contexto. Experimentar una relación de esta calidad es en sí mismo estimulante



para el crecimiento sanador. ¡El objetivo más importante de la primera entrevista es comenzar una relación de esta calidad!

Una relación terapéutica crece a medida que el pastor se vuelve para estar *con* la persona agobiada. Esto significa concentrarse a *escuchar* y a responder con empatía y cuidado. Estas actividades, que son importantes durante todas las etapas del asesoramiento, son indispensables durante las primeras etapas. En lugar de preocuparse por lo que va a decirse o hacerse (como tienden a hacerlo los asesores sin experiencia), el asesor debería centrar su energía en ser consciente de la persona y con ella en una relación humana viva. Esto es lo que los existencialistas llaman «presencia» en la psicoterapia. Karl Jaspers declara: «¡Qué estamos perdiéndonos! ¡Qué oportunidades para comprender dejamos pasar porque en un determinado momento decisivo estaba faltándonos, con todo nuestro conocimiento, la simple virtud de tener una presencia humana plena!»<sup>4</sup> Todos nosotros conocemos la sensación de vacío y despersonalización que resulta de conversar con una persona que no está realmente *presente*. Se necesita lo opuesto a esta experiencia para producir una relación de sanidad y crecimiento.

A medida que las personas sienten, aunque sea vagamente, que el pastor realmente está tratando de escuchar en profundidad y de relacionarse de manera plena, un pequeño y frágil nexo tan delicado como la telaraña comenzará a conectar la singularidad del asesorado con la singularidad del pastor. Este es el primer giro vital hacia lo que se conver-tirá en un puente robusto que conectará las islas de las conciencias de dos seres humanos. El puente se denomina *rapport*. En un espíritu cercano al de Martín Buber, Rogers afirma: «Entrar profundamente con esta persona en su lucha confusa por lograr su singularidad es quizá la mejor implementación de lo que ahora sabemos para indicar el significado de nuestra hipótesis fundamental de que el individuo representa un proceso que es profundamente digno de respeto, con relación a lo que él es y con relación a sus potencialidades».<sup>5</sup>

El arte de *escuchar con empatía reflexiva* es esencial en todo tipo de cuidado y asesoramiento. El pastor intenta escuchar los *sentimientos* (como también las palabras) incluyendo aquellos que se encuentran entre líneas, que son demasiado dolorosos como para ser confiados a las palabras. En algún momento, la persona responde a esos sentimientos. La acusación penetrante de Dietrich Bonhoeffer que citamos al comienzo de este capítulo subraya la importancia de aprender las lecciones de escuchar y aprender bien. Una frase de la obra de Shakespeare *Enrique IV* describe el problema de no tomar conciencia, la causa de muchos fracasos en el asesoramiento pastoral: «Es la enfermedad de no escuchar, el mal de no tomar en cuenta, lo que me preocupa».<sup>6</sup>

Estaré siempre agradecido a una anciana moribunda en un hospital para enfermos mentales, quien hace muchos años me ayudó a que aprendiera la importancia crucial de saber escuchar. Había estado en el hospital durante más

de veinte años. Ambos sabíamos que estaba muriendo. Antes de que intentara consolarla, algo me hizo preguntarle cómo se sentía sabiendo que iba a morir. Su respuesta maravillosamente franca hizo que lo que yo planeaba decirle fuera absurdamente irrelevante. Me respondió con una emoción intensa: «¡Capellán, estaré tan contenta de salir de este maldito lugar!» Había cometido el error de suponer que sabía lo que la gente siente respecto a la muerte. ¡La razón por la cual estaba equivocado es que no existe nada que establezca lo que generalmente siente la gente!

A medida que los asesores escuchan *en profundidad* los múltiples niveles de comunicación, verbal y no verbal, devuelven en la persona, de manera parafraseada, lo que escuchan, en particular sobre los grandes (dominantes) sentimientos de la persona. Este tipo de disposición a escuchar se denomina «escuchar disciplinadamente», concentrándose en aquello que parece contener la mayor parte de sentimiento, significado, energía y dolor.<sup>7</sup> Resumiendo periódicamente las cuestiones significativas y preguntando ocasionalmente para clarificar, los asesores ayudan a las personas a comenzar a organizar su confuso mundo interior, y así gradualmente llegan a comprender sus problemas con mayor claridad.

El proceso de escuchar y reflexionar de manera cálida y mostrando cuidado responde a otras funciones importantes:

- (1) Permite que los asesores revisen la precisión de sus percepciones. Si no logran comprender las emociones de sus asesorados, sus reflexiones les darán oportunidades para corregir sus percepciones erróneas.
- (2) Permite que los asesorados sepan que el pastor está *tratando* de comprender su mundo interior de significados y sentimientos.
- (3) Esta conciencia de la preocupación y de la comprensión iluminadora del pastor estimula el crecimiento de la relación de asesoramiento.
- (4) En algunos casos, responder a los sentimientos abre heridas psíquicas y permite que drene el veneno de poderosos sentimientos que estaban guardados, de manera tal que se facilita la curación normal.
- (5) A medida que progresa el asesoramiento, la actitud de escuchar y responder del asesor provee al asesorado la oportunidad de examinar y probar la verdad de sus sentimientos y acciones. Helen Flanders Dunbar comparó una vez al que escucha en la terapia con el paredón de práctica que utilizan los tenistas para perfeccionar sus golpes.<sup>8</sup>

La meta del asesor es lograr el máximo grado de lo que Rogers denomina «entendimiento empático» del mundo interior de la persona. Heinz Kohut declara, en efecto, que la empatía es el eco humano que acepta, confirma y comprende, y que el propio yo evoca. Se trata de un nutriente psicológico esencial sin el cual la vida humana tal como la queremos no podría sustentarse.<sup>9</sup>

Los resultados de las investigaciones de R. D. Quinn dan seguridad a los nuevos asesores que están preocupados por la posibilidad de no comprender de manera completa o de no responder con precisión y coherencia. Quinn encontró que es el *deseo de comprensión* del asesor el que comunica cuidado y aceptación a las personas con problemas, permitiendo que el asesor establezca una cabeza de playa para aumentar su comprensión del mundo interior de los asesorados.<sup>10</sup> No es necesario que los pastores tengan grandes dones en su capacidad de empatizar (sentir con otros) para asesorar eficazmente. Si realmente están *con* las personas sin juzgarlas, aceptándolas, sus intentos por comprender y reflejar los sentimientos pueden no registrar en algunos momentos las ideas y los sentimientos del asesorado sin que esto interfiera en la relación terapéutica.

Existen varios factores que tienden a bloquear la sensibilidad del asesor hacia los sentimientos de su asesorado: intentos prematuros de pensar en soluciones para sus problemas; un alto grado de ansiedad y la falta de atención hacen que muchas veces los sentimientos pasen inadvertidos (los propios y los del asesorado); los conflictos internos del asesor, que conducen puntos ciegos que impiden tomar conciencia de problemas similares que existen en el cliente; y una preocupación desmedida por las teorías y técnicas que apuntan al lado izquierdo del cerebro. Los asesores sin experiencia deberían evitar tratar de pensar en soluciones a los problemas de los asesorados, y en lugar de ello deberían concentrarse en comprenderlos y estar con ellos cuidando su mundo interior. La interacción que resulta de este tipo de presencia tenderá a aumentar la comprensión de sí mismo del asesor y permitirá que cualquier solución que se desarrolle, ya sea por parte del asesorado o de manera conjunta, sea realista y sensata.

Escuchar empáticamente es escuchar de manera activa demandando un compromiso emocional en el otro y una relativa apertura de los propios sentimientos. Un estudiante de teología hizo el siguiente descubrimiento durante una sesión de práctica de asesoramiento:

Al escuchar a un asesorado que habla sobre su situación, la respuesta del asesor es el resultado de haber escuchado sus propios sentimientos ... Si sus sentimientos no son los mismos del asesorado, lo corregirá, y el asesor tendrá otra oportunidad en el nivel de sus propios sentimientos para lograrlo. Cuando descubrí que la voz de mis propios sentimientos para lograrlo. Cuando descubrí que la voz de mis propios sentimientos —lo que decían sobre los de él— eran confiables, pude relajarme y reflexionar espontáneamente.<sup>11</sup>

Los asesores que no pueden sentir sus propios sentimientos (en especial, los que tienen que ver con el enojo y la pena) debido a sus bloqueos interiores están

seriamente en desventaja. Se encuentran limitados, en su capacidad de experimentar «resonancia», el cordón que une las respuestas entre dos personas y que hace posible la relación profunda, incluyendo la relación terapéutica.

### Motivación, diagnóstico, intervención, contrato

Sin olvidar la importancia de escuchar y de responder cálidamente a los sentimientos, existen ciertas preguntas para las cuales el asesor necesita respuestas, preferentemente durante la primera sesión. Si estas respuestas no se obtienen durante el transcurso de la argumentación del asesorado, el asesor debería hacer las preguntas directamente, una vez que ha comenzado a establecerse el *rapport*: ¿por qué vino a buscar ayuda ahora? ¿Por qué se dirige a mí? ¿Cuál es el problema según usted lo ve? ¿Está afligido o vino principalmente por presiones de otra persona? (En otras palabras, ¿la persona está motivada interna o externamente?) ¿Cómo se siente aquí? Y, muy importante, ¿qué tipo de ayuda desea y espera de mí? Estas preguntas son crucialmente importantes porque tienen que ver con el tema clave de la motivación del asesorado. Dejar de hacerlas casi siempre lleva al fracaso de establecer una relación de asesoramiento. Los asesorados y los asesores a menudo tienen distintas expectativas en una relación de asesoramiento. Deben ser sacadas a luz y discutidas, si se quiere llegar a una resolución.

Regresando al caso de Bill Shaw, encontramos al pastor saludándolo en la puerta de su estudio y luego de una charla inicial sin importancia sobre el tiempo, le dice: «Dime algo más sobre tu situación». Esto alienta a Bill a concentrarse en su problema *tal como lo percibe* (el «problema tal como se presenta»). Casi siempre existen problemas más profundos de los que el asesorado puede no ser consciente, pero la regla de oro consiste en *comenzar con el problema tal como se presenta*. En el transcurso de su descripción, Kurt adquiere gradualmente alguna información básica que concierne a la complicada vida de Bill y a sus relaciones. Se entera de que él tiene treinta y siete años, que estuvo casado durante doce tormentosos años antes de llegar al divorcio, que tiene dos hijos y que ha tenido varios trabajos, en su mayoría como mecánico de autos. Kurt recuerda las palabras que dijo Bill por teléfono acerca de «comenzar de nuevo», sugiriendo que su forma de vida previa se ha desmoronado. A medida que Bill habla, el pastor escucha tratando de percibir *los grandes sentimientos* dentro de los muchos que Bill expresa:

**Bill:** Este divorcio me golpeó como una tonelada de ladrillos. Con seguridad que teníamos nuestros desacuerdos, y ella me amenazaba con el divorcio, pero, cuando sucedió, no podía creerlo. Me enloquecí,

naturalmente, pero mayormente sentí que algo grande se me había escapado.

**Pastor:** Se sintió golpeado y vacío; ¡algo extremadamente importante en su vida había salido de un tirón!

**Bill:** Sí, y el sentimiento de vacío es peor al estar tan lejos. Extraño mucho a mis hijos. (Hay una gran tristeza en su voz.) Mi hijo comenzó a participar en scoutismo este año, y esa es una actividad en la que se supone que los padres deben estar con sus hijos varones.

**Pastor:** La distancia hace que su pérdida sea mucho más dolorosa debido a que a usted le es imposible verlo y estar involucrado en su vida.

En este punto de la entrevista, el pastor simplemente está tratando de escuchar y reflejar las actitudes y sentimientos dominantes del hombre.

**Bill:** Sí, me pregunto si no habré cometido un gran error al mudarme hacia aquí. Quería ser un padre para mis hijos y no obstante sentí que tenía que irme de ese lugar que me había golpeado. Tuve mala suerte en mis trabajos, tuve problemas en dos de ellos debido a mi temperamento. Pensé que quizá era mejor comenzar de nuevo donde no tenía a mis viejas sombras alrededor. Supongo que también quería mostrarle a Jean que no la precisaba, ¡que podía arreglarme sin ella!

**Pastor:** El dolor de ambos problemas —el trabajo y el matrimonio— le hizo sentir que lo mejor era mudarse. Pero ahora tiene serias dudas porque extraña a sus hijos.

**Bill:** (Asiente.) No hay esperanza para mi matrimonio, pero ¡no quiero que mis hijos crezcan sin mí!

**Pastor:** Se siente empujado poderosamente en dos direcciones. Se le hace muy difícil decidir si volver o quedarse.

**Bill:** Es cierto, y cuanto más mascullo esto en mi mente, peor me siento. Tengo la sensación de dar vueltas en círculos. Estuve tirado en mi cama en el cuarto de la Asociación sintiéndome cada vez peor ¿Tiene sentido todo esto? Me parecía que no vale la pena luchar. Entonces me acordé de su tarjeta y decidí llamarlo.

**Pastor:** Me alegra que lo haya hecho. Usted está sintiéndose desolado y sin esperanzas.

El pastor tiene ahora un cuadro parcial del motivo por el cual Bill Shaw le pidió ayuda. Sabe que vino por sí mismo debido a su aflicción interior de soledad y pena y a su conflicto sobre la posibilidad de retornar a St. Louis. Este es un segmento posterior de la entrevista:

**Pastor:** Mencionó por teléfono que no está trabajando en este momento.

**Bill:** Así es. Pero una persona en el garaje frente al correo me dijo que podía tomarme a partir del próximo lunes.

**Pastor:** Se sentirá mejor ahora que tendrá un trabajo.

**Bill:** Bueno, nunca tuve problemas para encontrar trabajo: estudié mecánica. Pero será bueno trabajar de nuevo y salir de ese cuarto; además estoy casi quebrado. No podía pagarme el boleto de ómnibus para St. Louis ahora, aun si decidía que eso era lo que tenía que hacer.

**Pastor:** Me alegrará acompañarlo mientras decide qué es lo mejor para usted y para sus hijos. ¿Le parece bien que nos encontremos el viernes a la misma hora?

**Bill:** Está bien.

**Pastor:** Bien, comencemos a trabajar juntos sobre este asunto.

**Bill:** Sí.

**Pastor:** ¿Cómo se siente ahora acerca de su situación? (El propósito de esta pregunta era registrar cuán deprimido y desesperanzado se sentía todavía este hombre.)

**Bill:** Mejor. Me ayuda sacarme algunas cosas de adentro del pecho.

**Pastor:** ¿Le gustaría conocer a uno de los nuestros, Sam Turner? Sam es miembro de lo que llamamos en la iglesia el equipo de laicos amigos. Es una persona amigable y creo que les gustará conocerse. Es duro estar solo en una ciudad nueva. ¿Estaría bien que Sam lo llamara y arreglaran cómo encontrarse?

Bill estuvo de acuerdo y los dos hombres se encontraron al día siguiente en la cafetería de la Asociación Cristiana de Jóvenes. Se entendieron bien y Sam probó ser de gran ayuda para Bill, como un nuevo amigo y como persona entrenada para escuchar.

Durante la entrevista, el pastor notó que Bill gradualmente iba animándose más. Aparentemente su depresión comenzó a ceder y su esperanza se avivó un poco como resultado de una relación de cuidado y del ofrecimiento de ayuda. El pastor sabía que Bill iba a tener dos apoyos durante su ausencia: la disponibilidad de un laico entrenado en el cuidado pastoral (cuya disponibilidad para con Bill el pastor se encargó de asegurar antes de dejar la ciudad) y la seguridad de tener una entrevista definida con el pastor dentro de tres días.

Si Bill hubiera venido por presiones de otra persona, habría sido esencial encarar esto de la siguiente manera: (1) descubriendo cómo Bill ve el problema (si es que existe un problema); (2) encontrando si está afligido y por qué, y por lo tanto qué es lo que lo motiva internamente para necesitar ayuda; (3) alentando la posibilidad de expresar enojo y resentimiento por verse coaccionado a ver a un pastor; (4) aceptando el derecho de Bill a no seguir con

el asesoramiento si no siente la necesidad de ser ayudado; y (5) mostrándose cálidamente interesado y disponible emocionalmente, de modo que la persona se sienta libre de aceptar la ayuda por motivos propios. Estas son algunas respuestas que ilustran este enfoque general:

**Chica adolescente:** Mi mamá pensó que necesitaba hablar con usted. Tiene metido en la cabeza que debo decidir pronto qué carrera voy a seguir estudiando.

**Pastor:** Parece que tu mamá ha estado presionando para que te decidas por una carrera que te dé ganancias, a pesar de que tú no sientes ninguna urgencia en esto. Debe molestarte que te obliguen a verme.

Casi siempre existe un problema entre la persona que viene y la persona que presiona. En una situación como esta, puede ser productivo invitar a madre e hija para que discutan juntas las cuestiones que existen entre ellas. A diferencia de un asesor secular, el pastor tiene una responsabilidad de cuidado pastoral tanto por la madre como por la hija.

Los cinco procedimientos que aparecen en la lista anterior constituyen un método que muchas veces es efectivo para motivar a un asesorado que está coercionado y se muestra reticente. No puede haber un asesoramiento genuino a no ser que las personas sean conscientes de las cuestiones o de los problemas y deseen la ayuda del pastor, a pesar de que sigan siendo asesoradas *ad infinitum*.

Durante la primera entrevista, el pastor se hace una impresión de diagnóstico tentativo en relación con la naturaleza y la profundidad de los problemas de la persona. Al escuchar intencionadamente, el pastor podrá ser consciente del tipo de sentimientos, problemas y relaciones de la persona. Esto puede darle claves que permitan resaltar la falta de adecuación del estilo de vida, de la personalidad y de los recursos de la persona, sabiendo que los problemas presentes son sólo manifestaciones que se dan en la actualidad. Puede ser evidente que la persona tenga recursos razonablemente adecuados pero que ha caído en una espiral descendente debido a una grave crisis o a una serie de crisis. Si esto es así, puede que lo único que precise sea el asesoramiento para crisis de corto plazo. O quizá la personalidad del asesorado está tan conflictuada y los problemas son tan crónicos, que es esencial encarar una terapia de larzo plazo. Esta decisión en cuanto al diagnóstico implica poder estimular la fuerza del yo de esa persona (ver capítulo 8).

Debido a que la palabra «diagnóstico» connota un modelo médico de asesoramiento, su significado debe ampliarse para comunicar lo que significa en un enfoque con orientación hacia el crecimiento. La mayor parte del asesoramiento, dejando de lado su orientación, involucra un proceso de comprensión y evaluación del problema de la persona, y luego, a la luz de ello,

la toma de decisiones acerca de cómo intervenir y qué tipo de ayuda ofrecer o recomendar. El diagnóstico pastoral debería incluir una evaluación del nivel de bienestar general de la persona, como así también de cualquier patología. También debería prestar atención a la salud de la vida espiritual de la persona (valores, prioridades, creencias, vitalidad espiritual). Como lo observa Paul Pruyser, nuestra orientación hacia los valores teológicos debería ser parte de las categorías de evaluación.<sup>12</sup>

Luego de realizar un diagnóstico tentativo, el pastor debería preguntarse a sí mismo: «¿Se beneficiará esta persona del asesoramiento que yo puedo proveerle dedicando mi tiempo, mis conocimientos y mi capacitación? ¿Existe alguna agencia o algún terapeuta en la comunidad que pueda proveer la ayuda especializada que esta persona necesita?» Sobre la base de consideraciones como estas, el pastor llega a una decisión tentativa con relación a si ofrece un asesoramiento continuo para crisis de corto plazo o lo deriva a otra persona. En algunos casos, la efectividad del asesoramiento de corto plazo puede descubrirse mejor si se lo intenta. Si no se logra ningún progreso y la persona sufre regresiones luego de unas pocas sesiones, es sabio hacer una derivación.

En el caso de Bill Shaw, el pastor presintió que había al menos dos niveles de problemas. Su dolorosa soledad, su pena y su conflicto sobre retornar a St. Louis eran aspectos del problema con los cuales el pastor sentía que tenía posibilidades de ayudar a Bill. Pero detrás de estos problemas que en ese momento lo presionaban, el pastor intuía que podían existir problemas de personalidad más profundos. Sabía que iba a conocer mejor esta cuestión mientras ayudara a Bill con sus dilemas inmediatos. A la luz de lo que había escuchado, luego podría decidir si derivaba o no a Bill para que obtuviera ayuda para sus problemas más profundos.

Si se decide que un asesoramiento de corto plazo es lo que mejor puede ayudar a la persona, entonces hay que hacer más que ofrecerlo. Uno debe recomendarlo diciendo, en efecto:

Creo que va a ser de gran ayuda para nosotros trabajar juntos sobre estos temas durante las próximas sesiones. Su situación es dolorosa y en este momento lo tiene perplejo. Nuestra meta será descubrir algunas maneras constructivas de encarar estos problemas, de modo que usted no sólo los enfrente mejor sino gane algo de fuerza para encarar problemas futuros. ¿Qué le parece si nos reunimos tres o cuatro veces, luego de lo cual decidiremos si seguimos trabajando juntos por unas pocas semanas más o buscamos a alguna persona especializada para ayudar en esta necesidad?

Si las personas se resisten a esta recomendación, deben respetarse sus resistencias, discutir las abiertamente y, de ser posible, reducirlas. Si están de acuerdo en recibir asesoramiento, debería realizarse un contrato a la manera de un acuerdo que se logra discutiendo los propósitos y las metas del asesoramiento; las expectativas y responsabilidades de cada una de las personas; la hora, lugar y duración de las sesiones; y una afirmación clara por parte del pastor con relación a la naturaleza confidencial de lo que se comunica durante el asesoramiento. En el proceso en el que se hace el contrato, debería subrayarse que el asesoramiento tiene por naturaleza la colaboración, en particular si la persona ha venido esperando una prescripción mágica o una solución fácil. El modelo médico-paciente que está en la mente de algunos de los que buscan asesoramiento es totalmente inadecuado debido a que evoca expectativas de curas externas que involucran a las personas sólo de manera mínima. Para ser efectivo, *el asesoramiento debe involucrar a las personas de manera activa para que movilicen sus propios recursos para enfrentar su situación y crecer*. Las expectativas de que el pastor hará el milagro deben ser alteradas, de manera gentil pero firme.

Si las personas están de acuerdo con comenzar el asesoramiento, debe hacerse una cita definitiva con el entendimiento de que se llamarán si cualquiera de los dos tiene un cambio de planes. Por lo general es mejor hacer que las personas sepan que las primeras sesiones durarán aproximadamente una hora. La mayor parte de nosotros no podemos escuchar profundamente a otro durante un período de tiempo más largo. Puede ser que una vez que las personas comienzan a movilizar sus propios recursos todo lo que precisen sean sesiones más breves (de diez a treinta minutos) y contactos telefónicos. Es importante notar que establecer un contrato de asesoramiento por acuerdo mutuo es lo que marca el pase del cuidado pastoral a una relación de asesoramiento explícita.

La catarsis emocional (llamada también ventilación emocional y abreacción) es una parte crucial de la fase primaria de casi todos los tipos de asesoramiento. «Ciertamente, una de las metas significativas de cualquier experiencia de asesoramiento es sacar a luz aquellos pensamientos y actitudes, aquellos sentimientos e impulsos cargados emocionalmente, que se centran alrededor de los problemas y de los conflictos de los individuos.»<sup>13</sup> Los varios tipos de asesoramiento se distinguen principalmente por lo que ocurre *luego* de la catarsis.

La aceptación de una relación de asesoramiento provee un medio seguro en el cual pueden revelarse y explorarse los sentimientos agobiantes que la mayor parte de las personas esconden y exploran. Se trata de una forma contemporánea de la confesión. En una relación de confianza, el asesorado puede encarar sentimientos fuertes como una culpa intensa, enojo, pánico, baja

autoestima e impulsos sexuales y, al considerarlos de manera abierta, romper con la atadura que pesaba sobre su vida. Una relación de asesoramiento provee una oportunidad única para descargar el espíritu descubriendo, verbalizando, expresando, clarificando y resolviendo sentimientos prohibidos, en la presencia de una figura con autoridad que no rechaza a la persona por sentirse así, sino que, por el contrario, comunica comprensión y aceptación. Aunque el asesoramiento no vaya más allá de la etapa de catarsis emocional, puede sanar y facilitar el crecimiento, ayudando a remover los entuertos interiores, que bloquean la aceptación de uno mismo y la posibilidad de enfrentar situaciones. Con frecuencia, luego de dar a conocer una historia dolorosa, el asesorado dirá, en efecto: «He llevado esta carga durante quince años, temeroso de hablar sobre ella con cualquiera. Por primera vez en muchos años, ¡siento que puedo pararme con la cabeza en alto!»

¿Cómo puede alentar el pastor esta descarga emocional? Escuchando con empatía y cuidado (como se describe con anterioridad) y respondiendo a los sentimientos. Más específicamente, los siguientes enfoques tienden a facilitar la catarsis:

(1) *Evite pedir información* más allá de la necesaria para obtener los datos esenciales. Demasiadas preguntas informativas tienden a apartar a la persona de sus sentimientos. (2) *Pregunte sobre los sentimientos*: «¿Cómo se sintió cuando el moderador lo ignoró?» (3) *Responda a los sentimientos en lugar de contentarse nada más que con los aspectos intelectuales*. Refleje los sentimientos, utilizando palabras que expresen sentimientos. «¡Realmente debió sentirse frustrado por lo que sucedió!» «¡Ese es un dolor profundo!» «A ver si me doy cuenta de lo que siente en este momento...». (4) *Esté atento a las puertas que puedan abrirle paso a la comunicación de los sentimientos*. Esto incluye palabras que expresan sentimiento; emoción en la voz, en la cara o en la pose; protestar mucho; las contradicciones (que indican conflictos interiores); y la discusión de relaciones que satisfacen necesidades, como la relación con los padres, el marido o la mujer, o los hijos. Responder a esto muchas veces lleva a niveles más profundos de sentimientos. (5) *Esté especialmente alerta a los sentimientos negativos*. Estos son los que se reprimen con más frecuencia y los que más necesitan ser sacados a la luz psicológica de una relación de aceptación. (6) *Evite las interpretaciones prematuras* sobre las razones por las que las personas funcionan o sienten de determinada manera y también *evite el asesoramiento prematuro*. Ambos son trampas tentadoras porque ofrecen al asesor inseguro la manera de sentirse útil y en control de la situación, y, por lo tanto, menos ansioso. Tanto las interpretaciones como el asesoramiento tienden a bloquear el flujo de sentimientos. Es importante saber que luego de una sesión durante la cual se han volcado sentimientos dolorosos y compartido aspectos íntimos de sus problemas, las personas pueden sentirse avergonzadas la próxima vez que vean al pastor.

## Reducir las finalizaciones prematuras

Algunos asesorados terminan su tratamiento antes de que el proceso de ayuda haya tenido la oportunidad de ser efectivo. Estas son algunas maneras de reducir este desgaste prematuro. Es fundamental que el asesorado experimente la calidez, la comprensión y la aceptación del asesor.<sup>14</sup> Además, las finalizaciones prematuras pueden reducirse:

(1) Expresando *interés activo* en trabajar con la persona para resolver su problema.

(2) Explicando *por qué* son necesarias varias sesiones de asesoramiento.

(3) Dando a conocer cualquier expectativa realista en relación con la manera en que el asesoramiento puede ayudar a reducir el sufrimiento de la persona y aumentar sus satisfacciones.

(4) Además, es importante *darle a la persona algo definido durante su primera entrevista*, como, por ejemplo, un resumen comprensivo de la situación tal como la ve el pastor, un folleto para leer o algún «deber para hacer en casa», algo que lleve a reflexionar o poner en práctica.

(5) Al llegar al cierre de cada sesión, el asesor debería preguntar: «¿Qué le pareció nuestra conversación durante este tiempo?» Si el asesorado se siente desilusionado y no tiene la oportunidad de verbalizar estos sentimientos, pueden dar a conocer estos sentimientos escondidos no regresando.

(6) Si una persona parece querer abandonar las sesiones, esto debería discutirse con mucha apertura. Esta discusión puede ayudar a prevenir la finalización prematura.

(7) Si las expectativas iniciales del asesorado son evidentemente poco realistas, se las debería ir cambiando gentil y gradualmente, y no abruptamente.

(8) Negociar un contrato claro que incluya un acuerdo por parte de los asesorados para concurrir durante un número específico de sesiones tiende a reducir la finalización prematura. Saber que se tiene por delante un número limitado de sesiones también alienta a los asesorados a trabajar duro sobre sus problemas desde el comienzo.

## La mecánica: la publicidad, el ambiente, el registro

Algunas personas no saben que la mayor parte de los pastores están capacitados para asesorar. Muchos que lo saben se abstienen de ocuparle tiempo al pastor para hablar de sus problemas. Por lo tanto, está bien que los ministros permitan que su congregación sepa que una de sus funciones normales como pastor es la de brindar ayuda en casos de problemas personales o de relación, y que están disponibles para conversar sobre cualquier problema significativo con las personas.

A medida que se amplían y se profundizan las redes de relaciones significativas de los pastores, en el proceso de servir a una comunidad de fe, las oportunidades de asesoramiento tienden a incrementarse. La personalidad del pastor, tal como la experimentan los miembros de la congregación, abre o cierra las puertas para que la gente se sienta libre de buscar asesoramiento. Los pastores pueden ayudar a que las puertas se abran poniendo una breve nota en el boletín de la iglesia:

«Ocasionalmente todos nosotros tenemos problemas al encarar las presiones y los problemas de la vida cotidiana. Hay momentos en que podemos beneficiarnos hablando con una persona capacitada en asesoramiento acerca de las cuestiones que estamos enfrentando. Nuestra iglesia ofrece este tipo de ayuda, cuando la precisa algún miembro u otras personas de la comunidad. Su pastor se encuentra disponible para hablar confidencialmente con los que enfrentan problemas personales o familiares, decisiones difíciles, crisis, cuestionamientos espirituales, o necesitan ayuda especializada. Enfrentar los propios problemas y buscar ayuda profesional son signos de fortaleza. El asesoramiento que incluye la guía espiritual es una parte habitual del trabajo pastoral. Siéntase libre en llamarlo telefónicamente o concertar una entrevista.»

Es más fácil realizar un asesoramiento efectivo si se cuenta con un lugar tranquilo y libre de interrupciones. Si no se cuenta con una secretaria que asegure la privacidad durante la sesión de asesoramiento, un letrado que diga «Pastor en entrevista» sobre la puerta del estudio y un teléfono al que pueda bajarse el volumen de la campanilla pueden ser de gran ayuda. Es bueno planear las sesiones formales de asesoramiento con una hora determinada para comenzar y para terminar. En las situaciones en las que el asesoramiento surge de manera inesperada, como durante un contacto de cuidado pastoral, decir simplemente en el momento de arreglar la entrevista algo como «Hablaremos durante alrededor de una hora», alerta a la persona sobre el tiempo disponible y la alienta a usar su tiempo de manera productiva.

Mantener un registro cuidadoso es una parte esencial de un enfoque disciplinado del asesoramiento pastoral, en especial si uno realiza asesoramientos de largo plazo o asesora a una variedad de personas con las cuales no puede confiarse sólo en la memoria. Algunos pastores desarrollan prácticas azarosas en este tema ya sea porque están «demasiado ocupados» o porque no le dan importancia. Los pastores no deben ser menos disciplinados en ministrar los espíritus de la gente que los médicos en ministrar sus cuerpos. Llevar registros cuidadosos puede servir a estos importantes propósitos: Proveen la manera de comprobar y suplementar la propia memoria. Alientan la reflexión sistemática entre sesiones, y el planeamiento de la próxima sesión (con una lectura importante o con consultas en algunos casos). Luego de varias sesiones, el registro puede ayudarnos a tomar conciencia del proceso de desarrollo de una

relación en particular. Alientan la reflexión y el aprendizaje de los propios errores. Pueden ser útiles cuando se hacen derivaciones y son valiosos como referencias futuras, si las personas regresan para ser asesoradas luego de una ausencia prolongada.

Los registros de asesoramientos deben mantenerse de manera confidencial en un archivo con llave. (Antes de que el pastor se mude, esos registros deben destruirse.) Puede mantenerse una tarjeta o una carpeta para cada asesorado, pareja o familia. La información registrada debe incluir el nombre (o un número codificado para proteger el carácter confidencial en caso de que cualquiera tenga acceso a los registros), la dirección, el teléfono, la edad, las relaciones interpersonales (miembros en la familia y otros), la presentación del problema, los planes de ayuda, los nombres del médico o de otros profesionales que hayan intervenido en el caso. Luego de cada sesión de asesoramiento, puede agregarse un breve resumen de los progresos significativos obtenidos.

La mayor parte de los asesores encuentran que pueden recordar y registrar los aspectos vitales de una entrevista, si lo hacen no bien termina. Si se toman notas durante la sesión, esto debería realizarse sin sacrificar presencia ni contacto ocular frecuente. Pueden anotarse unas cuantas palabras clave o fechas sin causar obstrucciones en la entrevista y proveer de un marco para recordar cuándo se registran los puntos sobresalientes de la entrevista a su término. Antes de tomar nota, es bueno señalar con tono natural: «Quiero tomar algunas notas para poder tener un cuadro de toda la situación cuando terminemos. Por supuesto que se las considerará confidenciales». Un enfoque similar debe utilizarse si se desean grabar las sesiones: «Quisiera grabar nuestras sesiones cada tanto para reflexionar luego sobre qué hemos dicho. Podemos decidir escuchar juntos parte de lo grabado cada tanto. ¿Está bien?»

### El teléfono en el cuidado y asesoramiento pastoral

El teléfono puede ser un instrumento útil, que ahorre tiempo, en muchas situaciones de cuidado y asesoramiento pastoral, informales y formales, como también de pre-asesoramiento. Permite al pastor mantenerse en un contacto más cercano con personas en crisis y llegar a darse cuenta más rápidamente si necesitan un cuidado o asesoramiento especial. En situaciones de emergencia, como la amenaza de un suicidio, donde no es posible la comunicación cara a cara, puede realizarse un asesoramiento telefónico de apoyo, que impida que la crisis se agrande. Las llamadas telefónicas pueden suplir las visitas pastorales presenciales a personas enfermas y hospitalizadas, y a los ancianos y a los que no pueden salir de su casa. Telefonar a los miembros de la iglesia en ocasiones especiales —cumpleaños, jubilaciones o aniversarios— es una manera considerada y eficiente de expresar el cuidado pastoral. El teléfono es un

medio efectivo para dar apoyo adicional a los equipos de laicos dedicados al cuidado y prepararlos cuando se encuentran con personas en crisis. En el asesoramiento extensivo, el teléfono puede emplearse entre sesiones para aumentar la frecuencia de los contactos terapéuticos y apoyar a las personas que están tratando de lograr un comportamiento nuevo y más constructivo.

Un pastor experimentado y eficiente (mi compañero de cuarto en el seminario) cuenta que no podía comenzar a encarar la cantidad de necesidades de cuidado pastoral de su iglesia sin utilizar el teléfono con frecuencia. Escribe:

Debo decir que no creo que el teléfono sustituya los contactos personales, pero, a veces, es un excelente suplemento. Algunas veces puede hacer eficazmente lo mismo que realiza una visita personal o emplearse cuando ella resulte imposible. Se usa mucho el teléfono en el área de la administración. No obstante, aun cuando llamamos por una cuestión administrativa, debemos recordar que la persona a la cual hablamos es aquella cuyo hijo acabamos de enterrar, cuya hija acaba de casarse, cuyo nieto acaba de bautizarse, cuya hija sufre el desmoronamiento de su matrimonio y cuyo corazón está conolido por ello.<sup>15</sup>

Luego de una discusión sobre un tema controvertido en la junta directiva de una iglesia, hubo varios votos negativos. Al día siguiente, mi amigo llamó a una de esas personas y preguntó simplemente: «¿Cuáles fueron sus reacciones a la reunión de junta directiva?» Una administración como esta, que cuida y se centra en las personas, lleva muchas veces a que surjan oportunidades para el asesoramiento. Este pastor también utiliza el teléfono para suplantar sus visitas personales a los hospitales ahora que la mayor parte de los pacientes tienen un aparato telefónico junto a su cama. Nos informa que esto es muy apreciado.

### La aplicación de los principios del enfoque integral

Deberían utilizarse varios principios de trabajo de orientación integral durante el asesoramiento para maximizar la sanidad y el crecimiento. El primero de estos principios es *incluir entre las metas del asesoramiento las seis dimensiones de la plenitud, incluyendo la plenitud integral*. En su asesoramiento a Bill Shaw, Kurt podría haber explorado la necesidad que podía tener Bill de recurrir a un examen médico o de aprender mejores prácticas para mantenerse saludable. El segundo principio es *tratar de tener la mayor conciencia posible de las fuerzas y potencialidades ocultas de los asesorados y afirmarlas todas las veces que sea apropiado*. Para desarrollar esta conciencia se requiere lo que describimos antes como «ponerse los anteojos del crecimiento». Esto permite que uno vea a las personas que navegan en medio de una crisis como creadas a la imagen divina con ricas

potencialidades, y a aquellas cuya autoestima es casi inexistente, como hijas de Dios. Un corolario de este principio es *ver la patología, el quebrantamiento y el pecado como un crecimiento en buena parte trunco, bloqueado o distorsionado*. Es increíble cómo disminuye la destrucción humana cuando las personas comienzan a recobrar su esperanza y su crecimiento.

Estas son algunas ilustraciones de cómo el pastor podría haber implementado este principio al asesorar a Bill Shaw. Al conversar sobre los sentimientos de Bill ante la necesidad de asesoramiento, Kurt podría haberle dicho: «Siento que estás muy deprimido. Debo decirte que los hombres necesitamos mucha fuerza para reconocer ante nosotros mismos que precisamos ayuda y debemos pedirla». Podría haber añadido: «Encuentro que a menudo intento dar la impresión de que no necesito ayuda cuando las cosas se ponen duras. Me siento débil y un fracaso como hombre cuando tengo que pedir ayuda.» La primera declaración afirma el coraje que requiere Bill para pedir ayuda. La segunda permite que Bill sepa que Kurt tenía conciencia de su propia humanidad y que no pretendía estar sentado en un pedestal de plenitud juzgando a Bill por pedir ayuda. Este descubrimiento tan transparente puede sacudir a algunos asesorados que necesitan ver a sus asesores como «la temeraria torre de poder» (como lo dijo una persona) sobre la cual pueden apoyarse. Por lo tanto, es importante alentar a los asesorados a que expresen plenamente sus sentimientos acerca de cualquier cosa que haya dicho el asesor.

Cuando Kurt estaba resumiendo los puntos principales de lo que le había oído decir a Bill, bien pudo haber dicho: «Tengo el presentimiento de que tienes más fortaleza de la que te das cuenta ahora cuando te sientes en un pozo, fuerzas que puedes utilizar para manejar tu situación dolorosa de modo que dé buenos resultados tanto para ti como para tus hijos. Por ejemplo, estás dispuesto a desarraigarte y a mudarte a una parte nueva del país para tratar de comenzar de nuevo. Se necesita valentía para eso. A lo mejor sospechas que estuviste buscando una cura geográfica para la situación en St. Louis, y puede ser que haya algo de verdad en ello. Pero para esto aún se necesita coraje.» Luego de la respuesta de Bill, el pastor pudo haber mencionado otras fortalezas reales o potenciales que ve en él. Es importante tener claro que las personas deprimidas muchas veces no escuchan las afirmaciones prematuras. Si las escuchan, pueden rechazarlas y en verdad sentirse peor porque creen que el asesor no está escuchando cuán totalmente desvalidas y desesperadas están. Si se recibe la confirmación de fuerzas genuinas, puede ayudar a reforzar los sentimientos de autovaloración y a aumentar la magnitud de la chispa de la esperanza. Es esencial saber cómo se sienten los asesorados ante estas confirmaciones, de manera que las respuestas negativas puedan discutirse y resolverse.

El tercer principio de trabajo es *usar la fórmula para el crecimiento —el equilibrio entre cuidado y confrontación— a través del asesoramiento*. Hasta que se haya

establecido un fuerte *rapport* debe recalcarse el cuidado: escuchar el dolor y responder con cálida empatía y aceptación. La confirmación y la confrontación deberían medirse en las primeras etapas del asesoramiento. Pero cuando se escucha la confrontación medida en el contexto de la toma de conciencia del cuidado del asesor que no juzga a su asesorado, puede experimentársela como una expresión de cuidado genuino. Hubo una confrontación medida e implícita en la afirmación de las fortalezas de Bill. Explícitamente, se dijo: «Usted tiene logros que tendrá que aprender a usar para salir por usted mismo del doloroso torbellino en el que se encuentra». A medida que se fortalece el vínculo de cuidado, la confrontación puede llegar a ser más directa y explícita.

El cuarto principio de trabajo es *que el asesor tenga en mente su meta de crecimiento hacia la plenitud durante toda la relación y articule esto como una expectativa y un desafío, cuando sea apropiado*. Hacia el final de la primera sesión con Bill, Kurt pudo haber dicho: «Soy consciente de que te sientes como si estuvieras tratando de mantenerte a flote en el río en el cual te encuentras. Pero una de las cosas que espero es que no sólo aprendas cómo moverte en el agua con más efectividad sino que también aumentes tus habilidades para nadar de modo que llegues a la orilla que desees. ¿Cómo te sientes ante esta esperanza mía?» Este ejemplo ilustra el uso de imágenes del lado derecho del cerebro, que comunican empatía con los sentimientos de Bill que está por hundirse por tercera vez. También lo confronta con la posibilidad de usar su crisis para aprender nuevas habilidades que le permitan prevenir problemas futuros y encarar de manera más constructiva aquellos que están teniendo lugar. El asesor que se orienta hacia el crecimiento tiene como objetivo ayudar a las personas para que hagan más que simplemente sobrevivir y alcancen nuevamente su nivel de ajuste previo. El objetivo es capacitar a la persona para que aprenda y, por lo tanto, crezca como resultado de haber encarado el problema.

El quinto principio de trabajo es *relacionarse con los asesorados en términos de sus redes interpersonales y del contexto social más amplio de sus problemas*. Estos factores, por lo general, desempeñan roles significativos en las causas y el tratamiento de sus problemas en la vida. Bill buscó ayuda solo; no obstante, también trajo consigo sus relaciones significativas como parte de sí mismo. La concepción sistémica ve a las personas con sus relaciones significativas como foco central de asesoramiento. Al discutir su percepción de los recursos de Bill, Kurt podría haberle señalado: «La distancia que te separa de tus hijos te resulta tan dolorosa porque ellos son muy preciados para ti, ¿no es así? Tu amor por ellos y el que sienten ellos por ti es un logro, dondequiera estés.» Al describir su percepción de la situación de Bill, Kurt podría decir: «Estás experimentando una gran pérdida: estás desarraigado y solo y a tres mil kilómetros de la tierra que te es familiar y de la gente de la cual solías recibir apoyo. Si decides quedarte en esta ciudad, me parece que es muy importante que reconstruyas tu grupo de



apoyo.» Vincular a Bill con Sam Turner fue un pequeño paso para ayudarlo a reconstruir su sistema de apoyo. Kurt puede ayudarlo a dar pasos adicionales en este proceso esencial alentándolo a concurrir a la clase de personas solas y más tarde, quizá, a llegarse a otras personas nuevas en la comunidad luego de tomar un curso de capacitación en el equipo de laicos amigos.

Si las consideraciones de Kurt con relación a su formación machista obtuvieron alguna respuesta de reconocimiento por parte de Bill, habría sido valioso que el pastor agregara: «Desafortunadamente nuestra sociedad parece enseñarnos a sentirnos miserables como hombres, cuando no ganamos o cuando no estamos en la cima de todo». La discusión que a veces sigue a este tipo de afirmación ayuda con palabras a las personas con problemas a ver sus asuntos personales dentro de un contexto social más amplio. Esto puede reducir el sentimiento de culpa inapropiado por algo que nuestra cultura provoca, como, por ejemplo, la programación sexista de mujeres y varones.

El sexto principio de trabajo del asesoramiento orientado hacia la plenitud es *ser consciente durante el asesoramiento de temas espirituales y que tienen que ver con los valores, y de las necesidades que tienen las personas de crecer en el escenario central de la vida*. Como asesor con capacitación teológica, Kurt era consciente de que algo serio faltaba en las prioridades, valores y creencias de Bill, así como en su relación con Dios. Durante la exploración de las motivaciones y de las expectativas de Bill, o en una sesión posterior, el pastor pudo haber dicho: «Tengo curiosidad de saber por qué viniste a pedir ayuda a un pastor. ¿Fue solamente porque yo te llamé o es que esperabas que hiciera algo especial por ser pastor?» Este tipo de preguntas permite que las personas articulen algunas cuestiones espirituales, creencias teológicas o supersticiones que se cierran alrededor de su problema y contribuyen a él. Si se desarrolla una relación de asesoramiento que va más allá de una crisis aguda, será esencial ayudar a Bill a explorar la dinámica de sus valores y de su fe como recursos o impedimentos para un cambio en crecimiento. Aun encarar constructivamente esta crisis inmediata puede requerir que se ayude a Bill a movilizar sus recursos espirituales.

### Las técnicas fundamentales de asesoramiento

En años recientes han sido identificadas las técnicas esenciales que los asesores necesitan para desempeñar su tarea. Se han desarrollado varios enfoques para aprenderlas de a una por vez. Robert R. Carkhuff y sus asociados desarrollaron un sistema de enseñanza y aprendizaje con el que se aprenden estas técnicas esenciales siguiendo una secuencia. (Ver el libro de Carkhuff y William A. Anthony, *The Skills of Helping* [El arte de ayudar].) La investigación cuidadosa ha comprobado la importancia de cada una de las principales técnicas que se utilizan en el proceso de ayudar. El libro *The Skilled Helper* (El

auxiliar experto), de Gerald Egan, ofrece otro método para aprender técnicas básicas para el asesoramiento. Un manual para la capacitación que acompaña al anterior, y cuyo autor también es Egan, se titula *Exercise in Helping Skills* (Ejercicios en el arte de ayudar). Alien E. Ivey ha desarrollado un enfoque denominado «microcapacitación», que utiliza videos para enseñar las técnicas de manera secuencial.<sup>16</sup> Los que se capacitan como asesores para aprender las técnicas básicas del arte de asesorar pueden usar uno o más de estos enfoques. Este es un resumen (tomado en parte de Carkhuff) de las técnicas esenciales para el asesoramiento, que los asesores deben aprender:

—*Un comportamiento atento y que muestre interés por el cuidado*, que incluya contacto ocular frecuente, que exprese interés a través de la postura (con la posición hacia la persona y no alejándose de ella) y de la expresión facial. —*Invitar a la persona a hablar* acerca de temas significativos utilizando preguntas abiertas y comentarios breves o gestos. —*Escuchar y observar con cuidado* los mensajes no verbales. —*Seguir a la persona*, evitando cambiar de tema, especialmente en los comienzos del asesoramiento. Permanecer con el flujo aquí-y-ahora de la relación. —*Responder con empatía* parafraseando los principales puntos de los sentimientos y de las cuestiones que se perciben, y su significado para la persona. —*Clarificar* resumiendo los principales puntos de lo que la persona ha comunicado y comprobando la manera en que el asesor comprendió su significado para la persona. —*Explorar* por medio de preguntas directas las áreas significativas que la persona no ha discutido. —*Confrontar* a medida que es necesario y apropiado, en el contexto de valorar y afirmar a la persona. —*Comprender* los significados, las cuestiones y las dinámicas del problema y *hacer recomendaciones para ayudar* basadas en la perspectiva del diagnóstico.

Debería ser evidente, al menos en parte, la manera en que estas técnicas se relacionan con el proceso de ayuda tomando el estudio de caso que hicimos anteriormente en este capítulo.

## Tipos de respuestas que da el asesor

El psicólogo Elias H. Porter, Jr. describe cinco actitudes diferentes que pueden aparecer en las respuestas de los asesores:

- E— *Evaluadoras*: respuestas que indican que el asesor ha hecho un juicio concerniente a la bondad, propiedad, efectividad o justicia relativa de los sentimientos o del comportamiento del paciente. Estas respuestas dicen o implican lo que el paciente *debería* o *tendría* que hacer.
- I— *Interpretativas*: respuestas que indican la intención del asesor de enseñar, impartir significado al paciente o explicar por qué.
- S— *Sostenedoras*: respuestas que indican la intención del asesor de asegurar y reducir la intensidad de los sentimientos del paciente.
- I— *Indagatorias*: respuestas que indican que la intención del asesor es indagar, buscar más información o provocar una discusión sobre cierto tema. Estas respuestas implican que el paciente puede llegar a desarrollar o discutir un tema que implique un paso adelante.
- C— *Comprensivas*: respuestas que indican la intención del asesor de responder para comunicar que comprende y en efecto preguntar al paciente si está entendiendo correctamente lo que el paciente dice y siente.<sup>17</sup>

Voy a agregar un sexto tipo de intervención del asesor:

- A— *De asesoramiento*: respuestas que indican que la intención del asesor es la de recomendar ciertos enfoques, acciones, creencias o actitudes como capaces de brindar ayuda. Dicho en otras palabras, una respuesta *evaluadora* es la que lleva el juicio de valor del asesor; una respuesta *interpretativa* intenta enseñar o explicar la dinámica del comportamiento de la persona (el porqué); una respuesta *sostenedora* busca reasegurar, inspirar o dar sustento a una persona; una respuesta *indagatoria* cuestiona; una respuesta *comprensiva* refleja comprensión y empatía por los sentimientos y actitudes del asesorado; una respuesta *de asesoramiento* ofrece lo que el asesor evalúa como una sugerencia constructiva para encarar el problema.

Encuentro que las categorías EISICA son útiles para ayudar a los pastores y a los estudiantes a darse cuenta de cuándo no están dando respuestas equilibradas en su asesoramiento. El asesoramiento de muchos pastores consiste casi totalmente en dar respuestas I (indagatorias), S (sostenedoras) y A (de asesoramiento), sin darse cuenta de ello. Los pastores moralistas tienden

a dar mayormente respuestas E (evaluadoras) e I (indagatorias). Los clérigos con alguna experiencia en psicología y en teoría de la psicodinámica muchas veces dan demasiado énfasis a las respuestas I (interpretativas), que involucran teorías acerca de por qué las personas sienten y actúan de la manera en que lo hacen. Aquellos que han recibido su capacitación basada principalmente en el enfoque de Carl Rogers pueden descansar con mucha fuerza en las respuestas C (comprensivas). Los pastores que no han recibido capacitación para el asesoramiento rara vez utilizan respuestas C.

Mi experiencia me dice que *estos seis tipos de respuestas ocupan un lugar importante en el asesoramiento pastoral*. Un pastor debería estar capacitado para utilizarlas a todas con selectividad flexible, dependiendo de las necesidades de un asesorado en particular. En la primera etapa del asesoramiento cuando se construye el *rapport*, es esencial que se den más respuestas C. En el asesoramiento de confrontación son también importantes las respuestas E (evaluadoras), I (interpretativas en el sentido de enseñar) y A (de asesoramiento). En el asesoramiento durante momentos de crisis, deben utilizarse respuestas S (sostenedoras). En el asesoramiento educativo de corto plazo (p. ej., el prematrimonial) son indispensables las respuestas I (indagatorias), S (sostenedoras) e I (interpretativas o de enseñanza). En todas las etapas y tipos de asesoramiento, son importantes las respuestas C (comprensivas). El estilo de asesoramiento de muchos clérigos es más débil por su insuficiencia en respuestas C.

Permítanme sugerir que ahora ustedes utilicen el sistema EISICA. Traten de identificar los seis tipos de respuestas que aparecen en la lista luego de leer las palabras de una mujer de diecinueve años:

Le digo que odio a mi padre. ¡Lo odio! ¡Lo odio! Y no hay razón para ello. Es un pastor —un hombre bueno y correcto; nunca me puso una mano encima— pero tengo un sentimiento aterrador contra él, y me hace sentir tan mal porque no tengo motivos para ello. Odiar al padre es un pecado, especialmente si no hay motivos para hacerlo. Yo... me preocupa.

- (1) Por supuesto, se siente culpable por odiarlo tanto, en especial debido a que no puede señalar nada que le haya hecho para que lo odie. Y, también ... encontrará que bajo todo esto siente amor por él, y este amor desempeña su parte en este sentimiento de culpa.
- (2) Pienso que todos en algún momento u otro atravesamos un período en el que odiamos a uno de nuestros padres o a ambos. No es realmente tan extraño que esto suceda. La mayor parte de las personas encuentran que pueden trabajar para sobrellevar esta situación hasta que las cosas se arreglen.

- (3) Esto es seguramente algo que usted querrá aclarar. Las relaciones felices con los padres son muy constructivas ... No querrá poner en riesgo lo que eso significa para usted.
- (4) Le preocupa odiar a su padre sin motivos, y se siente culpable por ello.
- (5) Permítame recomendarle que hable con su padre sobre este sentimiento, échelo fuera con él.
- (6) Pienso que tenemos que buscar la raíz de esa preocupación. Cuénteme acerca de su padre, dígame todo lo que pueda sobre él.<sup>18</sup>

La clave para dar puntaje a este ejercicio está en la nota 18.

La utilidad de este sistema se hace más importante si se distinguen dos tipos de repuestas: II (indagando información) e IS (indagando sentimientos). El sistema es una herramienta valiosa para analizar informes escritos o entrevistas grabadas, tratando de identificar los puntos ciegos en las respuestas del asesor. En las sesiones en las que se pone en práctica la realidad, un capacitador experimentado en el rol de observador debe registrar las respuestas del asesor, ayudando a reconocer si hay falta de equilibrio en su modelo de asesoramiento. El sistema EISICA puede ser una nueva mecánica de poco valor. Pero, cuando se lo utiliza como un instrumento para la confrontación dentro del contexto de una concepción dinámica de la relación de asesoramiento, puede convertirse en una herramienta de gran utilidad.

### Hacia un asesoramiento más inclusivo y transcultural

Como la teoría psicoterapéutica en general, el asesoramiento pastoral ha pertenecido predominantemente a la clase media en sus conceptos, métodos y modelos de sanidad. Para responder efectivamente a las necesidades de las personas en los próximos quince años, aquellos que practican este arte pastoral deben trascender la orientación angloamericana, de clase media y de hombre blanco, que tiene esta disciplina. En un mundo en el que crecen las interacciones entre personas de distintas culturas y trasfondos étnicos, es cada vez más importante ampliar los horizontes de los asesores pastorales.

Los pastores que sirven en congregaciones en el centro de las ciudades o con membresía compuesta por obreros especializados pronto descubren que los objetivos y los métodos del asesoramiento pastoral, tal como se los concibe tradicionalmente, son bastante ineficaces cuando se los quiere aplicar a personas que no pertenecen a la clase media. Los objetivos tomados prestados de la psicoterapia introspectiva —el crecimiento que se logra por medio de la comprensión de uno mismo y la integración de la personalidad a través de la resolución de conflictos interiores— son ajenos al mundo de muchas de estas

personas. Lo mismo ocurre con el modelo psicoterapéutico usual, una serie de entrevistas formales, programadas, cara a cara, en las que se espera que las personas tengan conversaciones cada vez más profundas sobre sus sentimientos. Un estudioso perspicaz de este problema observa: «Muchas personas pobres no se expresan bien ... No ven que pueden resolver sus problemas con sólo hablarlos. Sus preocupaciones son inmediatas, concretas y urgentes. Necesitan ver soluciones pronto, [a pesar] de que la mejoría sea limitada.»<sup>19</sup> Los métodos introspectivos de asesoramiento parecen una pérdida de tiempo para muchas personas cuya cultura, fuera del *ethos* de la clase media, no las condiciona a mirar hacia adentro para encontrar ayuda. Esto es particularmente cierto si se sienten sobrecargadas con problemas prácticos. Cuando los pastores que no han trascendido su trasfondo de clase media atienden a estas personas, ellas muchas veces no regresan luego de la primera sesión. La tentación es creer que no están motivadas. En verdad, muchas están poderosamente motivadas para encontrar ayuda. Finalizan el asesoramiento porque su concepto del tipo de ayuda que precisan es completamente distinto del que tiene el asesor. Las personas con desventajas, así como aquellas que provienen de grupos étnicos y culturales centrados en la autoridad, tienden a esperar que la ayuda incluya recibir asesoramiento y se centre en resolver, aliviar o ayudarlas a sobrellevar sus problemas prácticos.

El enfoque efectivo en relación con las personas en desventaja económica, que pertenecen a grupos étnicos y culturales centrados en la autoridad, se basa en la crisis concreta que enfrentan. La primera meta es la de ayudar a estas personas a descubrir maneras prácticas de resolver sus crisis económicas, de empleo o de salud. No se necesita una mejoría drástica ni total, sino una mejoría que aparezca bastante pronto en el proceso de ayuda.

Estas personas suelen ver a los clérigos como figuras con autoridad. El pastor muchas veces necesita tomar la iniciativa en darle a la persona la información que le será de utilidad (p. ej., dónde encontrar un trabajo o atención médica) y sugerencias sobre pasos constructivos que deben darse y sostén práctico. Un factor importante en todo asesoramiento pastoral es la voluntad de utilizar la autoridad pastoral propia —la autoridad del rol social que brindan la identidad pastoral y la competencia— para alentar el crecimiento, y no el autoritarismo que frena el crecimiento. Esto es esencial cuando se trabaja con personas que provienen de trasfondos centrados en el autoritarismo. Las formas no constructivas del uso de la autoridad involucran la manipulación de los asesorados por medio de asesoramientos coercitivos, o actuar o decidir por ellos cuando podrían hacerlo con la guía y el sostén del asesor. Los usos de la autoridad del asesor que apuntan al crecimiento tienen como objetivo disminuir gradualmente la dependencia de su autoridad que tienen los asesorados. Esta autoridad busca ayudar a los asesorados a que movilicen su propio poder (a

través del ejercicio de sus capacidades latentes para encarar problemas), lo que les permitirá manejar sus problemas de manera más constructiva, mejorar su situación de vida, y hacer todo lo que sea posible para superar la discriminación económica y étnica, donde se arraigan sus problemas.

Debido a que allegarse a una oficina en busca de asesoramiento es extraño al estilo de vida de muchas de las personas que no pertenecen a la clase media, la mayor parte de la ayuda debe realizarse en otros lugares sin la etiqueta formal de «asesoramiento». Un estudio sobre tratamientos de salud mental en grupos de bajos ingresos reveló que «los terapeutas que desarrollan el tipo de rol de un pastor son los que tienen más éxito. Aquellos que dejan sus oficinas y se relacionan con sus pacientes de manera informal en sus lugares de trabajo, en sus hogares o en encuentros informales en la calle, pronto se convierten en miembros confiables de la comunidad de los pacientes. La persona pobre acepta la intervención directa durante sus momentos de crisis.»<sup>20</sup> Este estudio encontró que con los obreros calificados era efectivo el asesoramiento en grupos informales. Los miembros del grupo que pertenecen a un similar trasfondo étnico y de lenguaje se visitan y ayudan unos a otros entre sesiones. Las personas que se han recuperado de problemas como la delincuencia o la drogadicción son excelentes modelos y líderes de grupos. (Sorprende la similitud que existe entre este enfoque y el de Alcohólicos Anónimos.) De una importancia especial para el asesoramiento pastoral es el resultado del estudio que dice que «las dificultades psicológicas de muchos pacientes de bajos ingresos disminuyen a medida que se involucran en alguna actividad significativa, sea religiosa, manual, sindical o la participación en un comité barrial».<sup>21</sup> Es obvio que el asesoramiento pastoral ofrece mayor ayuda a los pobres cuanto más *pastorales* son sus métodos. La mayor parte de las oportunidades de asesoramiento con los marginados sobrevienen en situaciones de crisis. El libro *Pastoral Care of the Poor* (Cuidado pastoral del pobre), de Charles Kemp, es un recurso valioso para aquellos que ministran a personas que no pertenecen a la clase media.<sup>22</sup>

La iglesia negra tiene una cultura rica y distintiva, que incluye una herencia corporativa procedente de África y de la época de la esclavitud. Tiene también una rica tradición en cuidado pastoral. Edward P. Wimberly señala que dos funciones pastorales, *sostén* y *guía*, han dominado el cuidado pastoral en las iglesias negras. Pero también tiene lugar la *sanidad*: «A pesar de que el racismo y la opresión dañaron la personalidad de la gente de raza negra, la plenitud les llegó a muchas personas a través de la experiencia del amor de Dios por ellas. Cuando se pusieron en práctica los recursos del cuidado pastoral para tratar a personas que sufrían de baja autoestima y de odio a sí mismas, experimentaron que eran aceptadas como<sup>x</sup> alguien' ante los ojos de Dios, y de sus hermanos y hermanas de raza negra. Para algunas hubo sanidad, pero para otras se logró

el sostén ... para ellas, el amor de Dios a través de los recursos de la iglesia previno y disminuyó el impacto de la opresión.» El rol simbólico y la autoridad de los pastores negros, que reflejan las aspiraciones, los sueños y las esperanzas de liberación de su pueblo, tienen una función dinámica en su ministerio de guía y sostén. Aun más, el sostén es la función de toda la congregación como una comunidad que cuida, lo que supera por mucho a la mayoría de las congregaciones de los blancos. La adoración y la predicación de los negros, los grupos de cuidado (reuniones de oración y sociedades para entierros), rituales como el bautismo y el funeral, todos proveen sostén y apoyo a estas personas oprimidas.<sup>23</sup> En resumen, la corriente principal del cuidado pastoral que realizan los blancos tiene que aprender mucho de las modalidades corporativas de cuidado pastoral que tienen lugar en las iglesias negras.

Existe una significativa dimensión transcultural en el asesoramiento que reciben las mujeres por parte de pastores varones y viceversa. El hecho de que la mayoría de los pastores sean hombres y que la mayoría de las personas que asesoran sean mujeres, trae serios problemas. Un estudio realizado por Inge K. Broverman y otros revela que muchos asesores y terapeutas (tanto varones como mujeres) funcionan con estereotipos de roles sexuales inconscientes que restringen su efectividad como animadores de crecimiento con pacientes del sexo femenino.<sup>24</sup> Es imperativo que todos los asesores tomen conciencia de su propio sexismo y del impacto opresivo del sexismo de nuestra sociedad sobre los problemas tanto de mujeres como de hombres. Todas las personas involucradas con seriedad en la tarea de asesoramiento deben aumentar la conciencia de los asesorados sobre la manera en que la programación sexista ha contribuido a la restricción de su plenitud.<sup>25</sup>

Los pastores de sexo masculino necesitan reconocer que existen limitaciones inherentes a su capacidad de facilitar el crecimiento psicológico y espiritual cuando asesoran a mujeres. Las mujeres asesoras, que han estado socialmente programadas para depender de los varones, conforman fuertes lazos de dependencia de las figuras religiosas masculinas autoritativas y tratan de agradarlas. Ano ser que un asesor varón desafíe este modelo, trabajará contra la posibilidad de que las mujeres desarrollen plenamente sus fuerzas y realicen una búsqueda espiritual autónoma. Un asesor varón no puede darle la ayuda especial que ella podría encontrar al relacionarse con una asesora pastoral liberada que conoce la experiencia de las mujeres desde adentro y está entusiasmada con la posibilidad única que esta experiencia brinda a la búsqueda espiritual. No importa cuan liberado del sexismo esté un asesor varón, tendrá dos desventajas como animador de la plenitud en una mujer:

No puede conocer la experiencia de las mujeres desde adentro en una sociedad sexista, y no puede servir ante sus pacientes como modelo de

mujer fuerte, competente y cuidadora. Pero si ha tomado conciencia de esto y es cálido, abierto, vulnerable y capaz de crecer (como así también competente), la relación con un hombre así puede animar el crecimiento tanto de mujeres como de varones.<sup>26</sup>

Hasta que nuestra sociedad se haya liberado totalmente del sexismo, las mujeres asesoras tendrán una ventaja especial para lograr la liberación y el crecimiento de las mujeres, así como los asesores varones tienen ventajas en la liberación y crecimiento de los hombres. El mismo principio se aplica al asesoramiento de personas de distintos trasfondos raciales y étnicos.

Aquellos que asesoramos desde una posición de mayor poder dentro de una cultura (como ocurre con los hombres blancos) tenemos un problema especial respecto a esto. Es probablemente imposible que una persona que tiene una posición baja dentro de la sociedad confíe en una que tiene una posición alta, o que experimente la mayor liberación y potenciación posible en una relación de asesoramiento entre ellos. Para responder a las necesidades de crecimiento de las mujeres y de las minorías étnicas, se necesita que muchas más personas de esos grupos reciban entrenamiento como asesores pastorales.

En su libro *Counseling for Liberation* (Asesoramiento para la liberación), Charlotte Holt Clinebell (quien cambió su nombre por Charlotte Ellen en 1978) describe las características de un asesor liberado y liberador. «Este tipo de asesor:

1. Valora a la mujer igual que al hombre. Una mujer asesorada no puede aprender a valorarse a sí misma de un asesor que devalúa a las mujeres.
2. Cree en la igualdad completa entre mujeres y hombres en todos los niveles y en todas las áreas de la vida pública y privada, en el trabajo y en el hogar.
3. Es consciente del hecho de que los estereotipos culturales profundamente establecidos tienden a influenciarlo o influenciarla en el nivel inconsciente, a pesar de que intelectualmente él o ella rechacen esos estereotipos.
4. No está a la defensiva, ni es pretencioso, ni emite juicios.
5. Sostiene la filosofía básica de que su trabajo es ayudar al paciente a encontrar quién es en realidad y qué quiere ser. Esto significa plantear otras elecciones y opciones a personas que no se les hubiera ocurrido.
6. Constantemente es consciente de sus limitaciones al trabajar con personas del sexo opuesto.
7. Está en proceso de convertirse en una persona más plenamente andrógena (y alienta al asesorado y al paciente para que también lo hagan).»<sup>27</sup>

Al trabajar con personas de distintos trasfondos étnicos, culturales o sexuales, es esencial ser conscientes de la tendencia universal de sentir, en cierto nivel, que la experiencia y la cultura propia son norma para todos los seres humanos. Cada uno de nosotros juzga las diferencias culturales como inferiores, de acuerdo con el grado en que esta tendencia opere en nosotros. Puede cegarnos ante diferencias sutiles pero significativas con las que los asesorados

de otros trasfondos perciben, conceptualizan, sienten, resuelven problemas y crean su propia visión del mundo. El haber coordinado talleres y realizado asesoramiento con distintas personas en unos treinta países, durante las últimas dos décadas, me ha hecho más consciente de las dificultades involucradas al tratar de trascender mi propio condicionamiento cultural. Cuando asesoremos a personas de distinto sexo o trasfondo cultural, es bueno decir: «Me doy cuenta de que, así como me gustaría comprender todo lo que está diciendo, no podré hacerlo en algunos momentos debido a nuestras diferencias de trasfondo. Nuestro trabajo en común será mucho mejor si usted me indica cuando siente que no estoy comprendiendo bien lo que está contándome.» El nuevo mundo de la comunicación global y de las relaciones transculturales pone por delante muchos problemas. También abre posibilidades excitantes y desafiantes para nosotros como asesores pastorales, para aprender unos de otros y así transformar en puentes nuestras antiguas barreras culturales.<sup>28</sup>

### Sesión de práctica de la realidad

Antes de hacer el siguiente ejercicio técnico, puede que le sea de utilidad refrescar su memoria volviendo a leer la descripción que está al final del capítulo 1, referente a cómo utilizar el enfoque de la práctica de la realidad.

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** Ser consciente de las necesidades propias y actuales. Compartir cualquiera de ellas durante las sesiones. Ser consciente de cómo las respuestas del pastor a lo que uno dice aumentan o disminuyen el deseo de compartir con más profundidad. (Discutir esto con los demás durante los períodos de devolución.)

**EL ROL DEL PASTOR:** Practique escuchar con atención los sentimientos y cuestiones que expresa el miembro de la iglesia y reflexionar (parafraseando) sobre ellos. En esta sesión, no intente ayudar a la persona a resolver el problema que expresa. En lugar de ello, concéntrese en estar presente de lleno, escuchando con cuidado y respondiendo precisa y cálidamente a todo lo que el miembro le comunique por medio de palabras, tono de voz o lenguaje corporal. Sólo dé respuestas C (comprensivas). Esto le permitirá al miembro hacerle saber si está comprendiendo de manera precisa lo que está comunicándole. Aprender a estar con una persona dando precisas respuestas C es una técnica que construye la relación y provee una base para utilizar otras técnicas de ayuda.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Esté atento a la calidad, la calidez y la precisión de las respuestas C del pastor. Interrumpa el flujo del asesoramiento periódicamente (cada 5-10 minutos) para compartir sus

observaciones acerca de la interacción entre el pastor y el miembro, presentar cuestiones y hacer sugerencias para mejorar las respuestas del pastor. Llame la atención sobre las respuestas que no son del tipo C, sino que pertenecen a los otros tipos detallados en la lista. Discuta sobre cómo las respuestas del pastor podrían haber comunicado una comprensión más empática.

Luego de unos veinte minutos de asesoramiento, haga una devolución completa y después cambie roles de manera que cada persona tenga la oportunidad de ser pastor, miembro u observador durante la sesión de práctica.

## CAPÍTULO 5



### **La facilitación de la plenitud espiritual: la esencia del cuidado y del asesoramiento pastoral**

Así como no se debería intentar curar los ojos sin la cabeza, o la cabeza sin el cuerpo, tampoco se debería intentar curar el cuerpo sin el alma ... porque una parte no puede nunca estar bien a no ser que la totalidad esté bien...Y por lo tanto, si la cabeza y el cuerpo deben estar bien, se debe comenzar curando el alma.

—PLATÓN<sup>1</sup>

Los pastores son llamados a facilitar la plenitud espiritual durante el ciclo de la vida. Su educación teológica los equipa con los recursos y técnicas que pueden utilizar para desempeñarse como educadores, guías y entrenadores de la vida espiritual en todos los aspectos de su ministerio. Animar la sanidad espiritual y el crecimiento es la tarea esencial de todo cuidado y asesoramiento pastoral. Las metas básicas en toda tarea de asesoramiento verdaderamente pastoral son la comprensión de las necesidades espirituales fundamentales de la humanidad y la habilidad de ayudar a las personas a aprender a satisfacerlas de manera que les permita crecer. La tarea de este capítulo y del próximo es explorar la naturaleza y las metodologías para acrecentar la plenitud espiritual.

Las cuestiones teológicas obvias y explícitas —como problemas de fe, dudas, doctrina, la naturaleza y los métodos de la oración— aparecen como problemas en sólo una pequeña minoría de los que buscan ayuda pastoral. Un estudio encontró que sólo el 10% de los pacientes que recurren al asesoramiento pastoral eran considerados como con problemas en el área religiosa.<sup>2</sup> Esto se debe en parte a la atmósfera secular de nuestro tiempo. Los problemas

espirituales, que prevalecen como una epidemia, tienden a no ser entendidos ni descriptos en términos teológicos. Cuando los pastores encuentran problemas espirituales explícitos, responden recurriendo a su capacitación teológica, a la tradición o a su vida religiosa personal. Al hacerlo deberían utilizar los métodos generales de todo asesoramiento pastoral que se precie de ello (cap. 4) y del asesoramiento educativo en particular (cap. 13). En su trabajo como *teólogos asesores*, los pastores tienen la valiosa función de ayudar a las personas a sondear y apropiarse personalmente de la sabiduría de su tradición religiosa respecto al significado de la vida. Asisten a las personas tanto en la tarea de llenar los símbolos y los relatos tradicionales con significados propios como en desarrollar nuevos símbolos y relatos. Como asesores teológicos, la función de los pastores es nutrir el crecimiento de las personas hacia una fe más madura (a tono con la realidad espiritual) y una relación con Dios más vital y de crecimiento.

Cuando hay cuestiones teológicas explícitas que presentan problemas en el asesoramiento, el pastor debe estar alerta porque pueden ser manifestaciones superficiales de problemas psicológicos más profundos. Por lo general, es apropiado comenzar a tratar una cuestión teológica como un problema en sí, pero se debe estar alerta a la aparición de otros problemas, que pueden estar acechando en las sombras. Recuerdo a un hombre maduro que vino a pedir ayuda porque sufría de una angustiante pérdida de vitalidad en su vida de oración. Como lo señaló: «Para mí la oración está muerta». Pidió que le recomendara un libro sobre la oración. Le sugerí algunos pero lo alenté a que continuara hablando sobre su problema preguntándole: «¿Qué le ha estado pasando últimamente? ¿Hay algo que esté preocupándolo mucho?» Esto abrió las compuertas. El hombre volcó sus sentimientos de culpa en relación con un pariente que se había suicidado, por cuya muerte él sentía una sensación de responsabilidad irracional, pero que provocaba aflicción. Consecuentemente, este problema se trabajó a través de una serie de sesiones de asesoramiento y la experiencia de oración de este hombre «se reavivó». Los escollos interiores que producían estos sentimientos de culpa congelados, que habían bloqueado su percepción de Dios, se derritieron con la experiencia de perdón de sí mismo que se dio durante el asesoramiento.

El comienzo de los brotes psicóticos a veces se ve acompañado por un interés repentino y obsesivo en la religión—por ejemplo, en «estar bien con Dios» o en «encontrar el secreto del universo». Este interés puede tener color a paranoia—delirios de grandeza (complejo de mesías) o persecución. En un estudio realizado con pacientes de un hospital para enfermos mentales, el 20% simplemente revestía su psicosis con ideas religiosas. El 10% por ciento parecía utilizar la religión como la última posibilidad. Otro 17% mostraba evidencias

de problemas religiosos fundamentales, interrelacionados con conflictos no resueltos respecto a las figuras paternas.<sup>3</sup>

A pesar de que los problemas religiosos pueden esconder problemas psicológicos, lo inverso también es cierto. Los conflictos y el vacío espirituales son factores significativos en muchos problemas de neurosis. Seward Hiltner escribe: «La gente puede enfermarse emocionalmente no sólo por la existencia de frustraciones inmediatas sino también porque está preocupada por el propio significado de su vida y su destino». La frase de Viktor Frankl, «aspiradora de valores», describe el vacío que hace que muchas personas sean vulnerables a la ansiedad y los conflictos interpersonales. En su comentario del libro de Peter Vierech *The Unadjusted Man: A New Hero for Americans* (El hombre inadaptado: un nuevo héroe para los estadounidenses), Geoffrey Brunn escribe: «La nuestra es una época de huérfanos, separados de su pasado histórico por el impacto transformador de la tecnología dinámica. Hoy en día cada individuo en la "multitud solitaria" se siente perseguido por una sensación desolada e incommunicable de singularidad». En esta «era de anhelos» (Arthur Koestler), incontables millones de personas no han encontrado recursos para encarar la experiencia humana común que Melville describe en su clásica frase: «un noviembre húmedo y lluvioso en mi alma». Como los personajes de la obra teatral *Esperando a Godot*, están aburridos y sienten náuseas ante la falta de significado y vacío de sus existencias mientras esperan un dios que no llegará. La falta de propósito de nuestra «generación equivocada» provee tierra fértil para las semillas de la patología matrimonial, del conflicto interpersonal y de las enfermedades de la personalidad.<sup>5</sup>

Una corriente fuerte en varias de las psicoterapias contemporáneas desafía la concepción de que todos los problemas religiosos son meros síntomas de problemas psicológicos más profundos. Carl G. Jung, Roberto Assagioli, Erich Fromm, Viktor Frankl, Gordon Allport, Rollo May, y otros existencialistas en psicoterapia, sostienen que esta perspectiva es reduccionista y no tiene sustento de evidencia clínica. Sostienen que los problemas psicológicos por lo general están enraizados en patologías espirituales. Jung consideraba que «los problemas religiosos que trae el paciente ... son importantes para la neurosis y posiblemente sean su causa». Fromm considera a la neurosis como una religión secreta y privada. El terapeuta necesita saber cuál es la respuesta de la persona a la pregunta sobre la existencia; la mayor parte de los que se consideran problemas psicológicos son sólo consecuencias secundarias de estas respuestas, la religión secreta a la cual la persona dedica todos sus esfuerzos y pasiones.<sup>6</sup>

Es fácil dejar de ver las dimensiones espirituales escondidas de los problemas que el pastor encuentra en el momento del asesoramiento. Si, por alguna razón, los asesores están más a tono con la sintonía de los aspectos psicosociales

de los problemas humanos, tienden a no escuchar los profundos anhelos espirituales que muchas veces están presentes. Tal sordera es una desventaja seria, en particular si la sufre un pastor. Por otro lado, una atención desmedida sobre la dimensión religiosa puede disminuir la percepción de factores psicosociales complejos que siempre están relacionados con cuestiones espirituales. El cuidado pastoral en los Estados Unidos ha remarcado apropiadamente los peligros del reduccionismo religioso al considerar los problemas humanos y, al hacerlo, algunas veces ha caído en el reduccionismo psicológico. Para ser un asesor *pastoral* efectivo, deben sintonizarse simultáneamente las dimensiones psicosociales y espirituales de cada problema humano.

Una mujer que se sentía culpable, de setenta y ocho años de edad, dijo a su pastor: «Preferiría morir —con todo el temor que le tengo a la muerte— a seguir en esta cama por mucho más tiempo». En lugar de alentarla a discutir su sensación de ser inútil y su miedo a la muerte, el pastor le dijo simplemente que lamentaba mucho que ella se sintiera así, una manera casi segura de cerrarle la posibilidad de expresar sus sentimientos. En la próxima entrevista, ella volvió a hablar sobre la muerte.

**Pastor:** No tiene miedo, ¿no? [una pregunta que bloquea].

**Mujer:** No exactamente. No, no diría eso. Quizás. Pero hay algunas cosas que debo hacer que no he hecho. Me pregunto si estoy lista para irme.  
¿Piensa usted que Dios nos castiga por las cosas que hemos hecho mal?

El pastor contestó que «la Biblia nos enseña que existe el juicio» y con soltura continuó volviéndole a asegurar que ella había sido una buena mujer y no debía preocuparse por ello. La culpa y el miedo a la muerte que obviamente tenía esta mujer no fueron tomados en serio. El pastor no percibió en absoluto su profundo problema existencial —enfrentar la muerte—, probablemente debido a su propia ansiedad existencial.<sup>7</sup>

### La dimensión espiritual en todos los problemas humanos

En ciertos tipos de problemas, los aspectos religioso-existenciales son obvios y nos presionan. De acuerdo con Erik Erikson, los jóvenes hacia el fin de su adolescencia están altamente expuestos a los problemas de su identidad fundamental y, por lo tanto, a la ansiedad existencial. No es accidental que la esquizofrenia frecuentemente comience a esta edad. Las cuestiones espirituales son prominentes en las crisis de la edad madura, cuando las ilusiones juveniles de inmortalidad física se derrumban ante la realidad del envejecimiento. El

psicólogo Hermán Feifel descubrió que «una de las preocupaciones primarias del subconsciente de la persona de más de cincuenta años, tal como lo revela una prueba proyectiva, es la preocupación por su propia muerte».<sup>8</sup> Las cuestiones existenciales y religiosas siempre están cerca de la superficie en el asesoramiento durante momentos de crisis, en particular cuando se asesora a los enfermos, a los moribundos y a los afligidos. Sus experiencias de crisis resquebrajan la caparazón defensiva de pseudo-omnipotencia que llevamos la mayoría de nosotros, y nos fuerza a tomar conciencia del reloj que marca la hora sin descanso, acercándonos a la muerte en cada momento.

A pesar de que no siempre es tan obvia y que en algunos casos está completamente escondida, existe una dimensión existencial y espiritual en *cada problema* contra la cual luchan el pastor y el miembro de la iglesia durante el asesoramiento. Esto es cierto debido a que la conciencia de nuestra moralidad es inherente a cada experiencia humana, la mayor parte de las veces a nivel subconsciente.

La ansiedad es en general la respuesta del organismo humano a cualquier cosa que se percibe como una amenaza a lo que uno considera esencial para su bienestar o su seguridad. La ansiedad patológica (neurótica) surge cuando impulsos, deseos o necesidades contradictorios demandan simultáneamente expresión o satisfacción. Es el resultado de un conflicto interior. Sirve a la función de mantener ingredientes que no son aceptables a la imagen reprimida que tenemos de nosotros mismos. En contraste, la ansiedad existencial no es patológica ni es ansiedad normal. Surge de la misma naturaleza de la existencia humana. Los seres humanos son animales que saben que van a morir. Están atrapados por la raíz de su naturaleza, sujetos a las fuerzas de la enfermedad, el dolor, la muerte, y les falta lo que el personaje del Gran Padre, en la obra teatral de Tennessee Williams *El gato sobre el tejado de zinc caliente*, llama «la ventaja del cerdo», o sea, la ignorancia de su mortalidad.<sup>9</sup>

Como observa Martin Heidegger, nuestro conocimiento de que debemos morir es la música de fondo que suena débilmente a la distancia durante nuestra vida: «En algunos momentos podemos borrarla, pero hay otros momentos en que se aumenta en volumen y compás, y no podemos no ser conscientes de ella».<sup>10</sup>

Paul Tillich señala que la amenaza de no ser que produce ansiedad tiene tres formas: la amenaza del sino y de la muerte, la vaciedad y la pérdida de significado, la culpa y la condenación. Esta ansiedad cala todo nuestro ser.<sup>11</sup> Es parte de nuestra «herencia de finitud», la sombra oscura que toca todos los otros tipos de ansiedades y les da poder.



La ansiedad existencial es el material en crudo, el prototipo y la fuente de todas las otras ansiedades. Una mujer que sabía que había nacido fuera del matrimonio, que no había sido deseada, que era el resultado de un accidente, se lamentaba ante su asesor pastoral: «Siento que no tengo derecho de existir». Expresaba la sensación de rechazo que la perseguía y la ansiedad existencial que resultaba de las precarias circunstancias en las que había venido al mundo. Tillich resume su concepción de la ansiedad existencial y señala la única manera efectiva de encararla:

La ansiedad es la conciencia de finitud. El hombre [*sic*]... siempre vive con ansiedad consciente o inconsciente de la muerte. La posibilidad de no ser está presente en cada momento de su ser. Estas vicisitudes de la existencia lo amenazan por todas partes. El sufrimiento, los accidentes, las enfermedades, la pérdida de la relación con la naturaleza y los otros seres humanos, la soledad, la inseguridad, la debilidad y el error están siempre con él. Finalmente, la amenaza de tener que morir se convertirá en la realidad de la muerte. Debe soportar todo esto, y sólo puede hacerlo en el poder de aquello en lo cual el no ser es conquistado eternamente, el poder de lo divino. La función del cuidado pastoral es comunicar este poder y mediar para alentar el coraje para aceptar la finitud.<sup>12</sup>

No existen respuestas psicológicas ni psicoterapéuticas para la ansiedad existencial. Es existencial en la medida en que es inherente a nuestra propia existencia como criaturas conscientes. Pero *su impacto sobre el individuo puede ser o bien creativo o bien destructivo*, dependiendo de qué manera se maneje. Psicológicamente hablando, cualquier cosa que uno utilice para sobrellevar la ansiedad existencial se convierte en una religión propia. Esta puede ser una de las muchas formas de idolatría: la deificación de las posesiones, la salud, el éxito, el alcohol, el estado, una institución como la iglesia, la propia familia, hacer de estas cosas «la preocupación última» (Tillich). Los problemas neuróticos también pueden entenderse como defensas contra el no ser, como intentos de evitar la ansiedad existencial. Irónicamente, el uso de estas defensas produce de manera inevitable precisamente aquello que se teme, no ser,<sup>13</sup> o sea, la neurosis disminuye la vivacidad de una persona. Tillich considera que la ansiedad neurótica es una manera de evitar la amenaza de no ser evitando ser (defendiéndose a uno mismo contra el miedo a la muerte sintiéndose medio muerto).

Pareciera haber una relación recíproca entre la ansiedad neurótica y la existencial. Tillich observa que un alto grado de ansiedad neurótica hace que la persona sea vulnerable a la amenaza de no ser y, a la inversa, quienes están vacíos de significado «son fáciles víctimas de la angustia neurótica».<sup>14</sup> Cada tipo de ansiedad tiende a reforzar la otra.

Si se intenta sobrellevar la ansiedad existencial por medios pseudo-religiosos (idólatras o neuróticos), los resultados inevitables son una disminución de la creatividad, la conciencia, la autenticidad de la propia vida. El terapeuta existencial J. F. T. Bugental escribe:

La ansiedad neurótica es una pena ocasionada por ceder nuestro auténtico ser-en-el-mundo ante esperanzas ilusorias de seguridad, de evitar la tragedia. Está siempre acompañada por alguna reducción de nuestro ser total, y por esa razón es inevitablemente como un cáncer que crece en nuestra vida ... Somos menos realistas en nuestra vida de modo que nuestra ansiedad se renueva, requiriendo mayores esfuerzos defensivos. La ansiedad neurótica tiende, entonces, a ser una ansiedad en constante crecimiento.<sup>15</sup>

La única manera constructiva de encarar la ansiedad existencial es una vida religiosa auténtica que anime la actualización de la imagen de Dios dentro de la persona. En el que ha sido el pasaje más citado de *Modern Man in Search of a Soul* (El hombre actual en busca de un alma), Jung informa: «Entre todos mis pacientes en la segunda mitad de la vida —o sea, con más de treinta y cinco años— no ha habido ni uno solo cuyo problema en última instancia no fuera encontrar un sentido religioso a la vida».<sup>16</sup> Es coherente con la observación de Tillich de que «el poder de lo divino» es aquel dentro del cual «el no ser es conquistado eternamente». Una religión que realza la vida alienta a las personas a confrontar la ansiedad existencial en lugar de esquivarla. Como lo aclara Tillich, sólo a medida que esta ansiedad normal es confrontada y tomada por la propia identidad podrá realzar la vida en lugar de impedirlo. Dentro de este contexto de significado o de verdad, se convierte en una «escuela», según la palabra de Kierkegaard. En la propia experiencia de enfrentar la ansiedad, la persona desarrolla una certeza interior de la fe. La ansiedad es la maestra que busca a fondo en la vida individual y quita de raíz lo trivial. Por lo tanto, la ansiedad existencial se convierte en «la madre de la pulsión del conocimiento».<sup>17</sup>

Nikos Kazantzakis en *Zorba el Griego* hace que el obispo exprese esta teoría:

*Hay algo de Eternidad aun en nuestra efímera vida, sólo que es muy difícil descubrirlo solos.* Nuestras preocupaciones diarias nos desvían del camino. Sólo unas pocas personas, la flor de la humanidad, se las arreglan para vivir una eternidad aun en su vida transitoria sobre esta tierra. Como todos los demás, por tanto, se perderán, Dios tuvo misericordia de ellos y les envió la religión, de manera que la multitud también pueda vivir en eternidad.<sup>18</sup>

La ansiedad existencial se transforma en la medida en que seamos capaces de vivir la eternidad en medio de nuestra vida transitoria.

### **La meta del asesoramiento sobre problemas religiosos**

La meta de la dimensión religiosa del cuidado y asesoramiento pastoral es ayudar a la gente a crecer en profundidad y vitalidad en su vida espiritual de modo de potenciar todos los aspectos de su vida. Este crecimiento tiene lugar a medida que aprenden a relacionarse con Dios, con la gente (los hijos de Dios), con la naturaleza (el mundo de Dios) y con su propio interior de manera que satisfacen las nueve necesidades espirituales fundamentales: (1) desarrollar una filosofía viable de la vida; un sistema de creencias y de símbolos vivos que den significado a su vida; (2) desarrollar imágenes y valores creativos que guíen sus estilos de vida de manera constructiva; (3) tener una relación en crecimiento con un Dios amante y un compromiso con él que les ayude a armonizar y dar energía a su vida; (4) desarrollar su yo superior (Assagioli) o su alma como el centro de todo su ser; (5) renovar regularmente su confianza fundamental (Erikson) para mantener la esperanza en medio de las pérdidas y de las tragedias de la vida; (6) descubrir formas de salir de la alienación de la culpa hacia la reconciliación del perdón; (7) desarrollar maneras de reforzar la autoestima y de reducir el narcisismo alienante (el orgullo) con la conciencia de que Dios le valora en profundidad; (8) tener regularmente momentos de «experiencias culmines» (Maslow) trascendentes y místicas cuando experimentan lo eterno en medio de lo cotidiano; y (9) pertenecer a una comunidad que cuida (p. ej., la iglesia), nutre y sostiene en su trayectoria espiritual.

Estas necesidades básicas no son religiosas en el sentido eclesial. En realidad son *necesidades humanas básicas* presentes en todas las personas incluyendo aquellas más secularizadas y alienadas de las religiones institucionalizadas. Son necesidades religiosas en el sentido de que pueden satisfacerse sólo en relación con lo que Tillich llamó la «dimensión vertical», la realidad espiritual última, Dios. Muchas personas no han aprendido a satisfacer sus necesidades espirituales de manera sana y que les permita crecer. Su religión es *patogénica*: produce enfermedad y bloquea el crecimiento. Muchos otros satisfacen sus necesidades religiosas fundamentales de manera relativamente *saludable*, nutriendo la sanidad y la plenitud. La religiosidad patogénica tiene lugar cuando la gente intenta satisfacer sus necesidades espirituales de maneras rígidas, autoritativas, que niegan la realidad o que son idólatras. La religiosidad que genera salud tiene lugar cuando la gente satisface estas necesidades de manera abierta, permitiendo crecer, respetando la realidad, siendo un sonoro ¡sí! a la vida. Así, la religión puede estar tullida o puede ser creativa: un *peso*

agobiante sobre nuestros espíritus o *alas* por medio de las cuales podemos volar hacia arriba y trascender nuestra vida bidimensional, atada al espacio y al tiempo. Uno de los propósitos centrales del asesoramiento pastoral como así también de la educación religiosa es nutrir el bienestar espiritual de alto nivel, la clave del bienestar de toda la persona. He argumentado con considerable profundidad sobre estas necesidades espirituales básicas en otros escritos.<sup>19</sup> Es suficiente decir aquí que animar el bienestar espiritual en el cuidado y el asesoramiento pastoral involucra ayudar a la gente a aprender formas de satisfacer sus necesidades que les permitan crecer más.

Es crucial ser consciente de la crisis espiritual en nuestro planeta. Este es el contexto para los deseos espirituales, la confusión, el vacío que la gente trae al asesor pastoral. Es una época difícil para satisfacer de manera constructiva nuestros apetitos espirituales profundos. La velocidad sin precedentes de los cambios sociales ha producido un colapso masivo de los sistemas tradicionales de creencias, símbolos, significados y valores religiosos para millones de personas en el planeta tierra. Las modalidades tradicionales centradas en el autoritarismo para encarar la ansiedad existencial y satisfacer las necesidades espirituales no son más aceptables ni significativas para ellas. Pero todavía no se han desarrollado modalidades nuevas y más creativas. Para muchas personas esta época de transición espiritual radical está saturada de ansiedad existencial. Algunas huyen de la libertad (y de la necesidad) de desarrollar una espiritualidad más creativa buscando «soluciones» religiosas simplistas y autoritativas ligadas con un pseudomesías. En términos de Erich Fromm, «escapan de la libertad» para reducir la ansiedad provocada por la crisis espiritual de nuestro planeta. Una conciencia subconsciente de esta crisis es lo que hace que las personas recurran a los asesores pastorales.

Cuando se la mira a través de los lentes del crecimiento, esta crisis espiritual confronta a la humanidad con una oportunidad sin precedentes (y una necesidad sin precedentes) para la transformación espiritual. Cuando nos alejamos de las respuestas cómodas que ya no satisfacen, nos confrontamos con la necesidad de «ocupaos de vuestra salvación con temor y temblor» (Fil. 2.12). Aquellos que cuestionan las creencias y los valores que convalidan la autoridad están confrontados por la necesidad de descubrir creencias y valores que tengan sentido *para ellos*. El proceso de dejar de lado creencias inmaduras pero cómodas (ver 1 Co. 13.11) es doloroso, pero es parte esencial del proceso de crecer espiritualmente. El asesoramiento pastoral orientado hacia la espiritualidad puede brindar una ayuda valiosa a las personas que buscan la plenitud espiritual en nuestra crisis contemporánea.

El asesoramiento pastoral sobre temas espirituales apunta a ayudar a las personas a aprender a vivir en armonía con los principios básicos del mundo psicológico y espiritual, tal como se entienden en la tradición judeo-cristiana.

Alinear el estilo de vida de cada uno con esta realidad espiritual fundamental es lo que en lenguaje religioso se denomina «hacer la voluntad de Dios». El asesoramiento pastoral busca ayudar a las personas a disfrutar de una relación abierta y en crecimiento con Dios, permitiendo que vivan y crezcan en medio de las pérdidas, los conflictos y las tragedias de la vida en el mundo. Busca ayudarles a ser conscientes del maravilloso hecho de que fueron creados para ser socios activos, co-creadores con el Espíritu del universo de la transformación del mundo. El asesoramiento pastoral busca ayudar a las personas a renovar su sentido de confianza básica en contacto con el Espíritu de amor presente en este momento, para encontrar la sanidad de aquellos aspectos de su aflicción que sólo pueden sanarse en relación con esta realidad. El asesoramiento pastoral apunta a ayudar a que las personas encuentren su vocación —su llamado, su causa— en la cual vuelquen su vida con propósito, compromiso y gozo.

Los pastores deberían ayudar a sus asesorados a descubrir maneras de cumplimentar su necesidad del sentido de trascendencia, de llegar a «la experiencia culmine» en la cual toman conciencia de su unicidad con la humanidad, con la biosfera y con el Espíritu. En su discusión sobre la auto-actualización de las personas, Abraham Maslow utiliza la frase «sentimiento oceánico» para describir su experiencia de unicidad con el universo todo. La profunda necesidad de una relación creciente con el centro espiritual de la realidad, que Tolstoy describe como «una sed de Dios», no encuentra fácilmente satisfacción en nuestra época. Muchas personas hoy sienten que la oración y la adoración son pálidas y anémicas, que les falta lo que Tillich llamó el «momento de éxtasis». Para muchos la oración de San Agustín: «¡Oh! ... ¿Cuándo tendré yo la dicha que vengáis a mi corazón y le embriaguéis de vuestro espíritu?»<sup>20</sup> tiene sobretenos de deseo. Cuando la religión personal pierde su sentido sobreespiritual, muchas personas buscan la trascendencia en pseudo-religiones. Algunos tratan de hacer una religión química del abuso de drogas y de alcohol. Todas las formas de idolatría eventualmente traicionan a sus adoradores, dejándolos en una desesperación espiritual mayor.

A medida que las personas descubren y desarrollan esas capacidades espirituales que son su esencia transpersonal —el más alto Ser que existe dentro de ellos— su ansiedad existencial se transforma gradualmente en una fuerza constructiva en su vida. Las personas que se tratan a sí mismas como si fueran máquinas, que sienten que nunca han vivido, cuya creatividad y vida interior están sacudidas por conflictos neuróticos, tienden a sentirse aterradas por la muerte. De manera inversa, las personas que han aprendido a estar abiertas al Espíritu amante de la vida y, por lo tanto, están vivas dentro de sí mismas, encuentran que un estímulo para vivir de manera más plena y con mayores propósitos transforma la conciencia de su finitud. Cuanto más se desarrolla la imagen de Dios dentro de ellos, más pueden participar de la

«celebración del ser» (Bugental). La alienación fundamental que tenemos como seres humanos es la de la trascendencia que existe dentro de nosotros. Descubrir y desarrollar esta imagen de Dios es la clave para el trabajo de crecimiento espiritual.

Las personas de edad madura que repentinamente se dan cuenta de que «¡Se me ha escapado la mitad de la vida!» experimentan una ola de ansiedad existencial. (¡Recuerdo la primera vez que me golpeó ser consciente de esto!) Si la vida tiene un vacío espiritual, pueden sentirse superadas. Si, por otro lado, una fe viable y una vida espiritual robusta sustentan su concepción de significados, pueden trascender el tembladeral de la finitud. El proceso de envejecimiento se transforma. En lugar de vivir muriendo, ¡morirán viviendo! Obviamente que existen importantes implicaciones en este tema cuando se asesora a aquellos que han llegado a la mitad de la vida o la han superado.<sup>21</sup>

### El asesor pastoral como guía o director espiritual

Muchas tradiciones y culturas consideran que la función del guía personal de la vida interior es crucialmente importante. El *shaman* en las llamadas culturas primitivas, el gurú del hinduismo, los maestros sabios en la filosofía griega clásica, los guías espirituales en el antiguo judaísmo (profetas, sacerdotes, hombres y mujeres de sabiduría), todos son ejemplos. Dentro del cristianismo, la tradición de la *dirección espiritual* floreció por el siglo IV (en los padres del desierto y en la tradición ortodoxa oriental). Continuó fuerte en la Iglesia Católica Romana medieval y, en consecuencia, en la comunión anglicana. A pesar de que la tradición protestante no ha utilizado el término «dirección espiritual» hasta hace relativamente poco tiempo (debido a la sospecha de que cualquier cosa podría quitarle el lugar a Cristo como mediador entre las personas y Dios), Lutero practicó un ministerio de dirección personal. Calvino estaba preocupado por guiar la conciencia, y Richard Baxter, en su libro clásico *The Reformed pastor* (El pastor reformado; 1659), recomendaba que los pastores no deberían «trabajar con suavidad» en la tarea del asesoramiento pastoral sino «hacerla con vigor».<sup>22</sup> Las reuniones y las clases wesleyanas eran lugares donde podía realizarse la dirección espiritual intensiva y la capacitación en la vida cristiana. Claramente la tradición cristiana ha considerado a la dirección espiritual como una dimensión central del cuidado pastoral. Existen recursos importantes dentro de la tradición que necesitan recobrase e integrarse con el asesoramiento pastoral, para equilibrar el impacto valioso pero muchas veces desequilibrado de las concepciones psicológicas y las técnicas psicoterapéuticas.

El término «director» tiende a tener connotaciones jerárquicas en nuestra cultura, sugiriendo que la persona que es dirigida es un receptor pasivo de una

figura autoritativa benevolente. Es cierto que la función del director espiritual surgió dentro de culturas centradas en la autoridad y que, sin duda, ha sido mal utilizada a la manera de relaciones Padre-Hijo (en términos terapéuticos). Sin embargo Kenneth Leech declara:

La definición de Max Thurian es un punto de partida útil. «La dirección espiritual o la cura de almas es una búsqueda de la dirección del Espíritu Santo en una situación psicológica y espiritual dada.» Aquí el énfasis está en la palabra *búsqueda*, y la búsqueda es mutua. El director y el dirigido están en la búsqueda: ambos son parte de una dirección espiritual, una corriente de espiritualidad, un proceso de relación divino-humano. La «espiritualidad» y la «vida espiritual» no son departamentos religiosos ni áreas separadas de la vida por una muralla. Por el contrario, la vida espiritual es la vida de toda la persona dirigida hacia Dios.<sup>23</sup>

Existen énfasis saludables en la literatura sobre dirección espiritual tanto en el objetivo social de este proceso como en su orientación no patológica, dirigida hacia un crecimiento para la plenitud:

Un guía espiritual se preocupa por el encuentro con Dios, el proceso por medio del cual la comunidad humana y el ser humano individual se hacen uno con lo divino. El pastor se compromete con la majada, y esta dimensión social de la espiritualidad es de crucial importancia. El cristiano no está buscando un camino solitario con Dios, un viaje privado místico, un vuelo de lo que está solo hacia el que está Solo. Está involucrado en una búsqueda corporativa de humanidad, de renovación, del Reino de Dios, del cosmos transformado, del Cuerpo de Cristo ... los grandes maestros de la vida espiritual en casi todas las tradiciones advierten unánimemente sobre los peligros de los viajes espirituales egoístas, la búsqueda de la iluminación que ignora ... la comunidad humana, los pedidos de justicia y de paz.<sup>24</sup>

Esta embestida con dirección espiritual tiene consecuencias importantes para el cuidado y el asesoramiento pastoral. En nuestra cultura, donde la visión de la búsqueda de salvación privada es epidémica (por caminos tanto religiosos como seculares), es bueno recordar que la salud de nuestra relación con Dios siempre se interrelaciona con la salud de todos los otros aspectos de nuestra vida: físicos, psicológicos, interpersonales, ecológicos e institucionales. El crecimiento espiritual se nutre mejor en las relaciones humanas y grupales que se comprometen con la *mutua* búsqueda y descubrimiento espirituales. La calidad de las estructuras institucionales de nuestra sociedad y nuestra relación

con la biosfera influyen profundamente en nuestra integridad espiritual individual. Vivir de manera que resalte la plenitud de las llamadas dimensiones no-espirituales de nuestra vida, ayuda a enriquecer la calidad de nuestra vida espiritual. Lo no espiritual resulta inextricablemente enredado con lo espiritual. El Espíritu creativo se mueve en todas las dimensiones de nuestra existencia.

Como lo señala Ruth Tiffany Barnhouse, existen similitudes y diferencias significativas entre la dirección espiritual y la psicoterapia secular. Son similares en que ambas involucran la motivación interior para cambiar: ambas involucran a una persona más objetiva (terapeuta o director) que ayuda a identificar los puntos ciegos en nuestra conciencia; ambas tratan cuestiones específicas y únicas en la vida de las personas; y ambas involucran la capacitación en la técnica de la elección. Son distintas en los criterios con los cuales se evalúa el resultado: la psicoterapia se centra en los cambios en el ser interior de las personas y en sus relaciones, la dirección espiritual lo hace en la relación de la persona con Dios, y en la comunidad cristiana; la dirección espiritual reconoce la diferencia entre alma y psiquis. Se centra explícitamente en la integridad de los valores de la persona y se orienta hacia cuestiones relacionadas con la salud religiosa: «¿Cómo se percibe la persona a sí misma en relación con el tiempo con letra T mayúscula, todo el tiempo que existe, en resumen, la Eternidad? ¿Cuál es el lugar de la persona en el escenario completo del universo? ¿Quién es la persona en relación con todo esto? ... Todos tienen algún tipo de respuesta para estas preguntas, aunque sean sólo negativas. Estas respuestas, cualesquiera sean, constituyen la religión de la persona.»<sup>25</sup>

William A. Barry sostiene que la «dirección espiritual es una forma de asesoramiento pastoral, en realidad la forma que debería ser la esencia de la cual se emiten todas las otras formas de asesoramiento pastoral». Este autor observa:

La gente espera que los asesores pastorales sean capaces de ayudarles no sólo con sus problemas matrimoniales, con sus preguntas sobre la vocación y con su pena, sino también, más especialmente, con su búsqueda de significado y de Dios. La esencia del cuidado y del asesoramiento pastoral en nuestro tiempo, por lo tanto, puede ser ayudarles a encontrar su roca, a escuchar el rumor de los ángeles y a decidir en la fe si el rumor es de ángeles o no, a centrar su vida en el misterio que llamamos Dios. Si los asesores pastorales no pueden ofrecer este tipo de ayuda, sus pacientes pueden sentir, en última instancia, que se les ha ofrecido una piedra en lugar de pan.<sup>26</sup>

El asesoramiento pastoral, para ser verdaderamente pastoral, debe incluir las perspectivas y las preocupaciones de la dirección espiritual. Debido a que a la palabra «director» se la asocia con cuestiones administrativas y jerárquicas,

prefiero utilizar los términos «guía espiritual» en lugar de «director espiritual». Los guías eficientes deben tener tanto el conocimiento como la experiencia, pero también deben caminar *con* las personas como colegas y compañeros en su marcha.

Una herramienta conceptual potencialmente valiosa para facilitar el crecimiento espiritual es el modelo de «Etapas de fe» de James W. Fowler. El exploró la evolución de las imágenes, creencias, valores y compromisos que guían y dan significado a la vida de los individuos. Edificando sobre el pensamiento de Piaget, Kohlberg y Erikson, Fowler ha delineado seis pasos en el trayecto del desarrollo espiritual: la fe intuitiva-proyectiva, la fe mítica-literaria, la fe sintética convencional, la fe individual-reflexiva, la fe conjuntiva, la fe que universaliza.<sup>27</sup> La aplicación de la concepción de Fowler en la dirección espiritual y en el ministerio del cuidado y asesoramiento pastoral es uno de los desafíos que encara este campo hoy día.

### Diagnóstico y tratamiento de los problemas espirituales

Animar la plenitud espiritual durante el asesoramiento pastoral involucra reconocer y comprender los problemas espirituales específicos de la persona, y luego utilizar un método apropiado para brindar sanidad a ese quebrantamiento. Durante el asesoramiento, cuando las personas hablan del envejecimiento y la muerte, el significado o la falta de significado de su vida, sus respuestas a la enfermedad y a las crisis, sus creencias sinceras, sus sentimientos de culpa, por lo general están pidiendo ayuda para cuestiones espirituales. Muchas veces sucede que el pedido de ayuda es menos obvio. Se disfraza de la opaca falta de propósito, de la esperanza vacía, del aburrimiento crónico, o simplemente de la falta de sabor y alegría interior por la vida. La meta del pastor es guiar a esa persona hacia una toma de conciencia de las raíces espirituales y valorativas que subyacen a su dilema ante la vida. Existen dos niveles en el proceso de buena parte de los asesoramientos: ayudar a las personas a encarar sus problemas o crisis inmediatas, y luego alentarlas a examinar las cuestiones espirituales y valorativas que subyacen y de las cuales sus problemas actuales son síntomas dolorosos. Si los pastores ayudan a las personas a manejar sus problemas inmediatos, sólo habrán hecho la mitad de su trabajo, aunque una mitad importante. La otra tarea crucial es ayudar a las personas a enfrentar los problemas más profundos que tienen significados inadecuados, valores y estilos de vida distorsionados o destructivos, que son fuentes ocultas de muchos de sus problemas en la vida. Las oportunidades de crecimiento espiritual que están presentes potencialmente en los problemas que traen a las personas en busca de asesoramiento, por lo general, se pierden

porque las personas no son alentadas a explorar las raíces espirituales de sus crisis. Cuando un pastor está buscando un diagnóstico, no debería ser tímido ante la posibilidad de hacer preguntas con relación a temas espirituales y la necesidad de crecimiento espiritual. Veamos algunos ejemplos de «preguntas de apertura» que un asesor puede utilizar para invitar a las personas a explorar temas espirituales:

«¿Cómo entiende usted esta decisión a la luz de lo que considera más importante en su vida?» «¿Cómo se relaciona este problema, con el cual está luchando, con su fe personal y con su relación con Dios?» «¿Qué aprendió de esta crisis tremenda? ¿Ha cambiado su fe?»

Preguntas de este tipo sólo deberían hacerse luego de haberse establecido una relación de confianza y cuando se ha visto reducida la presión de tener que sobrellevar la fase aguda de la crisis. Hechas a tiempo, pueden abrir las puertas para un diálogo constructivo acerca de temas espirituales que subyacen como sentimientos de culpa no resueltos y creencias mágicas que las personas necesitan reemplazar con una fe que respete la realidad. Este tipo de diálogo puede ayudar a las personas a encontrar respuestas significativas para preguntas importantes: «¿Cuál es el significado de mi vida?» «¿De qué calidad es mi relación con Dios?» «¿Está mi estilo de vida (y los valores que refleja) destruyendo las cosas que aprecio, incluso mi salud?» Un hombre que había tenido una grave crisis de salud declaró, luego de una discusión de esta índole sobre valores y estilos de vida: «Mientras nadie haga las preguntas importantes, puede ignorárselas y dejarlas pasar. Pero una vez que se hicieron, no puede dejárselas hasta haber dado una respuesta». Es más probable que la gente encuentre respuestas significativas y crezca espiritualmente si tienen la ayuda de un guía espiritual mientras luchan con estos difíciles temas que tienen que ver con la fe.

El diagnóstico de una patología espiritual y la identificación de áreas donde es necesario el crecimiento espiritual pueden ser facilitados utilizando criterios como los siguientes:

#### **¿Las creencias religiosas, las actitudes y las prácticas de las personas...**

- ...les dan una filosofía de vida significativa, que les provee de confianza y esperanza para enfrentar las tragedias inevitables de la vida?
- ...les proveen de valores creativos y de sensibilidad ética para servir como guías interiores de comportamiento en la responsabilidad personal y social?

...les proveen de una relación que integra, da energía y crece con el Espíritu de amor que las religiones llaman Dios? ...aumenta las dimensiones trascendentes de la vida de las personas, su más alto ser? ...les inspiran un amor ecológico por la naturaleza y reverencia por todos los tipos de vida? ...les proveen de una renovación regular de la confianza fundamental afirmando un profundo sentido de pertenencia al universo? ...les otorgan el enriquecimiento y el crecimiento interior que surgen de las «experiencias culminantes»? ...les ofrecen a las personas una comunidad que aliente el crecimiento por medio del cuidado y de relaciones significativas (p. ej., su iglesia)? ...construyen puentes en lugar de barreras entre ellos y las personas que tienen distintos valores y sistemas de fe? ...destacan el amor y la auto-aceptación (en lugar del temor y la culpa) en su vida interior? ...alientan la autoestima y la decisión para «apropiarse de» y utilizar sus fuerzas para llevar una vida constructiva? ...estimulan el crecimiento de su libertad y autonomía interior? ...les ayudan a desarrollar una relación profunda y comprometida hacia el crecimiento mutuo? ...alientan las energías vitales del sexo y la confianza para utilizarlas de manera responsable y positiva en lugar de hacerlo de modos represivos o que dañen a la gente? ...acompañan esperanzas realistas alentando la aceptación de la realidad en lugar de su negación? ...les brindan un significado efectivo yendo de la alienación de la culpa a la reconciliación sanadora con ellos mismos, con otras personas y con Dios? ...los alientan a un desarrollo creativo de sus creencias y valores a través del ciclo de la vida para mantenerlos congruentes con su crecimiento intelectual? ...proveen de medios efectivos para mantenerlos en contacto con los recursos creativos del inconsciente a través de símbolos vivos, rituales significativos y mitos vitales? ...los alientan a mantenerse en contacto *tanto* con el lado de la personalidad y de la religiosidad, suave, vulnerable, nutriente, receptivo y sensible *como* con el lado agresivo, racional, intencionado y que demanda respuestas éticas?

...los hacen conscientes de las prácticas institucionales que dañan a las personas y los motiva para trabajar para cambiar estas fuerzas que oprimen el brindar potencia en gran escala?  
...les dan confianza, esperanza y significado para enfrentar su conciencia de la muerte y las pérdidas inevitables de la vida y permitir que esta toma de conciencia haga de sus vidas algo máspreciado?  
...los mantienen conscientes de la maravilla y el misterio fundamental que existe en toda vida y crecimiento?  
...alientan notablemente una vivacidad, un gozo, una celebración del *buen don de la vida* y un aumento del compromiso con la vida creativa, como un instrumento de la plenitud en respuesta a este don?<sup>28</sup>

Estos criterios han evolucionado a través de los años a partir de mis observaciones de que la religión personal puede aumentar o disminuir la plenitud humana en todas las dimensiones de la vida. Como hipótesis de trabajo, sostengo que en la medida en que la vida religiosa de las personas mantenga criterios como estos, se destacará la plenitud centrada en el Espíritu. Si no es así, la vida religiosa disminuirá en su plenitud. Estos criterios pueden utilizarse para que los asesores o la gente que está en grupos de crecimiento se diagnostiquen a sí mismos para identificar aquellas áreas en las que es necesario centrar la tarea de crecimiento espiritual. Los criterios pueden presentarse con la sugerencia de que se utilicen para evaluar la propia salud espiritual. Todos los criterios se refieren a diferentes facetas de la realidad: la vitalidad y la plenitud de la propia vida espiritual. Se formulan con amplitud, de modo que pueden aplicarse a la dimensión espiritual de la vida de cualquier persona, cualquiera sea su orientación o tradición religiosa.

### La modificación de las creencias patógenas

Las creencias religiosas que disminuyen la plenitud reduciendo la autoestima e incrementando la culpa y el miedo son de amplia difusión en nuestra sociedad. Las terapias cognitivas proveen a los asesores pastorales de una importante herramienta para ayudar a las personas a dejar de lado las creencias rígidas y destructivas, y desarrollar otras más humanas y que permitan el crecimiento. La terapia racional y emotiva (TRE), terapia cognitiva desarrollada por Albert Ellis, sostiene que, las alteraciones en nuestras percepciones, sentimientos y acciones nacen de pensamientos irracionales y creencias que no son válidas.<sup>29</sup> La mayor parte de las psicoterapias le han quitado importancia al rol que desempeñan los conceptos y las creencias en la producción de angustia emocional y de comportamientos distorsionados. Las terapias cognitivas como la TRE nos ayudan a corregir esto. Ellis sostiene que nuestras

creencias irracionales son el origen de los mensajes negativos y despreciativos que nos decimos a nosotros mismos de manera repetitiva.

Encontramos un ejemplo sobre lo cierto de esta idea en la manera en que las creencias religiosas disminuyen o aumentan la autoestima, el fundamento de la capacidad de respetar y estimar a otros. Las teologías y los sistemas de creencias personales que promueven la culpa inapropiada, la ansiedad y la dependencia disminuyen la autoestima. Por el contrario, aquellas que proveen de un sentido de la aceptación amorosa de Dios, dan una vigorosa fundamentación teológica para la autoestima y la interdependencia. Rara vez es fácil ayudar a la gente a transformar aquellas creencias que hacen decrecer su plenitud. Todos nosotros tendemos a resistir esto con tenacidad porque las creencias inmaduras y centradas en la autoridad nos dan una ilusión de seguridad que proviene de evitar el riesgo de vivir la libertad de una fe abierta y en crecimiento. Para facilitar la propia transformación espiritual se requiere por lo general de todas las técnicas de asesoramiento que uno pueda reunir. En este proceso, puede ser necesario enfrentar de manera directa las creencias patógenas que inhiben el crecimiento, cuestionar su validez, y sugerir y moldear creencias que permitan crecer basándose en las propias actitudes y comportamientos. El siguiente extracto, tomado de una relación de asesoramiento pastoral, narra lo sucedido casi al final de la tercera sesión, luego de que se hubo establecido una relación firme de confianza:

**Pastor:** (Calurosamente.) Cuando lo escucho menoscabarse, no me parece que se esté tratando con mucha misericordia, como si fuera un hijopreciado de Dios.

**Miembro varón de la iglesia:** Me parece que realmente no creo valer mucho, ni a los ojos de Dios ni a los ojos de nadie más. Digo siempre hacia adentro: «No sirvo para nada».

**Pastor:** Eso es muy duro. Para mí, siempre es difícil creer que Dios me ama verdaderamente a pesar de todos los líos que hay en mi vida. Pero esa es la «buena nueva» de nuestra fe, ¿no es así? Dios nos dice sí, aun cuando nosotros nos decimos un sonoro ¡no! a nosotros mismos.

**Miembro:** Sí, pero es muy difícil creer verdaderamente en esto bien adentro de uno.

**Pastor:** ¡Uy! ¡Sin duda que lo es! Mi creencia de que no sirvo para nada se ve desafiada cuando experimento en una relación humana la aceptación y el amor que no merezco y que no me he ganado. Es como si Dios me hablara por medio de esa persona, desafiando mi propio menoscabo de mí mismo.

**Miembro:** Creo que sentí algo así de parte suya durante estas sesiones de asesoramiento.

**Pastor:** Me alegra que usted haya sentido eso de parte mía. Muchas veces no se transmite cuando estoy ocupado juzgándome a mí mismo y a los demás. Lo respeto y me preocupo por usted. ¡Me alegra que se note!

Esta confrontación con el pastor en el área del cuidado (utilizando la fórmula del crecimiento) abrió el camino al asesoramiento a través del cual este hombre comenzó a verse a sí mismo con más aprecio, valorándose a sí mismo. Internalizó gradualmente algo de las convicciones que tenía el pastor en su corazón con relación a valorarse a sí mismo y a los demás como preciosos hijos de Dios. Este caso ilustra una tarea fundamental de gran parte del asesoramiento pastoral: reparar la autoestima y luego continuar nutriéndola a lo largo del continuo cuidado pastoral.

### El uso de recursos religiosos en el cuidado y asesoramiento pastoral

Debido a que el crecimiento espiritual es el objetivo último del cuidado y asesoramiento pastoral, los pastores deberían usar con precisión y cuidado palabras, imágenes, conceptos y relatos teológicos, y los recursos religiosos de la oración, las Escrituras y los sacramentos. Estos símbolos y prácticas significan muchas cosas para muchas personas. Para algunos conllevan una carga pesada, negativa y emotiva. Pueden emplearse de manera rígida y legalista, despertando sentimientos de culpa inapropiados y bloqueando el diálogo creativo y el crecimiento espiritual durante el asesoramiento. William Hulme comenta los usos destructivos de estos recursos:

La oración, por ejemplo, se ha explotado como una manera de escapar de las exigencias de un diálogo serio ... Las palabras religiosas también se utilizaron para endurecer el diálogo. En lugar de encarar de manera directa la resistencia de un asesorado, los pastores pueden buscar suprimirla adoptando la función de autoridad en la religión. Retroceden a una esfera protegida ... usan «terminología religiosa» —palabras con orientación religiosa asociadas con la profesión— en un intento por mantener el control de la situación. El diálogo genuino, por otro lado, requiere verse librado de este control, y la persona que dialoga arriesga un resultado impredecible en cada encuentro.<sup>30</sup>

Cuando los recursos religiosos se utilizan adecuadamente pueden ser instrumentos llenos de poder que nutren la plenitud espiritual, instrumentos singulares para el cuidado y asesoramiento pastoral.

Estos son algunos lineamientos generales para el uso de recursos religiosos durante el asesoramiento:

(1) *Utilice palabras y recursos religiosos sólo después de haber obtenido alguna perspectiva de los problemas de las personas y de su trasfondo, sus sentimientos y sus actitudes en relación con la religión.* De lo contrario podemos llegar a orar o a leer la Biblia de manera que produzca consecuencias contrarias a la religión, alienando a las personas de la relación sanadora con un Dios amante.

(2) *Antes de utilizar un recurso como la oración o la Biblia en la tarea de cuidado o asesoramiento, pregunte si esto es significativo.* Esto demuestra respeto por los sentimientos y creencias de la persona. En algunas situaciones, abre las puertas a conversaciones potencialmente sanadoras de conflictos y bloqueos espirituales.

(3) *Después de utilizar un recurso religioso tradicional, dé a las personas la oportunidad de hablar sobre los pensamientos, sentimientos y fantasías que tuvieron durante la experiencia.* Una pregunta centrada en un tema, por lo general, sirve de disparador para la inesperada y muy necesaria reflexión y la discusión de temas religiosos, dudas, confusiones y perplejidades.

**Pastor:** Me pregunto en qué estaría pesando usted mientras yo oraba.

**Miembro de la iglesia:** Tuve problemas en continuar escuchando después que mencionó a mi madre. Sentí como una ola de tristeza y deseé que las cosas hubieran sido distintas. **Pastor:** Hablemos de esto ... hay mucho dolor encerrado en este asunto.

(4) *Utilice recursos religiosos con más frecuencia en asesoramientos para brindar apoyo o en momentos de crisis y aflicción, y con menos frecuencia en la psicoterapia pastoral y en el asesoramiento con orientación introspectiva.* El uso de símbolos y rituales religiosos tiende a fortalecer la imagen de autoridad de un ministro, y casi siempre despierta culpa y viejos sentimientos de sumisión, oposición obstinada o debilidad, activando el niño interior del asesorado (en términos terapéuticos). Puede ser útil que en el asesoramiento orientado hacia la introspección, se trabajen estos sentimientos obsoletos a lo largo del proceso.

(5) *Utilice estos recursos de manera que no disminuyan la sensación de iniciativa, fuerza y responsabilidad* en especial cuando se trata a personas dependientes.

(6) *Utilice la oración y el material bíblico de modo que animen y no bloqueen el reconocimiento y la catarsis de sentimientos negativos al provocar culpa por su existencia.* Hacer que la persona se percate de sus sentimientos en el momento de oración (incluyendo los sentimientos de enojo, amargura o desesperación) le indica a esa persona que Dios acepta estos sentimientos muy humanos.

(7) *Utilice los recursos religiosos para profundizar, enriquecer y fortalecer una relación, dándole una dimensión vertical, y nunca como substitutos para la relación.*

(8) *Nunca sienta que hay obligación de utilizar palabras o recursos religiosos.* Dios está continuamente activo en todas las relaciones, se utilicen o no palabras o prácticas religiosas formales. Nunca utilice una oración como una herramienta. A no ser que el ministro que ora, sienta honestamente esta oración, el asesorado se sentirá confundido por la incongruencia de este pastor.

(9) *Invitar a las personas a orar durante una relación de cuidado y asesoramiento (si esto es significativo para ellos) puede ayudar de una manera distinta, si se permite que oren.* Puede ser de ayuda enseñar métodos de oración y meditación así como modos de despertar la conciencia sobre temas espirituales no resueltos.

El uso apropiado de los recursos religiosos puede estimular la lucha constructiva con temas espirituales y existenciales durante el asesoramiento, y puede hacer que algunas personas tomen conciencia de los recursos de su Ser superior y de la energía transformadora del Espíritu de Dios.

Al cierre de una sesión de asesoramiento significativa o de una serie de sesiones, una oración de agradecimiento puede ser una manera apropiada de expresar gratitud por la sanidad y el crecimiento que han tenido lugar. A algunas personas les ayuda ver que el tema central en el asesoramiento —la alienación, la culpa, la ansiedad, la reconciliación, el nuevo nacimiento, la búsqueda de plenitud— son cuestiones teológicas esenciales. Con personas con trasfondo eclesiológico, puede ser significativo especificar los objetivos del asesoramiento en lenguaje teológico y bíblico, como así también en términos psicológicos. Utilizado hábilmente, el lenguaje bíblico puede expresar el sentido de lo inefable y el misterio profundo de la transformación que puede tener lugar durante el asesoramiento.

### El uso de la Biblia para el crecimiento

Existe una variedad de formas valiosas de utilizar la Biblia durante el cuidado y asesoramiento pastoral. En primer lugar *hay que permitir que la sabiduría bíblica informe el proceso, el espíritu y las metas de las relaciones de cuidado y asesoramiento.* En el capítulo 3, me referí a por qué los asesores pastorales necesitan mantener un diálogo continuo con las imágenes y concepciones bíblicas. Mi amigo y colega John B. Cobb, Jr. dice: «Los asesores pastorales podrían experimentar su asesoramiento no sólo como una continuación del mensaje cristiano en sus propósitos finales sino como parte de la herencia cristiana tanto en su conformación como en su substancia». William B. Oglesby, Jr. ha mostrado cómo los motivos bíblicos pueden conformar las metas y métodos del asesoramiento pastoral. El percibe un tema teológico unificador a lo largo de toda la Biblia: los seres humanos son pecadores que necesitan la reconciliación y la acción de Dios permite que esta reconciliación ocurra. Varios subtemas bíblicos —la iniciativa y la libertad, el miedo y la fe,



la conformidad y la rebelión, la muerte y el renacimiento, el peligro y la redención— iluminan las complejidades de los temas humanos que encontramos en el asesoramiento.<sup>31</sup>

Un segundo uso muy común de la Biblia durante el cuidado y asesoramiento pastoral es *consolar y fortalecer a las personas en crisis*. Sentir la presencia sustentadora de Dios, tal como se comunica, por ejemplo, en las palabras familiares del Salmo 23 o del 90, puede ser una fuente de gran fortaleza para las personas que tienen que encarar pérdidas desastrosas. Sienten que reciben poder al caminar por el valle de sombras, sostenidas por la sensación de la presencia amorosa de Dios. Tener este apoyo les ayuda a encarar las nuevas realidades así como sus sentimientos agonizantes.

Un tercer uso de la Biblia en la relación de asesoramiento es como un *medio para el diagnóstico*. Los libros *The Bible in Pastoral Care* (La Biblia en el cuidado pastoral), de Wayne Oates, y *Psychiatry and the Biblia* (Psiquiatría y Biblia), de Carroll Wise, muestran cómo la Biblia puede iluminar las dinámicas internas y los problemas de los asesorados.<sup>32</sup> Paul W. Pruyser en *The Minister as Diagnostician* (El pastor como el que diagnostica) recomienda que el ministro mantenga en mente temas teológicos y bíblicos fundamentales —como la providencia, el arrepentimiento, la fe, la gracia, la vocación, la comunión y la conciencia de lo sagrado— como linchamientos singulares para comprender teológicamente los temas que aparecen durante el asesoramiento.

Un método que he encontrado útil en el diagnóstico de temas que tienen que ver con el crecimiento psicológico, interpersonal y espiritual es invitar a los pacientes a contar el relato bíblico que más les gusta y el que más les disgusta. Una mujer que había luchado durante años con la sensación de sentirse atrapada dijo que el relato del Éxodo era su favorito, agregando: «Siento como si hubiera estado tratando de escapar de mi propio Egipto y, cuando lo hago, termino perdida en el desierto. Creo que la esperanza de encontrar la libertad de la tierra prometida me mantiene en marcha». Los conflictos internos de las personas de la iglesia pueden verse expresados en los personajes bíblicos con los cuales se identifican. Por ejemplo, muchas mujeres hoy día se sienten interiormente divididas entre la sumisa Marta, que servía a otros, y la más liberada María, que quería participar plenamente como igual en la «acción». Donald Capps observa:

Aunque existe el peligro de que se use la Biblia en el diagnóstico durante el asesoramiento como si se tratara de una mera herramienta, diagnosticar puede significar el uso de conceptos bíblicos para obtener una comprensión más empática de las luchas y conflictos del asesorado. También puede significar evaluar las dificultades actuales del asesorado desde la perspectiva del relato bíblico de la actividad sanadora de Dios

... La visión que encontramos en las parábolas de Jesús es un recurso bíblico particularmente valioso para realizar este propósito.<sup>33</sup>

Un cuarto uso de la Biblia en el cuidado y asesoramiento pastoral es *ayudar a sanar la patología espiritual y cambiar las creencias patogénicas*. Cuando el pastor se da cuenta de que se usa la Biblia para suprimir el enojo, la pena, la culpa o la desesperación, necesita emplear una medida directa para corregir esta concepción distorsionada de la Biblia. Al tratar a una persona que está reprimiendo su enojo, se puede decir: «Creo que el enojo es un don de Dios que debe valorarse y utilizarse constructivamente. Parece que Jesús se enojó mucho en varias ocasiones. Acumular el enojo —permitir que el sol se ponga sobre él— es lo que lo hace destructivo para nosotros y para los demás.» O al responder a la pena reprimida: «El Nuevo Testamento dice que llorar es una buena cosa, una bendición. El relato que muestra que Jesús lloraba cuando su amigo murió me dice que, cuando trato de evitar expresar el dolor de una pérdida...». Estas aseveraciones dichas por un pastor pueden sacudir y desafiar las creencias cómodas pero opresivas de las personas. Esta disonancia cognitiva puede hacer durante el asesoramiento que estas personas se pongan a explorar formas alternativas de entender las enseñanzas bíblicas en relación con los sentimientos.

Cuando las personas hacen preguntas sobre la Biblia durante el asesoramiento, es importante resistir a la tentación de responder de inmediato. Como lo señala David K. Switzer, cuando una persona pregunta «¿Qué dice la Biblia acerca de... (el divorcio, la homosexualidad, etc)?» es crucial averiguar por qué *esta persona* está preguntando *esto* en particular. «Por lo general, la pregunta simple '¿Por qué pregunta esto?' abrirá las compuertas a un relato... acompañado por una variedad de emociones. Entonces podremos avanzar rápidamente en el mismo tipo de conversación pastoral o de asesoramiento que se habría iniciado si la persona hubiera venido y nos hubiera explicado de manera directa un problema claramente delineado.»<sup>34</sup> En el contexto de este tipo de asesoramiento, los conocimientos académicos del pastor sobre la Biblia pueden ser útiles para corregir una concepción destructiva del texto bíblico.

Además de utilizar la Biblia para ayudar a las personas a manejar sus crisis y problemas, un quinto uso de la sabiduría bíblica es el de ser *un recurso clave en la dimensión del cuidado pastoral que tiene que ver con la enseñanza y la nutrición para el crecimiento*. Existen numerosas maneras de utilizar la Biblia como un recurso para el crecimiento. Puede emplearse en grupos de asesoramiento y de crecimiento para crear conciencia acerca de la concepción cristiana de la vida como un don de Dios, un llamado a servir a los necesitados.<sup>35</sup> Switzer sugiere:

A las personas puede enseñárseles, individual o grupalmente, a leer de modo imaginativo pasajes seleccionados de la Biblia, de tal manera que en cierto sentido retornen a la época bíblica y a la situación de vida del autor o de la persona que se describe en él, y luego regresen a su propia situación de vida actual, acompañados por la Palabra particular que han recibido en esta experiencia.<sup>36</sup>

Los libros de Walter Wink, *The Bible in Human Transformation* (La Biblia en la transformación humana), y de Karl A. Olsson, *Find yourself in the Bible* (Encuéstrate en la Biblia), describen modos de utilizar la Biblia para el crecimiento espiritual.

La Biblia puede emplearse equivocadamente en el cuidado pastoral para restringir la plenitud. Los pastores pueden citarla de manera legalista para afianzar su decaída autoridad, manipular a los asesorados para que se ajusten a una moral rígida, y justificar actitudes que restringen la vida en temas como sexo y divorcio. El enfoque de Jay Adams es un ejemplo del mal uso de la Biblia en el asesoramiento pastoral.<sup>37</sup> Comienza con un reduccionismo moralista (similar al de O. Hobart Mowrer y aparentemente aprendido de él), que sujeta la causa de todos los problemas psicológicos al pecado y a la vida irresponsable. La concepción psicológica de la situación humana y de los métodos psicoterapéuticos es rechazada como «humanista» y «no bíblica». Todo lo que necesita un asesor, para «ser más competente que un psiquiatra» es la Biblia. El método es exclusivamente de confrontación, enfrentando a las personas con su pecado y luego empujándolas, por medio del uso de las Escrituras, a conformar una concepción legalista y literal de las enseñanzas bíblicas.

Existen tres fallas fundamentales en este enfoque. Se trata de un asesoramiento pobre porque no integra la sabiduría bíblica con la sabiduría contemporánea que proviene de las ciencias humanas y las disciplinas psicoterapéuticas. Segundo, el enfoque de Adams alienta el asesoramiento autoritario, reforzado por la autoridad bíblica. Esto tiende a incrementar la dependencia de los asesorados y a bloquear la maduración espiritual. Tercero, el biblicismo rígido de este enfoque tiende a impedir que las personas descubran a la Biblia como la Palabra *viva* que habla a su situación particular de manera transformadora. Hulme nota:

Al ser utilizada equivocadamente, la Biblia se convierte en una autoridad última, y en un fin en sí misma. Convertir un medio en un fin es fundamentalmente el significado de la idolatría, y no existen otros medios más susceptibles a esta distorsión que los símbolos religiosos. Cuando esto le sucede a la Biblia, se reemplaza la flexibilidad del Espíritu Santo por la rigidez del Libro Sagrado. El valor de la Biblia en el cuidado

pastoral depende de su función mediadora: es un medio por el cual el Espíritu da «testimonio a nuestro espíritu, de que somos hijos de Dios» (Ro. 8.16), que es «útil para enseñar, para redargüir, para corregir, para instruir en justicia» (2 Ti. 3.16).<sup>38</sup>

## El uso de la oración y la meditación

La oración y la meditación son disciplinas de devoción complementarias que pueden enriquecerse mutuamente. Ambas son maneras directas de abrirse al poder creador del amor de Dios. Estas disciplinas tienen tres usos en el cuidado y asesoramiento pastoral: son recursos importantes para la propia preparación espiritual del pastor para animar el crecimiento espiritual durante el asesoramiento; el asesor puede emplearlos en beneficio del asesorado; son técnicas que pueden enseñársele al asesorado para que las utilice para su propia sanidad.

Para muchas personas en nuestra cultura alocada y secularizada, la oración tiene poco significado. Inclusive cuando la practican, no les transmite poder. Atascamientos de culpa, dolor y enojo (incluyendo el enojo contra Dios) bloquean los caminos interiores de su espíritu y les impiden experimentar el flujo vivificante del amor de Dios. Ayudar a estas personas durante el asesoramiento a superar sus atascamientos emocionales, y luego enseñarles formas efectivas de meditación y oración, puede habilitarlas para experimentar un nuevo avivamiento espiritual.

Por supuesto que existen muchas formas de oración. El tipo de oración que el movimiento con dirección espiritual busca que la gente desarrolle —la oración contemplativa— es útil para enseñar durante el cuidado y asesoramiento pastoral. La meta es desarrollar una conciencia alerta a la manera en que Dios está presente y se comunica en todas las experiencias, incluyendo las más mundanas. El guía espiritual descubre primero aquello que absorbe tanto a la persona que le permite moverse más allá de sí misma.<sup>39</sup> El guía entonces sugiere que la persona debe involucrarse en esta actividad de manera contemplativa, siendo consciente y estando abierto a dejar que Dios se haga realidad en experiencias tales como mirar la belleza de la naturaleza, leer la Biblia, escuchar música o caminar por las calles de la ciudad. Las disciplinas de mirar, escuchar y prestar atención a lo que ocurre dentro de uno mismo cuando se contempla de esta manera, son practicadas y discutidas con el guía. Estremecerse de gozo ante una puesta de sol o la punzada de dolor interior al ver llorar a un niño, si se toman con seriedad, pueden comenzar una relación más profunda con el Espíritu vivo.

Enseñar a las personas que participan en grupos de asesoramiento y de crecimiento espiritual a meditar y a utilizar una imaginación activa puede

ayudarles a avivar su experiencia de oración como así también proveerles de técnicas valiosas para lograr la sanidad y el crecimiento entre sesiones. Para enseñar estas disciplinas de manera efectiva, el asesor debe aprenderlas y practicarlas. Esto ayuda a profundizar y enriquecer la propia vida, lo que acrecienta las relaciones con otros, incluyendo a los asesorados.

La «meditación» es cualquier método de acallar y centrar la propia conciencia, de llegar psicológicamente a un espacio claro y ordenado. Permitir que nuestro motor mental vague ociosamente tan siquiera durante diez minutos por día puede calmar la conciencia, aumentar la percepción del propio cuerpo y ponernos en contacto con nuestro centro espiritual. Los estudios científicos de varios métodos de meditación y relajación tanto orientales como occidentales muestran que todos ellos tienden a producir beneficios fisiológicos, psicológicos y espirituales. Herbert Benson y Miriam Klipper resumen estos hallazgos en *The Relaxation Response* (La respuesta de relajación). La meditación es una parte integral de la herencia judeo-cristiana.<sup>40</sup> La enseñanza de técnicas de meditación a los asesorados debería ser una tarea cada vez más grande del asesoramiento pastoral en los próximos años.

El uso de la imaginación mental tiene un gran potencial dentro del cuidado y asesoramiento pastoral. Por razones que no se comprenden por completo, formarse cierto cuadro mental activa las energías de la sanidad y el crecimiento. Por ejemplo, cuando uno está enfermo, visualizarse sano puede facilitar el proceso de curación. Si las personas que están atravesando una crisis durante el asesoramiento pueden imaginarse sobrellevando su situación de manera constructiva, pueden movilizarse sus perspectivas sobre qué hacer y la fuerza para lograrlo. Una investigación realizada por L. Rebecca Propst demuestra que el uso del imaginario religioso en la terapia cognitiva con estudiantes universitarios deprimidos era más eficaz que una terapia similar sin imaginario religioso.<sup>41</sup>

Este es un ejercicio simple de meditación e imaginación que puede emplearse para reducir el estrés y renovar las energías interiores. Puede enseñarse a los asesorados en pocos minutos guiándolos durante una sesión. Sugiero que pruebe ahora:

Encuentre un lugar tranquilo donde nadie lo interrumpa durante los próximos diez o quince minutos. (Esta señal significa: «deje de leer mientras lo hace».) Mientras está parado, tense y relaje todos sus músculos varias veces estirando y meneando cualquier parte del cuerpo que sienta rígida. /Ahora, siéntese en una silla con la columna inferior bien derecha. /Cierre los ojos y preste atención a la respiración. Permita que cualquier tensión que esté dentro suyo salga a medida que exhala. /Durante los próximos minutos, concéntrese sólo en la entrada y salida de aire por las ventanas de la nariz, repitiendo la palabra «uno»

con cada exhalación. Si algún pensamiento, sonido o comezón entra en su conciencia, no trate de quitarlo. Simplemente libérela y deje que se aleje mientras se concentra en su respiración y repite «uno» una y otra vez. Los espacios entre respiraciones se alargarán gradualmente y sentirá un aumento de la claridad y la quietud dentro de usted. Permítase experimentar esta serenidad interna por lo menos durante diez minutos. /Ahora, elija el símbolo religioso más significativo y más vivo para usted (la luz, la paloma de la paz, la cruz, las armas eternas, la zarza ardiente, el buen pastor, el agua o el pan de vida, la madre Tierra, la estrella de David, la mandala), y hágase una imagen de esto en su mente. Concéntrese en esto y permita que la energía de esa imagen fluya a través de todo su ser: su cuerpo, su mente, sus relaciones, su espíritu.<sup>42</sup>

Personalmente encuentro que acallar mi ocupada conciencia por unos minutos me ayuda a recobrar energía y concentración, lo que me permite estar más presente conmigo mismo y con otros, en particular cuando me siento «a un lado» o «disperso» debido al estrés. Concentrarse en una imagen religiosa vivaz mientras se está en este silencioso espacio interior puede avivarnos y nutrirnos espiritualmente. (Una variación de este ejercicio usando la imagen de un ascenso a una montaña para tomar conciencia de lo más alto de nuestro Ser, aparece descrita en *Growth Counseling* [Asesoramiento para el crecimiento], pp. 126-128.)

Es importante que el asesor pastoral se mantenga abierto a la energía del amor transformador de Dios durante las sesiones de asesoramiento. Para mí, la frase del Nuevo Testamento «orad sin cesar» (1 Ts. 5.17) significa mantener una conciencia continua, en el trasfondo de la propia conciencia, de la presencia aquí y ahora del amor y la liberación que otorga el Espíritu. Significa mantenerse abierto a la Luz interior de la presencia divina. Un método que apunta al lado derecho del cerebro y que puede ayudar a que la persona esté más espiritualmente abierta es imaginar una Luz cálida y sanadora que nos rodea a nosotros y a la otra persona en la relación de asesoramiento. Entre sesiones, puede ser de ayuda que el asesor se imagine al preocupado asesorado, viéndolo envuelto por esta Luz y manejando su crisis con eficiencia. Es una forma de oración de intercesión.

La oración, la meditación y la imaginación son recursos experimentales que corresponden al lado derecho del cerebro y que apuntan al crecimiento espiritual. Existe una variedad de recursos que corresponden al lado derecho del cerebro que destacan la vida espiritual e incluyen la música, la poesía, el arte, el teatro, la danza, el humor, los cuentos. El aumento en el uso de recursos como estos en el cuidado y asesoramiento pastoral puede ayudar a liberar poderes intuitivos, imaginativos, y metafóricos del lado derecho del cerebro, tanto en el asesor como en el asesorado.<sup>43</sup>

## El uso de la perspectiva feminista en el crecimiento espiritual

Como se sugiere en el capítulo 3, tanto las mujeres como los hombres necesitan imágenes femeninas de la divinidad si van a desarrollar su potencial espiritual de manera completa. La mayoría de las mujeres están condicionadas a depender de los varones por su sentido de valor, de identidad y de poder. En la iglesia esto se ve reforzado al alentar la dependencia de un Padre supremo. Palabras y símbolos masculinos de la divinidad dominan la Biblia y nuestros himnos y rituales. La gran mayoría de los pastores son hombres. El concepto que tienen de sí mismas muchas mujeres está tan identificado con lo masculino que no son conscientes de las maneras profundas en que esto disminuye su plenitud. La protesta que escuchamos frecuentemente de que «mi Dios no es ni masculino ni femenino» no cambia el impacto que estrecha la espiritualidad en las mujeres por el uso constante de imágenes masculinas que las excluyen. La masculinidad de la mayor parte de nuestras imágenes religiosas contribuye también al empobrecimiento espiritual de los hombres. Ayuda a alienarnos del llamado lado «femenino» de nuestro espíritu y de este aspecto de la divinidad, como así también a justificar nuestra posición de poder dentro de las instituciones de nuestra cultura, incluyendo a la iglesia. El profundo sexismo de nuestras instituciones religiosas y las imágenes espirituales que estas refuerzan alimentan el vacío y el malestar espiritual tanto de hombres como de mujeres en nuestra sociedad.

En el asesoramiento sobre cuestiones espirituales, es esencial que los pastores, hombres o mujeres, tengan conciencia sobre estas cuestiones. Leer e invitar a nuestros asesorados a leer libros de teólogas y terapeutas feministas puede ayudar a despertar nuestra propia conciencia y la de nuestros asesorados. Más aún, este tipo de lectura puede abrir perspectivas excitantes, iluminadas por feministas que exploran nuevas dimensiones de la espiritualidad de la mujer. Como se discute en un capítulo anterior, en el cuidado y asesoramiento pastoral con mujeres y hombres, es importante utilizar palabras e imágenes que comuniquen nuestra conciencia y aprecio del olvidado aspecto «femenino» de la divinidad en lugar de las palabras e imágenes patriarcales que dominan nuestra tradición. En un escrito de Carol P. Christ titulado «Why Women Need the Goddess» (¿Por qué las mujeres necesitan la Diosa?), la autora muestra cómo la religión con orientación masculina con un Padre Dios actúa contra la autoestima y las facultades personales de las mujeres.<sup>44</sup> Sostiene que, como un símbolo de lo femenino en la divinidad, la «Diosa» ayuda a las mujeres a reconocer la legitimidad de su poder femenino, afirma la voluntad y el cuerpo femenino (ambos denigrados en nuestra sociedad) y convalida los vínculos entre las mujeres. El uso de imágenes de la divinidad, que incluyen

la experiencia femenina en lugar de excluirla, es muchas veces resistido por mujeres que se identifican con lo masculino y hombres que ven amenazado su poder patriarcal. Pero su empleo puede abrir un diálogo sanador sobre temas que son precisamente los que evitan que las mujeres y los hombres hagan de su búsqueda espiritual una aventura más excitante.

## Los recursos espirituales propios del pastor

Cuando los pastores asesoran en situaciones de crisis y confusión espirituales, su teología *viva* —el modo en que manejan su propia ansiedad existencial— influirá en su eficacia mucho más que la teología que sostienen a nivel intelectual. Su propia confianza fundamental, con la que sobrellevan el «desaliento del ego» (el término que usa Erik Erikson para la ansiedad existencial), su propia fe real de la cual obtienen coraje para mirar en el abismo del no ser, serán puestas a prueba repetidamente, por ejemplo, al relacionarse con una mujer que está muriendo de cáncer o con un alcohólico que se mueve en el límite entre la falta de significado para su vida y el suicidio. Sus propios sentimientos acerca de su propia vida y de su muerte, y de la vida y de la muerte de aquellos que más ama, influirán en todo su asesoramiento, en especial en el aspecto que se centra en cuestiones existenciales.

Por lo tanto, nuestro propio crecimiento espiritual continuo es esencial para ser efectivos como asesores pastorales. La práctica de disciplinas espirituales, necesarias para nutrir este crecimiento, no es fácil en medio de agendas exigentes. Pero la vitalidad y la salud espiritual *son* contagiosas; se *perciben*, más que se *enseñan*. Mantener viva la vida espiritual es uno de los desafíos más difíciles que debe enfrentar el asesor pastoral.

Afortunadamente, nuestra eficiencia como animadores espirituales no depende totalmente de nuestro grado de maduración espiritual. Como cristianos representativos podemos acercarnos y compartir los recursos de una rica tradición espiritual —la sabiduría de la vida y de la muerte— comprobada por muchos siglos de lucha humana. Aun en nuestros mejores momentos somos transmisores imperfectos de la sabiduría de esta herencia. Pero, de manera sorprendente, Dios muchas veces puede utilizarnos con todas nuestras limitaciones para llevar el pan espiritual de nuestra herencia y alimentar los apetitos espirituales profundos de los corazones humanos.

La imagen que más energía me ha dado en años recientes es la de un canal de irrigación de apenas medio metro de ancho, que fluye en mi interior. A pesar de que es pequeño e imperfecto, corre por él agua clara y fresca que brota de una fuente artesiana que surge de un río subterráneo de volumen ilimitado. Este pequeño canal, para mi continua sorpresa, muchas veces es adecuado para llevar agua que permite que florezcan algunas parcelas dentro de mí mismo

y de los demás. La compuerta de mi canal de irrigación interior muchas veces está dentro de mi control. Pero la Fuente de este flujo está más allá de mi alcance. Una ilustración que escuché en un sermón hace muchos años me dice algo ahora: «La corriente del Golfo puede fluir a través de un sorbete si está ubicado en la dirección correcta». En algunos momentos, me alegra informar, el agua que está en mi canal interior baila y salpica a la luz del sol. Hasta pueden encontrarse algunos botes de juguete en esta corriente. Los lugares secos que están en mi interior también reciben el riego de la energía que fluye de aquellos que se preocupan por mí a pesar de mis limitaciones.

Dicho en lenguaje tradicional, es importante que en nuestra tarea de asesoramiento oremos silenciosamente para abrirnos a la presencia del Espíritu Santo, el «Gran asesor», que trabaja en nuestras relaciones y a través de ellas. Este Espíritu brinda sanidad *por medio de* nuestros esfuerzos, a veces más a pesar de nosotros que por lo que hacemos. La tarea de un asesor pastoral eficiente «brota de, y es sostenida por, una transacción interior profunda y continua con Dios». <sup>45</sup> En última instancia, la energía sanadora de nuestra relación con Dios nos permite ser utilizados en determinados momentos como sanadores mientras asesoramos. Nuestras técnicas de asesoramiento pueden ayudar a remover los bloqueos —los miedos, la culpa, el odio, el rechazo de uno mismo y el orgullo defensivo— para que las personas se abran a la energía vivificadora de Dios que es la Fuente de toda sanidad y todo crecimiento.

### Las terapias contemporáneas

Hay dos corrientes dentro de las psicoterapias contemporáneas que brindan en particular ricos recursos a la tarea del asesor pastoral con cuestiones espirituales. Una de ellas es la *perspectiva existencial* tal como se refleja en los enfoques terapéuticos de Rollo May, James F. T. Bugental y Víctor Frankl. El énfasis de los terapeutas de esta corriente sobre los valores, la creatividad, la libertad (elección y responsabilidad), la autenticidad, la ansiedad existencial (y también la culpa y el gozo existencial), el ser y el significado son consistentes con buena parte de la perspectiva hebreo-cristiana de las personas. Su concepción no reduccionista de las personas, en contraste tanto con el conductismo como el psicoanálisis, eleva lo *singularmente humano* en los seres humanos. Bugental dice: «Quizá puedo resumir mejor lo que significa la psicología existencial utilizando esta frase: "restaura nuestra divinidad"». <sup>46</sup> La perspectiva existencial en la psicoterapia se niega a reducir a los seres humanos a mecanismos, aunque se trate de mecanismos muy complejos como las computadoras. En el lenguaje bíblico, afirma la *imago dei* como la esencia de nuestra humanidad y busca capacitar para lograr el desarrollo más completo posible de este potencial de origen divino.

La psicósíntesis, una terapia desarrollada por el psiquiatra italiano Roberto Assagioli, es una mina de oro en perspectivas y métodos para el asesor pastoral. Se centra en el crecimiento y se orienta espiritualmente. Muchos de sus métodos son útiles para animar el crecimiento espiritual.

### Sesión de práctica de la realidad

EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA: 1. Tome conciencia de algún área de sus conflictos, dudas o confusiones religiosas en su interior, para las cuales necesitaría ayuda. Permítase experimentar los sentimientos asociados con esta área de su vida. Hable con el pastor sobre ella.

2. (Parte que debe representar una mujer.) Cada vez se siente más frustrada por el uso constante de pronombres y nombres masculinos para referirse a Dios, y el uso genérico de la palabra «hombre» por parte de su pastor en sus sermones y en los artículos que aparecen en el boletín de la iglesia. El domingo pasado, la congregación cantó «Levantante, oh, hombre de Dios» al finalizar el culto. Le gusta su pastor, pero como está tomando conciencia sobre este tema, encuentra que su sexismo y el sexismo del culto de adoración interfieren con la necesidad que usted tiene de encontrar alimento espiritual en su iglesia. Hable con él sobre esta preocupación.

3. Usted es un hombre de clase media, casado, con dos hijas adolescentes. Es miembro de la iglesia pero varias cirugías reiteradas han sacudido su fe. Siente que Dios lo ha desilusionado. Su esposa está resentida por los grandes gastos médicos y lo critica por su fe vacilante. Las cosas están muy oscuras para usted, quien se recupera de su última operación en la cama del hospital, cuando recibe una visita pastoral. (Recuéstese durante esta sesión de práctica de la realidad.)

EL ROL DEL PASTOR: Asesore a una de las personas mencionadas con anterioridad utilizando las concepciones que aprendió en este capítulo. Esté particularmente atento a las interconexiones entre las dimensiones psicológicas, interpersonales y espirituales de los problemas de las personas.

EL ROL DEL OBSERVADOR-CAPACITADOR: Retroalimente la eficiencia del pastor alentando la expresión de los sentimientos negativos y evitando una defensa de Dios o una discusión teológica intelectual.

# CAPÍTULO 6

## El asesoramiento sobre cuestiones éticas, valorativas y conceptuales

Siguiendo la verdad en amor, crezcamos en todo en aquel...

Ef. 4.15

Hay un bálsamo en Galaad, para que el herido se sienta pleno; hay un bálsamo en Galaad, para sanar al enfermo del alma.

HIMNO FOLCLÓRICO ESTADOUNIDENSE  
(TOMADO DE JER. 8.22)

Una de las dificultades con buena parte del asesoramiento pastoral hoy día es que se dedica más tiempo a discutir las herramientas del asesoramiento que al proceso más desafiante de desarrollar una estructura de significados que debería constituir el contexto del asesoramiento.

DON S. BROWNING, *THE MORAL  
CONTEXT OF THE PASTORAL CARE*<sup>1</sup>

Las personas necesitan valores y conceptos claros para ser sanas. El crecimiento hacia una plenitud centrada en el Espíritu debe incluir el crecimiento en los valores fundamentales y los compromisos éticos de la vida. La epidemia de confusión moral y de distorsión de los valores de nuestra sociedad es el semillero dentro del cual crecen muchos de los problemas psicológicos, psicosomáticos, interpersonales y espirituales que llevan a la gente a buscar el asesoramiento y la terapia. El amplio colapso de los viejos sistemas de valores centrados en la autoridad y convalidados institucionalmente ha

dejado a millones de personas sintiéndose como si la corriente las arrastrara en medio del océano dentro de un bote sin timón, sin compás, y sin mapa durante una tormenta. Muchos de los que buscan ayuda pastoral para sus problemas personales tienen una conciencia inmadura, distorsionada o vacía. Muchas veces no tienen conciencia de la raíz ética de su dolor. En nuestra sociedad, los pastores necesitan desarrollar técnicas efectivas para guiar a las personas en su viaje a través de cuestiones éticas y valorativas complejas y confusas. Este aspecto del cuidado y asesoramiento pastoral es uno de los más necesarios y descuidados de la vacilante transición ética de nuestro tiempo.

Asesorar sobre cuestiones éticas, valorativas y conceptuales no es sólo un tipo especial de asesoramiento pastoral. Estas cuestiones están presentes, en algún nivel, en todos los dilemas y problemas humanos, muchas veces de manera escondida o implícita. Con frecuencia estos temas son obvios para cualquier persona que es sensible al tema de los valores. Ayudar a las personas a evaluar y revisar sus valores y su estilo de vida es, en muchas situaciones, la esencia del proceso para ayudarlas a encarar sus crisis y sus dilemas viviendo para el crecimiento.

Como lo señala con claridad Don Browning, la iglesia está llamada a ser una comunidad de cuestionamiento, de guía y de formación moral. La función del pastor es la de facilitar este proceso en la congregación y ayudar a «crear, mantener y revisar los símbolos de valor normativos de su sociedad».<sup>2</sup> Dentro de esta tarea crucial y el contexto moral de la sabiduría ética de la tradición judeo-cristiana, tiene lugar todo el cuidado y asesoramiento pastoral verdadero. La sabiduría bíblica acerca de los valores éticos y la salud moral es mucho más que el *contexto* del cuidado y asesoramiento pastoral. Es también una parte invaluable del *contenido* y de los recursos que se utilizan en el proceso de toma de decisiones durante el asesoramiento.

En su discusión sobre las funciones básicas del cuidado pastoral en un contexto histórico, Clebsch y Jaekle señalan una de las carencias más atroces del cuidado pastoral contemporáneo: «Existen muchas evidencias de que la función de reconciliación como una parte creativa y significativa del cuidado pastoral ha caído en desgracia. Quizá más que las otras tres funciones de la cura de almas, la reconciliación ha sufrido incomprensión y erosión.»<sup>3</sup> Clebsch y Jaekle muestran que en la tradición cristiana, el ministerio de la reconciliación ha permitido que las personas renueven una relación justa con Dios y con sus semejantes utilizando dos modalidades interdependientes: *la disciplina* (una palabra correctiva, una admonición pastoral o la disciplina de la iglesia) y *el perdón* (la confesión, la penitencia y la absolución). Dentro de algunas denominaciones protestantes históricas, el pastorado ha perdido vigor, como resultado de la reacción desmedida ante el moralismo estéril. Teorías de asesoramiento permisivas reforzaron este rechazo. Como resultado, un

segmento considerable del cristianismo se ha visto virtualmente privado de un ministerio pastoral de reconciliación «en un momento en el cual la alienación está en la raíz de mucha de la aflicción y ansiedad humanas». Es triste, pero cierto, que «no existe un lugar en la estructura y el ritmo de las congregaciones modernas donde se espere una discusión seria con relación a la situación del alma de cada uno».<sup>4</sup>

Un avivamiento en la eficiencia pastoral para reconciliar es una necesidad suprema en el asesoramiento pastoral contemporáneo. Clebsch y Jaekle declaran:

La función de reconciliación goza de una herencia extraordinariamente rica en la iglesia y permanece como un modo de ayudar para el cual no hay un sustituto importante que no sea pastoral. La carga de culpa bajo la cual vive la gente moderna —culpa engendrada por la alienación de los semejantes que se interpreta a sí misma también como alienación de Dios— es un problema humano con el cual el ministerio pastoral ha tenido una familiaridad más larga y profunda, que cualquier otra de las profesiones que se dedican a estas cuestiones. En parte por la virtud de haber insistido en que las relaciones humanas quebrantadas involucran una fractura en la relación última del ser humano con su Creador, el cuidado pastoral toma la necesidad humana de reconciliación con una seriedad que no ha sido sobrepasada por ninguna de las otras artes de curar.

Vemos en la resurrección de la función reconciliadora, sintetizada con la de sanidad, la mejor esperanza para un cuidado pastoral transformado, que al mismo tiempo continúa con la historia del pastorado, integrada con las formulaciones teológicas de la iglesia, abierta a nuevas perspectivas psicológicas, y capaz de dar respuesta creativa a las aspiraciones y necesidades de hombres y mujeres actuales.<sup>5</sup>

Estos autores ven que una renovación de esta dimensión de la tarea pastoral ofrece una base sólida para el diálogo interprofesional:

Desde el punto ventajoso de un énfasis renovado en la reconciliación, el que practica el arte del pastorado puede entrar de una manera más plena en conversaciones con representantes de otras artes de curar, no sólo para escuchar sino también como un artista capaz de realizar contribuciones significativas de la sabiduría acumulada que fue ganada durante dos milenios de escuchar confesiones, pronunciar palabras de perdón, y ejercer la disciplina en un esfuerzo por llevar reconciliación a un número incontable de mujeres y de hombres en todas las regiones del mundo occidental. Un énfasis renovado del tema de la reconciliación podría

precipitar el ministerio de la cura de almas en una nueva concreción de su poder terapéutico para nuestro tiempo.<sup>6</sup>

Muchos asesores pastorales protestantes no toman a la culpa tan en serio como lo justifican sus efectos destructivos. Habiendo rechazado de manera apropiada el moralismo legalista por destructivo y no cristiano, fracasamos en descubrir los métodos efectivos para resolver la culpa y ayudar a la gente a desarrollar una conciencia constructiva. Es imperativo que lo hagamos. El psiquiatra Edmund Bergler observa: «el sentimiento de culpa persigue a cada persona como su sombra, lo sepa o no».<sup>7</sup> Ciertamente la culpa es *el* factor crucial en los problemas de las personas que buscan ayuda pastoral.

Un pastor se encuentra con seis tipos de problemas de conciencia: *conciencia con culpa justificada; conciencia problematizada por culpas neuróticas; conciencia que se autojustifica; conciencia que no está desarrollada o que está malograda y que no tiene culpa justificada; conciencia no desarrollada que no cuenta con un sentido apropiado de la responsabilidad social y de la culpa; y conciencia con vacío de valores y de conceptos?*

Estos tipos muchas veces se superponen. Muchas personas sufren de más de un tipo de culpa. La culpa y su melliza siamesa, la alienación, son fenómenos variados y complejos. Para ser eficaces en la posibilidad de ayudar a dar reconciliación y permitir el crecimiento ético, los métodos de asesoramiento que se utilicen deben tener un conocimiento de la diversidad compleja de los problemas de conciencia.

### Culpa justificada vs. culpa neurótica

El tratamiento de la culpa durante el asesoramiento depende si se trata de culpa justificada o neurótica. Todas las culpas tienen sus lados objetivos y subjetivos. Objetivamente, la culpa justificada surge de cualquier comportamiento que en verdad daña o disminuye la integridad de las personas, se trate de uno mismo o de los demás. Subjetivamente, la culpa justificada se asocia con el daño que se hace a las personas como resultado del mal uso de cualquiera de los grados de libertad interior que uno posee en esa situación. Es la consecuencia de violar intencionalmente los valores que el lado maduro de nuestra conciencia considera auténticos y significativos.

En contraste, la culpa neurótica no es el resultado de un daño real que uno le ha hecho intencionalmente a otra persona. Psicológicamente, es el producto del lado inmaduro de la conciencia: los valores, el comportamiento y los sentimientos internalizados que fueron premiados o castigados por la propia cultura a medida que eran experimentados en la niñez a través de los valores de los padres o de otros adultos que satisfacían nuestras necesidades. (De esta manera se forman los contenidos iniciales de la conciencia de cada uno.) Este

lado inmaduro de la propia conciencia es motivado por el miedo al castigo y al rechazo, más que por la búsqueda positiva de aquello que consideramos bueno con todo nuestro corazón. Los sentimientos de culpa neurótica surgen principalmente al violar las prohibiciones formuladas por nuestros padres que tenemos internalizadas. Muchas veces se concentran en cuestiones éticas menores o insignificantes, o en sentimientos de enojo, impulsos agresivos, fantasías e impulsos sexuales. Los sentimientos de culpa neurótica y el comportamiento dañino hacia las personas que este sentimiento genera son compulsivos y, por lo tanto, no tienen la libertad que debe estar presente en cualquier elección ética genuina. Tales personas se sienten cargadas por una sensación crónica de pecado. Sufren de conciencia punitiva (algo aproximado a lo que Freud denominó *superyó*).<sup>9</sup> *La culpa*, esa sensación interior de haber violado los propios principios, y la *vergüenza*, el temor a ser descubierto, expuesto y castigado, se entremezclan en un tormento interior que produce este tipo de conciencias en las culturas occidentales.

En muchos asesorados, los sentimientos que producen la culpa justificada y la culpa neurótica se entremezclan. Los elementos neuróticos pueden identificarse por medio de estas características: (a) no responden al proceso de confesión-perdón (que se describe más abajo), pero se los mantiene obsesivamente, (b) Se concentran en temas éticos relativamente insignificantes o en fantasías y sentimientos, (c) Rara vez motivan enmiendas constructivas o cambios de largo plazo en los comportamientos que producen la culpa, (d) Pueden producir satisfacciones masoquistas. Como lo señaló un asesorado: «Me siento bien revoleándome en mi culpa».

### La sanidad de la culpa justificada

Los sentimientos de culpa justificada, basados en la realidad, pueden resolverse por medio de un proceso de cinco etapas: *confrontación, confesión, perdón, restitución (y cambio del comportamiento destructivo), y reconciliación*. Este camino, en el cual se hace efectivo el perdón, incorpora la sabiduría del sacramento de la reconciliación, probada en el tiempo, (que la Iglesia Católica llama formalmente sacramento de la penitencia). Es el camino de la alienación (de sí mismo, de otros y de Dios) provocada por la culpa hacia la reconciliación del perdón total. Examinemos estas cinco etapas.

*Confrontación*: es una técnica indispensable en gran parte del asesoramiento pastoral, que involucra el uso sensible de la autoridad pastoral, tanto la autoridad de su rol como la «autoridad racional» (Fromm) que deriva de su competencia como guía ética. La meta central de confrontar a otra persona es animar la *confrontación con uno mismo*, por ejemplo, ayudar a que la persona enfrente el comportamiento que está dañándola, o que daña a otros, y sienta



entonces una culpa justificada. En algunos asesorados, los sentimientos de culpa justificada son como una herida abierta. Obviamente no necesitan más confrontación, debido a que ya están confrontándose enérgicamente consigo mismos. Pero mucha gente no es consciente plenamente de su comportamiento destructivo. Si su comportamiento debe ser interrumpido y si su culpa latente debe ser sanada, debe sacársela a luz para una confrontación constructiva. La culpa oculta o negada fácilmente puede pasarse por alto. En un conflicto matrimonial nocivo, por ejemplo, la culpa justificada que la pareja debería sentir (porque están dañándose a sí mismos y entre sí) muchas veces está escondida detrás de una espiral de ataques mutuos y de proyección de la culpabilidad en el otro. (Como lo señala Lawrence S. Kubie, los hombres y mujeres parecen ser infinitamente ingeniosos en su habilidad en encontrar nuevas maneras de ser infelices juntos.)<sup>10</sup> A no ser que el asesor reconozca la culpa latente e intervenga confrontándola —por ejemplo, «Pensaría que los debe hacer sentir muy mal estar lastimándose tanto el uno al otro y a ustedes mismos»— su culpa puede aferrarse para alimentar su ataque mutuo, ciego y creciente.

Un hombre de edad madura conversaba con el pastor sobre su relación con su secretaria. En lugar de concentrarse en los conflictos interiores del hombre (que, sin duda, contribuían a su comportamiento) o a su visión de la enferma relación interpersonal con su mujer, el pastor en primer lugar lo hizo confrontarse con las consecuencias destructivas de su comportamiento irresponsable para consigo, sus hijos, su mujer y su secretaria. Esta confrontación firme movilizó su culpa justificada. El pastor luego apoyó el lado de la ambivalencia de este hombre que quería romper la relación exótica pero dañina. Alentó al hombre a que lo hiciera de inmediato y luego hizo los arreglos para que su esposa y él comenzaran una terapia matrimonial juntos para tratar sus mutuas carencias y el deterioro prolongado de su matrimonio que había contribuido a esta relación.

En el asesoramiento y enriquecimiento matrimonial, una técnica de confrontación eficaz es que otra persona (el asesor u otra pareja) represente lo que está ocurriendo en el matrimonio. Esto muchas veces los confronta con los juegos lastimosamente absurdos y destructivos que están llevando a cabo. Grabar la interacción de un matrimonio (con su permiso, por supuesto) durante una sesión de asesoramiento y luego hacer que escuchen la grabación puede dar lugar a una confrontación poderosa. En grupos y retiros para el enriquecimiento matrimonial, las parejas que vuelven a leer y reflexionan sobre sus votos matrimoniales pueden estimular la confrontación sana consigo mismas. Un ejercicio de seguimiento que resulta constructivo en este tema es volver a escribir los votos en términos de su actual relación, buscando que apunten al crecimiento mutuo. La confrontación sana con uno mismo puede tener lugar cuando las parejas discuten las implicaciones para su relación, a

partir de esta paráfrasis tomada de una declaración de Erich Fromm: amar a una persona implica productivamente preocuparse y sentirse responsable por su vida, no sólo por su bienestar físico, sino por el crecimiento y el desarrollo de toda su potencialidad humana." Este tipo de diálogo puede traer a la superficie sentimientos de culpa justificada que pueden motivar comportamientos de mayor cuidado mutuo.

La confrontación puede conducir a la confrontación con uno mismo cuando incluye dos aspectos. Estos están bien expresados en el lenguaje del Nuevo Testamento como «siguiendo la verdad en amor» (Ef. 4.15, a lo que me referí con anterioridad como la «fórmula para el crecimiento»). Es más eficaz decir la verdad cuando se lo hace en el contexto del cuidado amoroso. La confrontación franca, luego de que se ha establecido una cierta confianza, por lo general refuerza la relación de asesoramiento, en lugar de debilitarla. El asesor que habla la verdad, tal como la ve, sin preocuparse, produce sólo sentimientos de rechazo o actitudes defensivas en el otro. Por el contrario, el asesor que demuestra afecto superficial mostrándose siempre permisivo y aceptándolo todo, en realidad está despojando al asesorado de ese amor rudo que se preocupa lo suficiente como para arriesgarse a decir la verdad. Los asesores que son muy permisivos, por lo general, no son vistos por sus asesorados como auténticos ni congruentes porque se sienten fuera del alcance de la parte de su propio yo que evalúa y juzga. Los asesores que nunca confrontan, ni siquiera cuando es apropiado, cometen una «amabilidad cruel»,<sup>12</sup> como la bien intencionada pero equivocada esposa de un alcohólico, que sin mucha inteligencia impedía que la persona adicta buscara ayuda («por haber tocado fondo») al sobreprotegerlo de las consecuencias dolorosas de beber irresponsablemente. La mayoría de las personas no comienzan a cambiar hasta que no experimentan el dolor de su comportamiento actual. La confrontación puede ayudarlas a tomar conciencia de este dolor. El dolor y la culpa justificada, que es parte del dolor, pueden brindar una motivación para aceptar ayuda y a la larga cambiar de comportamiento. Reflexionando sobre el panorama contemporáneo del cuidado pastoral, Don Browning observa: «Los conceptos de aceptación, o aun de perdón, pueden perder significado si el contexto de orden y juicio moral está ausente o es confuso».<sup>13</sup>

Mucha gente percibe a los pastores como los que portan los valores de su tradición religiosa. Algunos buscan su ayuda precisamente porque se sienten culpables, a pesar de que no son plenamente conscientes de ello. Si se entiende equivocadamente la aceptación que el pastor puede tener de ellos como personas y se lo interpreta como si condonara su comportamiento dañino, pueden sentirse confundidos y desilusionados al mismo tiempo que aliviados de su responsabilidad. Al asesorar, los pastores no deben ser tímidos cuando se refieran a lo que creen correcto. La clave está, por supuesto, en *por qué* y *cómo*

defendemos lo que creemos correcto. Si somos conscientes de nuestra propia necesidad de perdón y hemos experimentado el perdón en nuestra propia vida, será más fácil permanecer firmes en temas que tienen que ver con la integridad fundamental sin ser moralistas, ni justificarnos a nosotros mismos, ni rechazarnos. En el grado en que nuestra propia culpa es negada o no resuelta, tenderemos a sentir y actuar juzgando, profundizando el dolor y la alienación en la otra persona.

La confrontación con uno mismo lleva espontáneamente a la *confesión*, el segundo paso en el camino del perdón. La confesión espontánea muchas veces tiene lugar durante la catarsis de la etapa inicial del asesoramiento. Es importante alentar a los asesorados a examinar la herida provocada por su culpa y a sacar sus sentimientos de culpa. Experimentar y expresar los propios sentimientos dolorosos de culpa es una parte esencial del proceso de sanidad y de purificación. En lugar de intentar que la persona se sienta mejor, el asesor-confesor debería ayudarla a permanecer con la culpa en todas sus facetas hasta que haya sido completamente experimentada y expresada. El salmista expresa el dolor de la culpa y la purificación que libera la confesión:

Bienaventurado aquel cuya transgresión ha sido perdonada...

Mientras callé, se envejecieron mis huesos

En mi gemir todo el día.

Porque de día y de noche se agravó sobre mí tu mano;  
se volvió mi verdor en sequedades de verano.

Mi pecado te declaré, y no encubrí mi iniquidad...

Y tú perdonaste la maldad de mi pecado. (Sal. 32.1-5)

Escuchar la confesión y servir como un canal para el perdón de Dios (como un representante de la iglesia y de su tradición) son funciones del cuidado pastoral y del sacerdocio. Aquellos de nosotros que no tenemos grandes tradiciones en nuestras iglesias muchas veces dejamos a un lado el valor potencial de esta dimensión sacerdotal. Luego de un período largo de asesoramiento (incluyendo la confesión profunda) con un hombre quebrantado por la culpa de un daño irreparable que había cometido contra otras personas por la excesiva bebida que tomaba, la pastora sugirió que fueran juntos al santuario de la iglesia. Vistiendo su toga, para simbolizar el rol sacerdotal que representaba, invitó al hombre a orar pidiendo la aceptación del perdón de Dios mientras se arrodillaba ante el altar. Luego la pastora pronunció una oración de absolución seguida por otra de agradecimiento por el don del perdón de Dios. Luego de esto, ambos se unieron en el Padrenuestro. Actos pastorales como este pueden no tener gran significado para muchas personas. Sin embargo, en este caso, ambos eran portadores de los símbolos de reconciliación de las Buenas

Nuevas del mensaje cristiano por medio del cual la culpa puede transformarse en perdón y reconciliación (Tillich). Eran canales de gracia por medio de los cuales la purificación y el perdón fueron una realidad viva para ese hombre. Debe destacarse que la eficacia de estos gestos sacerdotales se construyó sobre una experiencia de asesoramiento significativa y se integró a ella.

Si queremos que las experiencias de confesión, absolución y perdón lleven a una transformación y reconciliación continua, deben ser seguidas por la *restitución* y la *acción responsable*, cambiando el comportamiento, actitudes o creencias destructivas que producen el daño original a las personas. Después de la sesión que se describe con anterioridad, el asesoramiento continuó en el estudio de la pastora por varias sesiones. El centro dual de estas sesiones se basó en lo que el hombre debía hacer para lograr enmendar constructivamente su relación con las personas que había dañado y en lo aprendido de toda la experiencia que podía ayudarlo a evitar repetir su comportamiento dañino para consigo mismo y con los demás. Mientras el hombre ejecutaba sus planes, su sentido de *reconciliación* —una relación sana con Dios, consigo mismo, con algunas de las personas de las cuales se había alienado a sí mismo (que aparecieron en la experiencia del santuario)— comenzó a crecer gradualmente. Hacia el final del asesoramiento, informé que sentía una «sensación de liviandad, ¡cómo si se hubiera quitado una gran carga!».

El canal interior por el cual fluyen las experiencias de purificación y de perdón se mantiene parcialmente bloqueado hasta que las personas hacen todo lo posible por reparar el daño que les han hecho a otras personas y a sí mismas, y comienzan a vivir de un modo más cuidadoso y responsable. La «gracia barata» (Bonhoeffer) nunca es transformadora. El programa de recuperación de Alcohólicos Anónimos (en el cual este hombre decidió que debía sumergirse) demuestra la importancia de una confrontación ética seria con uno mismo. Siete de los doce pasos de este programa encaran la cuestión de «un inventario moral que busca y no tiene miedo», que incluye admitir (confesar) «ante Dios y ante cualquier otro ser humano la naturaleza exacta de nuestras equivocaciones», haciendo «una lista de todas las personas que hemos dañado» y «reparando la relación con estas personas siempre que sea posible, excepto cuando hacerlo las lastimaría a ellas o a otras».<sup>14</sup> No es accidental que este tipo de purificación interior muchas veces lleve de la recuperación del alcoholismo a un despertar espiritual. El pastor debería ayudar a los asesorados no alcohólicos a ser igualmente rigurosos al purificar su vida de los despojos morales acumulados que incluyen el pecado y la manera irresponsable de vivir. Hacerlo es el precio para lograr la paz interior, el perdón y la restauración de las relaciones. La necesidad de un equivalente protestante para el sacramento de la reconciliación, integrado por un asesoramiento capacitado, es grande en nuestra sociedad donde la culpa

prolifera y las formas corporativas de ir de la culpa a la reconciliación (en el momento de confesión del culto dominical, por ejemplo) carecen de poder sanador para muchas personas.

A medida que las personas se relacionan de una manera más responsable y en respuesta (a otros), se abren para ellas nuevas fuentes de satisfacción para sus necesidades. Glasser declara: «Es tan importante como confrontar la realidad, es sólo parte de la terapia. El paciente debe aprender a satisfacer sus necesidades en el mundo real [de las relaciones]... y debemos enseñarle cómo hacerlo siempre que podamos».<sup>15</sup> El asesoramiento que confronta tiene como objetivo animar a un encuentro de primera mano entre los asesorados y esa parte de la realidad que han contravenido o ignorado (produciendo daño y culpa), y ayudarles a realizar los cambios en su comportamiento que les permitan vivir de una manera más constructiva.

Philip Anderson describe su asesoramiento de un alcohólico recuperado, Bill, quien le dijo que era «un simple infeliz»:

Mi respuesta a esto fue decirle que cuando no estoy contento conmigo mismo por lo general es porque existe un simple mecanismo, es decir, que he realizado algo de lo cual no me siento muy orgulloso ni feliz, o porque no he hecho algo que debería haber realizado. Para ilustrar mi posición cité una experiencia personal ... Cuando no preparaba adecuadamente un sermón, me sentía muy infeliz el domingo a la mañana. De modo que así estuve listo para preguntarle a Bill qué había estado haciendo últimamente.<sup>16</sup>

El asesorado respondió: «¡Qué cosa que lo pregunte! La verdad es que dejé la bebida pero todavía pierdo mucho tiempo.» Hablaron sobre la manera en que su comportamiento irresponsable había permitido que su empresa se deteriorara. Luego Anderson le preguntó al asesorado sobre su matrimonio. Bill comenzó a verbalizar irritación para con su esposa.

**Anderson:** Pero yo pregunto qué está haciendo *usted* respecto a su matrimonio, y no su esposa. **Bill:** ¡Qué cosa que lo pregunte! Desde hace seis meses que tengo un asunto con otra mujer, y me siento asqueado. **Anderson:** Bill, no me sorprende que no sea feliz. Esta viviendo una vida irresponsable que oculta ante su esposa y sus asociados. No tiene derecho a sentirse feliz.<sup>17</sup>

Bill estuvo de acuerdo. El asesoramiento se centró en las responsabilidades de Bill. Su esposa pronto comenzó a asistir a las sesiones, se analizaron los

problemas matrimoniales y se logró una reconciliación en la relación. A medida que Bill comenzó a actuar de manera más responsable, informó que estaba comenzando a sentirse feliz nuevamente.

El enfoque de Anderson es un ejemplo del uso de la confrontación en el asesoramiento contemporáneo (también representado por la terapia de la realidad de Glasser). Se concentra en las relaciones actuales en lugar de en las pasadas y en los comportamientos responsables en lugar de los sentimientos. El énfasis central se pone en actuar de manera más responsable aquí y ahora, en lugar de esperar hasta que nuevos sentimientos produzcan comportamientos constructivos.

El asesoramiento pastoral debería aprender de las terapias de confrontación y recibir ayuda de ellas para recuperar nuestra tradición reconciliadora. Muchas personas tienen una capacidad mayor de la que sospechan para vivir responsablemente *ahora*. En la mayoría de los casos se sentirán más felices consigo mismos si así lo hacen. Muchos pondrán en acción su potencial para vivir de manera responsable si el asesor espera con firmeza que se muevan en esa dirección. El asesoramiento directo, que confronta y se orienta hacia la acción muchas veces capacita a las personas para romper con la parálisis que la culpa provoca y comenzar a funcionar de una manera más responsable. Cuando las personas se comportan de una manera irresponsable, que produce una espiral de culpa, el miedo a ser descubiertas, la falta de franqueza consigo mismas y con sus relaciones, se encuentran atrapadas en un círculo vicioso. Cuando más culpables se sienten, más se esconden, y cuanto más se esconden, mayor es la acumulación de culpa y de miedo. Un enfoque que cuide de ellas y que confronte la culpa y el comportamiento irresponsable de manera directa puede ayudar a romper con ese círculo que se perpetúa a sí mismo. La tremenda sensación de alivio y de liberación que experimentan muchos miembros de Alcohólicos Anónimos cuando hacen su «inventario moral» completo y realizan enmiendas constructivas ilustra el poder sanador de este proceso.

Debería notarse que muchas personas que se sienten culpables necesitan ayuda tanto para trabajar sobre sus sentimientos de culpa como para aprender a vivir de una manera más responsable. Algunos sentimientos de culpa están tan profundamente reprimidos que sólo un psicoterapeuta bien capacitado podrá facultar a las personas para que tomen conciencia de ellos y los resuelvan. Si la culpa fluye de conflictos neuróticos inconscientes, no serán efectivos ni los cinco pasos para la reconciliación ni las terapias orientadas a la acción. Pero en algunos casos, es posible ayudar, por medio del uso de la confrontación, dentro de la relación de cuidado pastoral, a que las personas obtengan un acceso más claro a los sentimientos de culpa de los cuales apenas son conscientes. Traer esta culpa que está bajo la superficie a la luz del día hace que sea accesible para encontrar una resolución durante el asesoramiento.

## La ayuda a los que tienen la conciencia confundida

Geoffrey Peterson escribe:

Muchas personas rechazan o ignoran el sistema tradicional de valores, pero encuentran que es difícil reemplazarlo. Nos rodean sistemas de valores divergentes y que cambian con frecuencia compitiendo con nuestras fidelidades ... La confusión y la incertidumbre acerca de los valores es general y esto tiende a incrementar los conflictos interpersonales y la inseguridad personal. Desafortunadamente la iglesia es parte de esta confusión de valores y hasta contribuye a ella. Dentro de la iglesia así como dentro de la comunidad más amplia existen conflictos importantes acerca de cuestiones morales.<sup>18</sup>

La confusión moral, los conflictos y el pluralismo de nuestra cultura contribuyen a la existencia de confusos problemas de conciencia que muchas veces encuentran los asesores pastorales. Al asesorar sobre cuestiones valorativas, es importante ser consciente de la forma en que la crisis contemporánea de valores dificulta que mucha gente encuentre una filosofía viable en su vida, tan viva que sangra cuando se lastima. Millones de personas se sienten desarraigadas del sentido de comunidad dentro del cual florecen los valores estables y puede manejarse la ansiedad existencial constructivamente.<sup>19</sup> Sufren de un clima social de anomia (una condición llamada así por Emile Durkheim). Rollo May articula el desafío a la vida de nuestro tiempo de cambios caleidoscópicos:

Cuando una cultura se ve atrapada en las convulsiones profundas de un período de transición, los individuos en la sociedad sufren comprensiblemente un trastorno espiritual y emocional; y al encontrar que los modos y formas aceptadas de pensamiento ya no brindan seguridad tienden o bien a hundirse en el dogmatismo y el conformismo, dejando a un lado la toma de conciencia, o se ven forzados a luchar por una despierta conciencia de sí mismos que les ayude a encarar su existencia con una nueva convicción y sobre una nueva base.<sup>20</sup>

Los esfuerzos frenéticos (y vanos) de los grupos religiosos autoritarios por recobrar las viejas seguridades éticas pueden comprenderse como una reacción defensiva en respuesta a las ansiedades e inseguridades de nuestro período de transición ética que hace vacilar la conciencia.

Peterson describe una respuesta constructiva en esta situación: «Los asesores pastorales no podemos intentar dar respuestas autoritarias a todos los

problemas de valores que nos traen. Lo que podemos hacer —y esto es de gran ayuda— es proveer un medio que ofrezca cuidado y apoyo en el cual los valores puedan clarificarse y fortalecerse y, cuando es necesario, revisarse de modo que reflejen con mayor fidelidad los valores de Cristo.»<sup>21</sup> La clarificación y la revisión de los valores ocupan un lugar importante en el ministerio educativo y de crecimiento de la iglesia así como en el asesoramiento familiar e individual. Dentro de relaciones de confianza mutua, las personas pueden ser ayudadas para que puedan clarificar, evaluar nuevamente y revisar sus valores confundidos, conflictuados y destructivos para ponerlos a tono con los valores que promueven a la persona y que se encarnan en la tradición judeo-cristiana.

## La sanidad de la culpa neurótica

Algunos asesorados se sienten impedidos —tanto psicológica como espiritualmente— por una conciencia neurótica. Sienten una culpa crónica e inapropiada que deriva de sistemas de valores inmaduros o rígidos. La evaluación que hacen de sí mismos incluye poco o nada de *gracia viva*. Tienden a malgastar sus energías éticas en compulsivos castigos a sí mismos concernientes a cuestiones éticas triviales o a sus «malos» sentimientos. En consecuencia, se dispone de poca energía para las «cuestiones morales esenciales» (Ross Snyder). Las metas del asesoramiento con estas personas son ayudarlas a obtener una conciencia cristiana más amplia en aceptar.

Los sentimientos de culpa neurótica se reducen temporalmente si una persona recibe una «paliza» psicológica. El castigo disminuye temporalmente la culpa. (Esto explica por qué los predicadores o asesores moralistas atraen a las personas que se sienten culpables). El castigo verbal regular funciona como una expiación neurótica, disminuyendo de esa manera los sentimientos de culpa. En la mayoría de los casos, los resultados no duran, ni producen cambios constructivos en el comportamiento. En muchas personas que tienen aferrada una culpa neurótica se precisa una psicoterapia pastoral de largo plazo para obtener el perdón propio que llega con la sanidad genuina de la culpa neurótica. En casos menos graves, puede ser suficiente el asesoramiento pastoral de corto plazo.

**Asesorado:** Me sacudí cuando me dijo, después de que yo había vuelto una y otra vez sobre mi culpa por mis sentimientos sexuales: «Me pregunto por qué le es tan difícil considerar sus propios sentimientos con caridad cristiana».

En términos terapéuticos, la culpa neurótica consiste en el castigo del Hijo interior propiciado por el Padre interior, debido a que se han transgredido las

prohibiciones del Padre. El asesor pastoral puede convertirse en una figura nueva y más aceptada que la parental de la cual la persona puede aprender algo de lo que Alfred Adler llama «el coraje de las propias imperfecciones». Al internalizar aspectos de la conciencia del pastor que es más positiva y afirma la vida, el Padre interior de la persona castiga menos al Hijo interior. El Padre punitivo es reprogramado (recibe el nombre de Re-Paternidad en términos terapéuticos) y la persona obtiene una mayor aceptación de sí misma y una libertad interior del moralismo compulsivo que había tullido su capacidad ética (su posibilidad de elegir). La reconciliación de aspectos conflictivos dentro de la persona le permite reconciliarse con otros.

El asesor alienta a la persona que sufre de una conciencia inmadura a ejercitar su capacidad interior de Adulto para examinar los valores que compiten y afirmar aquellos que son coherentes con su propia concepción de una buena vida. Este proceso de salir de la dependencia primaria de la estructura de valores de los propios padres y encontrar los propios significados y valores (que, por lo general, incluyen algunos de los valores de los padres) ocurre en el desarrollo normal durante la adolescencia.<sup>22</sup> En términos terapéuticos, el proceso podría describirse como dejando la sumisión del Hijo interior al Padre interior, y poniendo al Adulto a manejar la propia conciencia. Si esta maduración ética no ocurre, florece la culpa neurótica y se requerirá de un asesoramiento de largo plazo para liberar a la persona para que se convierta éticamente en un adulto. Los sentimientos de culpa neurótica casi siempre fluyen de conflictos inconscientes que requieren de la psicoterapia para lograr una resolución constructiva.

La culpa neurótica, en particular la que versa sobre trivialidades éticas, con frecuencia oculta una culpa justificada por una vida no vivida y por un comportamiento que ha dañado a una persona. La culpa neurótica se superpone a la culpa más profunda como si la escondiera. Por otro lado, lo que pareciera ser una culpa justificada puede esconder conflictos más profundos que producen culpas neuróticas y que se basan en problemas no resueltos en el desarrollo psicosexual, como los complejos de Edipo.

En el asesoramiento pastoral con los que se sienten agobiados por la culpa, es sabio comenzar a trabajar con el problema de culpa obvio. Este puede resultar ser sólo la manifestación superficial de una culpa y un conflicto más profundo. Si luego de una catarsis confesional extensa y de esfuerzos serios por reconstruir las relaciones alienadas, no emerge gradualmente el perdón de sí mismo en el asesorado, es probable que se esté en presencia de un conflicto más profundo que requiere psicoterapia. Si los asesorados se resisten a realizar cambios constructivos en su comportamiento, es importante concentrarse en su resistencia a actuar de manera responsable. La confrontación no es efectiva si las personas la reciben de una manera masoquista, utilizando las palabras del asesor que las

confronta como una forma de expiación neurótica. Las personas que se dejan llevar por culpas neuróticas pueden derrotar a la confrontación respondiendo con un comportamiento expiatorio compulsivo, aparentemente interminable, que permite que eviten su conflicto más profundo. La sospecha o la presencia obvia de una culpa neurótica no debería dejar fuera de juego el uso de la confrontación. Donde el conflicto es relativamente moderado, la confrontación puede tener éxito en interrumpir el círculo vicioso de comportamiento y sentimientos, de modo que se destaque la capacidad que tiene la persona de construir en la vida sin necesidad de resolver conflictos subyacentes.

Una adolescente, alterada por la relación con su madre que empeoraba cada día, buscó la ayuda del pastor. Se dedicaron una serie de sesiones a explorar sus sentimientos ambivalentes hacia su madre. Expresó su enojo y también sus sentimientos positivos hacia su madre, pero la relación no mejoraba. Finalmente, el pastor le recomendó que tratara de poner en acción sus sentimientos positivos durante la siguiente semana. En la próxima sesión, la joven informó: «Me sentí furiosa con usted porque sugirió que debía hacer algo para mostrar mi amor por mi madre ... Pero me encontré poniendo la mesa sin que me lo pidieran y sintiéndome bien por haberlo hecho. No sé por qué. Simplemente sucedió. Estamos llevándonos bien, lo mejor en cinco años.»

Si los conflictos interiores de la jovencita con relación a su madre hubieran sido graves, es poco probable que la recomendación del pastor se cumpliera, y si se hubiera cumplido, no habría producido beneficios duraderos. Lo que ocurrió aparentemente es que el «empujón» que le dio el asesor para confrontar interrumpió la situación de interacción negativa de larga data entre la jovencita y su madre. Al ayudar, la adolescente redujo su carga de culpa y restableció la comunicación con su madre. La acción del pastor le había permitido restablecer una relación que podía continuar siendo ayudada a través de nuevas sesiones de asesoramiento. Ante una sugerencia del pastor, la madre y la hija vinieron para tener varias sesiones de asesoramiento conjuntas que tenían como objetivo ayudarlas a que su comunicación fuera más efectiva y, por lo tanto, fortaleciera su relación.

### **La sanidad de las conciencias fariseas**

Las personas con conciencias fariseas por lo general no buscan la ayuda pastoral para sus propios problemas.<sup>23</sup> Si lo hacen, es para pedir ayuda para que algún miembro de la familia se encarrile o para criticar al pastor o a algún miembro de la congregación por no estar a la medida de su perfeccionismo. Los verdaderos problemas, tal como las personas fariseas ven la situación, son las otras personas con sus valores inferiores. El dolor y la alienación que el fariseísmo genera en los matrimonios y en otras relaciones

cercanas son los que generalmente hacen que el pastor preste atención a la cuestión. Como nos relatan los Evangelios Sinópticos, Jesús utilizó su confrontación más fuerte en relación con los líderes religiosos de su tiempo: los fariseos. Las personas que tienen una imagen recta de sí mismas por lo general son conformistas rígidos a la moral convencional. Son legalistas y juzgan a aquellos que están en desacuerdo con sus puntos de vista sobre qué es bueno y qué es malo. Dentro de los círculos religiosos, las personas fariseas muchas veces utilizan equivocadamente la Biblia como «texto de prueba» del apoyo divino a su perspectiva ética.

La frase familiar: «Algunas personas no *tienen* problemas, *¡son* problemas!» parece describir a las personas fariseas. En verdad ellas también *tienen* problemas para los cuales su fariseísmo es un mecanismo de defensa. Este fariseísmo es un modo de tratar de reforzar una autoestima tambaleante por medio del sentido de la superioridad moral. Sentirse por encima de aquellos que se perciben como inferiores ética o religiosamente permite que estas personas eviten experimentar sus profundos sentimientos de rechazo y enjuiciamiento de sí mismos. El fariseísmo también puede ser una manera de mantener una sensación de poder sobre los demás —la esposa o los hijos— y de justificar los intentos de controlarlos. La necesidad de estos sentimientos de poder es una defensa contra los sentimientos escondidos de debilidad y de temor a perder el control. El fariseísmo permite que la persona evite la confrontación con su culpa neurótica y los conflictos subconscientes sobre sus propios impulsos sexuales y agresivos. En términos de Cari Jung, el fariseísmo es un modo de repudiar su lado «oscuro», la parte rechazada e «inferior» de su personalidad.<sup>24</sup> La imagen idealizada de sí mismo, caracterizada sólo por la luz y la bondad, se ve empobrecida y con la amenaza de ser cortada del lado oscuro, terrenal, potencialmente creativo y también destructivo de su ser.

Ayudar a las personas fariseas a suavizar y humanizar su conciencia defensiva y la imagen que tienen de sí mismas es casi imposible hasta que sientan alguna necesidad de ayuda. Si se permiten tomar conciencia del precio exorbitante que están pagando —al estar distantes de los demás y en su propia soledad y falta de alegría— las personas fariseas pueden abrirse a la ayuda del asesoramiento. Es importante que nos recordemos a nosotros mismos que todos tenemos algún grado de superioridad que está a la defensiva. Los pastores y los líderes de la iglesia se encuentran lejos de estar inmunizados. En verdad, las arremetidas pietistas y moralistas en muchas tradiciones eclesiales tienden a alentar a las personas para que mantengan una imagen de sí mismas idealizada. Esto les hace difícil aceptar su lado oscuro e integrarlo con el lado «bueno» de modo que los dos puedan encontrar un balance y enriquecerse mutuamente dentro de su personalidad.

El fariseísmo ha producido una destrucción enorme en la vida de las personas y en la historia. La mayor parte de las guerras se pelearon con conciencias fariseas en ambos bandos. Líderes de iglesias farisaicas aduciendo razones que creían éticas y dignas de alabanza asesinaron a incontables herejes y mujeres pacíficas acusadas de «brujas». Aun los líderes nazis reivindicaron sus actos señalando que estaban obedeciendo sus conciencias al purificar la raza aria destruyendo sistemáticamente a millones de judíos y otras personas «inferiores».<sup>25</sup>

### La ayuda a los que tienen una conciencia poco desarrollada

Los métodos de confrontación son esenciales cuando se asesora a las personas que tienen una conciencia débil y poco desarrollada. Estas personas se caracterizan por una o más de las siguientes cuestiones: (a) falta de culpa justificada, de ansiedad y de sentido de la responsabilidad; (b) autocontrol ineficaz; (c) comportamiento irresponsable crónico; (d) sentimientos y relaciones poco profundas; (e) modos de actuar manipuladores. Freud observó en una oportunidad, al escribir a su viejo amigo el pastor Oskar Pfister, que «La ética es una suerte de código de tránsito para transitar entre los seres humanos». Muchas personas no han aprendido a respetar este código. No han internalizado los valores distintivos de su cultura y, por lo tanto, no han aprendido a controlar sus impulsos antisociales. Estos problemas de la personalidad son el resultado de diversos trasfondos: hogares fríos, en los que no hay amor, u hogares donde los padres confundieron la permisividad con el amor y no mantuvieron una disciplina de la cual se dependiera. Como lo ha demostrado Erik Erikson, virtudes como la esperanza, el propósito, la competencia, la fidelidad, el amor, el cuidado y la sabiduría son elementos vitales para fortalecer el yo.<sup>26</sup> Las personas que no las tienen están en seria desventaja. En su modalidad extrema, este desorden se denomina «personalidad sociopática». Nuestra cultura, con su manipuladora «orientación por el mercado» (Fromm), produce problemas de personalidad en abundancia en todos los niveles y con gran frecuencia.

Un enfoque del asesoramiento permisivo y orientado hacia el examen interior puede ser eficaz con psiconeuróticos agobiados por la culpa y la ansiedad, pero, por lo general, fracasa con aquellos que tienen problemas de personalidad.

Una joven de diecisiete años vino a ver a su pastor para conversar sobre sus actividades sexuales. Su padre era un hombre con pocas raíces emocionales. A pesar de que conscientemente se sentía poco o nada culpable por sus actividades, temía ser «descubierta». Si el pastor hubiera

respondido a sus relatos de promiscuidad de una manera pasiva o permisiva, ella lo habría interpretado como más de la permisividad débil y descomprometida de su padre. Necesitaba más aceptación de la que recibía en su casa, ¡pero no más permisividad! Por el contrario, lo que necesitaba era que el pastor fuera una figura paterna que la aceptara y al mismo tiempo fuera firme. Una figura de la cual ella pudiera obtener fuerza para controlar su propio comportamiento y con relación a la cual ella pudiera establecer sus propios límites constructivos. Luego de que se desarrollara bien el *rapport*, el pastor estableció claramente que, desde su punto de vista, ciertos comportamientos dañan a las personas y por lo tanto son moralmente negativos. Al utilizar el método de confrontación capaz de aceptar la ayudó a enfrentar en lugar de evitar las consecuencias probables de su comportamiento. Lo más importante fue que la ayudó a tomar conciencia y a trabajar sobre sus sentimientos rebeldes, confundidos y solitarios, que alimentaban su comportamiento. Al reflexionar sobre esta experiencia, el pastor se dio cuenta de que la jovencita estaba rogando, por medio de su comportamiento, que algún adulto estableciera los límites. En realidad, este es probablemente el motivo por el cual recurrió al pastor.<sup>27</sup>

El sociólogo David Riesman sugiere que las terapias permisivas son útiles con asesorados que se han visto expuestos al poder arbitrario durante su niñez y para quienes una situación permisiva sintiendo que alguien los acepta es una nueva experiencia: «Pero muchos de los estudiantes universitarios han sido criados de una manera permisiva tanto en el hogar como en la escuela y encuentran muy pocas cosas liberadoras en un terapeuta que [sólo] los acepta.»<sup>28</sup>

Un psicoterapeuta pastoral que trabajó principalmente con adolescentes con problemas informó que predominaban entre ellos problemas de conciencia débil y que los métodos rogerianos y psicoanalíticos habían resultado sorprendentemente ineficaces al aplicarlos en la mayor parte de ellos. *La teoría del aprendizaje o la terapia conductista* ha provisto el método más exitoso. El énfasis del terapeuta está en establecer y poner límites a una conducta desviada de modo que puedan aprenderse y reforzarse modelos constructivos a partir de los premios y castigos establecidos por la estructura. Por ejemplo, en lugar de ser indulgente y permisivo con la vagancia escolar, recomienda que las autoridades de la escuela tomen medidas disciplinarias de inmediato. Es esencial que los jóvenes involucrados sepan que esta fue la recomendación.<sup>29</sup>

Estos son algunos principios para asesorar a las personas con conciencia débil, basados en un enfoque de terapia-realidad:

(1) *Establezca rapport*. Este muchas veces es un paso difícil porque este tipo de personas tiende a desconfiar y permanecer distante de las figuras con autoridad.

(2) *Confronte a la persona con la naturaleza derrotista del comportamiento que niega la realidad*. Como lo señala Glasser: «El terapeuta debe rechazar el comportamiento que no es realista pero aceptar al paciente a pesar de ello y mantener su relación con él».<sup>30</sup>

(3) *Busque el bloqueo de los comportamientos irresponsables o teatrales*.

(4) *Premie el comportamiento responsable con la aprobación*.

(5) *Ayude a la persona a aprender a satisfacer sus necesidades de manera socialmente constructiva, orientada a la realidad*.

(6) *Explore las aspiraciones de la persona y ayúdela a realizar e implementar planes realistas y satisfactorios para el futuro*.

El psiquiatra Jerome D. Frank afirma que las personas que tienen dificultades en controlar sus impulsos necesitan sentir que el terapeuta se preocupa por ellas basándose en sus potencialidades: «Esta preocupación se transmite mejor atacando fuertemente a la conducta desviada como indigna del paciente. Este tipo de ataque, paradójicamente, estimula la autoestima del paciente en lugar de dañarla, porque obviamente está basado en una preocupación y un respeto verdaderos.»<sup>31</sup> La permisividad, por otra parte, hace que ese tipo de persona sienta que el terapeuta es indiferente o no espera mucho de ella. Esto daña aún más la ya tambaleante autoestima. La firmeza consistente es esencial para ayudar a estas personas. Alguien ha llamado a esto «amor rudo».

La terapia de la realidad de William Glasser supone que es imposible mantener la autoestima si la persona vive de manera irresponsable. Glasser declara: «La moral, las normas, los valores o los comportamientos buenos y malos se relacionan íntimamente con la realización de nuestra necesidad de valorarnos a nosotros mismos».<sup>32</sup> Su terapia tiene como objetivo enseñar a las personas a reconocer lo que han hecho cuando lo han hecho bien y a corregirse cuando lo han hecho mal. El respeto por uno mismo surge de la autodisciplina y del comportamiento responsable, que traen aparejado un aumento del respeto por parte de los demás.

Las personas que tienen graves desórdenes de personalidad son muy difíciles de ayudar, aun si un psicoterapeuta muy capacitado las trata. Pero muchas personas con debilidad de conciencia menos grave pueden beneficiarse de un asesoramiento pastoral capacitado que siga los principios de la terapia de confrontación de la realidad. Esto es particularmente cierto en relación con los adolescentes cuya dificultad es por lo general un retraso en la maduración de su conciencia. Al identificarse con la conciencia más madura del pastor, un asesorado puede cambiar gradualmente los modelos destructivos e internalizar controles internos más constructivos.

Una orientación futura es esencial en gran parte del asesoramiento pastoral, incluyendo el que confronta. Una de las preguntas favoritas en las terapias de la realidad es «¿qué planes tiene?». Esto estimula a pensar en el futuro de manera constructiva. Glasser escribe: «Debemos abrir su vida, hablar sobre nuevos horizontes, expandir su espectro de intereses, hacerle tomar conciencia de la vida que existe más allá de sus dificultades».<sup>33</sup> Muchas personas con problemas no sienten que existe realmente un futuro significativo para ellas. Despertar sueños realistas y hacer y ejecutar planes que funcionen para moverse hacia un futuro viable puede ser decisivo para ayudar a las personas a romper con los modelos del pasado que nada construyan. Al asesorar a personas que tienen controles internos débiles, es esencial ayudarles a descubrir algo de lo cual realmente preocuparse. Un capellán que guía a un grupo terapéutico con adultos jóvenes con problemas de conducta nos informa que: «Trato de encontrar algo que el individuo desprecie, ¡y luego construir sobre ello!».

### La ayuda a los que tienen una conciencia social poco desarrollada

Muchas personas en la iglesia tienen la conciencia bien desarrollada sobre temas personales e interpersonales, pero poco sentido de responsabilidad y cuidado cuando se trata de temas sociales. Tienen una saludable capacidad para sentir una culpa justificada cuando se trata de relaciones individuales, pero un serio vacío para sentir culpa justificada por la opresión que provocan las instituciones donde al menos tienen un poco de influencia. Estas personas tienen desórdenes de personalidad en el área de la conciencia social. No experimentan culpa justificada con relación a nuestros pecados individuales y colectivos de omisión y de comisión que contribuyen a tremendas injusticias, como la creciente brecha entre las naciones ricas y las pobres, el derroche de los recursos limitados de nuestro planeta en armas genocidas, la destructiva explosión poblacional, la opresión de las mujeres y de las personas que no son blancas, y los efectos deshumanizantes del hambre y la pobreza. La conciencia privatizada de muchos «buenos miembros de la iglesia» les impide sentir que deben cuidar y ser responsables por los seres humanos que están más allá de su pequeño círculo de relaciones. Aquellos que tienen una conciencia privatizada «tribal» (Fromm) sienten responsabilidad y culpa sólo por los de su propio grupo, su propio pequeño círculo familiar y de amigos, o su grupo religioso o étnico.

Los problemas sociales muchas veces provocan o complican problemas personales. La confrontación profética en la enseñanza, la predicación y el asesoramiento es esencial para hacer que la «buena gente» expanda los horizontes de sus preocupaciones y de su conciencia. «Crear conciencia»,

cosa que ayuda a que los pecados cargados de opresión de nuestras instituciones y estructuras sociales sean cuestiones de conciencia cristiana, es esencial cuando se asesora para la plenitud ética.

Por lo general, a las personas que atraviesan una grave crisis es imposible despertarlas a preocupaciones más amplias hasta que hayan superado la fase aguda de su crisis. Luego, algunas pueden reflexionar sobre las injusticias y la opresión social que subyacen a esa crisis. Es responsabilidad del asesor mencionar estas cuestiones contextuales más amplias. El asesoramiento educativo y los grupos de crecimiento ofrecen oportunidades que rara vez se utilizan para despertar, expandir y fortalecer la conciencia social. La discusión sobre el contexto social de cuestiones personales particulares, a la luz de la visión judeo-cristiana, puede ayudar a reducir los puntos ciegos de la conciencia y llegar a la acción por el cambio social en la comunidad.<sup>34</sup> Describiremos otros métodos para movilizar las dimensiones sociales de la responsabilidad y del cuidado ético en el capítulo sobre el asesoramiento educativo.

### La ayuda a personas con vacíos de significado

Muchas personas en nuestra sociedad sufren de falta de alegría y no tienen un propósito dinámico que las movilice en su vida. No hay nada que valoren tanto como para darles expectativas o entusiasmo cuando se levantan en un nuevo día. Estas depresiones existenciales crónicas surgen de lo que Viktor Frankl describe como «vacío de valores», una frustración de su fundamental «búsqueda de sentido». Su «logoterapia» define la tarea central de ayudar a las personas a capacitarlas para encontrar sentido a su vida. La tesis fundamental de Frankl es que «la vida se transforma cuando se descubre una misión que vale la pena llevar adelante».<sup>35</sup>

Los asesores pastorales encuentran muchas personas cuyo problema principal es el profundo vacío que sufren en el área de los significados y los valores. Sus otros problemas en la vida son síntomas de este vacío subyacente. Frankl busca ayudar a las personas a que encuentren un significado motivador para su vida en uno o más de los tres tipos de valores: valores *creativos*, hacer algo que valga la pena; valores *relacionados con las experiencias*, que derivan de experimentar algo satisfactorio, como una puesta de sol, un buen matrimonio, la fragancia de una flor, un recuerdo preciado, la sonrisa de un amigo; y valores *relacionados con las actitudes*, que se relacionan con tener actitudes constructivas hacia cualquier situación en la que nos encontremos, aunque sea la peor. Al explorar este tercer tipo de valores, Frankl destaca el «poder desafiante del espíritu humano», la habilidad de resurgir aun de la deshumanización diabólica del campo de concentración nazi eligiendo encontrar algún significado a esa situación. En su perspectiva, la persona



religiosa es «la que le dice «sí» a la vida ... la que, a pesar de todo lo que trae la vida, todavía encara la existencia con la convicción fundamental de que vivir la vida vale la pena».<sup>36</sup>

Los vacíos de significado tienen lugar en la intersección de las cuestiones teológicas con las cuestiones valorativas en la vida de las personas. Una relación con Dios abierta y energizante y un compromiso dinámico con una causa que es mayor que el círculo de preocupaciones centradas en sí mismas que tienen las personas, son respuestas complementarias e interrelacionadas a los problemas que surgen de la falta de significado en la vida. Ayudar a los asesorados a encontrar una causa que valga la pena y que los ponga en camino es importante tanto porque les da un propósito integrador como porque les ayuda a reducir las causas sociales de sus problemas individuales. Como lo señala Peterson: «Para los miembros de la comunidad cristiana, su misión es ser parte de la misión de la iglesia: cooperar con la tarea divina de salvar al mundo. Toda esta tarea de sanidad puede considerarse parte de la transformación creativa que Cristo efectúa continuamente en la vida humana.»<sup>37</sup>

Cuando la vida «se achata», como lo dijo un paciente, probablemente sea una señal de que la persona precisa volver a pensar y revisar las prioridades, los valores y el estilo de vida que ha creado. Estas son algunas preguntas diseñadas para ayudar a los matrimonios a conversar sobre los valores que los guían y revisarlos:

(1) ¿Me (nos) permiten mis (nuestros) valores y prioridades, y el estilo de vida que producen, mantener la salud física y emotiva en forma?

(2) ¿Me (nos) permiten mis (nuestros) valores y estilo de vida tener tiempo para desarrollar mis (nuestros) potenciales de la edad madura, intelectual y espiritualmente?

(3) ¿Me (nos) permiten mis (nuestros) valores y estilo de vida gozar de las buenas cosas de la vida y hacer las cosas creativas, que valen la pena y con las que me (nos) siento (sentimos) realizado(s)?

(4) ¿Me (nos) dejan mis (nuestros) valores y estilo de vida actuales tener el tiempo suficiente para dedicarles a las personas que me (nos) importan?

(5) ¿Reflejan mi (nuestro) estilo de vida los valores más significativos, que dan vida? Maslow los denomina «valores S» (S significa Ser): verdad, bondad, belleza, plenitud, vivacidad, justicia, orden, simplicidad, gozo y autonomía.

(6) ¿Me (nos) permiten mis (nuestros) valores y estilo de vida tener tiempo para una causa que tenga significado, que sea un desafío más allá de mi (nuestro) círculo interno, que ayude a otros y mejore nuestra comunidad?

(7) ¿Son mis (nuestros) valores y estilo de vida coherentes con los valores que apoyan seriamente la sobrevivencia de toda la familia humana de la cual formo (formamos) parte?<sup>38</sup>

## El uso de la confrontación en otros tipos de asesoramiento

Los métodos de confrontación terapéutica son valiosos en una variedad de situaciones de asesoramiento que no se centran principalmente en cuestiones éticas o que tienen que ver con los significados. James A. Knight escribe: «La confrontación como técnica de asesoramiento ofrece al maestro y al pastor interminables oportunidades para obtener un encuentro creativo. Cuando existe conciencia, sensibilidad y conocimiento, la lucha cara a cara ofrece nuevos caminos para la relación entre las personas y la posibilidad de crecer.»<sup>39</sup> La confrontación, señala, puede ser particularmente útil para ayudar a los adolescentes mayores y a los adultos jóvenes a crecer hacia la madurez: «El joven necesita relaciones cara a cara con las autoridades que demuestran su preocupación por las personas tanto porque las apoyan como porque las juzgan. Durante los tumultuosos períodos de crecimiento psicológico, la confrontación en momentos apropiados servirá para abrir caminos hacia el crecimiento y a poner los límites necesarios en el comportamiento.»<sup>40</sup> Un pastor encontró a un adolescente (Sam), miembro de la iglesia, en una estación de servicio durante las horas de clase.

**Pastor:** Veo que has decidido no regresar a la escuela.

**Sam:** Sí, me parece que no entendía nada.

**Pastor:** ¿Cuáles son tus planes? A lo mejor hay alguna otra cosa para la cual deberías prepararte. **Sam:** No sé realmente lo que quiero hacer. Supongo que encontraré algo.

Hablaron acerca del futuro. El pastor destacó el deseo de Sam de elegir un camino que lo llevase a algún trabajo que le resulte satisfactorio. Más tarde, mientras continuaba el asesoramiento en el estudio del pastor, éste contactó e involucró al asesor de la agencia de empleo estatal para ayudar al joven a realizar y ejecutar planes realistas. Después Sam comenzó un curso de técnico para heladeras. Al ejercitar su iniciativa pastoral y utilizar los métodos de asesoramiento de confrontación y educativo, el pastor ayudó a Sam a interrumpir lo que se hubiera convertido en un círculo crónico de fracasos.

Los métodos de confrontación son esenciales cuando existen crisis que amenazan la vida. Un hombre joven relató su intenso temor a dañar a su amiga. Conociendo cuán pobremente controlaba su ira y sus comportamientos impulsivos previos para con las mujeres, el pastor insistió en que debía iniciar un tratamiento psiquiátrico. Confrontó al hombre firmemente con el verdadero peligro de que hiciera algo irreparablemente destructivo. En lugar de resentir

la firme posición del pastor, (como a veces sucede) el hombre se sintió aliviado y dispuesto a acceder al pedido. El pastor había utilizado la fuerza de su función y de su personalidad para proteger a la mujer y resguardar al hombre de sus propias fuerzas destructivas. El mismo tipo de confrontación fuerte es muchas veces esencial para prevenir suicidios.

Confrontar a los asesorados con el modo en que están relacionándose en una sesión en particular puede restaurar la apertura en la relación de asesoramiento y proveerles la oportunidad de obtener perspectivas significativas. Puede interrumpir juegos poco eficaces entre el asesor y el asesorado. Luego de dos sesiones de tratar de maniobrar con un asesoramiento matrimonial, el esposo dijo: «¿Sabe lo que estoy diciéndole? A lo mejor lo confundo.» El pastor replicó: «Creo que entiendo lo que usted está diciendo ahora, pero me pregunto qué está ocurriendo en la totalidad de nuestra relación. Tengo la sensación de que estamos algo así como jugando juegos verbales aquí, tratando de explorar el problema y, al mismo tiempo, mantenerlo oculto. Parece que lo hemos evitado en nuestra conversación durante estas dos sesiones.» El matrimonio sorprendido pronto se concentró en el problema que realmente los afectaba.

Cuando el asesor comete un error grande o no puede captar lo que le dice el asesorado, es bueno discutirlo de manera abierta, tan pronto como sea posible.

**Pastor:** Mientras pensaba en nuestra última conversación, me di cuenta de que probablemente pasé por alto lo que usted estaba tratando de decirme al final. Noté que usted se quedó muy callado. ¿Cómo se sintió cuando dije...?

La actitud no apologética y autocrítica del asesor en estas situaciones, por lo general, ayuda a reparar el *rapport* dañado. Al admitir que es falible, el pastor refuerza la relación.

### La neo-moralidad: el peligro en la confrontación

Los métodos de confrontación son análogos a una medicina poderosa. Utilizados de manera apropiada pueden ser una forma eficaz de lograr sanidad. Sin embargo los peligros de una mala utilización aumentan con su uso. James A. Knight observa: «Los pastores y los maestros no han comprendido siempre el significado de la confrontación durante el asesoramiento. Muchas veces se la confunde con el autoritarismo de tipo vertical, con la predicación moralista o con los ataques hostiles que se dejan pasar de manera indulgente disfrazados de "santa indignación"». <sup>41</sup>

Los siguientes principios pueden proteger contra el peligro de la moralidad: (a) La confrontación debe emplearse con cuidado y de manera restringida, (b) El énfasis debería estar puesto en ayudar a las personas a enfrentar la realidad (la confrontación de sí mismas) tal como *ellas* la entienden, y descubrir su propia responsabilidad dentro de ella, (c) Los asesorados deberían tener toda la oportunidad de responder a la confrontación, discutirla de manera completa y estar en desacuerdo con el asesor. Finalmente, el nivel de madurez del pastor determinará si él o ella están utilizando equivocadamente los métodos de confrontación para manipular a los asesorados o los usan constructivamente. La variable crucial en todo asesoramiento sobre temas éticos y valorativos es la propia integridad y plenitud ética del asesor.

El psicólogo O. Hobart Mowrer ha criticado vigorosamente la permisividad ética de mucha de la psicoterapia contemporánea incluyendo el asesoramiento pastoral.<sup>42</sup> Ha ayudado a recordarnos a los asesores pastorales la crucial importancia de los temas éticos en la mayor parte de los problemas humanos. Pero, al igual que Jay Adams, su pensamiento ha tendido a amparar el aumento de la moralidad enjuiciante, particularmente entre los círculos religiosos conservadores. La teoría de Mowrer, sobre la cual se basa su «terapia de integridad» tiene varias imperfecciones críticas. En primer lugar, tanto desde la perspectiva teológica y de la psicológica, esta terapia tiene un enfoque por el cual hay que hacer buenas obras para ser justos. Le falta hablar de la gracia, o de su paralelo psicoterapéutico, de aceptar y cuidar al asesorado. Segundo, su terapia, como la mayor parte de las terapias de comportamiento y acción, se centra exclusivamente en lograr que el comportamiento sea más constructivo. Se entiende a los sentimientos como meras consecuencias del comportamiento. Lo que falta en estos enfoques es un reconocimiento de que los sentimientos y actitudes destructivas sí causan un comportamiento destructivo, y viceversa. La terapia necesita concentrarse en ayudar a las personas a cambiar sus sentimientos y su comportamiento.

El tercer error de Mowrer es la reducción de toda la culpa a la culpa justificada. Este es un error con graves consecuencias para los asesores que lo consideran válido. Algunos tipos de culpa neurótica son un disfraz para la culpa justificada. Pero buena parte de la culpa neurótica es nada más que eso y ¡debe ser tratada de esa manera durante el asesoramiento, si es que queremos ayudar a la persona!

Una cuarta debilidad en el pensamiento de Mowrer, íntimamente relacionada a la mencionada con anterioridad, es su concepción muy simplista de que todos los problemas de la personalidad tienen su origen en desobedecer la propia conciencia. El correlativo de esta perspectiva es que la única clave para ayudar a todas las personas con problemas es hacerlas cambiar de comportamiento de modo que estén de acuerdo con sus sistemas de conciencia y de valores. Es

cierto que muchas de las personas que *hacen* esto se sienten mejor, al menos temporalmente. Pero la concepción de Mowrer de la naturaleza de toda la psicopatología y de los tratamientos ampliamente conocidos que derivan de esta perspectiva ignora las causas cruciales de muchos de los problemas de personalidad: conciencia distorsionada, inmadura e internamente conflictuada. Una conciencia neurótica puede producir culpa como respuesta a un comportamiento que en realidad es constructivo. Un soltero de edad madura, que ha pasado buena parte de su vida respondiendo a los antojos de una madre manipuladora, relató que tenía fuertes sentimientos de culpa cuando comenzó a pensar por sí mismo y a actuar de manera más autónoma. Los médicos alemanes cuya conciencia había sido pervertida por el adoctrinamiento nazi, testificaron en sus juicios por crímenes de guerra, luego de la Segunda Guerra Mundial, que sentían culpa cuando se negaban a inyectar virus mortales en los judíos y otros «enemigos del estado». Lograr que el comportamiento de estas personas esté de acuerdo con sus conciencias enfermas, como apunta la terapia de Mowrer, habría reducido su culpa, y las habría hecho sentir mejor.

Pero este resultado terapéutico se habría logrado violando la integridad ética verdadera. En estas personas, ¡los que necesitan sanidad son precisamente sus valores neuróticos y su conciencia pervertida!

### Alimentar una sana conciencia

Es importante distinguir entre la tarea de *asesoramiento* pastoral para ayudar a sanar la conciencia distorsionada, inadecuada e impedida, y la tarea de *cuidado y educación* pastoral para ayudar a desarrollar una conciencia sana y madura en una comunidad que nutra moralmente, reflexione y actúe. Ambas tareas son aspectos vitales del ministerio y cada una complementa a la otra. La tarea de la sanidad ética puede alcanzarse mejor dentro del contexto de una tarea más amplia de nutrir la sensibilidad y la acción ética en una congregación. Don Browning declara:

Hay lugar en la iglesia para todo tipo de asesoramiento pastoral ... siempre que se lo coloque con firmeza en el contexto de una comunidad que indague moralmente. El pastor tiene la tarea clara de asesorar al enfermo y al moribundo, pero en primer lugar tendría que ayudar a crear una comunidad con una perspectiva religiosa y cultural del significado de la enfermedad y de la muerte. Ciertamente el pastor debe asesorar a las personas que tienen problemas matrimoniales, sexuales y de divorcio, pero primero tendría que haber ayudado a crear entre su gente una visión positiva del significado normativo del matrimonio, la sexualidad y aun el divorcio.<sup>43</sup>

La teoría de Lawrence Kohlberg acerca del desarrollo moral tiene un potencial que los asesores pastorales pueden emplear de manera creciente. Puede ser útil en el diagnóstico para comprender los problemas éticos que surgen durante el asesoramiento. Puede proveer de una estructura para el trabajo sobre desarrollo moral en el cuidado pastoral, en los grupos de crecimiento y en las experiencias educativas. Donald Capps sugiere que el procedimiento de cuatro pasos que utiliza Kohlberg para determinar el nivel de razonamiento moral de un individuo puede utilizarse en el asesoramiento prematrimonial para ayudar a las parejas a explorar sus cuestiones y dilemas éticos.<sup>44</sup> Estos pasos consisten en: (1) *identificar un dilema ético*, que involucra la toma de una decisión; (2) *identificar la norma* que se usa para tomar o justificar la decisión (estas son normas diferentes en cada uno de los seis niveles del desarrollo moral); (3) *identificar los modos o estrategias del proceso de decisión* (p. ej., usar reglamentos o regulaciones, examinar las consecuencias de la decisión, tener en cuenta lo que es bueno y justo para los involucrados, considerar lo que haría una persona recta en relación con mantener el respeto por sí misma, vivir de acuerdo con principios morales, u obedecer su conciencia); e (4) *identificar la perspectiva social*, la concepción de las personas, el valor de la vida humana, y cómo la gente se relaciona con la autoridad, la ley y la comunidad.

En las seis etapas de razonamiento moral y toma de decisiones que identifica Kohlberg, lo «correcto» está determinado por: (1) la obediencia a la autoridad para evitar el castigo y obtener premios; (2) el hedonismo instrumental (que satisface las necesidades propias) y algún tipo de equidad recíproca; (3) la conformidad a las expectativas sociales para obtener aprobación; (4) la obediencia a las reglas y el respeto a la autoridad (el nivel de la ley y el orden); (5) el respeto a los principios éticos universales; y (6) la respuesta a la propia visión interna de la justicia, el amor y el respeto por todas las personas.<sup>45</sup>

Los niveles de Kohlberg (corregidos por los hallazgos de Gilligan) pueden ayudar a iluminar las metas del desarrollo ético que nutre a través del cuidado y de la educación pastoral. Otra perspectiva de estas metas se obtiene preguntando cuáles son los atributos de la conciencia sana o madura. Los significativos descubrimientos de Carol Gilligan sobre las diferencias en el desarrollo moral de los niños y las niñas revelan los prejuicios machistas que aparecen en la teoría de Kohlberg. Sus importantes perspectivas del desarrollo moral de las niñas deberían incorporarse tanto en el cuidado como en la educación pastoral. Geoff Peterson describe seis características de este tipo de conciencia, entendidas a la luz de la vida de Cristo y de sus enseñanzas, señalando que este es un ideal que nunca nadie logra de manera plena.<sup>46</sup>

(1) Una conciencia sana es *una conciencia positiva y liberada* por el amor de Dios del sometimiento a la ley y de la compulsión a conformar códigos legales

o grupos de presión. Esta conciencia es liberada para el cuidado, el servicio responsable.

(2) *Es una conciencia conformada por la participación en la comunidad cristiana*, particularmente en pequeños grupos de nutrición de la conciencia, a través de los cuales el llamado de Dios se comunica con más entusiasmo.

(3) *Es una conciencia que crece de manera continua* y se despierta a la renovación al confrontarse con la crisis que desafía los puntos ciegos éticos y nos permite descubrir nuevas facetas de la necesidad humana.

(4) *Es una conciencia integrada*, un llamado hacia la plenitud de la humanidad que existe en cada persona.

(5) *Es una conciencia que cuida* en el sentido de ayudar a otras personas a crecer y a aceptar ayuda para nuestro propio crecimiento.

(6) *Es una conciencia socialmente responsable*, con una inclusividad global en el cuidado.

Agregaré dos características más a la lista de Peterson:

(7) *Una conciencia saludable y madura es una conciencia andrógena*, que aprecia por igual aquellas capacidades *humanas* que las mujeres han desarrollado en nuestra cultura —la nutrición, la sensibilidad a los sentimientos, el cuidado por las relaciones— y aquellas capacidades *humanas* que los hombres han desarrollado excesivamente: las hazañas, la racionalidad, las técnicas. La plenitud de la propia conciencia y del propio estilo de vida como varón o mujer debe incluir la valoración y el desarrollo de ambos aspectos de nuestras capacidades humanas. Como lo señala con claridad la psiquiatra Jean Baker Miller, la sobrevivencia de la humanidad en el planeta Tierra bien puede depender de que la sociedad aprenda a apreciar la esfera pública del arte de nutrir, de construir relaciones y de los valores cooperativos que la cultura sexista ha hecho que las mujeres desarrollen excesivamente.<sup>47</sup> Lo sorprendente es que los bebés varones tienen ocho años menos de expectativa de vida que sus pares mujeres en nuestra sociedad. Esto sugiere que nuestra plenitud como hombres disminuye y nuestra longevidad se acorta por los valores patriarcales del logro que hacen que los varones estemos socialmente programados para desarrollarlos excesivamente en menoscabo de nuestra capacidad de crecer, relacionarnos y cooperar.

(8) *Una conciencia saludable hoy en día debe estar orientada a dar la mayor prioridad a los valores que permitan la supervivencia de la humanidad*. «Una conciencia social y ecológica robusta es más esencial hoy en día que nunca antes en la historia humana. Somos pasajeros de una pequeña nave espacial, el planeta Tierra. No podemos de ninguna manera continuar teniendo una vida libre y plena si no aprendemos a ser amigos de la biosfera y hacemos que al nacer todas las personas en todas partes tengan derecho a una buena vida.»<sup>48</sup> Si los que vivimos en países ricos alteramos nuestro estilo de vida egoísta, en

el que el consumo y el derroche son enormes, no se solucionará el ultrajante problema del hambre mundial y los niños de la familia humana heredarán un planeta saqueado y empobrecido.

La interrupción de la incontrolable carrera armamentista es la cuestión y el valor ético que merecen una prioridad absoluta sobre todos los otros valores en una conciencia sana. Aumentan las probabilidades de que la capacidad de destrucción incomprensible de los superpoderes con sus cincuenta mil ojivas nucleares (el equivalente a un millón de bombas de Hiroshima) sea liberada, intencional o accidentalmente. Tanto los Estados Unidos como los países de la ex-Unión Soviética tienen suficientes ojivas nucleares como para destruir otro país varias veces, sin embargo, continúa su producción. Si no prevenimos un holocausto nuclear, nada más lo hará. Existe una diferencia cualitativa entre esta amenaza y otros temas sociales cruciales. En esta cuestión, ¿está en peligro la supervivencia de la humanidad en un planeta donde se pueda vivir!

En su libro *The Fate of the Earth* (El destino de la tierra), Jonathan Schell analiza las implicaciones de la locura nuclear, señalando que ninguna otra meta puede ser comparada en significado con la supervivencia de la comunidad humana, porque todos los otros valores presuponen esta supervivencia para existir como tales.<sup>49</sup> Como alguien observó, para los líderes de los superpoderes, retrasar la reducción mutua de los armamentos nucleares mientras discuten quién tiene el poder más destructivo en su acumulación nuclear, se asemeja a dos hombres que están en un sótano lleno de gasolina hasta el cuello discutiendo quién tiene más fósforos. Existe una insania colectiva, una resignación suicida, en la manera en que estamos dispuestos a hacer «las cosas como siempre» mientras miles de ojivas nucleares, muchas con cincuenta veces el poder devastador de las bombas que borraron a Hiroshima y Nagasaki, apuntan hacia nosotros, los mayores centros poblados de los Estados Unidos y los países de la ex-Unión Soviética. Nuestros líderes hablan alocadamente de ganar guerras nucleares limitadas y de desarrollar la seguridad produciendo más y más armamentos devastadores. Los científicos que tienen más experiencia en estos asuntos han aclarado bien que *nadie* puede ganar una guerra nuclear y que existe menos seguridad para todos si se continúa con la carrera armamentista. Lejos de la supervivencia, es una tragedia social malgastar un tercio de los cerebros de los científicos, miles de millones de dólares y recursos irre recuperables en la defensa que sólo hace que aumente nuestra inseguridad y vulnerabilidad a ser borrados por completo.<sup>50</sup>

Para estar sano y en relación con la realidad hoy día, nuestra conciencia debe dar total prioridad y un compromiso completo al esfuerzo de restaurar la cordura en nuestro planeta haciendo que se interrumpa la carrera de armas nucleares que escapa de nuestras manos. Deben ponerse en movimiento los recursos de las organizaciones religiosas, de los gobiernos nacionales y de las

Naciones Unidas. Las concepciones y las técnicas de todas las disciplinas humanas y de todas las dimensiones del ministerio, incluyendo el cuidado y el asesoramiento pastoral, deben poner a disposición sus recursos para resolver este tema de vida o muerte para la humanidad. La visión bíblica de la buena vida es una visión de una nueva creación para todos los miembros de la familia humana: un nuevo estado de conciencia, preocupación y comunidad. Este es nuestro llamado. Esta visión va más allá de la mera supervivencia, pero sin ella ¡será imposible alcanzarla!

### Sesión de práctica de la realidad

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** 1. Tome conciencia de un área de conflicto o maraña ética en su pensamiento o sentimientos. Hable de esto con el pastor. 2. Usted es un hombre joven que mató varios soldados enemigos durante la guerra. Viene a ver a su pastor para que le ayude a superar la agonía de su culpa. 3. Usted es una mujer joven. Durante los últimos dos años se ha rebelado contra el código moral rígido de su trasfondo fundamentalista. Siente una culpa intensa por su comportamiento, en especial, en el tema del sexo y del abuso de drogas.

**EL ROL DEL PASTOR:** Utilice los enfoques para el asesoramiento que se describen en este capítulo a medida que busca ayuda para estas personas.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-CAPACITADOR:** Incluya en su devolución sus observaciones sobre cómo los propios valores del pastor influyen en la manera en que confrontan las cuestiones valorativas del miembro de la iglesia.

(Grabe y haga escuchar la grabación para aumentar la conciencia sobre la interacción que tuvo lugar durante la sesión.)

## CAPÍTULO 7

### Cuidado y asesoramiento de apoyo

La función de apoyo de la cura de almas en nuestros días continúa siendo un ministerio de ayuda crucialmente importante ... En todas partes, pastores muy ocupados son llamados a dar apoyo a personas con serios problemas en, a través y más allá de heridas que no dan cauce a una restauración directa ... Las comunidades estrechamente ligadas, en un tiempo, proveían amigos y vecinos que podían permanecer juntos en momentos de fuertes impactos, mientras que en una sociedad sobre ruedas las tareas de proveer sostén a la población urbana y suburbana recae pesadamente sobre el clero.

W. A. CLEBESH Y CHARLES R. JAEKLE<sup>1</sup>

La teoría y la práctica de la psicoterapia establecen una distinción entre *los métodos de terapia de descubrimiento y el esclarecimiento*, por un lado, y *los métodos de apoyo*, por el otro. Esta distinción es de suma importancia para la eficacia de los pastores que asesoran. La comprensión de sus implicaciones puede despertar una nueva valoración de las potencialidades del cuidado pastoral de apoyo y puede alentar a los ministros a que desarrollen su habilidad en el uso de métodos de apoyo. Estos métodos llevan por sí mismos, naturalmente, a la instancia pastoral y a establecer relaciones entre pastor y fieles. Al alcanzar el dominio de estos métodos, el pastor adquiere recursos para ayudar a muchas personas que no necesitan o no responden a los enfoques que asesoran para el descubrimiento.

En el cuidado y asesoramiento de apoyo, el pastor emplea métodos que *estabilizan, rodean, nutren, motivan o guían* a las personas con problemas, capacitándolas para manejar sus problemas y relaciones más constructivamente dentro de cualquier límite que les impongan sus recursos personales y sus circunstancias. La naturaleza del asesoramiento de apoyo se resalta cuando se lo contrasta con los enfoques para ayuda orientados al descubrimiento y esclarecimiento (también llamados «psicoterapia pastoral»). Este último procura cambios básicos en la personalidad mediante el descubrimiento y tratamiento de aspectos anteriormente escondidos de la persona y sus relaciones. Este enfoque generalmente apunta a factores profundos: elementos inconscientes y experiencias de la vida en sus primeros años así como a las relaciones corrientes. Como contraste, el asesoramiento de apoyo no emplea métodos de descubrimiento y no se propone ni el esclarecimiento profundo ni una transformación radical de la personalidad. En cambio, la meta es ayudar a las personas a alcanzar fuerza y perspectiva para emplear sus recursos interpersonales y psicológicos, por limitados que sean, más efectivamente en el esfuerzo de enfrentar creativamente las situaciones de la vida. Los métodos de apoyo se concentran en los problemas de la vida aquí-y-ahora, ayudando a las personas a aceptar o a manejar estos problemas en modos orientados hacia la realidad, fortaleciendo así su capacidad para enfrentarlos creativamente en el futuro. Estos métodos tratan de ayudar a las personas a evitar los modelos masoquistas o que hieren a otros y a aumentar la satisfacción de las necesidades mutuas en sus relaciones. El crecimiento de la personalidad suele acontecer gradualmente en el asesoramiento de apoyo, *como resultado* de la capacidad creciente de las personas para manejar sus problemas y mejorar sus relaciones. Tanto los métodos orientados hacia el esclarecimiento como los de apoyo dependen de una relación sólida y de empatía entre el pastor y el miembro de la iglesia. La psicoterapia pastoral emplea la relación como el *fundamento* sobre el cual se basan los métodos de descubrimiento. Una relación plena de confianza permite el empleo de métodos dirigidos a tratar con sentimientos, fantasías y recuerdos amenazantes y reprimidos. En el cuidado y asesoramiento de apoyo, la relación *per se* es el instrumento primordial de cambio. El mantenimiento de una relación confiable y que ayude a crecer es el corazón mismo del proceso. Relacionándose confiadamente con el pastor, estas personas pueden descansar en la fuerza interior del pastor. Esta fortaleza del yo vicariamente adquirida ayuda a las personas a manejar sus situaciones más constructivamente, fortaleciendo así su capacidad de lidiar con los problemas. La distinción entre los enfoques de descubrimiento-esclarecimiento y de apoyo es, en la práctica corriente, más bien una cuestión de énfasis y de elecciones de metas *iniciales*, y no una dicotomía rígida. La mayoría de las terapias y asesoramientos tienen una fuerte dimensión de apoyo. En el

asesoramiento de apoyo esta dimensión es central. Una comprensión de sí mismo y una toma de conciencia personal creciente pueden derivar de los enfoques de apoyo. En general, los métodos de apoyo se orientan más hacia la acción e implican un mayor grado de actividad de parte del asesor y un empleo más cuidadoso de la autoridad que en la psicoterapia pastoral. En el asesoramiento de apoyo, el pastor hace un mayor uso de la conducción, la información, la reiteración de seguridad, la inspiración, la planificación, la interrogación y la respuesta, y también alienta o desalienta ciertas formas de conducta. Los métodos de apoyo se emplean en muchos otros tipos de asesoramiento pastoral. Su rol es clave en la atención pastoral en las crisis y en el asesoramiento a los afligidos.

*¿Cómo se relaciona el asesoramiento de apoyo con el cuidado pastoral en general y la red de relaciones de sostén y crecimiento que los pastores y ministros laicos tienen con una congregación?* Las relaciones pastorales de apoyo son parte integral de todo el ministerio pastoral. Una relación de cuidado se convierte en asesoramiento de apoyo cuando *los métodos de asesoramiento se emplean para ayudar a un individuo, a una pareja o a una familia a enfrentar un problema particular o una crisis*. Como el acero reforzado en el cemento, estos métodos se usan en los puntos de tensión para fortalecer y remarcar la utilidad del cuidado de apoyo permanente.

### Métodos de asesoramiento de apoyo

El psiquiatra Franz Alexander describe cinco procedimientos empleados en la psicoterapia de apoyo.<sup>2</sup> Estos son también herramientas básicas del cuidado y asesoramiento pastoral:

1) *Gratificación de la necesidad de dependencia*: El que da apoyo es la figura del «buen padre» (o «madre») sobre quien el miembro de la iglesia puede descansar. Existen muchas formas de gratificación de la dependencia incluyendo el consuelo, el fortalecimiento, la nutrición emocional o física, la inspiración, guiar, proteger, instruir, y establecer límites confiables para impedir comportamientos que dañen a otros o a sí mismo.

2) *Catarsis emocional*:<sup>3</sup> Como lo destaca Carl Rogers, la aceptación de los sentimientos de abrumación de una persona es uno de los mejores elementos de apoyo que un asesor puede proveer. Derramar los sentimientos propios en una relación mutuamente comprensiva drena el veneno de las heridas del espíritu. También ayuda a reducir las ansiedades paralizantes que inhiben la capacidad de juzgar y de resolver problemas. Sentir que otra persona conoce y se preocupa por nuestro dolor interior da a las personas perturbadas la fuerza que proviene de tener su vida sustentada.

3) *Revisión objetiva de una situación de tensión:* La relación de apoyo permite que las personas perturbadas ganen suficiente objetividad como para ver su problema desde una perspectiva más amplia y explorar alternativas factibles. Esta objetividad les ayuda a tomar decisiones más sabias con respecto a la que puede y debe hacerse.

4) *Ayuda a las defensas del ego:* Metodológicamente, esto consiste en lo opuesto del descubrimiento, la confrontación y el sondeo.

Un viajante de comercio manejaba su auto cuando tuvo un accidente que causó la muerte de su esposa. Al atenderlo durante el período de aflicción, el pastor escuchaba mientras el hombre repetía una y otra vez los horribles sucesos del accidente. El pastor notó que él estaba menospreciando su propia responsabilidad al ignorar la velocidad excesiva a la cual viajaba y al echar la culpa al conductor del camión que viajaba lentamente y al cual su auto chocó desde atrás. El pastor respetó la necesidad presente del hombre de defender el ego mediante la *represión* (del recuerdo de su velocidad) y la *proyección* (de la culpa). El enorme sentimiento de culpa que la toma de conciencia de su responsabilidad en el accidente le hubiera causado podría haber abrumado a ese hombre o haberlo precipitado a un comportamiento autodestructivo como expiación. Cuando la agudeza de la crisis comenzó a disminuir, el hombre pudo gradualmente enfrentar su responsabilidad y su culpa y, con la ayuda del ministro, elaborarlas constructivamente.

5) *Cambios en la situación:* El pastor puede ayudar a un miembro de su congregación a efectuar cambios o, si esto no es posible, hacer los arreglos necesarios para que cambien las circunstancias (físicas, económicas o interpersonales) que están produciendo perturbaciones que debilitan su vida. Por ejemplo, un pastor asistió a una familia muy preocupada por hallar una residencia geriátrica adecuada para un padre anciano y senil. También les ayudó a enfrentar la tristeza y a elaborar sus sentimientos inapropiados de culpa ante esta decisión necesaria. La ayuda práctica que un ministro proporciona como parte del asesoramiento —ayudando a una persona discapacitada a encontrar un trabajo o haciendo los contactos para que otra persona la lleve en su auto a un centro de rehabilitación— tiene un fuerte efecto de apoyo.<sup>4</sup>

Agregaría otros dos métodos de asesoramiento de apoyo a esta lista de Franz Alexander.

6) *Estímulo de la acción apropiada:* Cuando las personas quedan atónitas o paralizadas por sentimientos de ansiedad, derrota, fracaso, autoestima herida o pérdida trágica, es útil que se asesore alguna actividad que mantenga a las personas operando y en contacto con la gente. Esto disminuye la tendencia a encogerse depresivamente o a apartarse de sus relaciones.<sup>5</sup> Una actividad constructiva proporciona una estructura provisoria al mundo caótico de la

persona, y al mismo tiempo provee modos para cambiar la situación de sufrimiento.

Las tareas prescritas deben tener alguna influencia en el logro de las metas previamente convenidas. Pueden ser valiosas algunas lecturas asignadas pertinentes a los problemas de la persona. De hecho, el empleo de la «biblioterapia» como elemento adjunto a diversos tipos de asesoramiento pastoral es algo sumamente recomendable.

7) *El uso de recursos religiosos:* La oración, la lectura bíblica, la literatura devocional, la comunión, etc., constituyen valiosos recursos de apoyo, propios del asesoramiento pastoral. Cuando se emplean adecuadamente pueden proveer a las personas asistidas de una renovada toma de conciencia de que su vida tiene un significado que trasciende el dolor y la tragedia que enfrentan. En los momentos de apertura espiritual, estimulados por el empleo significativo de estos recursos, el asesor y el asistido pueden captar el poder sustentador del Espíritu que está disponible para ambos en, mediante y más allá del proceso de asesoramiento.

### ¿Asesoramiento de apoyo o de descubrimiento?

¿Cómo decide el pastor si una persona determinada debe recibir ayuda fundamentalmente por métodos de apoyo o de descubrimiento? Este es un asunto crucial en la selección del enfoque del asesoramiento o en la derivación. El criterio más útil es *el grado de fortaleza del yo en la persona*. Los que tienen un yo relativamente débil, rígido o defectuoso no responden habitualmente a los métodos de orientación indagatoria y esclarecedera. Los métodos de apoyo constituyen la opción.

El yo (Adulto en términos del análisis transaccional) es el poder ejecutivo de la personalidad. Su función es la integración de la vida interior de la persona y el manejo del mundo exterior. Sus muchas capacidades incluyen el razonamiento, la resolución de problemas, la reflexión, la imaginación, y las actividades motoras tales como caminar y hablar. El yo incluye también el sentido de identidad y de dignidad personal. Las personas que tienen un yo fuerte generalmente dan respuestas firmes y positivas a dos preguntas: «¿Quién soy yo?» y «¿Cuál es mi valor?» En los términos del análisis transaccional, son personas cuyo Adulto es capaz de conducir a su Hijo y Padre interiores y de manejar sus problemas y responsabilidades con eficacia.

Una o más de estas características pueden indicar la debilidad del yo:

1) *La capacidad de manejar constructivamente las responsabilidades corrientes de un adulto y las relaciones cotidianas.* El hecho de que una persona sea crónicamente incapaz de mantener un trabajo o de preservar relaciones permanentes indica a menudo que el yo es débil. Por lo contrario, el hecho de que una persona haya

permanecido en un trabajo o unida en matrimonio al mismo cónyuge por un tiempo considerable puede indicar que hay fuerzas interiores sobre las cuales puede basarse el asesoramiento. (Los factores sociales, tales como la discriminación de hecho contra las mujeres y las minorías, deben tenerse en cuenta al evaluar el desempleo crónico y otros elementos que indicarían debilidad del yo.)

2) *La incapacidad de tolerar las frustraciones y controlar los impulsos.* Las personas con un yo débil tienden a ser empujadas a dar rienda suelta a sus impulsos. Su tolerancia de la frustración y su voluntad de posponer las gratificaciones a favor de metas de largo alcance son limitadas.

3) *Un grado muy bajo de habilidad para organizar la vida propia, planear para el futuro con realismo, o aprender de la experiencia.* Las personas con un yo débil sufren de un caos económico crónico, de errores reiterados y de desorganización general. Su «poder ejecutivo» no se equipara con las demandas de la realidad económica o de las relaciones interpersonales. Padecen de lo que Roger Price llama «incapacidades de manejo».

4) *Dependencia pronunciada y crónica.* Estas personas tienden a establecer relaciones parásitas con cualquiera que se preocupe por ellas, o que les dé un sentimiento vicario de importancia o fortaleza.

5) *Distorsión de la percepción.* Dado que la percepción es una función del yo, el grado al cual las facultades perceptivas de una persona distorsionan la realidad es un indicador de la fortaleza relativa del yo. La distorsión es el resultado de tensiones y conflictos interiores. La claridad con la cual el asesorado ve al asesor es un indicador confiable de la fortaleza del yo. Por ejemplo, ¿ven al pastor como a un juez severo o a un protector mágico cuando, de hecho, él no es ninguna de ambas cosas? Si bajo las tensiones habituales de la vida, una persona recae en una negación enfática de la realidad es porque está presente un yo defectuoso. El individuo psicótico padece una debilidad extrema del yo y distorsión de la percepción.

6) *Rigidez personal.* A menudo, el pastor puede percibir una falta de flexibilidad en la manera en que las personas se relacionan. Los conceptos teológicos o políticos rígidos, sostenidos con la tenacidad del que está ahogándose y se aferra a una ramita, aparecen con frecuencia. Las personas que se aterran obsesivamente a determinada religiosidad o a una ideología de «paz mental» pueden estar usando este mecanismo represivo para frenar su caos interior. Los esfuerzos por cambiar los puntos de vista de esas personas por medios racionales y lógicos son generalmente vanos. El único enfoque humano es respetar la necesidad que ellas tienen de mantener esas creencias mágicas hasta que sean capaces de abandonarlas y de crecer hasta superarlas. Una teología mágica y manipuladora puede ser la única fuente de certeza y

seguridad que una persona tenga en medio de un mundo caótico de impulsos y fantasías atemorizantes.

La gente tiene defensas del yo porque las necesita.<sup>6</sup> Las defensas funcionan automáticamente para proteger a las personas de amenazas insoportables contra su autoestima y su autoimagen, amenazas que brotan de fuentes sociales, interpersonales o intrapsíquicas. En una persona relativamente sana, las defensas operan con cierta flexibilidad. Por ejemplo, los estudiantes que fracasan en un examen defienden a menudo su sentido de autoestima empleando temporariamente la *racionalización* («sucede que soy una persona normal y no una rata de biblioteca, por eso soné...»), la *proyección* («la culpa la tuvo el profesor que nos dio un examen tan difícil») o la *negación* («lo que realmente importa no es aprobar los exámenes»). Pero a medida que la autoestima se recupera gradualmente, a menudo toman conciencia de lo que ellas mismas han contribuido a su fracaso y hacen lo que corresponde para mejorar su situación. Por lo contrario, las defensas del yo de las personas con un yo débil tienden a operar inflexiblemente, limitando su capacidad de cambio creativo, de esclarecimiento o de resolver los problemas. La meta en el cuidado y asesoramiento de tales personas ha de ser proveerles apoyo y experiencias que eleven su autoestima (pequeños éxitos) para disminuir así su necesidad de mantener defensas cerradas, tales como la proyección o la negación de la realidad.

7) *Incapacidad de beneficiarse de un asesoramiento orientado al esclarecimiento.* Esto puede indicar limitaciones en la fortaleza del yo en las personas de clase media. Algunas personas carecen de la capacidad de comprometerse con un autoexamen prolongado que las guíe a su autocomprensión y a la modificación de sus actitudes básicas. Su capacidad para ordenar su vida, controlar sus impulsos y aprender de la experiencia mediante la reflexión sobre ella se halla tan limitada que contamina la eficacia de los métodos de descubrimiento y esclarecimiento. Cuando los asistidos no responden al intento del pastor que usa métodos orientados al esclarecimiento, a menudo es sabio cambiar por enfoques de mayor sostén. Debe señalarse que los métodos orientados hacia el esclarecimiento presuponen valores y formas de comunicación de la clase media. La ineficacia de estos métodos con personas que no pertenecen a la clase media, por lo tanto, no es generalmente una señal de debilidad del yo. Debe mencionarse que la fortaleza del yo cambia continuamente en cada persona, en cierto grado, y ello depende de muchos factores, como, por ejemplo, presiones interiores y circunstancias externas.

La terapia de esclarecimiento y descubrimiento es más apta para beneficiar a personas que usan modos neuróticos, en lugar de modos psicóticos o de actuación irreflexiva, para manejar sus problemas internos.<sup>7</sup> A diferencia del individuo de personalidad sociopática, la persona neurótica experimenta un



grado muy doloroso de culpa y ansiedad. Los individuos neuróticos tienen un yo considerablemente fuerte, pero sus defensas son muy pesadas y costosas, y producen síntomas penosos, incluyendo el agotamiento, debido a su ineficacia. A causa de su ansiedad y su culpa motivadoras y de su relativa fortaleza, tales personas obtienen provecho a menudo de una psicoterapia de esclarecimiento. En la mayoría de los casos, el ministro tiene que vérselas con un grado considerable de debilidad del yo cuando asesora a alcohólicos crónicos, drogadictos, psicóticos declarados o fronterizos, depresivos crónicos, dependientes crónicos o delincuentes crónicos, y los que padecen problemas psicosomáticos crónicos múltiples. Al trabajar con tales personas, un tratamiento de apoyo será más útil, con mayor probabilidad. En nuestra sociedad, muchos factores contribuyen a la proliferación corriente de la debilidad del yo: la quiebra de la estabilidad familiar y comunitaria, la confusión ética y teológica, la extrema movilidad, y la despersonalización que se da por la tecnología y la urbanización.

### Variedades en el asesoramiento de apoyo

Hay por lo menos cuatro tipos de asesoramiento y cuidado de apoyo: *de crisis, provisorio, de sostén y de crecimiento*. El asesoramiento de apoyo en medio de la crisis constituye una oportunidad pastoral de suma importancia (ver el cap. 8). El asesoramiento de apoyo provisorio consiste en el empleo de métodos de apoyo con personas perturbadas hasta que puedan ser derivadas.

El *asesoramiento de sostén* emplea métodos de apoyo periódicamente, dentro de una relación de atención pastoral a largo plazo. La meta es ayudar a las personas a *continuar funcionando a su propio nivel óptimo*, por limitado que sea, a pesar de su dificultad y de las situaciones inmodificables de la vida. Algunos adultos de avanzada edad y muchos enfermos crónicos o disminuidos emocionalmente son capaces de continuar funcionando debido al apoyo de un ministro y/o de los miembros de una congregación solícita.<sup>8</sup>

El corazón de este método es la relación continua de apoyo que tales personas establecen con un pastor y una congregación.<sup>9</sup> Año tras año esta red de relaciones significativas sustenta a esa persona. Dentro de este contexto, *los contactos de asesoramiento breves y ocasionales* que emplean métodos de apoyo pueden tener un efecto de ayuda que sobrepasa por lejos el poco tiempo invertido. En muchos casos, muy poco puede hacerse para cambiar las situaciones en su vida. Pero el hecho de que puedan discutir sus problemas con el pastor o con un miembro del equipo de atención pastoral de la congregación les da fuerzas para sobrellevar cargas que de otro modo los quebrantarían. Periódicamente, el pastor puede confrontar a esas personas, ya sea por teléfono o personalmente, para ponerse al tanto de su situación y hacer que vuelvan a experimentar su preocupación por ellas sobre una base individual. Esta charla ocasional e

informal puede ser para ellas más útil que una sesión formal con otro asesor. Por causa del rol simbólico del ministro y de la relación de cuidado pastoral continua, los breves contactos de asesoramiento pueden ser sumamente útiles.

La mayoría de los pastores tienen una red de tales relaciones de apoyo. Siendo figura de padres que nutren, los pastores pueden hacer que la vida de tales personas sea soportable, dándoles recursos para sobrellevar cargas ineludibles. Durante los períodos de tensión especial, esas personas acuden a menudo para asesoramientos breves, a fin de clarificar sus problemas u obtener ayuda práctica para solucionar necesidades inmediatas.

En el asesoramiento de apoyo es frecuentemente importante ayudar a los miembros de la iglesia a adquirir una actitud de aceptación de los aspectos inmodificables de sus problemas. Cuando la aceptación reemplaza a la actitud de incubar amarguras o de autoconmiseración acontecen cambios notables en la habilidad de las personas para vivir constructivamente dentro de «lo dado» de su situación. La energía psíquica que había sido invertida en el resentimiento o la autoconmiseración se vuelve disponible para sobrellevar la carga.

*El asesoramiento de apoyo para el crecimiento* es un enfoque valioso en la obra pastoral. Muchas personas pueden emplear un asesoramiento de apoyo no para seguir simplemente funcionando sino como *el ámbito psicológico en el cual el crecimiento personal gradual tiene lugar*. El crecimiento se da en la capacidad de las personas para manejar las situaciones de la vida constructivamente, mediante una mejor utilización de sus recursos personales y sus relaciones, antes que mediante una reorientación básica de sus personalidades. El asesoramiento de apoyo para el crecimiento muestra que la capacidad de las personas para enfrentar las situaciones va ganando fuerza a medida que se emplea. Una relación de apoyo de corta duración permite que algunas personas utilicen su propia fuerza con mayor eficacia.

La recuperación de alcohólicos en Alcohólicos Anónimos es una clara ilustración del proceso de apoyo para el crecimiento. Mientras los alcohólicos siguen bebiendo, sus recursos interiores tienden a paralizarse. Son como un automóvil cuyo motor funciona pero en punto muerto. Los recursos del alcohólico, mientras bebe, están en punto muerto. No están disponibles como para manejarse en los roles adultos del matrimonio, la paternidad, o el trabajo con capacidad constructiva. En los términos del Análisis Transaccional, el Adulto se halla mayormente desactivado, mientras que el Hijo, exigente y asustado, y el Padre punitivo se han trabado en combate.

Alcohólicos Anónimos provee una relación clave de apoyo (un padrino) y gradualmente una red de relaciones sustentadoras (el grupo de Alcohólicos Anónimos). El *padrino funciona en un rol de apoyo conductivo* que, en relación al grupo puede compararse a la relación entre un pastor asesor y la función de cuidado pastoral de una congregación eficiente. Los padrinos, respaldados por

el grupo, ayudan a los nuevos allegados a interrumpir el círculo vicioso y autoperpetuador de la adicción compulsiva por beber. Entonces, sin preocuparse por las causas subyacentes del alcoholismo, Alcohólicos Anónimos proporciona relaciones de apoyo y aceptación que pasan a ser un ámbito de crecimiento dentro del cual el yo vacilante del alcohólico recupera su capacidad de funcionar constructivamente. Así, Alcohólicos Anónimos ayuda a los alcohólicos a engranar nuevamente el motor de su personalidad, y así adquirir fuerza al identificarse con su padrino y buscando su asesoramiento y el de otros miembros estables de Alcohólicos Anónimos. Métodos centrados en las personas sustituyen los métodos centrados en el alcohol. Ellas descubren que *pueden* enfrentar sus miedos y sus sentimientos de culpa. Al enfrentar y resolver estos obstáculos (en el inventario moral) su carga emocional decrece y su fuerza interior crece. La experiencia de conseguir y mantener un empleo, formular planes factibles y establecer amistades fortalece su autoestima y sus capacidades de enfrentar los problemas. Su ego previamente debilitado y paralizado recobra gradualmente la habilidad de enfrentar las responsabilidades y relaciones de un adulto. Generalmente, sin ninguna terapia profunda, su personalidad y su estilo de vida crecen en este ambiente mutuo de cuidado y apoyo mutuo para el crecimiento. A lo largo del proceso, hay un asesoramiento de apoyo informal muy considerable, en el cual los miembros más experimentados ayudan a los nuevos. La gran mayoría de los participantes de Alcohólicos Anónimos que logran éxito alcanzan su recuperación plenamente, a un nivel de adaptación del yo, mediante el enfoque de apoyo para el crecimiento de Alcohólicos Anónimos.<sup>10</sup>

El ministro cuenta con muchas oportunidades de dar asesoramiento de apoyo para el crecimiento. Jack es un muchacho solitario, de catorce años. La timidez, arraigada en su pobre autoestima y en sentimientos de culpa debidos a sus impulsos sexuales, lo llevaron a apartarse del grupo de pares. Cuanto más se retiró, más atrasado quedó en la posibilidad de adquirir las aptitudes sociales que otros adolescentes estaban aprendiendo mediante la interacción con sus pares. Cuánto más experiencias de aprendizaje le faltaban, más desubicado se sentía, y *de hecho lo estaba*, en cuanto a las relaciones adolescentes. Si este círculo vicioso hubiera continuado, habría sido cada vez más difícil para él reintegrarse al grupo sin un asesoramiento o terapia profesional.

La causa original del retraimiento de Jack era un conflicto de personalidad muy común en los adolescentes. Sin embargo, cuando más continuaba su retraimiento, más crecían sus temores y su retraimiento se convertía cada vez más en *un problema por sí mismo* que exigía ayuda directa. Afortunadamente, los miedos subyacentes de Jack no eran tan intensos ni su apartamiento de la relación con sus pares era tan prolongada como para hacer que un método de apoyo para el crecimiento resultase ineficaz. La ayuda que recibió le permitió

hacer pie firmemente en un grupo de su edad. Esto fue alcanzado mediante una doble estrategia. El pastor consiguió la ayuda de un joven de la edad de Jack, más seguro de sí, y que era bien aceptado en el grupo de jóvenes. Entre ambos se desarrolló una amistad que sirvió como fuente para la afiliación de Jack al grupo. Ambos muchachos fueron incluidos en un grupo de adolescentes para el crecimiento, ámbito en el cual Jack tuvo la oportunidad de aprender las aptitudes de relacionarse con sus pares bajo el liderazgo de un adulto que gustaba de los adolescentes y había sido capacitado para asesorar grupos. Esto ayudó a Jack a salir de su tirabuzón de miedo y retraimiento y comenzar a crecer en su capacidad de relacionarse. Si un enfoque de apoyo para el crecimiento no hubiera logrado esto, se habría necesitado probablemente una psicoterapia individual o grupal para ayudar a Jack a interrumpir su círculo vicioso de sentimiento de culpa y de alejamiento de sus pares.

El asesoramiento de apoyo para el crecimiento tiene un efecto benéfico permanente porque, como en el caso antes citado, interrumpe lo que el psiquiatra Harry M. Tiebout acertadamente llama un «síntoma de fuga». Lo que comienza como síntoma de un problema subyacente se transforma en un proceso patológico que se autoperpetúa y es necesario interrumpir. Si es interrumpido, a menudo es innecesario tratar la fuente original de la ansiedad.<sup>11</sup> En el asesoramiento pastoral, frecuentemente se encuentra a personas con «síntomas de fuga».

### Peligros del asesoramiento de apoyo

Una relación de asesoramiento de apoyo es como un artefacto ortopédico que tiene dos usos válidos: proveer sostén temporario mientras se sana un hueso roto y permitir seguir funcionando a las personas con una invalidez permanente.

Existe el peligro de que las relaciones de apoyo sean empleadas como muletas, con la connotación negativa de la palabra: algo que bloquea el crecimiento mediante una dependencia continua.<sup>12</sup> Esto acontece cuando el ministro hace cosas en favor del asesorado que éste podría hacer por sí mismo, permitiéndole así evitar el ejercicio de su personalidad necesario para desarrollar las fuerzas y capacidades requeridas para enfrentar la situación. Por tanto, es importante estar alerta ante el posible desarrollo de dependencias no constructivas en el asesoramiento de apoyo, de manera que el asesorado pueda ser gradual pero firmemente liberado de toda dependencia.

¿Cómo pueden los ministros proteger su salud mental, su creatividad y sus relaciones familiares de las demandas exorbitantes de una hueste de personas dependientes, mientras actúan en esa tarea pastoral y de asesoramiento de apoyo? Las personas altamente dependientes abundan en nuestra sociedad.

### *Asesoramiento y cuidado pastoral*

Se adhieren como sanguijuelas a las figuras paternas disponibles. Los ministros pueden reducir este riesgo si: a) Toman conciencia de (y resisten) las necesidades neuróticas que necesariamente conducen a «coleccionar» relaciones de dependencia; b) aprenden a decir «no» cuando sea necesario y adecuado, y c) distribuyen la dependencia de tales personas a grupos de apoyo, dentro de la iglesia y a miembros laicos de grupos de apoyo pastoral.<sup>13</sup>

Afortunadamente, los pastores que capacitan a laicos claves para que cuiden solícitamente a otros tienen una red de co-pastores que pueden ayudar a las personas dependientes y necesitadas.

### Sesión de práctica de la realidad

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** Usted es la Sra. V, viuda de 81 años de edad, postrada por causa de una caída que le provocó fracturas en una muñeca y la clavícula. Vive con su hijo y su nuera. Su fe ha sido seriamente puesta a prueba por este accidente. No puede entender por qué Dios parece estar tan lejos. Muchos de sus amigos han fallecido y usted se siente sumamente sola. Sabe que no va a vivir mucho tiempo más. (Acuéstese para asumir este rol.)

**EL ROL DEL PASTOR:** Usted es el pastor de la Sra. V. Ella es el miembro más anciano de su iglesia. Usted tiene una relación pastoral muy sólida con ella pero, antes de esta visita, ella nunca ha conversado con usted acerca de sus sentimientos más profundos. Mientras ella habla durante la visita, usted percibe la oportunidad de poner en práctica un asesoramiento de apoyo como parte de su cuidado pastoral hacia ella. Mientras habla, tome conciencia de sus sentimientos y hágale saber esa comprensión reflexionando sobre lo que ella siente y dice. Experimente con los métodos de apoyo descritos en este capítulo, en cuanto éstos sean apropiados. Sea sensible ante la posible presencia de tensión entre los miembros de la familia. **EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Su función es ayudar a la Sra. V. y al ministro a aumentar la toma de conciencia de lo que está ocurriendo entre ellos y el tono de los sentimientos que se dan en la relación de asesoramiento. Siéntase libre para interrumpir el asesoramiento ocasionalmente para dar sugerencias acerca de cómo este podría ser más útil. Sea franco. Como observador, usted podrá percibir cosas de importancia que ellos pueden pasar por alto.

Haga la experiencia con un grabador, repitiendo algunos segmentos de la grabación de esta sesión de práctica de la realidad.

## CAPÍTULO 8

### Cuidado y asesoramiento en las crisis

El pastor se traslada de una crisis a otra con aquellos a quienes pastorea ... Dos mil años de ministerio cristiano han condicionado a la gente de tal modo que esperan que sus pastores estén con ellos en los momentos de crisis. Por lo tanto, el pastor cristiano llega a su tarea con la fuerza de una gran herencia. A pesar de que experimente una sensación de temor reverente en presencia de las crisis tremendas y misteriosas de la vida, también tiene un sentimiento de seguridad en el hecho de que su gente al mismo tiempo desea y espera que él esté presente en los tiempos de prueba.

WAYNE E. OATES<sup>1</sup>

A lo largo de los siglos, los pastores han proporcionado cuidado, sostén y guía durante las crisis y pérdidas personales. En nuestros días en que las crisis personales y sociales proliferan, los ministros tienen una excelente oportunidad de atender y asesorar a las personas que luchan en medio de los vaivenes desgarrantes de una crisis caótica. Los pastores son *asesores naturales en la crisis* debido a las ventajas inherentes a su rol y posición: su red de relaciones continuas con su gente; su ingreso a muchos sistemas familiares, la confianza que muchas personas tienen en los ministros; su accesibilidad y su presencia durante muchas de las crisis de desarrollo y accidentales (inesperadas) en la vida de la gente, incluyendo la enfermedad, la muerte o el duelo. A los ojos de quienes están experimentando crisis y pérdidas, la imagen y la identidad del ministro tienen un sentido de sostén y de alguien que alimenta

y fortalece el espíritu. En el marco de estas ventajas naturales los pastores llevan a cabo su tarea en las crisis, incluyendo los rituales con que nuestra herencia religiosa ha rodeado las crisis más grandes: el nacimiento y el crecimiento, la vida y la muerte.

Un estudio nacional sobre los recursos a los cuales acuden los norteamericanos cuando necesitan ayuda reveló que el 39% de los que buscan ayuda profesional para una crisis personal o familiar van a ministros. En busca de ayuda para las crisis relacionadas con la muerte de una persona allegada, el 54% había acudido a ministros.<sup>2</sup> Este estudio confirma el rol estratégico de los ministros en la tarea de facilitar curación y crecimiento en las crisis. Las dos aptitudes gemelas de asesorar en el duelo y las crisis se hallan entre las herramientas más útiles de las personas que ejercen ministerios generales, incluyendo a los pastores congregacionales.

Como aquel que simboliza la dimensión trascendente y que es el líder de una comunidad espiritual con una rica tradición, el ministro tiene muchos recursos para servir en situaciones de crisis. En las crisis y en las pérdidas, la gente enfrenta a menudo su hambre espiritual, la vacuidad de su vida y la pobreza de sus valores y relaciones. Reflexionando sobre su experiencia en los campos de la muerte, Viktor Frankl declara: «¡Desgraciado de aquel que no viera ningún sentido en su vida, ninguna meta, ninguna intencionalidad ... ése estaba perdido!».<sup>3</sup> En el ministerio en las crisis, el rol de los pastores como *despertadores de significado y de esperanza realista* es crucialmente importante. Su función singular, como capacitadores de crecimiento espiritual, es ayudar a la gente golpeada por las crisis a descubrir la plenitud de significado de una vida vivida en relación con Dios, cuyo amor inmovible está siempre disponible, aun en medio de una terrible tragedia.

### Cuidado en las crisis y asesoramiento en las crisis

La ayuda pastoral a los que padecen crisis y pérdidas tiene cuatro aspectos: el ministerio general del cuidado pastoral, el asesoramiento informal en las crisis, el asesoramiento formal a corto plazo (de una a cinco sesiones) en las crisis, y el asesoramiento y terapia a largo plazo para ayudar a las personas a reparar las causas psicológicas y/o las consecuencias de crisis graves. Es importante distinguir el cuidado pastoral en las crisis, del asesoramiento en las crisis, aunque ambos se superponen frecuentemente en la práctica. Las personas que pasan por una crisis a menudo oscilan entre la necesidad de un cuidado de apoyo y la necesidad de recibir asesoramiento para la crisis al tener que tomar decisiones difíciles. Todos necesitan cuidado especial y nutrición cuando se encuentran atravesando aguas profundas. Solamente un pequeño porcentaje necesita asesoramiento formal y un porcentaje aún menor requiere una terapia

reparadora. El ministerio general del cuidado pastoral es un ministerio de presencia, de escuchar atentamente, de calidez y de apoyo práctico. Agentes laicos pastorales pueden y deben compartir la responsabilidad con el pastor en este ministerio tan importante y exigente. El asesoramiento a corto plazo en las crisis, sea formal o informal, es necesario para las personas que pueden movilizar sus recursos para enfrentarla más rápidamente, y manejar sus crisis más constructivamente con alguna ayuda para ponderar la realidad y diseñar enfoques más eficaces de la nueva situación creada por la crisis. El asesoramiento formal a largo plazo es necesario para las personas traumatizadas e inmovilizadas por pérdidas abrumadoras o por crisis múltiples, que se hallan incapacitadas para enfrentar la crisis sin una ayuda terapéutica. A menudo es acertado derivar a la gente cuya vida ha sido quebrantada de esta manera a psicoterapeutas (pastorales o seculares) que tengan el tiempo y la capacitación requeridos para llevar a cabo la psicoterapia reconstructiva necesaria.

Porque el asesoramiento en las crisis y el asesoramiento en el duelo se superponen, voy a considerarlos en este capítulo y en el próximo. Los métodos modernos de asesoramiento en las crisis y el duelo se derivan del trabajo pionero de Erich Lindemann, mediante el estudio que hizo en 1943 acerca del duelo y la aflicción entre los sobrevivientes y los familiares de los fallecidos en el trágico incendio de Coconut Grove, en Boston.<sup>4</sup> Durante los años transcurridos desde ese estudio, los métodos de intervención en la crisis se han perfeccionado dado que los usaron los asesores para ayudar a las personas a enfrentar una gran variedad de crisis, cambios y pérdidas. La experiencia medular tanto en la crisis como en el duelo es el sentido de pérdida. Una pérdida o la amenaza de una pérdida está siempre presente en una crisis. Los sentimientos de pesar son parte de todos los cambios, transiciones y crisis importantes de la vida. En la mayoría de las crisis y pérdidas, hay ansiedad por la separación, sentimientos de confusión de identidad y la necesidad de desarrollar nuevas maneras de satisfacer las necesidades emocionales básicas de la persona.

### Naturaleza y dinámica de las crisis

El psiquiatra Gerald Caplan ha provisto a todas las profesiones de ayuda con valiosas herramientas conceptuales para comprender la psicodinámica de la crisis. En su obra *Principios de psiquiatría preventiva* señala que todos enfrentan constantemente situaciones que demandan una actividad para resolver problemas.<sup>5</sup> Normalmente, el desequilibrio o tensión que causan los problemas se reduce rápidamente mediante el empleo de habilidades familiares. La crisis acontece *dentro de las personas* cuando sus actividades corrientes destinadas a solucionar los problemas resultan ineficaces, permitiendo así que la tensión de una necesidad no satisfecha se incremente sin cesar. La tensión brota de la

carencia de satisfacción de alguna necesidad fundamental, física o psicológica. Caplan delinea cuatro fases características en el desarrollo de una crisis personal:

- 1) El problema (estímulo) causa tensión en el mecanismo que moviliza las respuestas habituales de la persona para resolver los problemas.
- 2) El fracaso de esas respuestas y la permanencia de la necesidad no satisfecha producen perturbaciones interiores que incluyen sentimientos de ansiedad, confusión, culpa, ineficacia y un cierto grado de desorganización del funcionamiento.
- 3) Cuando la tensión del problema aparentemente insoluble sobrepasa cierto umbral, se transforma en un estímulo poderoso para la movilización de recursos adicionales para enfrentar la crisis:

El individuo apela a sus reservas de fortaleza y de mecanismos de emergencia para resolver problemas ... Puede ser que gradualmente defina el problema de una nueva manera, de modo que pase a estar al alcance de una experiencia previa. Aspectos del problema que fueron descuidados puede ser que ahora sean visualizados, con la consiguiente vinculación con técnicas y capacidades accesorias para resolver los problemas que antes habían sido dejados de lado como irrelevantes ... Puede haber una renuncia activa y un abandono de ciertos objetivos como inalcanzables. Puede explorar, mediante el ensayo y el error, ya sea por la acción o por el pensamiento abstracto, qué caminos están abiertos y cuáles están cerrados.<sup>6</sup>

De esta manera, el problema puede solucionarse o evitarse por renuncia. El asesoramiento de crisis se propone ayudar a las personas en esta tercera etapa estimulándolas a movilizar sus capacidades latentes para enfrentar la crisis.

- 4) Si el problema no es resuelto, la tensión interior de las necesidades insatisfechas aumenta hasta que alcanza otro umbral: el punto de ruptura cuando una desorganización personal mayúscula (psicológica, psicósomática, interpersonal o espiritual) tiene lugar.

Caplan distingue dos clases de crisis: *de desarrollo* y *accidentales*. El crecimiento humano es el resultado de haber enfrentado una serie de crisis. Como lo muestra Erik Erikson, el desarrollo de la personalidad acontece a través de una serie de etapas de crecimiento, cada una de las cuales presenta una tarea desafiante para el yo, y construye encima de los logros de esas tareas en fases anteriores. Las transiciones entre las diversas etapas son períodos de ansiedad incrementada y de crisis en las cuales las personas son a la vez impulsadas hacia adelante por fuerzas interiores de maduración y tironeadas hacia atrás por la seguridad de la etapa familiar.<sup>7</sup>

Las crisis de desarrollo son normales en el sentido de que acontecen como parte integral del crecimiento de todos o de muchos. Entre ellas están el nacimiento, el destete, aprender a usar los artefactos del baño, el conflicto edípico, ir a la escuela, la adolescencia, dejar la casa paterna, completar los estudios, iniciarse en una profesión, comprometerse, ajustarse al matrimonio (o ajustarse a la soltería), el embarazo, la paternidad, la crisis de la edad madura, la pérdida de los padres, la menopausia, la jubilación, la muerte del cónyuge, la muerte de los amigos y, a la larga, la muerte propia. Estas experiencias producen tensión y son ocasiones de crisis para una persona, en la medida en que proponen problemas para los cuales sus capacidades anteriores de enfrentar problemas son inadecuadas. Cada etapa de desarrollo y crisis es la ocasión para una variedad de oportunidades de cuidado pastoral y asesoramiento.

Las crisis accidentales pueden ocurrir en cualquier edad, precipitadas por pérdidas inesperadas de lo que uno considera fuentes esenciales para satisfacer sus necesidades. Las experiencias precipitantes incluyen todos los acontecimientos de la vida enumerados en la escala de Holmes-Rahe incluida más adelante, además de muchos otros, como, por ejemplo la pérdida de prestigio y respeto, un accidente o una intervención quirúrgica, una enfermedad mental o el alcoholismo, una deficiencia física, un embarazo no querido, un desastre natural como una inundación o un terremoto, o una calamidad social masiva tal como una guerra o una depresión económica. Las crisis también pueden ser detonadas por cambios aparentemente positivos, tales como un ascenso en el trabajo o la graduación en la universidad. Todos estos hechos producen *situaciones emocionalmente riesgosas*. Las crisis acontecen en las personas más bien que a ellas, pero tienden a suceder en situaciones de alta tensión y emocionalmente peligrosas. Las crisis tanto de desarrollo como accidentales son tan frecuentes que un ministro puede pasar muchas horas en una sola semana atendiendo pastoralmente y asesorando casos de crisis.

Una crisis es más simplemente un momento de peligro, sufrimiento y tensión que ha de ser sobrellevado. Es importante que el asesor cuide que sea un momento de cambio, una oportunidad de crecimiento en la cual las personas se dirigen a, o se apartan de, una plenitud y fortaleza personal mayor. Esto hace que el asesoramiento en las crisis sea una oportunidad estratégica para ayudar. Caplan escribe acerca de la persona en crisis:

Su nuevo equilibrio puede ser mejor o peor que en el pasado, en que el realineamiento de fuerzas tanto en el interior de su personalidad como en las relaciones con gente significativa ... puede llevar a mayor o menor satisfacción de sus necesidades. El puede manejar los problemas de las crisis desarrollando nuevas técnicas, socialmente aceptables, basadas

en la realidad, para resolver los problemas, técnicas *que aumenten su capacidad de manejar de manera saludable las dificultades futuras*. Alternativamente, durante la crisis, puede elaborar nuevas respuestas socialmente inaceptables y que reaccionan ante las dificultades mediante la evasión, la manipulación de fantasías irracionales o la regresión y la alienación, todo lo cual ha de aumentar la probabilidad de que él también se adaptará equivocadamente a las dificultades futuras. En otras palabras, el nuevo esquema de enfrentamiento que elabora al tratar la crisis viene a ser, desde ahora en adelante, parte integral de su repertorio de respuestas para solucionar problemas y aumenta la probabilidad de que ha de vérselas con más o menos realismo con los peligros futuros.<sup>8</sup>

El asesoramiento en las crisis a corto plazo puede ser a menudo de mayor ayuda si sencillamente aleja a las personas de respuestas de mala adaptación y las lleva a un enfrentamiento constructivo de la crisis. A menudo es posible alcanzar resultados relativamente rápidos porque hay fuerzas interiores en la persona que están oscilando en la balanza. De este modo, una influencia relativamente menor de parte del pastor puede tener una influencia mayor para ayudar a la persona a enfrentar constructivamente la crisis. Si el individuo que está enfrentando la crisis de una manera enfermiza puede ser ayudado a hacerlo de una manera saludable, generalmente no hay necesidad de intentar el procedimiento difícil y prolongado de investigar las razones subyacentes de la respuesta inicial de mala adaptación.

### Las crisis y las pérdidas son acumulativas

La crisis o pérdida particular que motiva a una persona para buscar ayuda pastoral es a menudo sólo la última gota, la más reciente en una serie de cambios y pérdidas plenos de tensión. Tal serie, dentro de un lapso limitado, tiene un efecto acumulativo por el cual uno más uno son más que dos unidades de tensión en una persona. Es bueno preguntar a las personas que están chapoteando en medio de una crisis qué otros cambios, pérdidas o transiciones significativos han padecido en los últimos meses. Una serie de crisis intensifica la necesidad de cuidado y nutrición pastoral.

Thomas H. Holmes y R.H. Rahe, profesores de psiquiatría en la Universidad de Washington, han elaborado una escala de tensión de las experiencias comunes de la vida. Ellos asignaron a la muerte del cónyuge un cociente de tensión de 100 puntos; entonces midieron la tensión relativa en la vida de las personas estudiadas, causada por otros cambios y pérdidas. Su escala es útil para el asesoramiento pastoral en las crisis.

### ESCALA EVALUATIVA DE REAJUSTE SOCIAL'

Acontecimiento	Valor medio
1. Muerte del cónyuge .....	100
2. Divorcio.....	73
3. Separación marital .....	65
4. Detención en prisión u otra institución .....	63
5. Muerte de un miembro cercano de la familia.....	63
6. Enfermedad o herida personal de importancia .....	53
7. Matrimonio.....	50
8. Despido del trabajo.....	47
9. Reconciliación marital.....	45
10. Jubilación .....	45
11. Cambio de importancia en la salud o conducta de un miembro de la familia .....	44
12. Embarazo .....	40
13. Dificultades sexuales.....	39
14. Ingreso a la familia de un nuevo miembro (por nacimiento, adopción, inclusión de mayores, etc.) .....	39
15. Reajuste de importancia en los negocios (fusión, reorganización, bancarrota, etc.) .....	39
16. Cambio de importancia en el estado financiero (mucho mejor o mucho peor que de costumbre) .....	38
17. Muerte de un amigo íntimo .....	37
18. Cambio a otro ramo de trabajo.....	36
19. Cambio de importancia en el número de discusiones con el cónyuge (mucho más o mucho menos que de costumbre en cuanto a la educación de los hijos, hábitos personales, etc.) .....	35
20. Tomar una hipoteca o un préstamo para una adquisición de importancia.....	31
21. Cancelar una hipoteca o préstamo .....	30
22. Cambio importante en las responsabilidades de trabajo (promoción, descenso, transferencia) .....	29
23. Un hijo o hija deja el hogar (por matrimonio, estudios, etc.).....	29
24. Problemas con los parientes políticos.....	29
25. Logros personales notables .....	28
26. La esposa empieza a trabajar fuera de la casa o deja de hacerlo.....	26
27. Comienzo o finalización de la educación formal.....	26
28. Cambio de importancia en las condiciones de vida (construcción de una casa nueva, reforma, deterioro de la casa o el vecindario, etc.).....	25
29. Revisión de los hábitos personales (vestuario, costumbres, relaciones, etc.).....	24
30. Dificultades con el empleador .....	23
31. Cambio de importancia en el horario o condiciones de trabajo .....	20
32. Cambio de domicilio.....	20
33. Cambio de escuela .....	20
34. Cambio de importancia en el tipo o la cantidad de recreación.....	19
35. Cambio de importancia en la actividad en la iglesia (mucho más o mucho menos que de costumbre) .....	19
36. Cambio de importancia en las actividades sociales (clubes, bailes, cine, visitas, etc.)....	18
37. Tomar una hipoteca o préstamo para una compra menor (auto, televisor, congelador, etc.).....	17

38. Cambios de importancia en los hábitos de dormir (mucho más o mucho menos tiempo, cambio en la parte del día en que se duerme).....	16
39. Cambio de importancia en el número de reuniones de familia .....	15
40. Cambio de importancia en los hábitos de alimentación(mucho más o mucho menos alimento, cambio importante en el horario o ambiente de las comidas).....	15
41. Vacaciones.....	13
42. Navidad .....	12
43. Transgresiones menores de la ley (tránsito, etc.) .....	11

Todos estos acontecimientos de la vida producen alguna tensión y duelo. Holmes y Rahe descubrieron que aproximadamente el 50% de las personas con un cociente de tensión acumulativo (en el lapso de un año) de 150 a 299 se enferman física, psicológica o psicosomáticamente. Alrededor del 80% de aquellos cuyo cociente de tensión es mayor de 300 se enferman. Esta escala puede alertar a los asesores pastorales o a los asesores laicos en las crisis acerca de la importancia de buscar seguidillas de cambios en la vida que provocaron sobrecargas acumulativas de tensión en la gente. Es importante notar que otros cambios importantes que causan tensión no se incluyen en esta escala: cambio de roles femeninos/masculinos; apaleamiento de hijos o cónyuge; violación; pérdida de los sueños, valores, fe o idealismo personal; hambre; pobreza; discriminación; contaminación ambiental; sexismo; racismo; y la aterradora amenaza del holocausto nuclear. Tales factores aumentan significativamente las tensiones acumulativas en la vida de la gente.

### Asesoramiento informal en las crisis

La posición y el rol de los pastores les permite tomar la iniciativa y así alcanzar a muchas personas *que no acudirían a un asesoramiento formal*. Para utilizar plenamente esta ventaja estratégica, los ministros deben aprender a reconocer y responder a la gran cantidad de clamores a menudo silenciosos que piden ayuda y que tienen lugar en el curso normal de la visitación, los contactos grupales y los deberes educacionales y administrativos. Mucho asesoramiento pastoral tiene lugar en situaciones informales que no han sido planeadas como asesoramiento. Algo acontece en la oficina o en la casa del pastor cuando la gente entra para charlar, sin cita previa. Al permitir que la sensibilidad y las habilidades para el asesoramiento impregnen sus muchos encuentros informales y casuales, los ministros pueden ayudar a un número muchas veces mayor de personas que las que alcanzarían mediante el asesoramiento formal solamente.

Es esencial mantener períodos de tiempo en que la propia privacidad (para estudiar, pensar, meditar, descansar y recrearse) esté protegida de quienes buscan asesoramiento inesperadamente, para preservar el lado creativo del

ministerio propio y protegerse a sí mismo de una sobrecarga de atención pastoral. Pero también es importante tener miembros de la iglesia que sepan que su pastor está normalmente disponible cuando una grave crisis golpea inesperadamente.

Que los ministros aprendan a reconocer y utilizar las oportunidades de atención pastoral presentes en muchos contactos interpersonales se convierte en un reflejo pastoral natural. Descubren oportunidades frecuentes de efectuar asesoramiento de una sola sesión para la crisis durante los encuentros normales de la vida congregacional. Ocasionalmente, estos pueden transformarse en relaciones de asesoramiento formales en sesiones múltiples.

El asesoramiento informal es informal en uno o más de estos sentidos: ambiente, actitud, estructura, secuencia. El ambiente puede ser cualquiera: una esquina, un almacén, una sala de hospital, el salón de la iglesia, la oficina o la sala de la casa de un miembro de la iglesia, un avión u ómnibus, o el natatorio comunitario. El asesoramiento acontece en el contexto de una relación no identificada como asesoramiento: un encuentro casual o una visita pastoral, quizás luego de una reunión o del culto dominical. La disposición mental de la persona refleja esta atmósfera informal. El o ella probablemente lo consideren como «charlar sobre el problema con el pastor» y no como un asesoramiento. La estructura y la secuencia de las entrevistas formales de asesoramiento (cita, límite de tiempo establecido, y un número de sesiones previamente acordado) generalmente no están presentes. Este asesoramiento breve e informal puede ser de mucha ayuda para algunas personas.

Las oportunidades para un asesoramiento informal en una crisis tienen lugar durante la visita pastoral a un hogar o en un hospital. Mucho de lo que se hace en tales visitas es cuidado pastoral general. Viene a ser asesoramiento cuando dos factores —el *sine qua non* del asesoramiento— están presentes: (a) cierto grado de toma de conciencia del problema de parte del miembro de la iglesia, y (b) el deseo de ayudar, en cuanto a ese problema, de parte del pastor. La toma de conciencia sobre la naturaleza del problema puede ser muy vaga, el deseo de recibir ayuda mínimo. Toda motivación humana está mezclada, inclusive aquella que hace que la gente busque o acepte ayuda. El sufrimiento por un problema y el deseo de contárselo a otro se anulan mutuamente en algunas personas, bloqueando así la acción. La motivación es como un vacilante subibaja. Hasta que el sufrimiento por el problema y la esperanza de obtener ayuda pesan más que el temor a descubrirse a sí mismo y la satisfacción neurótica procedente de la situación, las personas generalmente no procuran ayuda. Sin embargo, este subibaja motivacional frecuentemente oscila por un tiempo considerable hasta que las personas buscan ayuda activamente. Puede que estén abiertas para recibir ayuda mucho antes de que tomen la iniciativa de pedirla. Tales personas son a menudo receptivas al asesoramiento

informal mucho antes de que emprendan un asesoramiento formal. Algunas personas tienen gran dificultad en formalizar una cita de asesoramiento, aun cuando estén lidiando con problemas muy penosos. Sienten que hacerlo así sería admitir un fracaso, lo cual incrementaría sus sentimientos de pobre autoestima e impotencia. Esta es la razón de por qué la capacidad de los pastores de *ir a la gente, estar emocionalmente disponibles, ofrecer ayuda y establecer relaciones informales de asesoramiento* es un capital profesional invaluable, ¡que ha de utilizarse al máximo!

¿Cómo pueden los pastores, durante sus contactos pastorales, crear oportunidades para mantener conversaciones que proporcionen cuidado y asesoramiento formal e informal?<sup>10</sup> Primero, pueden mantener una «*lista de cuidado especial*», *confidencial y actualizada*, que incluya los nombres de personas que ellos saben o sospechan que se hallan en necesidad especial de cuidado pastoral: los afligidos, los enfermos, los desocupados, los deprimidos, los hospitalizados, los frustrados, los que están recibiendo psicoterapia (y los que debería recibirla pero no la reciben), los recién casados, los flamantes padres, los recién jubilados, los minusválidos, los alcohólicos y sus familias, los solitarios, los que tienen hijos discapacitados o con problemas de conducta, y aquellos que enfrentan crisis dolorosas o decisiones causantes de perplejidad. Muchas veces, un pastor alerta percibe intuitivamente que una familia se halla bajo presión extrema. Esos «sospechosos de cuidado pastoral» deben ir a la «lista de cuidado especial». Dedicando tiempo extra de visitación pastoral a esas personas, los ministros pueden construir fuertes puentes de relación con ellas. Esa relación puede proporcionar cuidado pastoral y la ayuda del asesoramiento informal a los que pasan por problemas, y también facilitarles la búsqueda de un asesoramiento formal. Seward Hiltner describe como «pre-asesoramiento» a la construcción de puentes de relación con aquellos que probablemente necesiten ayuda pero aún no se sienten motivados para procurarla." Los numerosos contactos interpersonales de los pastores contribuyen a este objetivo si la gente percibe que ellos son cálidos, no enjuiciantes, solícitos, competentes, a prueba de conmociones, no «demasiado ocupados» y humanos, conscientes de su propia humanidad.

Segundo, *la sensibilidad de un pastor ante las señales de aflicción* es una ventaja para detectar oportunidades potenciales de asesoramiento. Muchos ministros pasan de largo por la otra vereda del camino de Jericó de los miembros de su congregación, simplemente porque carecen de esa percepción.<sup>12</sup> Las antenas del radar emocional del pastor deben estar en sintonía con la longitud de onda de su gente, para poder así captar los clamores sutiles en busca de ayuda y las señales de auxilio codificadas. He aquí algunas señales típicas de aflicción:

- 1) Desconcierto ante la visita pastoral.
- 2) El intento frenético de mantener la conversación en la superficialidad, evitando así todo encuentro profundo.
- 3) Depresión, incluyendo síntomas tales como insomnio, pérdida de interés en los placeres habituales, ansiosa agitación o pesada pereza, sentimientos de falta de dignidad, vaciedad/pérdida de significado o desamparo, una sonrisa estereotipada.
- 4) Un antagonismo velado entre los cónyuges, a veces escondido detrás de una conducta superficialmente endulzada.
- 5) Niños emocionalmente perturbados, incluyendo los que tienen problemas de conducta, los cuales a menudo reflejan una infelicidad matrimonial escondida.
- 6) Frecuentes intoxicaciones, en especial en momentos inapropiados.
- 7) Un cambio radical en la conducta habitual, incluyendo la asistencia a la iglesia.
- 8) Comportamiento irracional o frenéticamente compulsivo.
- 9) Distanciamiento del pastor, debido a sentimientos de culpa.
- 10) Afiliación a grupos políticos o religiosos extremistas.

Cuando tales señales de perturbación se manifiestan, los pastores deben hacer cualquier esfuerzo para estar emocionalmente accesibles a esas personas y ofrecerles ayuda respetando el derecho que ellas tienen de rehusar tal auxilio.

Un tercer camino para abrir oportunidades de asesoramiento formal o informal es *el empleo juicioso de «llaves de apertura»*: preguntas o afirmaciones destinadas a interrumpir la conversación superficial y proveer una apertura para que la gente discuta sus verdaderos sentimientos y problemas si así lo escogen. He aquí algunos ejemplos: «¿Cómo van realmente sus cosas?»; «se lo ve a usted muy desalentado (excitado, colérico, arrepentido)»; «tengo la impresión de que está mentalmente sobrecargado». Aunque tales «llaves de apertura» puedan conmover inicialmente a la gente, dan expresión a la preocupación pastoral e, implícitamente, ofrecen ayuda. Una pregunta bien escogida, hecha con calidez y simpatía, puede ayudar a que la gente se libere y hable de sus cargas. Una pregunta acerca de la salud espiritual propia es tan pertinente de parte de un ministro como lo es la pregunta acerca de nuestra salud física de parte del médico de la familia.

Cuarto, *escuchar y responder a los sentimientos*, durante los encuentros pastorales ayuda a llevar la conversación al nivel de las necesidades reales de la persona. De este modo, una conversación pastoral puede convertirse en asesoramiento informal de manera natural y no agresiva.

Cuando la gente percibe que el ministro está emocionalmente consciente y disponible, las oportunidades de asesoramiento formal han de aparecer



durante muchos contactos pastorales. Al hacer una visita hospitalaria de rutina a un miembro convaleciente de una operación, un pastor aterrizó en un conflicto familiar candente centrado en la cuestión de si la hija de ese hombre debía casarse o no:

**Padre:** Dorotea, ¿por qué no le dices al pastor qué es lo que estábamos discutiendo? Quizás él pueda ayudarnos.

**Hija (Dorotea):** Bueno, sí, quizás usted pueda ayudarnos, aunque no me decido a molestarlo con mi problema. Me encuentro tan confundida...

**Pastor:** Si me lo dices, trataré de ayudarte.

**Hija:** (Con palabras entrecortadas y gran dificultad.) Bueno, apenas sé cómo empezar. (Pausa.) Bueno ... yo ... por alguna razón no creo que yo quiera seguir adelante con mis planes de casamiento. De repente, tengo la sensación de que ya no amo más a Eduardo.<sup>13</sup>

Mientras el pastor escuchaba, la confusión de la chica y el predominio del padre se evidenciaron. El pastor percibió que debía evitar que el padre empujara a su hija a casarse, sin poner en peligro su recuperación quirúrgica, y que él mismo debía entrevistarse personalmente con la chica para ayudarla a tomar su propia decisión. Esto ilustra el tipo de asesoramiento informal a partir del cual una relación de asesoramiento formal continua ha de ser establecida o bien hacer la derivación a un terapeuta de familia bien capacitado. Las visitas hospitalarias deben tener una alta prioridad en la agenda de un pastor, porque lo ponen en contacto con la gente en crisis y ofrecen oportunidades tanto para el cuidado pastoral como para el asesoramiento informal. Las visitas domiciliarias ayudan al ministro a establecer sólidos vínculos con las personas al relacionarse con la familia en su ambiente natural. Más aún, a menudo es útil observar la interacción de la familia en su casa para comprender la dinámica familiar. Visitas domiciliarias ocasionales pueden ser una parte valiosa del asesoramiento al matrimonio y la familia, como están descubriéndolo los terapeutas de la familia. También hay valor para la formación de relaciones por medio de los contactos informales con los miembros mediante el teléfono, en su trabajo y en sus áreas en la comunidad.

#### La transición del asesoramiento informal al formal

Al terminar un servicio de dedicación en un instituto juvenil de verano, un pastor vio que una joven sollozaba y le ofreció su ayuda. Entonces ella dio expresión a sus sentimientos de culpa (aparentemente despertados por el servicio) con respecto al rencor que tenía para con su padrastro. La catarsis emocional y el haber sido aceptada por el ministro le ayudaron a disminuir su

carga de culpa. Aunque este asesoramiento breve e informal fue útil, el ministro falló en el punto crucial. No intentó derivar a la chica a su propio pastor para la continuidad en el asesoramiento y la confrontación de su problema familiar tan complejo y conflictivo. Debería haber procurado su permiso para hacer contacto con su pastor y/o haberla alentado a hacerlo ella misma no bien volviera a su casa.<sup>14</sup>

Una mujer se demoró en el vestíbulo de la iglesia después del servicio dominical para informar al ministro que había decidido dejar a su esposo. Esta fue la primera noticia que el pastor tuvo de su problema. El pastor respondió: «Vayamos a mi estudio donde podemos hablar sin interrupciones». La mujer indicó que una obligación urgente le impedía entonces una conversación adecuada, de modo que concertaron una entrevista para esa tarde a las tres. A menudo, las personas pasarán del asesoramiento informal al formal si se las alienta a ello y se les ofrece una entrevista determinada.

#### Las metas de un asesoramiento breve en las crisis

La mayor parte del asesoramiento que hace un pastor es a corto plazo, a menudo una o dos sesiones, y rara vez más de cuatro o cinco. Por esta razón, un pastor necesita desarrollar sus habilidades y su sensibilidad requeridas para dar una ayuda significativa en un contacto relativamente breve. La captación rápida de un problema y el reconocimiento de las cuestiones clave requieren un grado considerable de experiencia como asesor pastoral. Es erróneo pensar que porque la mayor parte del asesoramiento de un pastor es breve, él o ella necesitan relativamente poca capacitación. Actuar rápida y efectivamente en el asesoramiento breve requiere a menudo una habilidad considerable.

El carácter breve de la mayor parte del asesoramiento pastoral no significa que sus resultados han de ser necesariamente superficiales. Evaluados a la luz de sus propias metas y no por las del asesoramiento a largo plazo y la psicoterapia, es evidente que en muchos casos *puede* aportarse una ayuda significativa. Aquí están algunas *metas realistas del asesoramiento breve*, aunque no todas se aplican a todas las situaciones:

- 1) Proveer una relación de empatía y apoyo.
- 2) Ayudar a restaurar el funcionamiento de la persona, al reducir la presión de sentimientos reprimidos que la bloquean, mediante la catarsis emocional.
- 3) Ayudar a las personas a tratar directa y responsablemente con una decisión específica o un problema concreto.
- 4) Ayudar a las personas a movilizar sus recursos latentes para enfrentar los problemas.

- 5) Acompañar a las personas en el logro de una perspectiva más amplia y constructiva de su situación mediante una revisión objetiva de ella.
- 6) Interrumpir las reacciones de pánico y el alud regresivo ayudando a la gente a confrontar y tratar con los problemas inmediatos y concretos.
- 7) Ayudar a las personas a clarificar las cuestiones y a explorar enfoques alternativos a sus problemas.
- 8) Después que han sido exploradas las alternativas, ayudarles a elegir el plan de acción más promisorio y luego dar pasos en la implementación de ese plan.
- 9) Proveer guía en la forma de ideas útiles, información y sugerencias tentativas. Estas pueden llegar a ser herramientas útiles que la persona emplee entre las sesiones y luego de que el asesoramiento termine.
- 10) Estimular la confianza en sí misma de la persona y su competencia funcional sugiriendo un número limitado de sesiones.
- 11) Establecer una relación cálida y de aceptación que permita que la persona regrese después en busca de asesoramiento ulterior. Como dice Wayne Oates: «El pórtico de la relación debe permanecer siempre abierto, de modo que las personas se sientan libres de volver otra vez si desean hacerlo».<sup>15</sup>
- 12) Comprobar si las personas están profundamente perturbadas o si por otras razones necesitan ayuda médica, psiquiátrica o de otra especialidad. Derivar si éste es el caso.

Los asesores que *esperan* dar ayuda genuina en el asesoramiento es muy probable que así lo hagan. Los psicoanalistas Franz Alexander y Thomas Morton French informan: «Tanto el estudio teórico de la psicodinámica de la terapia como la impresionante evidencia obtenida mediante la observación requieren que abandonemos la antigua creencia de que los cambios permanentes en el yo no pueden alcanzarse mediante métodos más cortos e intensivos».<sup>16</sup>

Muchas personas acuden al pastor en busca de ayuda para tomar decisiones específicas o solucionar problemas concretos. Cuando éstos se resuelven, o se descubre que son insolubles, esas personas frecuentemente no desean más asesoramiento. Una a tres sesiones a menudo bastan en tales casos. Algunos asesorados pueden «dar la vuelta a la esquina», para usar la frase de Seward Hiltner, en unas pocas sesiones:

Dar la vuelta a la esquina significa que se ha cambiado de dirección. Muchos de los problemas que requieren la atención pastoral son relativos

a situaciones de vida ... Ellos empeoran porque el punto de vista de la persona, que ella cree es el único con que se puede enfocar la situación, es estrecho e inadecuado. Si puede «dar la vuelta a la esquina», clarificar las fuerzas en conflicto que están en juego, obtener un poco de esclarecimiento acerca de por qué siente como lo hace, entonces tiene un nuevo punto de vista o un nuevo lugar sobre el cual ponerse de pie. Aunque sea un asesoramiento breve, puede a menudo proporcionar suficientemente una nueva perspectiva, alterando por tanto el enfoque de la situación y dando la oportunidad para un manejo espontáneo y exitoso de ella por parte del miembro de la iglesia.<sup>17</sup>

Como John Dewey lo mostró claramente, el pensamiento serio a menudo tiene lugar en nuestra vida en la encrucijada de caminos cuando no está claro qué senda conduce a la meta deseada. *El asesoramiento en la encrucijada* es frecuentemente tanto breve como fructífero. Un joven brillante, como resultado de una breve orientación vocacional de su pastor, decidió ir a la universidad, a pesar de la indiferencia de sus padres. Ayudando a este joven a elegir la senda que conducía a la realización de sus muchas posibilidades, el ministro, en tres sesiones, tuvo una influencia constructiva de largo alcance en su vida. Este caso, como muchos otros similares, recuerda la señal que se hallaba al final de un camino de tierra barroso: «Elija su huella cuidadosamente. Permanecerá en ella por largo tiempo.» Algunas decisiones son así. Tener una orientación sabia en tales momentos puede ser invaluable. Una orientación de esta clase es una parte venerable de nuestra tradición pastoral.<sup>18</sup>

### Proceso del asesoramiento breve para la crisis (formal e informal)

¿Qué enfoques son más útiles en el asesoramiento de una a cinco entrevistas? Estos elementos son generalmente parte de ese proceso:

1) *Escuchar atentamente y reflejar los sentimientos con solicitud*: La presión del tiempo, en el asesoramiento a corto plazo tienta al ministro a emplear muy poco tiempo escuchando. Si cede a esta tentación, priva a las personas de los saludables efectos de una catarsis emocional y se priva a sí mismo de una comprensión esencial de los marcos de referencia interiores de la persona. En la mayoría de los asesoramientos de una entrevista, el pastor debería pasar al menos la mitad de la sesión escuchando.

2) *Emplee cuidadosamente las preguntas para focalizar rápidamente las áreas de conflicto*: Después de dar a las personas la oportunidad inicial de describir sus problemas, unas pocas preguntas clave pueden llenar las brechas más importantes de la información esencial. Tales preguntas pueden estimular a las

personas a explorar dimensiones descuidadas de los problemas y buscar soluciones en una nueva dirección. El uso de preguntas seleccionadas permite una *atención focalizada* en áreas de problemáticas cruciales. La Sra. D., una mujer de más o menos 45 años, pidió al ministro ayuda para decidir dejar o no dejar a su marido alcohólico. Escuchando disciplinadamente, el pastor comenzó a captar el esquema amplio de la situación: muchos años de exceso en la bebida por parte del esposo, una serie de pérdidas de trabajo, y promesas repetidas y rotas de no beber más excesivamente. Para servir de ayuda, el pastor necesitaba saber si ese hombre tenía o no conciencia de su necesidad de recibir ayuda, la naturaleza de la interacción matrimonial, y el rol dinámico de otros miembros de la familia. La manera más eficaz de adquirir ese conocimiento era preguntar a la mujer, y luego a su esposo, acerca de las cuestiones que apuntaban a estos temas clave.

3) *Ayudar a las personas a examinar el problema en su totalidad*: Esto les permite obtener una perspectiva más clara y les ayuda a prepararse para tomar decisiones más sabias. También les ayuda a movilizar sus recursos interiores. Bajo tensión prolongada, las personas a menudo se confunden en cuanto a la naturaleza real de sus problemas y pierden noción de sus propias fuerzas para enfrentarlos. Se hunden en el pantano de su propia desesperanza, descuidando aquellas cosas que necesitan hacer para enfrentar los problemas constructivamente. La Sra. D. estaba tan obsesionada con el hábito alcohólico de su marido que había dejado de lado sus amistades en la iglesia, las cuales ahora necesitaba desesperadamente. Como resultado de la guía de su pastor, ella comenzó a reconstruir este sistema de apoyo.

4) *Proveer información útil*: Explicando ciertos hechos bien establecidos acerca de la naturaleza y el tratamiento del alcoholismo, el ministro ayudó a la Sra. D. a abandonar sus vanos intentos de hacer que su marido controlara la bebida avergonzándolo. Este conocimiento le ayudó a ella a dar vuelta la esquina y a funcionar más realista y constructivamente en su relación con él. Estos elementos educativos empleados en el asesoramiento breve pueden proveer a las personas de información e ideas que pueden usar para mejorar su situación durante y después del asesoramiento.

5) *Concentrarse en los conflictos, problemas y decisiones más importantes de la persona, con la mira de clarificar las alternativas viables*: El pastor preguntó a la Sra. D.: «¿Cuáles cree que son ahora las verdaderas opciones que tiene por delante?» Entonces ayudó a la mujer a explorar las consecuencias de cada alternativa. Si ella abandonaba a su esposo, él podía darse mucho más a la bebida o aun suicidarse. ¿Podía enfrentar estas posibilidades? Por otro lado, la conmoción del abandono podía confrontarlo con las consecuencias de su hábito, lo cual podía ser una apertura para buscar ayuda. ¿Cuáles serían los efectos destructivos en los hijos si ella no se iba y él continuaba bebiendo? Sin abandonarlo, ¿podía

desprenderse de él emocionalmente, para así aislarse ella y aislar a los hijos del impacto total de su conducta destructiva? Antes del asesoramiento ella, según sus palabras, «daba vueltas empantanada en el problema», sin ver nunca claramente las consecuencias probables de sus opciones.

6) *Ayudar a la persona a decidir sobre el próximo paso, y darlo*: Conseguir que las personas actúen constructivamente, aun si las acciones y las decisiones se refieren a asuntos menores, ayuda a quebrar la parálisis de la indecisión crónica. En el caso de la Sra. D., el ministro la ayudó a planificar los pasos que ella daría el próximo día para descubrir posibilidades de trabajo y fuentes de sostén financiero. Necesitaba hacer esto antes de tomar una decisión más grande. Como se describió anteriormente, la personalidad humana es como un músculo. Al emplearla en el pensamiento y la acción constructiva tiende a fortalecer las habilidades para enfrentar problemas. Dar aunque sea pequeños pasos comienza a acrecentar la confianza en sí mismo, la esperanza, la competencia, capacitando a la persona para dar pasos progresivamente más grandes.

7) *Proveer orientación práctica, cuando sea necesaria*: El pastor instó a la Sra. D. a hacer varias cosas, incluyendo asistir al grupo local de Al-Anón y conseguir psicoterapia para su hijo adolescente, muy perturbado. Estas sugerencias estaban basadas sobre el conocimiento general que el pastor tenía acerca del alcoholismo y su comprensión creciente de la dinámica de la familia D. El pastor hizo sus recomendaciones de manera que ella pudiera rechazarlas sin rechazarlo a él. El respetaba el derecho de la Sra. D. de no hacerle caso y la estimuló a manifestar su reacción ante sus sugerencias. Todo esto es radicalmente diferente de dispensar asesoramiento facilista e improvisado. El rol del pastor que asesora está modelado más a la imagen del guía o el entrenador que a la del psicoterapeuta a largo plazo. El uso de la sabiduría y la autoridad del pastor es a menudo esencial en el asesoramiento breve.

8) *Dar a la persona apoyo emocional e inspiración*: El dicho familiar «Camina tranquilamente porque cada persona que encuentras lleva una cruz», se ilustra vivida y repetidamente en la experiencia de un asesor. Muchas cruces están escondidas. Si las personas vienen buscando asesoramiento, es acertado suponer que su cruz es pesada, desde su perspectiva. Necesitan a alguien que camine junto a ellas y que, provisoriamente, le ponga el hombro a la carga. El sostén más vital ofrecido en el asesoramiento es la relación, *per se*. Pero, dentro de la relación, es a menudo apropiado dar a las personas estímulo verbal, por ejemplo, por su valor al llevar la carga, sus esfuerzos y éxitos en desarrollar nuevas maneras de enfrentar los problemas. El empleo cuidadoso de instrumentos religiosos —oración, lecturas bíblicas, sacramentos— pueden profundizar el asesoramiento breve para la crisis al fortalecer el contacto mediante recursos divinos que trascienden la relación humana. ¡Los asesores pastorales *confrontan*, pero también *confortan*! *Desafían*, pero también *cuidan*. Lo

que produce crecimiento en el asesoramiento es precisamente reunir estas dos dimensiones paradojales: el juicio y la gracia.

9) Trasladar a un asesoramiento a largo plazo si el asesoramiento breve no resulta adecuado. Esto puede significar un asesoramiento permanente con el pastor o un referente.

### El uso de los métodos de apoyo en el asesoramiento para la crisis

El Sr. R, de 55 años, abrumado por tensiones, ansiedad y depresión, busca la ayuda de su pastor. Está tan acongojado que no ha podido trabajar por varias semanas. Mientras narra su situación, al ministro le resulta evidente que el detonante de sus dificultades presentes apareció después de que en su trabajo fue promovido al cargo de capataz. Hasta entonces, él había trabajado bajo la dirección de un capataz de carácter fuerte y paternalista. Ahora, *él* es el capataz, responsable del cupo de producción de su grupo, en competencia con otros de la misma planta. Su nuevo cargo exige liderazgo y firmeza.

El pastor percibe la fuerte dependencia mediante la cual el Sr. P. se relaciona con él. La relación pastor-miembro de la iglesia provee al Sr. P. de una clave para sus relaciones generales con figuras de autoridad. El pastor comienza a darse cuenta de que el Sr. P. está terriblemente asustado de aquellas cosas que su nuevo cargo demanda: competencia, agresividad, y estar en una posición en la cual otros dependen de él. El Sr. P. está atrapado entre su necesidad de permanecer dependiendo de un capataz con figura paterna y la demanda de su trabajo de que *él* sea una figura paterna.

Con un método de asesoramiento orientado hacia el esclarecimiento podría ayudarse al hombre a tomar conciencia de sus sentimientos paralizantes y a cambiarlos, mediante el descubrimiento de sus raíces en su vida y relaciones tempranas. Pero el asesor percibe que esas metas no serían realistas debido a la rigidez y falta de fortaleza del yo en ese hombre. Al tener la oportunidad de sacar a luz sus sentimientos y experimentar que los acepta, P. podría darse cuenta de que su nuevo puesto, como él dice, «no es para mí», que necesita la satisfacción de trabajar él mismo en el torno, y que le incomoda tomar decisiones por otros que están bajo sus órdenes. Cualquier otra comprensión de *por qué* sufre esta molestia parece estar fuera de su alcance.

El pastor ayuda a P. a explorar otras posibilidades de trabajo en la misma empresa para la cual trabaja. Entonces lo estimula a ir a otro departamento, donde podría tener la posibilidad de usar su habilidad con el torno en el desarrollo de productos nuevos, bajo la dirección de un enérgico jefe de departamento. El pastor continúa viendo al hombre varias veces mientras se integra a la nueva sección. Estando en un ambiente de trabajo donde sus

aptitudes como tornero son bien utilizadas y valoradas, y donde su temor a la agresividad no es un problema, su ansiedad y su depresión retroceden. Ahora puede crecer en su capacidad de manejar su vida constructivamente.<sup>19</sup>

La mayor parte del asesoramiento en las crisis utiliza los métodos básicos de asesoramiento de apoyo descritos en el capítulo 7. En el caso de P, apoyarse en el ministro *gratificó su necesidad de dependencia y redujo su ansiedad, lo que le ayudó a liberar su capacidad de razonar y usarla así en la resolución de sus problemas. Su mínima autocomprensión (que dio como resultado su decisión de transferirse de nuevo al trabajo del torno) siguió la catarsis emocional* que redujo el sufrimiento paralizante de sus sentimientos negativos. La relación de asesoramiento le permitió obtener suficiente distancia emocional de su subjetividad remolineante como para permitirle *revisar su tensa situación* con cierta objetividad y examinar las probables consecuencias de diversas maneras de vérselas con su problema. Su fuerte necesidad de dependencia y su temor a la agresividad eran inaceptables para su autoimagen y, por lo tanto, se mantenían fuera de su conciencia mediante la represión. El pastor *ayudó a las defensas de su yo* sin empujarlo (excepto de una manera cortés y exploratoria) a tomar conciencia de esos sentimientos amenazantes, y mediante la aceptación de su nivel de conciencia válido y la razón menos amenazante para su desagrado por el nuevo cargo. El ministro ayudó a P a *cambiar su situación de vida alentándolo a volver al trabajo en el torno. La terapia mediante la acción* se hallaba presente a lo largo de todo el método empleado por el pastor para ayudarlo. Durante la primera entrevista ayudó a P a *hacer* algo en cuanto a su situación. Cuando P. habló acerca de la posibilidad de cambiar tareas, el ministro respondió: «¿No sería una buena idea comprobar con el jefe de personal de la planta si sería posible una transferencia, en caso de que usted decidiera que eso es lo mejor?» Al progresar el asesoramiento, P. emprendió la acción que él mismo había decidido que era posible y sabia. Al final de cada sesión, el ministro decía una oración en la cual reunía el sentir más importante de la sesión y rogaba por una creciente conciencia del cuidado sustentador de Dios. El uso de *recursos religiosos* le daba al proceso de ayuda una dimensión vertical; le recordaba a P. su relación con Dios, quien es «refugio y fortaleza, pronto auxilio en la tribulación» (Sal. 46.1).

La ayuda del pastor en pocas sesiones permitió que P. saliera de su tirabuzón emocional. Si P. hubiera usado las defensas de negación y retraimiento cuando su crisis golpeaba, si no hubiera estado abierto a la ayuda, habría quedado atrapado en un círculo vicioso, autoalimentado de ansiedad, fracaso y retraimiento de las relaciones personales. Su ansiedad paralizante lo habría llevado a fracasar como capataz, y este fracaso habría desmenuzado su confianza en sí mismo, ya tambaleante, haciendo que su fracaso en el próximo trabajo fuese casi seguro. Fracasos y retraimientos en espiral habrían

magnificado de manera creciente la misma ansiedad que los producía inicialmente. Sus respuestas inadaptadas podrían haberse constituido en parte permanente de su equipamiento defectuoso para enfrentar las crisis futuras. Acudir al ministro fue una respuesta orientada hacia la realidad, que lo capacitó para evitar el círculo vicioso.<sup>20</sup>

Más específicamente, ¿cuáles son las respuestas no constructivas a las crisis que conducen a tirabuzones emocionales y una creciente vulnerabilidad a fracasos futuros y problemas de personalidad?

- 1) Negar que el problema existe.
- 2) Evadirse del problema (mediante alcohol, drogas, etc.).
- 3) Negativa a buscar o aceptar ayuda.
- 4) Incapacidad para expresar o dominar los sentimientos negativos.
- 5) Fracaso en explorar la naturaleza de la crisis y las soluciones alternativas.
- 6) Proyección hacia otros de la responsabilidad más importante como causa de la crisis y/o por su curación.
- 7) Alejamiento de amigos, familiares u otras personas que podrían ser una ayuda.

El asesor en las crisis debe estar alerta a la presencia de estas respuestas dañinas, y así ayudar a las personas a apartarse de ellas y moverse hacia las siguientes maneras de lidiar con el problema:

- 1) Enfrentar el problema.
- 2) Ampliar el conocimiento que uno tiene del problema.
- 3) Dar expresión a los sentimientos negativos, tales como el resentimiento, la ansiedad y el sentimiento de culpa, y lidiar con ellos.
- 4) Aceptar la responsabilidad de enfrentar el problema.
- 5) Explorar caminos alternativos para manejarlo.
- 6) Separar lo que puede ser cambiado de lo que no puede ser cambiado de la situación, y evitar el desperdicio de valiosa energía tratando de cambiar lo inmodificable.
- 7) Renunciar a los aspectos grandiosos pero abrumadores de las expectativas propias.
- 8) Abrir canales de comunicación con personas que pueden ser de ayuda, entre los parientes, amigos y profesionales.
- 9) Dar pasos, aunque sea pequeños, para manejar el problema constructivamente.

El cuerpo creciente de experiencia en los centros de tratamiento de crisis está proveyendo valiosas comprensiones acerca de la metodología de asesomamiento

en las crisis. He aquí algunas de las técnicas empleadas en Los Angeles en el «Benjamín Rush Center for Problems in Living» (Centro Benjamín Rush para problemas de la vida):

Hay varias técnicas empleadas aquí. Una es describir al consultante el problema tal como usted lo ve, integrando la crisis presente dentro de la perspectiva de su modelo de vida, sin perder aún la orientación para el aquí y ahora del tratamiento. Otra es ayudarlo a obtener una captación cognoscitiva de los problemas que se tratan, sacando al mismo tiempo a la luz sus sentimientos presentes, a los cuales puede no tener acceso. Una tercera técnica es poner en juego modelos de comportamiento aprendidos previamente que por ahora no se utilizan. Una cuarta es explorar con la persona los mecanismos alternativos de enfrentar el problema, y modos diferentes en que el problema puede ser visto y definido. Una quinta es considerar la posibilidad de repoblar su mundo social y redistribuir las relaciones de roles dentro del grupo. Una sexta es clarificar y dar nuevo énfasis a la responsabilidad del individuo en cuanto a su propio comportamiento, sus decisiones y su modo de vida. A medida que el tiempo pasa y tiene lugar la esperada reducción de la ansiedad y la habilidad creciente para enfrentar el problema, se hace un resumen de los cambios que han acontecido, reforzando así los comportamientos de adaptación que están desarrollándose. Así se da ayuda a quien consulta en la tarea de hacer planes realistas para el futuro. También son explorados con él los modos específicos para repeler crisis futuras con las nuevas herramientas de enfrentamiento que ha obtenido durante el tratamiento.<sup>21</sup>

### **El análisis transaccional (AT) y el asesomamiento en casos de crisis**

El enfoque terapéutico de Eric Berne es útil para la comprensión de la crisis y asesorar en las crisis. Por ejemplo, a quien se halla en una crisis caracterizada por sentimientos de pánico, a menudo es útil preguntar (luego de explicar el sistema de Berne «Padre-Adulto-Hijo»): «¿Qué parte de usted está asustada?». La toma de conciencia de que el Hijo interior, no el yo total, tiene miedo libera a la persona de la parálisis del pánico. El efecto de esta toma de conciencia es ayudar al Adulto a recuperar el control. En el asesomamiento AT, el Adulto se fortalece al ser liberado del predominio del Hijo y mediante la *ejercitación* del Adulto. Berne escribe:

El accionismo es el rasgo esencial del análisis estructural. El Adulto es considerado bajo la misma óptica que un músculo, el cual aumenta su fuerza con el ejercicio. Una vez que la fase preliminar de descontaminación y clarificación está en marcha, se espera que el paciente practique el control del Adulto. Debe aprender a mantener al Adulto en el gobierno de las cosas durante períodos relativamente prolongados. Lo que el Adulto adquiere no es un dominio exclusivo, sino una *opción* cada vez mayor. Es él, y no el Hijo, quien decide más y más eficazmente cuando el Hijo ha de asumir el mando.<sup>22</sup>

El asesoramiento en las crisis, en el lenguaje de AT, consiste en reducir el temor y el sentimiento de culpa del Hijo interior permitiéndole a él o a ella extraer fuerza temporariamente del asesor como Padre alimentador, y al mismo tiempo, activando y fortaleciendo al Adulto al estimular a la persona a enfrentar la realidad y comenzar a actuar. El Adulto del asesor establece una alianza con el Adulto del asesorado en una estrategia conjunta orientada a poner al Hijo bajo el control y liberar al Adulto para que enfrente los problemas con realismo.

Un enfoque adulto firme ayuda al asesorado a controlar su Hijo interior. El asesor puede decir, en efecto: «Usted tiene un Adulto que puede aprender a obtener el control». Una postura firme ayuda a las personas atemorizadas y desorganizadas a recomponer su personalidad, y movilizar sus capacidades de Adulto para enfrentar la crisis.

### El modelo ABCD de capacitación

He aquí un modelo que he hallado muy útil para introducir a seminaristas, pastores y miembros de equipos de cuidado pastoral a los pasos básicos en el proceso de ayudar a gente en crisis. El psiquiatra Warren Jones desarrolló el método ABCD de ayuda para la crisis para preparar el personal laico de un centro comunitario para personas en crisis en Pasadena, California. Su método utiliza la esencia de la teoría de intervención en la crisis. Este modelo incorpora mis agregados e interpretaciones de su enfoque original.

#### **Asesoramiento de esperanza y acción:**

##### **Cómo ayudar a personas en crisis**

Este método de ayuda en la crisis consiste en hacer cuatro cosas: A.

##### *Establezca una relación de confianza y cuidado solícito:*

—Escuche con solicitud y sin enjuiciamiento lo que la persona está sintiendo y experimentando («amor oyente»). Verifique lo que usted

comprende que la persona está diciendo para ver si está en la misma longitud de onda que él o ella. —Deje que la persona experimente su calidez y su preocupación

escuchando atentamente y respondiendo con empatía. —Pida a la persona que le relate la crisis: cuándo comenzó, cómo se desarrolló, qué siente ahora acerca de ella. —Permita que la persona sepa que a usted le gustaría que trabajaran

juntos en la tarea de hallar algo que ella podría hacer para mejorar la situación. —Afirmar a la persona siempre que sea posible; señale que usted tiene

conciencia de la fuerza que se necesita para llevar la carga de la crisis y para pedir ayuda. —Considere a la persona como capaz de enfrentar la crisis y de aprender

y crecer a partir de su manejo constructivo, y permita que la persona sepa que usted la ve de este modo.

#### **B. Reduzca el problema a sus partes primordiales:**

—A medida que la persona examina la crisis, ayúdela a identificar las piezas que componen el problema, separando aquellas partes con las cuales ella puede hacer algo de aquellas con las cuales nada puede hacerse. (No desperdiciar energía en estas últimas.) —Ayude a la persona a escoger aquella parte del problema con la cual

trabajará primero. —Estimule al individuo a que describa los esfuerzos previos que ha

hecho para solucionar esa parte del problema. (No sirve repetir cosas que no han dado resultado.) —Aliente a la persona a pensar en otras soluciones posibles: quizás

sugerir enfoques que ella pueda considerar. —Ayúdele a examinar cada enfoque en términos de sus probables

consecuencias: «¿Qué sucedería probablemente si usted...?» —Ayude a la persona a decidir qué alternativas desea probar *ahora*. —Converse acerca de todos los recursos de la persona («las cosas que le

dan una ventaja...»: fuerzas interiores, amigos, familia, recursos espirituales), que le ayuden a enfrentar el problema. —Siga afirmando los esfuerzos de la persona para tratar su crisis,

manifestando aprecio por cualquier pequeño paso que la persona dé para actuar responsablemente.

*C. Desafíe al individuo a emprender una acción constructiva con respecto a alguna parte del problema:*

- Estimule a la persona a planear cómo enfocar esa parte del problema que ella ha decidido tratar; el plan ha de ser realista, con metas pequeñas y alcanzables. —Estimúlela a que se dedique plenamente a ejecutar el plan de acción, comenzando pronto y siguiendo un cronograma realista previamente acordado.
- Si la persona se resiste a actuar sobre el problema, ayúdela a explorar y resolver esas resistencias. —Asegure a la persona que usted estará disponible como persona preocupada y solícita mientras tiene lugar su lucha para ejecutar ese plan.
- Sostenga a la persona en crisis con una esperanza realista. Use recursos religiosos, tales como la oración, para fortalecer el sentido personal de responsabilidad, fuerza y apoyo de otras personas y de Dios. —No acuerde hacer algo que la persona pueda hacer por sí misma. —Señale que cuando uno comienza a hacer algo, aunque sea poco, para mejorar la situación, sus sentimientos probablemente van a mejorar: se sentirá menos deprimida, más esperanzada, y ganará en autoestima. —Haga que la persona lo llame por teléfono entre las sesiones para que usted conozca cómo va resultando el plan de acción; concerté una entrevista para verla nuevamente. —Aliente a la persona para que movilice sus recursos para enfrentar la crisis: sus recursos espirituales, interpersonales, interiores y prácticos. —Siga afirmando a la persona manifestando aprecio por cualquier cosa que él o ella haga para manejar la crisis responsablemente. —Discuta las posibilidades de crecer en la capacidad de enfrentar exitosamente los problemas. —Establezca día y hora para encontrarse pronto otra vez.

*D. Desarrolle un plan de acción y crecimiento continuo:*

- En los próximos encuentros, pida a la persona que describa qué ha sucedido al ejecutar el plan de acción, destacando los éxitos, por pequeños que sean.
- Ayude a la persona a desarrollar metas ulteriores de acción para enfrentar otros aspectos de la crisis (¿Cuál será el próximo paso?). Repita las partes de B y C que sean necesarias para ayudar a la persona a proseguir la acción eficaz.
- Dígale a la persona que cuanto más se enfrenta eficazmente al problema, más fácil será su solución, porque sus músculos para

enfrentar problemas adquieren fortaleza. Una esperanza realista basada en las potencialidades y éxitos de la persona aumenta a medida que la propia fuerza es utilizada y crece fortaleciéndose. —Estimule a la persona a buscar a otros que atraviesan crisis similares, para ayudarles y recibir ayuda. —Ayude a la persona a unirse a un grupo permanente de apoyo (un grupo de personas enlutadas, Alcohólicos Anónimos, un grupo de oración para el apoyo mutuo, etc.). —Ayude a la persona a reconocer el crecimiento que tiene lugar mediante el enfrentamiento constructivo de la crisis. —Después que disminuye el pico de la crisis, estimule a la persona a reflexionar sobre la experiencia de crisis y aprender de ella. —Ayude a la persona a colocar la crisis en el contexto de su fe, y así crecer espiritualmente.

### **Cuidado y asesoramiento en las crisis de desarrollo**

Una comprensión de los problemas y probabilidades de cada etapa de la vida es un archivo invaluable en la tarea del cuidado pastoral y en los programas de asesoramiento capaces de dar una respuesta a los problemas cambiantes de las personas a lo largo de las distintas fases de la travesía de su vida:

Cuando uno se coloca los lentes de la esperanza y crecimiento, cada etapa de la vida, del nacimiento a la muerte, ofrece un conjunto fresco de posibilidades emergentes que no existían en las etapas previas. Esta toma de conciencia es fuente de esperanza creciente. Cada etapa lleva en sí misma un nuevo conjunto de problemas, limitaciones, frustraciones y pérdidas. Estas realidades dolorosas hacen que muchas personas busquen asesoramiento. La estrategia es ayudar a la gente a vérselas con los problemas y pérdidas mediante el desarrollo de las nuevas fuerzas y posibilidades de su particular etapa en la vida. La orientación para el desarrollo implica también una estrategia de prevención positiva que incluye la provisión de grupos de crecimiento fácilmente accesibles, para ayudar a la gente a desarrollar los tesoros especiales de cada etapa.<sup>24</sup>

Como mapa cognitivo para la comprensión de las etapas de la vida, utilizo una versión ampliada de las conocidas etapas de crecimiento de Eric Erikson, aumentada por los estudios recientes sobre el desarrollo del adulto y corregida por las investigaciones de las psicólogas feministas del desarrollo. Este esquema conceptual puede ayudar a un pastor y a una congregación a evaluar su programa actual de atención pastoral y a fortalecerlo mediante el desarrollo

de nuevos programas y grupos de cuidado pastoral que den una respuesta a las necesidades de quienes se encuentran en crisis particulares de crecimiento, como, por ejemplo, padres primerizos, padres cuyos hijos ya han salido del hogar, o recientes jubilados. Ya he considerado las oportunidades de cuidado y asesoramiento en las etapas de la vida en otra parte.<sup>25</sup>

Al pensar en la naturaleza y las potencialidades de las crisis, recuerdo que la palabra china para crisis se forma con dos caracteres, uno significa «peligro» y el otro «oportunidad». ¡Cuan cierto es esto de las crisis en general, pero más particularmente de las crisis de desarrollo! En cada etapa de la vida uno se halla ante una nueva encrucijada de su sendero: una dirección conduce a una mayor plenitud, la otra hacia una plenitud disminuida. El cuidado pastoral se propone ayudar a la gente a desarrollar las posibilidades particulares propias de cada etapa y así manejar los nuevos desafíos, frustraciones y pérdidas que ella trae. Crisis y pérdidas son parte de la vida de todos. ¡El modo en que las manejamos determina si nos estancamos o crecemos!

La iglesia necesita una estrategia innovadora que capacite a la gente que está en la edad adulta y la subsiguiente a descubrir y desarrollar la vida en toda su plenitud durante la segunda mitad de la vida. Desafortunadamente, a muchas personas les cabe la descripción: «Falleció a los cuarenta; sepultado a los setenta». La perspectiva de crecimiento durante todo el ciclo de la vida se torna más difícil, pero también crecientemente vital para la plenitud, en la edad adulta y luego de ella. Las personas que tienen entre 40 y 65 años de edad constituyen una nueva mayoría en los Estados Unidos. La edad promedio de nuestra población se eleva cada año.<sup>26</sup> Para responder a las necesidades del número creciente de personas de edad avanzada, todas nuestras instituciones de servicio deben desarrollar programas más imaginativos de educación permanente, y de grupos de crecimiento y de servicio a la comunidad, dirigidos a permitir que las personas en dichas edades desarrollen más y mejor su patrimonio no utilizado.

Las iglesias tienen una oportunidad sin parangón de desarrollar programas estimulantes de cuidado mutuo, aprendizaje, misión, ya que hay mucha gente de edad adulta y jubilados en su membresía. Sin menospreciar las importantes necesidades de atención de los niños, jóvenes y adultos jóvenes, las congregaciones que definen su misión como la de ser centros de integralidad para toda la vida, son desafiadas ahora a ministrar más creativamente a quienes están en la segunda mitad de la vida. En el programa de la iglesia dirigido a ministrar a las necesidades de la comunidad, los mayores de 40 años constituyen una mina de oro, escasamente explotada, de conocimientos, habilidades, influencia y sabiduría obtenidos en el diario vivir. El equipo laico de cuidado pastoral y la fuerza de tareas de servicio y acción social deberían aprovechar intensamente la pericia de estos hombres y mujeres maduros.

## La salud integral y la crisis de la enfermedad

El interés renovado por la salud integral y la sanidad en la iglesia contemporánea tiene profundas raíces en la herencia bíblica.<sup>27</sup> En el Nuevo Testamento, la búsqueda de la salvación se entreteje con la búsqueda de la sanidad. En la Gran Comisión, Jesús envió a sus seguidores a sanar así como a bautizar y predicar las buenas nuevas (Mr. 16.15-18). Jesús ha sido llamado «el gran médico», desde los primeros siglos de la era cristiana. Los escritos de la iglesia primitiva incluyen instrucciones específicas para sanar a los enfermos (Stg. 5.14-15). A lo largo de la Edad Media prosiguió un fuerte énfasis sobre la curación física a través de lo espiritual. Desafortunadamente, este aspecto del ministerio ha sido relativamente descuidado por las principales iglesias durante los siglos recientes. La concentración del movimiento moderno de asesoramiento pastoral en la metodología psicoterapéutica y los descubrimientos de las ciencias psicológicas ha sido una fuente importante de la vitalidad del movimiento. Pero también ha contribuido a proseguir el descuido de la herencia de sanidad espiritual. Es bueno recordar que las palabras *health* (salud), *heal* (sanar), *hale* (sano), *whole* (entero, íntegro) y *holy* (santo) derivan de las mismas raíces, o de raíces estrechamente relacionadas, en el inglés antiguo. Uno de los estimulantes desafíos del futuro es recuperar las riquezas de esta herencia e integrarlas con los nuevos recursos del asesoramiento contemporáneo, la psicoterapia y la salud integral.

Durante el tiempo que trabajé como capellán de hospital, me sentí a menudo frustrado por algunos miembros del personal, que percibían mi rol exclusivamente como el de proporcionar recursos religiosos, reducción de la ansiedad y consuelo a los pacientes, especialmente cuando el tratamiento médico había hecho todo lo posible y había fracasado. Aunque yo consideraba a esas funciones tradicionales como valiosas, sentía que el rol del ministro hacia los enfermos tenía también otra dimensión significativa, la de ayudar a posibilitar la curación. La experiencia en años recientes ha aumentado mi aprecio de la gran importancia de este segundo aspecto del rol del ministro hacia el enfermo. El empleo experto de los métodos de escuchar atentamente y del cuidado y asesoramiento con los que están enfermos puede ayudarles a abrirse más a los recursos de sanidad provistos por Dios que se hallan en su cuerpo, mente y espíritu y en sus relaciones. Cuando estas aptitudes de asesoramiento tienen una dimensión vertical y emplean los recursos religiosos correctamente, pueden ser particularmente útiles para capacitar a las personas a ayudar a otros a estar abiertos y así experimentar las energías sanadoras del amor de Dios, siempre presente y fuente original de toda sanidad.

El movimiento de salud integral, floreciente movimiento que está ejerciendo cada vez más influencia entre los profesionales de la salud, arroja nueva luz



sobre la naturaleza e importancia del rol del clérigo como parte esencial de cualquier enfoque de la sanidad de la persona total. Este movimiento puede acelerar potencialmente el proceso de recuperación y ampliación de la visión de la herencia cristiana en cuanto a la sanidad. Cuatro principios clave son fundamentales en el pensamiento y la práctica de la salud integral:

- 1) *La salud es mucho más que la ausencia de enfermedad; es la presencia de un bienestar de alto nivel:* un concepto afín a «la vida en toda su plenitud» (Jn. 10.10). Hay muchos grados de bienestar así como los hay de enfermedad.
- 2) *El bienestar de alto nivel incluye las seis dimensiones interdependientes de la vida humana:* física, psicológica, interpersonal, ambiental, institucional y espiritual.
- 3) *Los dos principales factores determinantes del nivel de bienestar o enfermedad son el estilo personal de vida y el nivel de tensión crónica en que se vive.*
- 4) *Las dos claves para mantener un alto nivel de bienes son la conciencia y la comprensión (logradas mediante la educación) del bienestar y la auto-responsabilidad,* lo cual significa aceptar la responsabilidad por vivir de tal manera que el bienestar propio tenga incremento.<sup>28</sup>

Para llegar a ser centros más eficaces de la nutrición de una plenitud vitalicia centrada en el Espíritu, las iglesias deben recuperar su herencia de sanidad y permitirle florecer integrándola con las enseñanzas y métodos del movimiento en pro de la salud integral. Los pastores asesores pueden tener un rol estratégico en este estimulante desarrollo. He aquí algunas enseñanzas en cuanto a la promoción de la salud, que los ministros orientados hacia lo integral pueden practicar y enseñar a sus laicos clave para que las practiquen en el cuidado y asesoramiento pastoral integral, en la enseñanza y en los grupos de crecimiento. *Ellos pueden enseñar a la gente a:*

- Asumir responsabilidad prioritaria por su propio bienestar antes que seguir proyectando tal responsabilidad sobre los profesionales de la medicina.
- Ser amigos de su propio cuerpo, aprendiendo a respetar y cuidar amorosamente este aspecto de su persona, como buenos padres-madres para consigo mismos.
- Alimentarse para el bienestar, aprendiendo qué es una nutrición saludable.
- Varias veces a la semana practicar un ejercicio vigoroso que a la vez les sea placentero: caminar, andar en bicicleta, correr, nadar, para así mantener su cuerpo, mente y espíritu en correcta armonía.
- Evaluar su estilo de vida y los valores que refleja, y revisarlo, para promover así el bienestar y no la enfermedad.

- Aprender una o más técnicas de relajación del cuerpo, para reducir la tensión y centrarse en su «zona de seguridad» por cierto tiempo cada día.
- Vivir de una manera ecológicamente sana, ambientalmente alerta y cuidadosa, y así ayudar a proteger y mejorar la biosfera para sí mismos, para sus hijos y para toda la familia humana.
- Experimentar frecuentemente la energía curativa del juego y de la risa (riéndose *de* sí mismos y de las cosas absurdas de la vida, y *con* otras personas).
- Revitalizar las relaciones entre su cuerpo, su mente y su espíritu, abriéndose mediante la oración y la meditación a la energía del amor presente y actual de Dios, renovando así la conciencia de sentido y misión de su vida.
- Compartir con otros, incluyendo sus hijos y amigos, su comprensión y sus experiencias en cuanto al bienestar y la sanidad. El bienestar es contagioso. Aumenta a medida que compartimos el que ya tenemos.
- Usar la imaginación creativa regularmente para activar las energías autocurativas y los sistemas de inmunidad del cuerpo, participando en su propia recuperación y en la prevención positiva de la enfermedad.

He aquí un resumen de un método imaginativo desarrollado por el médico O. Cari Simonton y la psicóloga Stephanie Matthews-Simonton en su trabajo con pacientes de cáncer. Los pacientes pueden emplear este método para activar los recursos curativos de sus cuerpos en cualquier tipo de enfermedad de mayor o menor gravedad. Está diseñado para complementar y suplementar, no para reemplazar, el tratamiento médico convencional. Yo he agregado un impulso de cura *espiritual* al método de Simonton (5º paso):

- 1) (Relajación total del cuerpo.) Vaya a una habitación tranquila y débilmente iluminada. Cierre la puerta, siéntese en una silla cómoda, con la planta de los pies sobre el piso. [El signo «/» significa dejar de leer y cerrar los ojos mientras se hace esto.] Tome conciencia de su respiración. Respire profundamente varias veces y, al respirar, repita la palabra: «Relájate»/... Tensione los músculos de su rostro y alrededor de sus ojos, apretando firmemente, y luego relájelos y sienta que la relación se expande por su cuerpo./Mueva lentamente su cuerpo [tensionando y aflojando] en sentido descendente: mandíbulas, cuello, hombros, brazos, antebrazos, manos, pecho, abdomen, muslos, pantorrillas, tobillos, pies, hasta que todas las partes de su cuerpo estén más relajadas. Para cada parte de su cuerpo figúrese mentalmente la tensión; luego figúrese que la tensión se disuelve dando lugar a la relajación. Ahora imagínese que está en un ambiente natural, agradable, cualquiera que a usted le resulte confortable. Complete mentalmente los detalles de color, sonido y composición.

- 2) Cree un retrato mental de cualquier malestar o dolor que tenga ahora, visualizándolo de modo que tenga para usted algún sentido. [Retenga éste y los retratos subsiguientes en su mente por lo menos un minuto o dos.]
- 3) Haga un retrato mental de cualquier tratamiento que esté recibiendo y véalo eliminando la causa del malestar o dolor, o fortaleciendo la capacidad de su cuerpo para curarse a sí mismo.
- 4) Haga un retrato mental de las defensas naturales de curación eliminando la fuente del malestar o dolor [p.ej., imagine a los millones de glóbulos blancos como pequeñas aspiradoras o como componentes de un equipo de limpieza que están higienizando su cuerpo de la infección, tensión u otras causas del sufrimiento].
- 5) Imagine una Luz suave, algo por encima de su cabeza y justo enfrente de usted, la energía curativa del amor de Dios./Imagine que esa Luz inunda todo su cuerpo: bañando, limpiando y sanando cada célula, particularmente en el área de su malestar o dolor.
- 6) Imagínese a sí mismo libre de su enfermedad o dolor [pleno de energía disfrutando de la vida].
- 7) Palméese mentalmente a sí mismo en la espalda, por participar en su recuperación. Trate de practicar este ejercicio de imaginación y relajamiento mental tres veces por día, permaneciendo despierto y alerta al hacerlo.<sup>29</sup>

Algunas personas hallan que es útil grabar estas instrucciones, dejando adecuados intervalos de tiempo entre los distintos pasos, y así pueden mantener sus ojos cerrados mientras practican el ejercicio.

Un ejercicio de imaginación como éste también puede utilizarse para algunos problemas psicológicos o interpersonales. Antes de tratar de enseñar este método a personas con enfermedades físicas o psicofisiológicas, es esencial haber leído y asimilado *Getting Well Again* (Recuperándose). Este método puede presentarse describiendo a la persona, brevemente, cómo el uso regular del método puede mejorar su autocuración física y/o psicológica, preguntándole luego si le agradaría probarlo. En caso de enfermedades graves que amenazan a la vida, tales como el cáncer, es importante hablar con el médico de la persona para ver si hay algún problema en el uso de esta forma de ministerio de sanidad con un paciente determinado.

El hecho de que este método parezca ser eficaz para mejorar el proceso de curación en algunas personas es otra indicación de la enorme influencia de la mente y el espíritu sobre el bienestar físico. Las implicaciones de estos métodos imaginativos para el ministerio son ciertamente profundas. Estos métodos pueden integrarse con antiguos ritos de sanidad de la tradición cristiana, tales

como la oración por los enfermos y la imposición de manos. Los pastores que están capacitados para el asesoramiento y el empleo de métodos curativos tradicionales y contemporáneos pueden contribuir de manera singular a la autocuración de las personas. El movimiento de salud integral puede proveer nuevos puentes de comunicación y colaboración entre los profesionales de la salud, incluyendo a los ministros. Ello puede guiar a una comprensión creciente de la centralidad de la salud espiritual en el bienestar de la persona total y de la importancia de los ministros bien entrenados en esta dimensión de la sanidad.

### Sesión de práctica de la realidad

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** Recuerde una crisis significativa de su propia vida y revívala ahora. Busque la ayuda del ministro para manejar sus sentimientos incompletos, tomando las decisiones y llevando a cabo las acciones necesarias para resolver esa crisis plenamente. O desempeñe el rol de una persona bien conocida por usted y que atraviesa una crisis dolorosa. Métase en la situación y sentimientos de esa persona, de modo que usted *sea* tal persona, con toda la empatía posible. Hallará que es muy útil desempeñar el rol de alguien a quien ha estado tratando de ayudar sin mucho éxito.

**EL ROL DEL PASTOR:** Al asesorar a esa persona, emplee el acercamiento ABCD de ayuda en casos de crisis. Ponga atención en la manera en que sus propias experiencias de crisis y pérdidas influyen en su asesoramiento, positiva o negativamente.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Ayude al pastor a utilizar el método ABCD eficazmente.

# CAPÍTULO 9

## El cuidado y asesoramiento en el duelo

Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación.

—MATEO 5.4

El cual nos consuela en todas nuestras tribulaciones, para que podamos también nosotros consolar a los que están en cualquier tribulación.

—2 CORINTIOS 1.4

En medio del invierno, finalmente aprendí que había dentro de mí un verano invencible.

—ALBERT CAMUS<sup>1</sup>

El duelo es una crisis humana universal, que golpea a todos tarde o temprano. Los ministros son los profesionales clave en ayudar a las personas con esta crisis. Wayne Oates observa:

A través de los siglos, el pastor ha sido la principal persona responsable para tratar a los afligidos ... Haya aceptado o no el pastor estas responsabilidades, las haya realizado o no con habilidad y sabiduría, haya apreciado o no el peso de las expectativas puestas sobre él, la gente continúa buscándolo cuando se trata de atender a un afligido.<sup>2</sup>

Los pastores son los únicos profesionales con entrenamiento en asesoría que tienen la puerta abierta al mundo de las personas que más sufren. Esto les da

una oportunidad y una responsabilidad sin paralelos para ser guías y compañeros eficientes de los afligidos mientras estos caminan por el valle de sombras de una pérdida. Obviamente, corresponde a los pastores desarrollar un alto grado de competencia en el cuidado y asesoramiento de los afligidos. No existe otra dimensión en el ministerio del cuidado pastoral en la cual los riesgos sean más altos en términos de integridad humana. El psiquiatra Erich Lindemann, un pionero en la investigación del sufrimiento, informa:

Las investigaciones demuestran que muchas personas se enferman luego de la muerte de un ser querido. Muchos más pacientes de hospital han tenido períodos de aflicción recientes en comparación con otros miembros de la población en general... Aún más ... en muchos trastornos físicos y psicológicos la mecánica del sufrimiento desempeña un rol significativo.<sup>3</sup>

El sufrimiento está involucrado en todos los cambios, pérdidas y transiciones significativas de la vida, no sólo en las relacionadas con el fallecimiento de un ser querido. Cualquier hecho de la vida en la escala del estrés de Holmes-Rahe involucra alguna pérdida y, por lo tanto, sufrimiento. Existen evidencias de que muchas enfermedades psicofisiológicas (psicosomáticas) están relacionadas con un sufrimiento que no ha sido reparado. Lo mismo ocurre con muchos de los casos de alcoholismo y otras enfermedades adictivas (incluyendo la adicción a los alimentos). Hace algunos años, el personal de un centro de asesoramiento pastoral y crecimiento, del cual soy director clínico, decidió preguntarles a todas las personas que buscaban ayuda si habían experimentado grandes cambios o pérdidas en los dos años precedentes. Más de un tercio de nuestros pacientes pudo identificar una pérdida dolorosa, una experiencia de encierro o una privación. En muchos casos, una pérdida grande se relacionó con el surgimiento o el empeoramiento dramático de los síntomas dolorosos que los llevó a buscar ayuda. Las personas incluidas tenían una amplia gama de problemas: depresión, crisis matrimoniales y familiares, problemas sexuales, dificultades en el trabajo, abusos de medicamentos, enfermedades psicofisiológicas y problemas religiosos. También había personas con malestar espiritual general: aburrimiento, falta de deleite, sensación de no tener vida, falta de energía creativa y de propósito en la vida.

El sufrimiento bloqueado que queda sin solucionar tiene un pesado costo, que mina la creatividad. Cuanto más se posterga la sanidad, más costosa es la acción de este sufrimiento sobre la integridad de la persona. El fallecimiento de mi hermana menor, Rut, al cumplir un año, cuando yo tenía cuatro años y medio ensombreció oscuramente la vida de nuestra familia. Todos pagamos un alto precio por no saber cómo experimentar la sanidad de nuestro sufrimiento. Más de treinta años de vivacidad apagada, de falta crónica de impulsos y de

períodos depresivos en mi vida siguieron la muerte de Rut antes de que mi herida provocada por el sufrimiento, que estaba oculta pero infectada, fuera arrojada en mi terapia de modo que pudiese tener lugar la sanidad. Si nuestro pastor hubiera sabido cómo ayudar a mi familia a expresar y trabajar nuestros sentimientos devastadores de pérdida y culpa, todos podríamos habernos ahorrado años de sufrimiento innecesario y de plenitud disminuida.

Existe en la mayor parte de las congregaciones y comunidades una epidemia de heridas provocadas por el sufrimiento no sanadas ni identificadas, en particular relacionadas con grupos considerables de personas mayores. La vida es una serie continua de separaciones y pérdidas, pequeñas y grandes. Saber encarar la aflicción es parte indispensable del crecimiento humano. Muchas \ pérdidas son oportunidades potenciales para el crecimiento personal y espiritual. La frecuencia de las pérdidas se acelera a medida que pasan los años. Por esta razón, aprender a enfrentar las pérdidas sin que nos dejen inválidos es una habilidad esencial para envejecer con creatividad. La disminución del apoyo de la comunidad y de los ritos corporativos que rodean a la muerte y al luto en nuestra sociedad ha hecho que sea más difícil recuperarse de la aflicción. La falta de raíces de la multitud solitaria en la gran ciudad ha privado a millones de personas del cuidado de la comunidad. Las crisis y las tragedias personales se ven exacerbadas por la soledad y la crisis social de nuestro mundo.

En la última década, le he preguntado a muchos grupos de adultos, tanto de laicos como de profesionales: «¿Cuántos de ustedes han tenido cambios o pérdidas dolorosas en los últimos años?» En la mayoría de los grupos, dependiendo de su edad, levantan la mano entre un 35 y un 50%. Dado que la mayoría de nosotros somos adictos a esconder nuestras heridas (aun de nosotros mismos), intuyo que el porcentaje de aquellos que tienen heridas causadas por el sufrimiento es en verdad mucho más alto. Se necesita de una nueva estrategia para que aquellos que tienen heridas abiertas encuentren la sanidad. Las congregaciones y sus pastores deben desempeñar un rol central en el diseño y la ejecución de esta estrategia.

La pérdida de alguien que ha sido parte significativa del propio mundo de significados y satisfacciones es una amputación psicológica. La intensidad de su traumatismo depende de la naturaleza y la importancia de esta relación en la vida de la persona. Las respuestas que las personas utilizan para sobrellevar las grandes aflicciones son las mismas que han aprendido al sobrellevar privaciones, frustraciones o pérdidas anteriores, sean pequeñas o grandes. Estas son las habilidades aprendidas de su cultura, tal como se filtran de las respuestas que han dado sus padres a situaciones de pérdida. Si la persona ha aprendido habilidades constructivas, orientadas hacia la realidad, su psiquis seguirá un proceso algo predecible mezclando los sentimientos poderosos que

resultan de la aflicción y los ajustes que se requieren para vivir sin lo que se ha perdido. Lindemann llama «indicios de aflicción» al proceso por medio del cual se sana la herida provocada por el sufrimiento. La tarea la realiza la psiquis de la persona que sufre.<sup>4</sup>

### La sanidad de la herida provocada por la aflicción

El siguiente cuadro enlista las cinco tareas que encierra este proceso y el tipo de ayuda para facilitar la realización de cada una de ellas.<sup>5</sup>

#### Indicios de aflicción

- |  |   |
|--|---|
| 1. Se experimenta shock emocional, enmudecimiento, negación y aceptación gradual de la realidad de la pérdida.   | <i>Ayuda que se necesita</i><br>Un ministerio de cuidado y presencia, de ayuda práctica y de consolación espiritual.  |
| 2. Se experimenta, expresa y trabaja por medio de sentimientos dolorosos: por ejemplo, culpa, remordimiento, apatía, enojo, resentimiento, anhelo, desesperación, ansiedad, vacío, depresión, soledad, pánico, desorientación, pérdida de una identidad clara, síntomas físicos, etc.  | Un ministerio de cuidado con capacidad de escuchar animadamente para alentar una catarsis completa.   |
| 3. La aceptación gradual de la pérdida recobrando nuevamente la vida menos lo que se había perdido, haciendo decisiones de sobrellevar la nueva realidad; estar dispuesto a dejar viejas maneras de satisfacer las propias necesidades y aprender nuevas formas de hacerlo. Decir «adiós» e invertir las energías de la propia vida en otras relaciones. | Un ministerio de cuidado y asesoramiento en momentos de crisis, que aliente la comprobación de la realidad, y apoye la difícil tarea de reconstruir la propia vida (con el enfoque ABCD). |

Excepto por las dos primeras, esta lista de indicios de aflicción no se da necesariamente en una secuencia lineal. Por ejemplo, aprender a sobrellevar la nueva realidad que trae aparejada la pérdida (punto 3) comienza casi inmediatamente después de la pérdida y continúa durante el resto. (Discutiremos estos indicios ahora relacionándolos con la pérdida de un ser querido; los indicios son similares en otras pérdidas graves.)

Cuando golpea la muerte o cualquier otra pérdida seria, la respuesta común es la sensación de enmudecimiento y shock psicológico (anestesia natural) que se mezcla con sentimientos de irrealidad, el estar en una pesadilla de la cual se espera despertar. La mente no puede aceptar el tremendo dolor, la realidad de que la persona se ha ido verdaderamente. La aceptación de la totalidad de

esta realidad de pérdida debe ocurrir en algún momento o la sanidad será incompleta. Esta aceptación debe tener lugar gradualmente, por lo general durante un período de meses.

El rol del pastor al alentar la aflicción normal es cooperar con el proceso de recuperación interior de la psiquis. Durante esta etapa de shock, el cuidado efectivo incluye métodos de apoyo, entre ellos el de gratificar necesidades de dependencia. Las pérdidas graves activan al Niño interior (en términos psicoterapéuticos), y muchas veces traen consigo sentimientos dolorosos de ansiedad, privación y abandono. La necesidad de consuelo es intensa. No recuerdo nada de lo que el pastor dijo durante el entierro de mi madre, pero recuerdo con aprecio que puso su mano en mi hombro al dejar la capilla funeraria luego del servicio religioso. Las acciones que tienen que ver con el ministerio, incluyendo las lecturas bíblicas, las oraciones, los himnos y los rituales que nos son familiares, muchas veces son un consuelo silencioso para los afligidos. Tanto el contacto físico como los regalos de comida son formas simbólicas no verbales de comunicar cuidado y nutrición. El equipo laico de una congregación dedicado al cuidado o a la recuperación de la aflicción debería rodear a la persona que sufre y a su familia con el apoyo y el cuidado que necesitan. La comida luego del funeral afirma la continuidad de la vida a pesar de la pérdida. Comer juntos se convierte en una suerte de comida comunitaria, una manera de decir: «podemos y debemos seguir adelante juntos».

Al buscar comprender por qué las heridas causadas por la aflicción se sanaban relativamente rápido en ciertas personas, en otras muy lentamente, y en otras no sanaban, después del incendio del local bailable *Coconut Grove* en 1942, en los alrededores de Boston, Lindemann hizo un descubrimiento sorprendente: *experimentar y expresar los sentimientos de agonía de manera completa es parte indispensable del proceso de sanidad!* Los sentimientos bloqueados equivalen a retardar el logro de la sanidad. Así, se facilita el segundo paso en la expresión de la aflicción alentado por la disposición a escuchar activamente, que permite una completa catarsis de cualquier sentimiento que la pérdida hizo surgir en la persona. Los sentimientos incluidos pueden ir desde la desesperación total al alivio y el gozo. Muchas veces los sentimientos son ambivalentes y conflictivos. La función de la catarsis comienza a desarrollarse de manera intermitente a medida que disminuyen gradualmente el enmudecimiento y la negación, y se permite la toma de conciencia de la inflexible realidad de la pérdida. En las grandes pérdidas, trabajar los sentimientos tiene lugar en distintos niveles y, por lo general, toma un año. Se requieren varios años de trabajo luego de pérdidas tremendas como la muerte de uno de los esposos o de un hijo. Hace casi siete años que falleció mi padre. La mayoría de mis sentimientos sobre su muerte han sido trabajados y se han liberado. No obstante, hace poco experimenté una ola de tristeza y de nostalgia

cuando vi un rincón lleno de cañas de pescar en la habitación de un hombre anciano que estaba visitando. (A mi padre le encantaba pescar.)

Para ayudar a las personas a realizar la catarsis sanadora de su aflicción, se debe ir contra la tendencia cultural que evita los sentimientos dolorosos. Durante la visita inmediatamente después del fallecimiento, mientras se planea el entierro, el ministro debe alentar a la familia afligida a conversar sobre su ser querido: las circunstancias de su muerte, y los recuerdos y atributos que más amaban de esa persona. (Estos recuerdos amados bien pueden incorporarse en el mensaje en memoria del difunto durante el entierro.)

Uno de los propósitos del funeral es facilitar la liberación emocional de los sentimientos de aflicción. Lo que se dice durante el servicio debería ser directo y claro acerca de la dolorosa realidad de la pérdida, en lo que concierne a esta vida, y lo apropiado del duelo. No se debería decir nada que implique que el estoicismo ante la aflicción es señal de verdadera fuerza o de virtud cristiana, o que aquél cuya fe es genuina no experimentará aflicción. El funeral debería incluir himnos, oraciones y lecturas bíblicas familiares que brinden consuelo espiritual y también ayuden a liberar sentimientos de condena. Una meditación que permita expresar la aflicción sobre un texto como «Jesús lloró» (Jn. 11.35) o «Bienaventurados los que lloran» (Mt. 5.4) puede ayudar a dar permiso a la aflicción para aquellos que la necesitan. (La palabra griega «llorar» en este pasaje se refiere al tipo más abierto y demostrativo de llanto y lamento.) El funeral es también un servicio de agradecimiento por la persona fallecida, un servicio de apoyo a los afligidos por parte de la comunidad cristiana, y una afirmación de las creencias de la comunidad que ayuda a los afligidos a poner su pérdida en el contexto más amplio de su fe que afirma la vida. El pastor puede ayudar a la familia y a los amigos a hacer su duelo expresando sus propios sentimientos de tristeza y pérdida, y creando rituales adecuados para la participación, invitando a todos a poner una flor sobre el féretro al dejar la tumba.

Es crucial que el cuidado y el apoyo de la familia continúe durante las semanas y los meses que siguen al funeral. Muchas personas no se dan cuenta de que los afligidos continúan necesitando un apoyo especial durante el extenso proceso en el cual se trabaja la pérdida. Se puede alentar la catarsis de sentimientos haciendo preguntas como las siguientes al visitar a la familia luego del funeral: «¿Cómo se siente desde el funeral?» «¿Qué tipo de recuerdos continúan viniéndole a la mente?» «¿Se permite llorar seguido?» «¿Le cuesta seguir adelante?» «¿Puede contarme más sobre la manera en que su ser querido falleció?»<sup>6</sup>. Los dos sentimientos que más infectan la herida de la pérdida son la *culpa* no resuelta (remordimiento y vergüenza) y el *enojo* (resentimiento e ira). Es importante, por lo tanto, hacer preguntas como «Si pudiera revivir a su ser querido, ¿qué haría diferente?», «¿Siente mucho enojo o resentimiento?» y «¿Ha podido expresar sus sentimientos?» Estas preguntas

sólo deberían hacerse cuando el pastor está dispuesto a ayudar a la persona a expresarse, a través de la conversación, y a liberar y resolver los intensos sentimientos que pueden despertarse en ella.

La manera en que las personas responden a las pérdidas varía mucho y depende de los propios recursos, de la calidad y la extensión de la relación, de la oportunidad de la pérdida, de si la muerte era esperada y de la naturaleza de la muerte. Cuanto más dependiente y ambivalente haya sido la relación, más largo y complicado será el proceso de recuperación. El duelo que sigue a la muerte inesperada de niños o de gente joven por lo general es extremadamente difícil. Las muertes repentinas e inesperadas o violentas, por lo general, son seguidas por duelos más extensos y difíciles que las muertes lentas y esperadas. Existen varias razones para esto: no ha habido ninguna preparación para el duelo antes de la muerte; el impacto es mayor y también lo es el enojo; existen más aspectos no acabados de la relación, lo que produce una culpa mayor; el rol social que queda vacante no ha sido suplido gradualmente. Las muertes donde el cuerpo se pierde o aparece terriblemente mutilado (de modo tal que el féretro permanece cerrado) por lo general demandan una recuperación prolongada porque las personas afligidas no son capaces de aceptar la realidad de la pérdida ni de hacerse una imagen del cuerpo de la persona fallecida. Debido a que nuestra propia identidad y la de los otros está relacionada con la imagen del cuerpo, tener la oportunidad de hablar sobre los sentimientos acerca del cuerpo es casi siempre esencial para que la herida causada por la pena se sane completamente. La visita tradicional que se hace al fallecido antes del funeral, cuando el cuerpo es visible, puede convertirse en una experiencia que permita expresar la pena a muchos de los deudos.

La difícil tarea de reconstruir la vida sin la persona fallecida implica cambiar incontables hábitos cotidianos, aprender nuevas maneras de satisfacer necesidades que antes suplía la persona fallecida, y tomar muchas decisiones sobre cómo sobrellevar los nuevos problemas que crea la pérdida. Los miembros de la iglesia en general, y el equipo de laicos dedicados al cuidado en particular, deberían ser guiados para funcionar como una familia extensa substituída para aquellos que no tienen el apoyo del sistema, ofreciendo la ayuda práctica y el apoyo emocional que necesitan. Ese apoyo puede ser variado: por ejemplo, la viuda que nunca ha manejado sus finanzas o el viudo que nunca cocinó necesitan ayuda para aprender a hacerlo. Se necesita apoyo emocional y constatación de la realidad para que las personas afligidas tomen decisiones y comiencen a aventurarse a mantener nuevas relaciones y nuevas experiencias: por ejemplo, ir a reuniones sociales sin la persona fallecida, salir con alguna otra persona, comenzar un trabajo nuevo. Dos señales de que las personas están alcanzando a completar el proceso de recuperación son decir «adiós» (emocionalmente) a la persona fallecida e invertir algo de energía en otras

relaciones. La herida provocada por la pérdida no puede sanarse plenamente hasta que uno *haya aceptado la realidad* de la pérdida, *haya renunciado* a los lazos emocionales con la persona fallecida, y haya comenzado a formar otras relaciones que provean de nuevas fuentes de satisfacción interpersonal.

Los recursos religiosos cumplen una función mucho mayor que de mero apoyo durante el duelo. La muerte de otra persona nos confronta con nuestra propia mortalidad. La ansiedad existencial (sobre la cuestión del no ser) puede manejarse de manera constructiva sólo dentro del contexto de una fe vital. Los símbolos y afirmaciones de la tradición religiosa de cada uno pueden tocar niveles profundos de la psiquis renovando gradualmente sentimientos de confianza fundamentales que por sí solos pueden permitir que las personas manejen su ansiedad existencial de manera creativa. Por lo tanto, las funciones educativas y sacerdotales del ministro son importantes para ayudar a los afligidos a poner su pérdida en el contexto de la fe. La capacidad de un pastor para facilitar el crecimiento espiritual puede ayudar a las personas que están de duelo a aumentar su fe y a revitalizar su relación con Dios.

En asesoramientos en momentos de crisis y de aflicción, la raíz original de la palabra «religión» —*religio*, juntar— tiene un significado dinámico. Cuando una pérdida nos sacude y fragmenta nuestra vida, la religión vivida con vitalidad puede ayudar a unirla, restaurando algo del sentido de coherencia y significado. La crisis de la muerte confronta a algunas personas con la pobreza o la obsolescencia de sus creencias y valores. Esta toma de conciencia puede abrirles a un proceso de crecimiento que implique revisar y renovar su vida espiritual. La renovación de la fe, por lo general, se desarrolla sólo después de haber terminado buena parte del duelo, cuando la persona puede reflexionar y aprender de la dolorosa pérdida.

Al trabajar con las personas que están de duelo (como así también con las personas impedidas de por vida), es crucial ayudar a distinguir entre lo que puede cambiarse y lo que no puede cambiarse en su situación. La familiar oración de Alcohólicos Anónimos, «Oración por la serenidad», (escrita por Reinhold Niebuhr) puede ser útil en este tipo de asesoramiento:

Otórgame la serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, El coraje para cambiar lo que puedo cambiar, Y la sabiduría para conocer la diferencia.

Al reflexionar sobre la terapia para momentos de crisis, Gerald Caplan afirma:

No todos los problemas se solucionan quitando las amenazas a la necesidad de encontrar satisfacción; pero en estos casos, también, un tipo de actividad «sana», que consista en un *acto de resignación en la satisfacción*

*de una necesidad y su reemplazo por alternativas*, puede diferenciarse del hecho de evitar los problemas de manera «enferma» cuando no se toman decisiones ni se resuelve el conflicto. Así, en la crisis del duelo ... la persona que sufre debe resignarse activamente a la imposibilidad de satisfacer sus necesidades a través de la interacción con la persona fallecida. Psicológicamente debe «enterrar a los muertos»; sólo después de haberlo hecho se sentirá libre para buscar la gratificación de estas necesidades en otras personas. Aquellos que sobrellevan su duelo mal pueden pretender que la persona querida no esté muerta, o introyectar su imagen mágicamente tomando características del fallecido en la propia personalidad, evitando así el doloroso acto de resignación. Es probable que esto dé como resultado que sus energías queden tan atadas a la persona fallecida, que no podrán liberar su amor para otros.<sup>7</sup>

### La herida provocada por un duelo, que no sana

En la recuperación normal del duelo, las personas gradualmente encaran esos sentimientos ambivalentes que están presentes en toda relación íntima. Si, por el contrario, las personas continúan idealizando a la persona fallecida, están usando los mecanismos de defensa de la negación y la represión. Estos mecanismos permiten evitar la agonía de la pérdida, pero también impiden que sane la herida provocada por su aflicción.

La herida está infectada y no puede sanarse hasta que la persona encare los sentimientos reprimidos.

Aquí detallo algunas señales de peligro que pueden indicar la existencia de una aflicción patológica si persiste por varios meses o más tiempo: aumento del alejamiento de las relaciones y actividades normales; ausencia de llanto; llanto que no disminuye; grave depresión que no mejora; problemas psicosomáticos graves; desorientación; cambios en la personalidad; culpa, enojo, fobias o graves pérdida de interés en la vida, que no disminuyen; evasiones continuas por medio de drogas o alcohol; sentimientos de muerte interior. Un asesoramiento capacitado para momentos de duelo en las primeras etapas de estas respuestas inadaptadas puede ayudar a sanar algunos aspectos de este duelo patológico. Cuando los pastores se encuentran con lo que parece ser un duelo bloqueado, deberían alentar a la persona a hablar y expresar sus sentimientos sobre su relación con el fallecido, y continuar haciéndolo hasta que se confronten estos sentimientos y se los exprese completamente. Al responder aceptando las expresiones tentativas de sentimientos mezclados o negativos, se facilita una mayor catarsis. Junto con el resentimiento y/o el enojo (hacia la persona fallecida, Dios, los parientes, los médicos, etc.) existe, por lo general, una carga de culpa con relación a estos sentimientos que debe ser

trabajada. La herida del duelo debe sanar desde adentro. La sanidad no puede ser forzada, pero la relación de asesoramiento puede facilitar el proceso. Si los síntomas de duelo patológico persisten luego de varios meses a pesar del esfuerzo del ministro, es imperativa una derivación a un psicoterapeuta competente. Cuanto más se retrasa el duelo, más doloroso y costoso será para la salud mental y espiritual de la persona, y se precisarán más recursos psicoterapéuticos para lograr la sanidad.

Es importante destacar que el duelo *en sí mismo* no es una enfermedad. Es un proceso normal de sanidad en el ser humano para el cual la mayor parte de las personas cuenta con los recursos adecuados, recursos que el asesoramiento pastoral puede ayudar a movilizar. Sólo cuando la herida provocada por la aflicción se infecta se convierte en un proceso patológico que requiere asesoramiento o psicoterapia. En nuestra cultura, que niega la muerte, muchas heridas provocadas por la aflicción se infectan. La mayor parte de estas infecciones son relativamente sin importancia y responderán a la capacidad de ayuda del asesor pastoral.

### La conformación y el liderazgo de un grupo de ayuda en el duelo

La nueva estrategia que se necesita para capacitar a una congregación para que ministre más eficazmente a los afligidos tiene tres partes. La primera es informar a los miembros de la congregación, a través de los sermones y del programa educativo para adultos, acerca de la naturaleza y la importancia del duelo, y cómo pueden alentar este acto de sanidad en sí mismos, en sus familias y amigos. La segunda parte de la estrategia es capacitar a un equipo de laicos cuidadosamente seleccionados para esta tarea de cuidado para que lleve mucho del peso del apoyo a las personas que atraviesan un duelo normal en la congregación (ver cap. 16). Hay demasiadas personas que atraviesan una variedad de crisis, pérdidas y transiciones en cualquier congregación típica, y el proceso de recuperación plena es demasiado extenso (por lo menos un año y a veces mucho más) para que el ministro trabaje solo para responder plenamente a estas múltiples necesidades de cuidado pastoral.

El pastor de una congregación en el centro de Minneapolis descubrió que ministrar a los que estaban de duelo le requería más tiempo que cualquier otra actividad. Cuando tomó conciencia de la cantidad de viudas y viudos que había en su congregación, se dio cuenta de que tenía un rico recurso para el cuidado pastoral al alcance de su mano:

Invité a las personas viudas a reunirse con él para planear un ministerio laico con las personas que atraviesan por un duelo ... Cada año se

organiza un período de capacitación de seis semanas para nuevos colaboradores en este ministerio. Cuando alguien muere, el pastor elige a un miembro de este grupo como ministro de duelo y lo presenta a los familiares. Este ministro de duelo se compromete a pastorear a la persona o a la familia que está de duelo durante un año, haciendo contactos regulares que complementan la tarea del pastor.<sup>8</sup>

Hace quince años que existe este ministerio laico, ayudando a que esa congregación sea una comunidad sanadora para muchas personas en duelo.

La tercera parte de la estrategia para ayudar a las personas que están de duelo implica que el pastor debe conformar y guiar (o co-guiar) periódicamente un grupo de sanidad para el duelo. Este tipo de grupo es un medio eficiente para profundizar el ministerio del duelo en una congregación y también una manera de comenzar la capacitación de un equipo laico para atender crisis y aflicciones. La participación en este tipo de grupo puede ayudar a las personas a terminar el propio duelo y a aprender a ayudar a otras personas en duelo. No puedo pensar en ninguna otra cosa que pudiera hacer un pastor o una congregación que podría tener un impacto sanador mayor que dar oportunidad regularmente a la gente que está de duelo a participar en este grupo.

La capacidad que tienen los seres humanos de convertir los signos miserablemente negativos en signos al menos parcialmente positivos —utilizar las crisis y las pérdidas como desafíos para crecer— es una de las grandes cosas que existen en la humanidad. Pero para utilizar el duelo de esta manera se requieren dos cosas: estar en relación de cuidado mutuo y encontrar significado espiritual en la pérdida. Los grupos de sanidad para el duelo son espacios dentro de los cuales muchas veces tienen lugar estas dos experiencias transformadoras.

Los grupos de duelo son relativamente fáciles de conformar y guiar.<sup>9</sup> En una congregación, puede formarse un grupo si el pastor invita a asistir simplemente a todos aquellos que han experimentado alguna pérdida en los últimos dos o tres años. Por lo general, todo lo que se necesita para reunir al grupo es realizar invitaciones personales por teléfono y una invitación general a través del boletín de la iglesia para alcanzar a otras personas. En el mismo grupo pueden incluirse personas con una variedad de tipos de pérdidas, a pesar de que ayuda tener al menos dos personas con el mismo tipo de pérdida (p. ej., divorcio, fallecimiento, jubilación) en el grupo para que exista entre ellas la empatía especial que proviene de las personas que conocen desde adentro las pérdidas que cada una ha sufrido.

Se han utilizado efectivamente varios formatos para grupos de duelo en las iglesias. El modelo más común es una serie de reuniones semanales de una hora y media o dos horas, por un período de cuatro a ocho semanas. Estos grupos,



### Asesoramiento y cuidado pastoral

por lo general, se reencuentran al final del tiempo establecido para extender la tarea del grupo a temas no resueltos.

Un segundo formato es reunirse por un tiempo más largo durante una jornada o un retiro de fin de semana. Bob Kemper, pastor de una iglesia cerca de Chicago, nos informa que en su congregación fue muy efectiva una sesión de tres horas para compartir los duelos y aflicciones. Veintiséis personas asistieron a la sesión.

El nombre del grupo era «Solos /Juntos» y yo hablé de la soledad que sentimos cuando debemos sobrellevar una pérdida y del poder de la comunión que nos ayuda a sobrellevarlas. Luego hablé de las ansiedades que todos tenemos cuando enfrentamos una nueva experiencia, y sugerí que la mayoría de nosotros no quería estar en esa reunión ... Sugerí que ya habían hecho la parte más difícil, o sea, venir a la reunión... Finalmente, anuncié las reglas de la tarea, explicando que cada uno debía sentirse libre para responder a medida que sentían necesidad de hacerlo. No era necesario desempeñar el rol de la viuda valiente, ni el de los que siempre saben contener sus sentimientos. Se podía llorar o aun reír, si eso era lo que sus sentimientos requerían.<sup>10</sup>

Luego de esta introducción, el pastor guió a los participantes en un breve servicio de adoración en la capilla de la iglesia, donde incluyó el canto de himnos, una lectura bíblica adecuada y una breve meditación sobre las promesas de Dios. Después el grupo volvió al salón de la iglesia para realizar un estudio bíblico sobre 1 Corintios 15. Más tarde, se invitó a cada persona a escribir una carta a un amigo, que comenzara diciendo: «La semana pasada en la iglesia estudiamos una carta de Pablo y la nueva perspectiva que adquirí fue...». Algunas de estas cartas se compartieron con el grupo. Luego Kemper presentó las etapas del duelo tal como las describe Granger Westberg en su libro *Good Grief*. Se detuvo en cada etapa para constatar la realidad, preguntando si algo como esto había sido parte de la experiencia de los oyentes. Esto dio lugar al diálogo, a que se compartieran lágrimas y se desarrollara el apoyo mutuo dentro del grupo.

El almuerzo en conjunto permitió un rico momento para compartir informalmente alrededor de la mesa. Cuando se levantaron, Kemper invitó al grupo a describir recursos —libros, personas, actividades— en los cuales habían encontrado ayuda o que los habían desilusionado. Al finalizar, el grupo decidió reunirse otra vez y concertó una próxima fecha. La sesión se cerró uniendo las manos alrededor de la mesa para compartir oraciones de unos por otros y agradecer la experiencia que habían vivido juntos. Al describir al grupo, el pastor señala: «De todas las actividades en las que he participado este año,

### El cuidado y asesoramiento en el duelo

ninguna me ha dado más satisfacción personal o me ha hecho sentir más útil y más pastor que la formación de un grupo de duelo en nuestra congregación.<sup>11</sup> Este modelo demuestra que la sanidad puede ocurrir a menudo en un grupo relativamente grande que se reúne durante un tiempo relativamente breve.

### El cuidado pastoral del moribundo y su familia

El ministerio a los enfermos terminales y sus familias presenta oportunidades vitalmente importantes para el cuidado pastoral. Recuerdo vividamente el dolor y la riqueza de estar como pastor con individuos y familias durante las últimas semanas, días y horas de una enfermedad terminal. El aprecio que expresaban en sus corazones era una indicación clara de cuánto necesitaban un cuidado pastoral de apoyo. En esta tarea se necesita realizar llamados telefónicos breves al hospital o (si la persona moribunda es adinerada) a su hogar o algún hogar de ancianos. Si es posible, es importante quedarse con la familia que desea la presencia del pastor durante las horas finales de la persona moribunda.

Desde que escribí la primera edición de este libro, he aprendido mucho acerca de la experiencia de morir. Mis maestros fueron cinco moribundos: mis padres, los padres de Charlotte y una querida amiga, Lois, que falleció siendo una adulta joven luego de una larga lucha contra el cáncer. Poco antes de su muerte, le pregunté a Lois si estaría dispuesta a hablar en detalle sobre su experiencia, de modo que aprendiera de ella y compartiese sus perspectivas acerca de morir acompañada (como estoy haciéndolo aquí). Aceptó gustosa.<sup>12</sup> En nuestra conversación, habló de la intensa necesidad que sentía de que la gente escuchara *realmente* sus sentimientos vacilantes y cambiantes a medida que el mal la invadía gradualmente. Describió cuán decepcionada se sentía cuando alguno de sus amigos o de sus médicos cambiaba de tema y trataba de darle reaseguros superficiales, porque se sentían incómodos con sus sentimientos. Relató que entre todos sus muchos sentimientos, los cinco que identifica Elizabeth Kubler-Ross en enfermos terminales (negación, enojo, regateo, depresión y aceptación) iban y venían, sin seguir una secuencia en particular.<sup>13</sup> Lois contó que experimentaba un nuevo enojo en cada nuevo escalón de su enfermedad progresiva y se refirió a la ayuda de una amiga que la abrazó (luego de que le dijeron que el cáncer había invadido sus órganos vitales) y exclamó: «¡Maldito sea! ¡Maldito sea!», compartiendo de esa manera su enojo. Describió una pena múltiple por «perderlo todo» y como esto hizo que experiencias tales como acariciar a sus hijos, hablar con amigos y mirar las hermosas montañas se convirtieran en algo urgente y muy especial. Lo precioso de estar viva hizo que muchas cosas pequeñas fueran importantes, comentó. Lois habló de su temor al posible dolor y a la pérdida de control que podría

sufrir durante el momento de la muerte y sus sentimientos de celos cuando veía a una pareja de ancianos caminando juntos (y lo incómoda que la hacían sentir estos sentimientos). Habló de la importancia de no posponer los temas entre ella y los demás. Compartí mi percepción de que en los meses recientes ella parecía más vital y despierta que nunca. Respondió que cuando uno sabe que el futuro será probablemente corto, el presente resulta más importante. Al concluir nuestra conversación, me dijo que para ella había sido muy significativo hablar sobre su experiencia de una manera tan completa. Yo le conté cuan profundamente me había tocado todo lo que me había contado. ¡Lois me ayudó a ver con más claridad que el proceso de morir *puede ser*, para algunos, una etapa importante de su crecimiento continuo como personas!

La muerte de cada persona es única como lo fue su vida. Pero hay cinco cosas que parecen ayudar a que las personas usen su muerte para ampliar su perspectiva, movilizar nuevas fuerzas y luego morir bien: (1) *Tener una pequeña comunidad que la cuide*, con personas que la escuchen y le den apoyo. La experiencia de la muerte es muy privada, pero también intensamente interpersonal. En nuestra sociedad solitaria, la riqueza de la red interpersonal de cada uno hace una diferencia tremenda en la calidad de la muerte que se avecina. (2) *Completar la mayor cantidad de temas no resueltos* en su vida, en especial con las relaciones cercanas (p. ej., expresar amor o pedir y recibir el perdón de alguien). Ted Rosenthal señala: «No creo que la gente le tema a la muerte. Le temen a que la vida quede incompleta».<sup>14</sup> (3) *Hacer el duelo completo ante la muerte* de modo que experimenten la aceptación (Kubler-Ross). (4) *Tener una fe, un sentido de confianza y de hogar en el universo* que otorgue algún significado que trascienda las múltiples pérdidas que sobrevienen con la muerte. (5) *Tener un lugar donde se pueda morir con dignidad*. El movimiento de hospicios es una de las recientes creaciones que más han humanizado el sistema, en especial, en lo concerniente a la muerte. Un médico cristiano, Cicely Sanders, quien comenzó el primer hospicio moderno, el Hospicio de Sant Christopher, en un suburbio de Londres, en 1967, afirma que: «Un hospicio moderno, ya sea una unidad separada o un pabellón, o un hogar especializado o un equipo hospitalario, tiene como objetivo permitir que el paciente viva al límite del potencial de su capacidad física y mental y emocional y de sus relaciones sociales».<sup>15</sup>

Los programas de hospicios permiten que algunos enfermos terminales mueran en sus hogares rodeados de sus familiares en lugar de la atmósfera impersonal que es típica en muchos hospitales. Lo logran controlando cuidadosamente el dolor y con visitas frecuentes de voluntarios entrenados que ofrecen apoyo y cuidado tanto al moribundo como a la familia. Este voluntario continúa en contacto con la familia durante el período de duelo.

El programa de cuidado pastoral de una congregación debería aprender de este movimiento y cooperar plenamente con él en su comunidad, o tomar la iniciativa de comenzar este tipo de programa si no existe ninguno. Los pastores pueden alentar a miembros de su congregación a capacitarse y participar en este programa. Las personas cercanas a un moribundo están luchando simultáneamente con un grave duelo anticipado y soportando la tremenda carga emocional y física de cuidar a una persona en su lecho de muerte. Necesitan la experiencia y el cuidado del pastor así como un apoyo masivo del equipo de laicos y/o del programa de hospicios de la comunidad.

### La crisis y el duelo del divorcio

El divorcio es una de las experiencias de duelo más extendidas en la sociedad occidental. En los Estados Unidos, por ejemplo, cerca de un millón de matrimonios se rompen cada año. Esto significa que casi tres millones de personas (incluyendo niños) están directamente involucradas en el trauma de la muerte del matrimonio y la ruptura de una familia. Si continúa la tendencia actual, cerca del 40% de los matrimonios existentes terminará en un divorcio. Un estudio entre las similitudes y las diferencias entre las experiencias de las mujeres divorciadas y las viudas reveló que las divorciadas recibían un apoyo social menos significativo y sentían una soledad y restricciones mayores que las viudas. También sufrían más problemas de salud física y mental que las viudas. Sin embargo, nuestra sociedad tiene pocos recursos organizados para ayudar a que las mujeres y los hombres divorciados hagan su duelo y aprendan y crezcan a partir de sus experiencias dolorosas. Las iglesias tienen una oportunidad estratégica para desarrollar programas de cuidado pastoral innovadores a fin de ayudar a las personas divorciadas a utilizar sus pérdidas como ocasiones para el crecimiento emocional, espiritual e interpersonal, incluyendo la ayuda a los padrastros que deben aprender las habilidades difíciles pero esenciales de ser co-padres en una familia reconstituida.<sup>16</sup>

Para ser eficaz en el establecimiento de un ministerio de sanidad para personas divorciadas, los pastores que no son divorciados deben desarrollar una comprensión de la experiencia en su corazón. El divorcio, por lo general, es un insulto al ego, una experiencia que disminuye la autoestima. Las mujeres están programadas para sentirse especialmente responsables por el éxito de sus relaciones interpersonales, incluyendo el matrimonio. Por ello sus sentimientos de fracaso y de culpa son muchas veces intensos. Tanto los hombres como las mujeres sienten la profunda herida del rechazo de parte de su ex-pareja, en especial si no iniciaron o no quieren el divorcio. Las actitudes de juicio que toman algunas personas en la iglesia refuerzan los sentimientos de fracaso y rechazo. El enojo no resuelto, la amargura, el resentimiento, la

soledad, la duda en uno mismo y la depresión se arremolinan y producen heridas de duelo infectadas, que muchas veces son el resultado del divorcio. Aunque el individuo haya querido y necesitado ser liberado de una relación miserable y mutuamente destructiva, por lo general encontramos dolor y pena mezclados con una sensación de alivio y liberación.

El ministerio del cuidado y asesoramiento pastoral con los divorciados debería tener como objetivo el logro de tres metas íntimamente relacionadas. La primera es ayudar a los divorciados a *trabajar y resolver la pena y el dolor*. Si las personas vuelven a casarse antes de que se complete el duelo por un matrimonio anterior, casi con seguridad sentimientos y conflictos no resueltos que vienen de la primera relación complicarán la segunda. Algunas personas no están dispuestas a prestarse al asesoramiento pastoral por una cuestión de divorcio porque temen el juicio o la incompreensión de los pastores. Cuando un matrimonio que asiste a sesiones de asesoramiento decide divorciarse, es importante alentar a cada cónyuge a que continúe con sesiones de asesoramiento individual con el fin de ayudarlo a reducir el daño emocional que implica romper una familia.

La segunda meta íntimamente relacionada es *ayudar a las personas que se divorcian a aprender y crecer a partir de esta experiencia*. Hacer esto es la mejor preparación para volver a casarse (cosa que hacen cinco de cada seis hombres divorciados y tres de cada cuatro mujeres divorciadas en los Estados Unidos) o para una soltería creativa. Ayudar a que las personas identifiquen y cambien todo lo que contribuyó a la muerte de su matrimonio y capacitarlas para aprender nuevas habilidades para comunicarse y resolver problemas son dos partes esenciales de este proceso de aprendizaje y crecimiento. Es probable que las nuevas decisiones que debe tomar una persona divorciada sean más constructivas si ella ha tenido la oportunidad de participar en un asesoramiento realista para momentos de crisis en el que se discutieron estos temas complicados. La participación en un retiro o en un grupo sobre el divorcio creativo, o en un grupo de duelo, puede ser una experiencia valiosa para aquellos que atraviesan una separación o un divorcio. La tercera meta del asesoramiento a los divorciados —*reducir al mínimo el daño emocional a los hijos*— se discutirá en el capítulo 13. La decisión de terminar un matrimonio destructivo es, por lo general, un primer paso esencial hacia una nueva vida más constructiva. Las posibilidades de que esto sea así son mayores con la ayuda de un asesor pastoral capacitado y/o un grupo de crecimiento efectivo. El pastor de una iglesia en Carolina del Norte contactó a cada uno de los miembros divorciados de su congregación para explorar las posibilidades de que se ayudaran mutuamente a sobrellevar los problemas y las cuestiones que surgen del divorcio.<sup>17</sup> La respuesta de las personas que invitó fue un sí entusiasta. La primera reunión se realizó en la casa pastoral. Luego de una breve

introducción por parte del pastor sobre el propósito de la reunión, las personas comenzaron a compartir sus intereses espontáneamente y esto se prolongó durante dos horas. Casi de inmediato se desarrolló un fuerte espíritu de conjunto. El grupo decidió reunirse dos veces al mes. Las reuniones siguientes trataron temas elegidos por los miembros, incluyendo la crianza de los hijos, el trabajo, el sexo, el crecimiento personal, las finanzas y los problemas legales. El grupo proveyó de apoyo mutuo y de un lugar donde compartir sentimientos y problemas con otros que comprenden la situación. El pastor informa: «El grupo continúa reuniéndose luego de diecisiete meses porque para estas personas ha significado *koinonia*». Entre los libros que se utilizaron como disparadores para la discusión figuran *Creative Divorce* (Divorcio creativo), de Krantzler, y *Reaching Out* (Extender), de Nouwen.<sup>18</sup>

Numerosas iglesias han desarrollado respuestas creativas a las necesidades largamente sin respuesta de los divorciados que buscan apoyo mutuo, cuidado y aliento para no malgastar sus posibilidades de crecer en medio de su experiencia dolorosa. El divorcio y el nuevo casamiento están comenzando a ser un modelo cada vez más común en las sociedades occidentales. Es apropiado que las iglesias tomen más y más la iniciativa de alcanzar modos de sanidad para un grupo de personas que muchas veces han sentido el juicio y el distanciamiento de la iglesia.

### La crisis y el duelo del suicidio

Es más probable que los posibles suicidas consulten a un clérigo que a cualquier otro profesional, exceptuando a los médicos. No obstante, los pastores son menos capaces de reconocer a un suicida que aquellos que trabajan en otras profesiones dedicadas a la ayuda.<sup>19</sup> Es crucial que los pastores sepan responder en crisis de suicidio. El rol del pastor en estos casos tiene cuatro facetas: (1) reconocer al suicida potencial; (2) proveerle de ayuda de emergencia hasta que se lo derive a un profesional de la salud mental o a un centro para la prevención del suicidio; (3) continuar el cuidado y el asesoramiento pastoral de la persona y la familia para ayudarlos a tratar las causas subyacentes del comportamiento suicida en el individuo y en el sistema familiar; y (4) ayudar a la familia a enfrentar las consecuencias destructivas de un suicidio incompleto o completo.

El suicidio es rara vez un acto repentino y no premeditado. Antes de intentar el suicidio, la mayor parte de la gente pide ayuda.<sup>20</sup> Estas señales de zozobra incluyen: (1) *Amenazas obvias de suicidio*: la vieja creencia de que «las personas que hablan acerca del suicidio no se suicidan» muere mucho más lentamente que las incontables personas que han demostrado su falsedad. El único axioma seguro para seguir es: ¡Deben tomarse muy en serio *todas* las amenazas de

suicidio! Aunque las personas intenten manipular a otras, sin intención de autodestrucción, el hecho de que utilicen este tipo de amenaza de muerte indica que ellas y sus relaciones están profundamente alteradas. (2) *Amenazas de suicidio encubiertas*: aquellos que articulan sentimientos de que la vida está vacía y no tiene significado, que creen que las otras personas ya no los valoran ni los necesitan, que desean dormir y no despertarse, o que se sienten atrapados y débiles en una situación sin salida, expresan muchas veces sentimientos suicidas. (3) *Depresión*: el psiquiatra Karl A. Menninger dice que: «¡Todas las personas profundamente deprimidas son suicidas en potencia!»<sup>21</sup> Psicodinámica-mente, gran parte de la depresión es ira que se vuelca contra uno mismo. La depresión tiene muchas caras: un retardo notorio en el habla y en el movimiento; marcada agitación; la sensación de que «la cabeza pesa una tonelada»; fuertes sentimientos de falta de esperanza y de valoración; insomnio crónico; pérdida del apetito o del interés en actividades que antes resultaban atractivas; marcada apatía y cansancio crónico; alejamiento de las relaciones; una fachada frágil de alegría crónica. (4) *Pérdidas aplastantes y duelos patológicos*: golpes que hacen tambalear la autoestima y otras pérdidas traumáticas pueden producir un comportamiento suicida durante la depresión reactiva que sigue. Cuanto más grande es el enojo y la dependencia frustrada, más probable resulta una respuesta suicida. (5) *Disturbios psicológicos y enfermedades crónicas*: algunos enfermos mentales son suicidas, pero la mayoría de los suicidas no son enfermos mentales, a pesar de que experimentan una alteración interna agónica. Cualquier persona en un estado mental caótico y desorganizado que siente rechazo y/o falta de esperanza, debería ser considerada en riesgo suicida. Los que sufren dolores crónicos y/o enfermedades incurables pueden convertirse en suicidas, en especial si tienen miedo intenso a la dependencia, a no poder manejarse solos o al desastre financiero.

Al asesorar a personas que se sabe o se sospecha que son suicidas, es crucial preguntar acerca de sus impulsos, fantasías o intenciones suicidas. El temor a que al preguntar sobre ello se les sugiere el suicidio a personas que no lo consideran es algo que no tiene fundamento. Los centros de prevención al suicidio donde he recibido capacitación clínica dan las siguientes instrucciones a sus asesores:

Su propia disposición y voluntad de confrontar al paciente directamente con el problema del suicidio es de gran ayuda para reducir la ansiedad del paciente. Pregunte acerca de los aspectos suicidas como al pasar. Pregunte sobre intentos anteriores y cuándo ocurrieron; si en la actualidad planea un intento, y, si lo hace, que especifique sus planes y si tiene los medios disponibles como para llevarlos adelante.<sup>22</sup>

Una de las razones para hacer estas preguntas es tener información para evaluar el peligro involucrado en las amenazas de suicidio. La presencia de cualquiera de los siguientes factores aumenta la probabilidad estadística de que una persona realmente se destruya a sí misma: *ser varón*: los varones intentan suicidarse con menos frecuencia que las mujeres pero tienen más éxito en sus intentos; *ser anciano*: los ancianos que amenazan con suicidarse tienen más tendencia a intentarlo que los jóvenes (no obstante, el suicidio es la segunda causa de muerte entre los adolescentes); *tener un plan de suicidio específico*; *los medios necesarios como para ejecutar el plan* (p. ej., un revólver o píldoras para dormir); *tener un comportamiento suicida anterior*; *graves pérdidas o problemas médicos recientes*; *depresión*; *alcoholismo*; *falta de un sistema fuerte de apoyo*; *enfermedad mental*; *comunicación pobre con personas significativas*; y *reacciones defensivas por parte de miembros de la familia*.

Cuanto más alta es la probabilidad de muerte, mayor es la necesidad de que el pastor utilice cualquier enfoque necesario para prevenir la acción suicida. Manifestando cuidado y aceptación, pero firmeza, el pastor debería utilizar la persuasión, los argumentos teológicos, la posibilidad de permanecer con la persona, llevarla al médico o a la guardia de emergencia del hospital, o —si nada más tiene éxito— llamar a la policía y utilizar la fuerza física. A veces resulta eficaz pedir que, al menos, se postergue el suicidio. *Pastor*: «Matarse puede parecerle la única salida en su desesperada situación actual. Pero estoy seguro de que puede encontrar un camino mejor. Si termina con su vida, se privará de cualquier posibilidad de encontrar una solución mejor a su situación. ¡Al menos espere hasta que lo haya intentado!»

Durante las primeras conversaciones con una persona suicida, trate de obtener los nombres y los teléfonos de parientes cercanos, de amigos y de un médico, e intente explicar por qué es necesario hacerles saber que él o ella precisan un apoyo emocional adicional durante esta crisis. Se debería asesorar a la familia a que no deje sola a la persona durante su fase suicida aguda. Involucrar al médico de la familia lo antes posible es también importante, en caso de que se precisen medicamentos antidepresivos o una internación temporal. Una evaluación realizada por un psiquiatra de personas que amenazan con suicidarse puede ayudar a decidir acerca de la internación o el tratamiento psiquiátrico necesario. Los métodos de asesoramiento durante una crisis que se describen con anterioridad son importantes al trabajar con suicidas.

La mayoría de los suicidas necesitan tres tipos de ayuda una vez que han superado una crisis aguda. Primero, necesitan un cuidado pastoral de apoyo continuo; segundo, psicoterapia y/o asesoramiento familiar para resolver los problemas intrapsíquicos subyacentes (p. ej., la culpa patológica) y la patología interpersonal que alimentó el comportamiento suicida; y tercero, ser ayudados con los problemas espirituales y valorativos atacando la raíz de su sensación

de falta de significado y desesperación. En su nivel más profundo, el problema del suicida es un problema teológico. Como profesional con algo de experiencia en el crecimiento espiritual, el pastor tiene que realizar una contribución única e indispensable para lograr la sanidad a largo plazo del suicida y su familia. Al trabajar con personas suicidas, es de gran ayuda recordar que sólo una pequeña porción de los que amenazan con suicidarse lo intentan en verdad y, de los que lo hacen, sólo una fracción se mata. También es importante recordar que la decisión final y la responsabilidad del suicidio permanecen con la persona. Si han decidido terminar con su vida *inequívocamente* (cosa que ocurre con el 5% o menos de los suicidas), probablemente lo hagan, no importa cuán competentes sean las personas que intentan evitar.

El suicidio es casi siempre la punta del témpano de problemas más profundos que existen en el sistema familiar. Toda la familia necesita cuidado pastoral y, a menudo, terapia familiar conjunta. Luego de un frustrado intento de suicidio, es importante que toda la familia reciba ayuda para abrir su comunicación y resolver la interacción destructiva que probablemente contribuyó al comportamiento suicida. La familia de un suicida que logró su cometido casi siempre necesita ayuda pastoral y asesoramiento durante un período extenso para encarar el torbellino de sentimientos de vergüenza, culpa y furia hacia la persona muerta, que dejan una herida abierta. Estas heridas casi siempre se infectan. La vergüenza familiar, la negación y el hecho de esconderse para protegerse, casi siempre impiden que los familiares estén dispuestos a recibir ayuda. Es esencial que haya una iniciativa pastoral persistente y paciente para ayudarlos a bajar sus defensas y abrirse gradualmente a la ayuda que necesitan con urgencia. Si están dispuestos a unirse a un grupo de duelo, éste puede resultarles de especial ayuda.

El asesoramiento a suicidas es, muchas veces, amenazador y exigente. Nos confronta con los temas últimos, referidos a la vida y a la muerte, con nuestra propia tendencia al suicidio (incluyendo el suicidio lento, como matarnos con el estrés y la sobrecarga de trabajo crónicos). Nuestra eficacia al encarar temas existenciales con los cuales está luchando el suicida dependerá de cómo encaremos estos temas nosotros mismos y si hemos encontrado un significado a nuestra vida que nos permita trascender y transformar, en cierto grado, el dolor y la tragedia de nuestra existencia.

### Las pérdidas y las crisis del pastor

Revise su memoria y trate de recordar algún fracaso personal, rechazo, o derrota, o pérdida de alguien (o de algo) que haya sido doloroso y sin lo cual siente que no puede vivir, o alguna crisis desagradable en la que usted sintió que alguien había tirado de la alfombra sobre la cual se apoyaba su vida.

Tómese unos pocos minutos para *revivir* la desagradable experiencia, ermitiéndose experimentar una vez más los sentimientos de agonía que tuvo cuando esto le sucedió. /Ahora, reflexione sobre lo que acaba de revivir; tome conciencia de qué aspectos de esa experiencia permanecen inacabados; aue aprendió de ella; y de qué manera alteró su fe, sus creencias verdaderas V su relación con Dios, qué le ayudó y qué no le resultó de ayuda./

Es probable que se haya puesto en contacto con su capital más valioso para el cuidado y asesoramiento pastoral con personas que atraviesan graves crisis y aflicciones. Cualquiera sean sus capacidades para asesorar durante crisis y aflicciones, su utilidad final dependerá de cómo sobrelleva usted sus propias crisis y pérdidas, y qué aprende acerca de usted mismo, de la gente, de la vida y de Dios por medio de estos intrusos inoportunos. Las personas quebrantadas necesitan su fuerza de apoyo, pero también necesitan sentir que usted sabe cómo es sentirse conmovido. Necesitan su fe y su esperanza, pero también necesitan sentir que usted conoce la duda y la desesperación de primera mano. En resumen, necesitan experimentar la fuerza que hay en usted que proviene de admitir su debilidad y sus fracasos, de aceptar la propia vulnerabilidad y la profunda necesidad que tiene de los demás. Durante la década pasada, la vida me trajo una serie de grandes pérdidas y de cambios que dislocan. Adquirió un nuevo significado para mí la frase de Henri Nouwen «el sanador herido». Al trabajar con personas en crisis, he notado que muchas veces me siento más conectado con su mundo interior que antes. La imagen que mejor comunica lo que espero para mí mismo y para usted (cuando usted encare sus crisis y sus pérdidas) es la afilada hoja de una pérdida dolorosa que al igual que una pala, abre una zanja en nuestra alma, convirtiéndose en un canal a través del cual fluye una corriente sanadora de comprensión y cuidado en la vida quebrantada de otras personas que atraviesan por crisis y pérdidas.

### Sesión de práctica de la realidad

EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA: Si tuvo una pérdida dolorosa en su vida (quizá la que acaba de revivir con esta lectura), vaya al pastor y pida ayuda.

O: intente adentrarse en los sentimientos de alguien que usted conoce bien que está en proceso de encarar una grave pérdida. Realice el «role-playing» de la persona que busca la ayuda del pastor.

O: Usted es Jane Carey, una mujer que ha pasado los cuarenta años, cuyo esposo Dick falleció de manera inesperada de un ataque al corazón hace dos meses. Siente la pérdida con intensidad y encuentra que es casi imposible volver a participar en sociedad, en especial en la iglesia donde eran un

matrimonio muy activo. Se siente muy deprimida y quiere esconderse de la gente.

**EL ROL DEL PASTOR:** Utilice lo que aprendió en este capítulo sobre cómo facilitar el duelo mientras asesora a uno de estos miembros de la iglesia. Esté atento a la necesidad que tiene la persona de recibir ayuda para realizar su duelo.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Interrumpa la sesión periódicamente para hacerle la devolución al pastor sobre su eficiencia en la tarea de facilitar el proceso de duelo, en especial al manifestar los sentimientos inacabados.

## CAPÍTULO 10

### **El asesoramiento para el enriquecimiento matrimonial y la crisis de la pareja**

Para la mayor parte de las personas el matrimonio es un ámbito donde tiene lugar la principal adaptación de la vida / Estar casado o no estarlo es una condición de la vida que lo penetra todo/y establece ... ciertos canales para la gratificación de necesidades humanas importantes y ciertos bloqueos inevitables de estas necesidades. Lo que es más, la función del matrimonio puede ... establecer los tiempos para otras funciones importantes en la vida: la amistad, la paternidad, el trabajo.

—*AMERICANS VIEW THEIR MENTAL HEALTH*<sup>1</sup>

El matrimonio no es una institución que esté muriendo. Es una institución en cambio. Hoy día más gente se casa en algún momento de su vida como nunca antes. Hoy se divorcian más personas que nunca, también, no porque divorciarse sea más fácil sino porque esperan mucho más de un matrimonio: la intimidad sólo prospera cuando el compromiso es incondicional y de largo plazo ... y la intimidad sólo es posible cuando dos personas se consideran iguales.

—*JEAN STAPLETON Y RICHARD BRIGHT, EQUAL MARRIAGE*<sup>2</sup>

El enriquecimiento matrimonial y familiar y el asesoramiento para matrimonios en crisis están entre las destrezas de ayuda más importantes que debe tener un pastor. Es importante tener un grado de preparación razonable en todos los tipos de cuidado y asesoramiento. Pero en el área de la vida familiar, como en las crisis y las aflicciones, las oportunidades que tiene el pastor

son tan frecuentes y cruciales que se requiere un alto grado de competencia. (Este capítulo y el próximo van juntos en su análisis de la pareja y de la familia respectivamente.)

Hay cuatro factores interrelacionados que hacen imperativo que los pastores desarrollen su capacidad para el cuidado y el asesoramiento de matrimonios y familias. *En primer lugar*, los pastores están en una posición más estratégica que cualquier otro profesional para llevar adelante el cuidado y asesoramiento familiar. Los contextos dentro de los cuales funcionan como líderes de sus congregaciones proveen de entradas frecuentes y naturales a los sistemas familiares. Su función profesional les otorga contactos continuos con matrimonios y familias en las sucesivas etapas y momentos de estrés del círculo familiar. En la tarea con jóvenes y en la escuela dominical, en la preparación para el matrimonio y en el casamiento, al visitar los hogares de las familias, y al participar de muchos eventos alegres y tristes en el ciclo intergeneracional de las familias, los pastores encuentran incontables oportunidades para el cuidado y el asesoramiento.

Más aún, el rol de los pastores como educadores los capacita para enseñar concepciones que tienen que ver con la manera en que nutrimos las relaciones que provienen de nuestra tradición religiosa como así también de las técnicas actuales de comunicación y de resolución de conflictos. Estas enseñanzas pueden ayudar a prevenir los problemas familiares. También siembran semillas que pueden florecer en oportunidades de asesoramiento cuando emergen las crisis familiares. En mi experiencia, un sermón que analice concepciones y demuestre cuidado o una charla sobre el matrimonio y la vida familiar producen con frecuencia oportunidades para el asesoramiento. La importancia de la habilidad para tratar a matrimonios y familias se agiganta por el hecho de que casi seis de cada diez personas que buscan el asesoramiento pastoral lo hacen buscando ayuda para una crisis matrimonial, para una discusión entre padres e hijos, o para problemas familiares.<sup>3</sup>

Un *segundo* factor que hace que sea esencial que los pastores desarrollen su competencia en esta área son los preciosos valores humanos de gran alcance que están en juego. Una familia en la que hay amor y cuidado mutuo es como un manantial refrescante en un viaje caluroso y polvoriento. Es un lugar donde hay nutrición emocional y renovación espiritual, un jardín interpersonal donde se nutre el crecimiento mutuo. Un matrimonio que crece sano, con momentos de gozo y de éxtasis como también de conflicto y de dolor, puede acercar el cielo a la tierra a pesar de nuestra condición de seres finitos. Por el contrario, una familia fracturada que deviene de un matrimonio donde las partes son mutuamente destructivas puede ser una aproximación cercana al infierno sobre la tierra. ¡En el cuidado y asesoramiento pastoral de matrimonios y familias, los riesgos son, sin duda, muy altos!

Un buen matrimonio o una buena familia es aquella en la que existe cuidado mutuo y apoyo al crecimiento continuo de los integrantes para la realización de las potencialidades que Dios otorgó a cada persona. En ninguna otra área del ministerio los grandes valores de la personalidad se encuentran involucrados más centralmente. A través del enriquecimiento y asesoramiento matrimonial y familiar, un pastor puede contribuir a la salud mental, física y espiritual de largo alcance de la pareja, sus hijos, los hijos de sus hijos, hasta el infinito. La familia es el jardín de la personalidad humana, el principal lugar donde las personas se forman, se deforman y (esperamos) se transforman. Los padres son «arquitectos de la familia»<sup>4</sup>. Así, el asesoramiento y enriquecimiento matrimonial puede echar una luz sanadora, que permita el crecimiento, sobre las mismas raíces de la salud y de la enfermedad de la personalidad. Como tales, estas destrezas pastorales constituyen una forma muy necesaria de prevención positiva de la patología mental y espiritual cuyo impacto puede continuar influyendo en el futuro por venir.

Un *tercer* factor que hace que resulten cruciales las destrezas para tratar familias son las crisis matrimoniales y familiares que se dan en la actualidad. La institución del matrimonio es desafiada hoy como nunca antes en la historia humana. Los tristes porcentajes de divorcios, deserción familiar, violencia contra la esposa, abuso de niños, delincuencia juvenil, suicidios y aburrimiento, sufrimiento e infelicidad matrimoniales son una evidencia avasalladora de que el matrimonio, tal como ha sido definido y practicado tradicionalmente, es demasiadas veces una experiencia que daña a las personas. En el último siglo, el porcentaje de divorcios en los Estados Unidos ha crecido quince veces. En una década, 1968-78, se ha duplicado. La evidencia sociológica muestra que muchos matrimonios tradicionales son destructivos para la salud de la mujer.<sup>5</sup> Un *cuarto* factor, íntimamente relacionado con el tercero, son los profundos cambios en las funciones de las mujeres y de los varones, en sus relaciones e identidades durante la última década, cambios que continúan a pasos acelerados. Estos cambios sacuden y muchas veces resquebrajan los fundamentos de un número creciente de matrimonios tradicionales. La creciente conciencia y la insistencia apropiada por parte de más mujeres por tener oportunidades iguales y justas para desarrollar y utilizar sus potencialidades dadas por Dios (en sus carreras profesionales y en el hogar), y participar igualmente en las decisiones de la familia, hacen que muchos hombres se sientan amenazados.

Charlotte Ellen, terapeuta y asesora matrimonial feminista predice:

Es probable que hasta ahora hayamos visto sólo la punta del témpano en la rebelión en las relaciones entre mujeres y hombres. Las relaciones matrimoniales son especialmente vulnerables y sensibles a los cambios

en los roles y en la identidad. Cada vez más matrimonios sentirán el sufrimiento y la conmoción de los cambios. Puede ser que el número de divorcios aumente aún más a medida que las parejas luchan sin éxito por desarrollar estilos matrimoniales más satisfactorios. Al mismo tiempo, muchas parejas tendrán éxito al descubrir los aspectos positivos de un matrimonio más igualitario y donde haya más compañerismo. Los asesores de todas las disciplinas pueden tener un rol positivo al ayudar a redefinir la institución del matrimonio y a las parejas a desarrollar relaciones creativas que produzcan crecimiento.<sup>6</sup>

Cada vez más parejas enfrentan las complejidades y las presiones de matrimonios entre profesionales. En sólo un tercio de las familias estadounidenses el esposo es el único que gana un salario. Debido a la necesidad económica y/o al deseo de tener una carrera en la cual sentirse realizadas, la mayor parte de las mujeres ahora trabajan por un salario fuera del hogar. En nuestra experiencia personal, Charlotte Ellen y yo podemos atestiguar el hecho de que un matrimonio igualitario es potencialmente más satisfactorio, tanto para la mujer como para el hombre, pero esta relación también es más complicada y conflictiva que un matrimonio tradicional. Esto es especialmente cierto para las parejas que no tienen modelos en sus padres para aprender cómo resulta una relación igualitaria. La extensa búsqueda que realizan las parejas para tener un matrimonio más flexible y creativo y el rechazo a los roles sexuales definidos con rigidez aumentará los conflictos matrimoniales y la necesidad de cuidado y asesoramiento matrimonial en los próximos años.

El nuevo casamiento y el hacerse cargo de los hijos de la nueva pareja están convirtiéndose en importantes estilos de vida para los estadounidenses. Cerca de un cuarto de todos los matrimonios involucran al menos a una persona anteriormente casada. Grandes cambios han ocurrido en las actitudes y prácticas en relación con la libertad y la cohabitación sexual, con más de un millón de parejas que viven juntas en una relación más o menos comprometida. La píldora y la demanda de igualdad por parte de las mujeres han reducido drásticamente y, a la larga, erradicado la doble moral masculina-femenina de libertad sexual. Además, existe una declinación continua en el apoyo que la familia extensa da a los matrimonios y las familias nucleares. Esto las hace más vulnerables durante las crisis.

Un estudio dio a conocer evidencias de que ha surgido un nuevo estilo de matrimonio más exigente entre las parejas de adultos jóvenes: *el matrimonio que potencializa a ambos*. El estudio descubrió que muchas de estas parejas eligen casarse principalmente por la expectativa de que el matrimonio proveerá una relación satisfactoria, una comunicación significativa y crecimiento personal.<sup>7</sup> Cuando estas parejas entran en el matrimonio sin la habilidad de construir una

relación (comunicación) como para cumplir con estas expectativas, la desilusión es casi inevitable. El desengaño, sumado a la creciente voluntad de las parejas de terminar con los matrimonios insatisfactorios, alimenta la incidencia creciente de la separación, la deserción y el divorcio de las parejas.

Todos los matrimonios y familias tienen problemas, por supuesto. El psiquiatra Harry Stack Sullivan expresa esto con un toque de humor:

«Todavía me falta encontrar un matrimonio que tenga sólo satisfacciones y sólo seguridades ... Si una persona me dice que su vida de hogar es perfecta, me quito los lentes, lo que significa que no puedo verla, la miro fijo y le digo: «¡Extraordinario!». Luego paso a tratar otro tema pero regreso a éste más tarde.»<sup>8</sup>

El enriquecimiento y la educación matrimonial pueden incrementar el crecimiento de muchos matrimonios razonablemente adecuados. El asesoramiento durante las crisis matrimoniales puede ayudar a algunas parejas a enfrentar sus problemas y resolverlos de maneras que les permitan crecer. En los matrimonios con disturbios profundos, es esencial la terapia matrimonial.

La vida familiar les ofrece a muchas personas la oportunidad de tener «convenios de intimidad» en nuestra cultura solitaria, y es importante que las Buenas Nuevas estén vivas en la cotidianidad de nuestras relaciones familiares. Un matrimonio que crece de modo saludable es la relación más psicológicamente íntima que pueda lograrse. Esto hace que sea una de las relaciones humanas más satisfactorias y más exigentes. En resumen, los matrimonios y las familias son lugares donde la gente puede «vivir su religión» (Regina Westcott).

### Una nueva estrategia para el matrimonio

Para ayudar a las personas a responder de manera creativa al estrés y los cambios en la vida matrimonial y familiar, las iglesias necesitan desarrollar programas innovadores. Estos programas deben basarse en dos énfasis: una dimensión de *cuidado y educación pastoral*, que consista en una variedad de eventos atractivos para el enriquecimiento matrimonial y el fortalecimiento de las familias (que incluya clases, talleres, retiros, campamentos); y una dimensión de *asesoramiento pastoral*, que consista en el asesoramiento matrimonial y familiar centrado en el crecimiento, para aquellos que atraviesan períodos tormentosos y de estrés. Cada uno de estos énfasis puede sostener y complementar al otro. Un programa para el enriquecimiento matrimonial puede animar a algunas parejas que necesitan asesoramiento o terapia de



pareja a buscar esta ayuda más pronto. Lo logra al hacerlos más conscientes de las dolorosas insuficiencias de su relación actual y de las posibilidades de que ese matrimonio sea menos frustrante y más satisfactorio para ambos. Los efectos a largo plazo del asesoramiento matrimonial pueden realizarse significativamente derivando a las parejas que completan el tratamiento a un grupo de crecimiento matrimonial o a actividades para el enriquecimiento que se celebran habitualmente y apoyarán su continuo crecimiento.

Con todo el caos y los problemas en los matrimonios actuales, existen también más posibilidades y esfuerzos por lograr relaciones profundas como nunca antes en la historia de la humanidad. La creciente liberación de las mujeres y de los hombres de las ataduras relacionadas a los roles tradicionales de dominio y sumisión que limitaban el crecimiento, abren nuevas posibilidades para una intimidad y un amor más profundos. Si la iglesia quiere ser un centro para la plenitud humana, debe incluir un fuerte énfasis en ayudar a las parejas a aprender cómo desarrollar este tipo de amor liberado y liberador. En ninguna otra área el uso del modelo de un ministerio para la plenitud tiene posibilidades que entusiasmen más y sean más satisfactorias. El desafío es ayudar a la gente a aprender los métodos prácticos de nutrir la plenitud propia y ajena en sus comunidades íntimas para el cuidado mutuo.

La meta común del asesoramiento y enriquecimiento matrimonial orientado hacia la plenitud (incluyendo la capacitación prematrimonial) consiste en *ayudar a cada pareja a crear juntos una relación en la cual ambas partes sean animadas a descubrir y desarrollar sus máximos dones como individuos enriqueciéndose mutuamente*. Cada pareja crea sus propias y singulares variaciones sobre este tema. El amor liberador en cualquier relación puede definirse como *preocuparse por el otro y comprometerse con su realización*. Esta es una definición de trabajo que las parejas y los asesores pueden usar para descubrir cuán liberador y cuánto crecimiento puede producir lo que es llamado «amor» en una relación en particular.

### Lograr que el enriquecimiento y el asesoramiento matrimoniales resulten liberadores

La intimidad más profunda, incluyendo el sexo más satisfactorio que las parejas puedan lograr, es sólo posible psicológicamente dentro de una relación de igualdad genuina.

La distancia y la situación de enojo (ya sea acalorado o frío) que se construye en un matrimonio en el que existe el esquema de dominio y sumisión entre sus miembros que hace que uno o ambos se sienten «usados», bloquea la comunicación profunda e ... impide el ejercicio de una sexualidad liberada. La conciencia de que los hombres también

somos explotados —por el presente sistema que nos exige «éxito»— y que también estamos privándonos de nuestra posibilidad de ser personas (por entrar en la carrera competitiva) hace obvio que la cuestión fundamental en todo esto sea la liberación *humana*. La meta es crear relaciones e instituciones (incluyendo matrimonios) en los cuales tanto mujeres como hombres tengan la mayor libertad y el coraje de usar su inteligencia, su creatividad y sus energías productivas a pleno. Los que estamos casados, y los que trabajamos en enriquecimiento y asesoramiento matrimonial, deberíamos ayudar a superar el sexismo, la causa principal de la existencia de matrimonios degradados o destructivos, que bloquean la realización humana tanto de mujeres como de varones en escala masiva. Podemos hacerlo luchando y sobrellevando el sufrimiento que muchas veces se requiere, para crear y ayudar a que otros creen relaciones igualitarias y mutuamente liberadoras.<sup>10</sup>

Toda relación comprometida se basa en una aceptación (casi siempre implícita) de los privilegios y derechos de cada una de las personas, y de las obligaciones y deberes dentro de esa relación. En el matrimonio, esta relación se denomina contrato o pacto matrimonial. Muchas veces existen diferencias importantes en la manera en que los dos miembros de la pareja entienden implícitamente este contrato de trabajo. Esta discrepancia es una fuente oculta de conflicto entre ambas partes. El enriquecimiento y asesoramiento matrimonial a veces capacita a las parejas a ajustarse a su actual contrato de manera más cómoda sin evaluar y cambiar sus aspectos de injusticia y desigualdad. Este enfoque no es liberador en sí y a la larga impedirá que la pareja fortalezca su relación de manera continua.

¿Qué características tiene un matrimonio liberado y liberador?

La disponibilidad a responder a las necesidades del otro; una comunicación abierta y que demuestre cariño; cercanía y respeto por las necesidades privadas del otro; autonomía (cada persona tiene sus derechos) e interdependencia; una relación de genuina justicia e igualdad; el compromiso con el crecimiento de cada uno de los miembros; la no existencia de roles rígidos o satélites; cambio y crecimiento continuo a lo largo de los años; la habilidad de utilizar el conflicto para profundizar la intimidad y resolver las diferencias negociando (en lugar de cerrando caminos y tomando distancia); la profundización del placer sexual integrado con el amor; el aumento de la intimidad en las áreas de los significados y la fe; el fortalecimiento de la identidad del matrimonio (que «los dos sean uno»); la fidelidad positiva (basada en la valoración de la relación en vez de en la culpa y el temor).<sup>11</sup>

El ideal hacia el cual debería guiarse el crecimiento de un matrimonio es el de dos individuos autónomos, capaces de crecer, que *eligen* desarrollar una *interdependencia* en el amor en lugar de una dependencia simbiótica entre dos medias personas.

Para ser genuinamente liberador y productor de crecimiento (en lugar de meramente endulzar una relación injusta), el asesoramiento y enriquecimiento matrimonial debería incluir siempre la posibilidad de despertar conciencias. Esto significa aumentar la conciencia de las parejas sobre las maneras en que la asignación desigual de poder, de toma de decisiones y de oportunidades para el crecimiento son las raíces del enojo, de la infelicidad y del conflicto en el matrimonio. Esta toma de conciencia debería aumentar la comprensión de las parejas en cuanto a cómo la programación social sexista de mujeres y hombres disminuye el crecimiento mutuo en el matrimonio. (Para informarse sobre métodos que permitan esta concientización, ver el libro *Counselingfor Liberation* [Asesoramiento para la liberación], de Charlotte Holt Clinebell.) El asesoramiento y enriquecimiento matrimonial debería desafiar y enseñar a las parejas a revisar sus contratos para hacer que sus relaciones sean lo más justas e igualitarias posibles. El principio de que *el único fundamento sólido para el amor es la justicia* debería practicarse en todo asesoramiento y enriquecimiento matrimonial.

El sexismo es la causa central que provoca matrimonios degradados y destructivos. Por lo tanto, los asesores matrimoniales no pueden alimentar el crecimiento mutuo de los miembros de un matrimonio de manera plena, a no ser que los ayuden activamente a crecer de manera liberadora e igualitaria, como así también a intimar en su pareja. El chauvinismo masculino institucional que existe en la mayoría de las iglesias y de las teologías actúa contra este tipo de asesoramiento y enriquecimiento liberador. Debemos tomar en serio la concepción liberadora de Pablo de que en Cristo no hay varón ni mujer (Gá. 3.28), de que lo que interesa es la *humanidad* de cada uno y no el sexo. La consecuencia más importante de todo esto es que las personas que trabajan en el asesoramiento y enriquecimiento de los matrimonios deben tener una conciencia formada en el tema de la liberación tanto de las mujeres como de los hombres.<sup>12</sup>

### El programa de enriquecimiento matrimonial de una congregación

Los programas de enriquecimiento matrimonial están diseñados para ayudar a las parejas a lograr que sus relaciones que funcionan razonablemente bien sean más plenas para ambos. Estos programas, por lo general, se concentran principalmente en ayudarles a identificar y desarrollar las fuerzas que no utilizan; a dar mayor importancia a su comunicación, a su sexualidad

y a la intimidad espiritual; a establecer sus propias metas de crecimiento e ejecutar planes de desarrollo posibles en vista a estas metas.

Debido a que he descrito métodos y programas de enriquecimiento matrimonial en otros libros, sólo me detendré a resaltar algunas cuestiones esenciales que deben contemplar los programas de la iglesia. Una iglesia debería crear una variedad de posibilidades para las experiencias de enriquecimiento y crecimiento diseñadas para responder a las necesidades de la mayor cantidad de parejas en todas las etapas de la vida. (En el capítulo 11 se da una lista para supervisar los grupos de enriquecimiento matrimonial y familiar y sugerencias para establecer un programa congregacional que permita fortalecer la vida familiar.) Un desafío interesante que enfrenta la iglesia hoy es convertirse en un centro para la plenitud de solteros y casados en todas sus relaciones fundamentales.

El anuncio sobre las actividades del programa de enriquecimiento matrimonial (y de otras actividades para el crecimiento) debería describir su naturaleza, sus propósitos y sus metas de manera positiva y orientada hacia el crecimiento. Debería describir lo que se espera de los participantes y dar una breve explicación teológica sobre la actividad, que sirva tanto para relacionarla con la tradición espiritual de la iglesia como para reducir ansiedades impropiedades que podrían hacer que no asistan algunos matrimonios capaces de sacar provecho de la reunión. Este es un ejemplo del tipo de anuncio que debería utilizarse para invitar a los matrimonios a una reunión de enriquecimiento:

### Una invitación a las parejas

Nuestra iglesia está auspiciando la reunión de un grupo de enriquecimiento matrimonial sobre el tema «Lograr que un buen matrimonio sea mejor». El grupo se reunirá en el salón de la iglesia los martes por la noche, de 19.00 a 21.00, durante cinco semanas a partir del 7 de octubre. (La reunión del 14 de octubre será más larga: comenzará a las 18.00 con una cena fraternal y finalizará a las 22.00.) La vida cristiana se centra en el amor: a nosotros mismos, entre las personas, a Dios y al mundo que él creó. Este grupo tiene como objetivo aumentar el amor en estas cuatro relaciones ayudando a las parejas a descubrir las fuerzas que no utilizan en su relación, a profundizar su comunicación, a resolver conflictos más constructivamente y a nutrir su amor mutuo. Son bienvenidas todas las parejas: los recién casados, los que planean casarse y los que tienen varios años de casados. Nuestra pastora y su esposo coordinarán el grupo. Contacte a la pastora si quiere anotarse para la reunión o desea más información.

Pueden realizarse cinco tipos de actividades en los grupos, clases, retiros o talleres de enriquecimiento: (1) *ejercicios para la toma de conciencia grupal, para la comunicación y para fortalecer la relación coordinados por una pareja de animadores y evaluados por las parejas individuales*; (2) *breves sesiones de intercambio de ideas con todo el grupo*, donde la pareja de animadores o los miembros del grupo comparten ideas prácticas que funcionaron para ellos (p. ej., sobre la resolución de conflictos, compartir la espiritualidad, o el sexo); (3) *ejercicios para el fortalecimiento de la relación realizados por las parejas*: el Método Intencional para Matrimonios es uno de los que más ayudan en esta tarea; (4) *grupos pequeños para compartir, que funcionan casi siempre sin líderes*, integrados por tres o cuatro parejas pertenecientes a un grupo más grande o taller que se divide periódicamente; (5) *momentos de esparcimiento* estructurados y no estructurados, para que en la misma pareja y entre varios matrimonios se diviertan y entretengan.

Estos son los temas fundamentales que casi siempre incluyo en eventos para el enriquecimiento de las relaciones (que se subrayan de acuerdo con el interés del grupo y el tiempo disponible). Cada tema recibe un enfoque experimental:

*Conectarse como pareja y como grupo*: incluye la discusión de esperanzas, expectativas y necesidades de las parejas y de los líderes: sobre la base de esta discusión, el grupo puede concertar temas sobre los que deseen concentrarse.

*Fortalecer nuestras habilidades para la comunicación*: incluye ejercicios para la toma de conciencia y para escuchar atentamente.

*El Método Intencional para Matrimonios*: este método puede servir como base para actividades de enriquecimiento matrimonial (ver abajo).

*La resolución del enojo y el conflicto improductivo*: en esta experiencia se utiliza el *role-playing* de situaciones de conflicto y algunos métodos terapéuticos.

*El sufrimiento y la posibilidad de cambiar los roles de las mujeres y de los varones*: este es un espacio para despertar la conciencia y compartir las formas de descubrir las potencialidades positivas para tener matrimonios más igualitarios y mutuamente satisfactorios.

*La evaluación de nuestras prioridades, valores y estilo de vida*: incluye ayudar a las parejas a ser más conscientes de sus valores y aumentar la calidad de la vida que comparten.

*Dar importancia a una vida sexual satisfactoria*: el objetivo es ayudar a las parejas a comunicarse abiertamente sobre lo que les dé placer y aprender a tener placer sin presiones, es decir, lograr el placer mutuo por su propio disfrute y no porque se tengan otros objetivos,

expectativas o logros que quieran obtenerse. Se programa tiempo libre para que las parejas practiquen en privado masajes de todo el cuerpo.

*Enfrentar las crisis en nuestra familia*: incluye poner en práctica métodos para enfrentar las crisis, que las parejas pueden utilizar. *Enriquecer las relaciones entre padres e hijos pequeños y entre padres e hijos adolescentes y jóvenes*: explora la manera en que la paternidad puede disminuir o aumentar la calidad de nuestro matrimonio, y viceversa. *Profundizar nuestra intimidad espiritual*: este segmento se enfoca en la resolución de conflictos religiosos, en compartir experiencias importantes y en profundizar el disfrute del Espíritu de la vida y del amor en el matrimonio. *Las posibilidades de crecimiento de la etapa de la vida matrimonial por la cual se atraviesa*: ayudar a las parejas a enfrentar los problemas desarrollando nuevas posibilidades de acuerdo con su edad y etapa del matrimonio. *Desarrollar la intimidad compartiendo la experiencia*: hacia el cierre de una actividad de enriquecimiento grupal, las parejas reciben el desafío y son invitadas a planear la manera en que pueden llegarse a otras personas en la iglesia o en la comunidad para compartir el crecimiento que han experimentado. *Hacer planes para continuar en crecimiento*: antes de que finalice una actividad de enriquecimiento, las parejas deberían tener la oportunidad de trabajar sobre sus propios convenios para el crecimiento, realizando planes concretos para los próximos pasos que darán en su camino de crecimiento, de manera individual y como parejas. El grupo como tal debería hacer planes para tener reuniones de seguimiento con el fin de darse apoyo mutuo. *Evaluar la experiencia*: Cuando promedia y cuando finaliza una actividad de enriquecimiento, es importante darles a todos la oportunidad de indicar qué es lo que más y lo que menos ayudó en el transcurso de la experiencia, obteniendo su evaluación conjunta, y, al final, sus sugerencias para actividades futuras. *Celebrar la clausura*: tener un momento de adoración y agradecimiento por el crecimiento que tuvo lugar durante el evento y reafirmar el compromiso de cada uno para continuar con el proceso en busca de plenitud ayuda a las personas a celebrar sus experiencias y tomar conciencia de que el amor de Dios sustenta y alimenta el amor que sienten el uno por el otro. Una fiesta de amor en la cual las parejas comparten el pan y afirman sus nuevos pactos para el crecimiento, es una manera significativa de finalizar el evento.

Para que las actividades y los grupos de enriquecimiento matrimonial resulten liberadores, deberían ser liderados por mujeres y varones de manera compartida. Estos co-líderes deberían tener una conciencia muy clara sobre la cuestión del sexismo. Todos deberían llevar adelante un liderazgo equilibrado y con igualdad de roles. Debe alternarse la iniciativa en el liderazgo. Estos líderes deberían modelar una manera igualitaria en su relación y sentirse libres para estar en desacuerdo y no obstante seguir siendo amigos. Este tipo de liderazgo es un modelo de lo que se enseña y permite compartir las perspectivas distintas de dos individuos que conocen respectivamente las experiencias de las mujeres y de los hombres desde adentro.

Hay una cantidad de libros que describen una variedad de formatos y de programaciones, de ejercicios de comunicación y de técnicas para mejorar la relación de pareja.

### Guía para enriquecer relaciones

Estas son algunas recomendaciones para fortalecer matrimonios, familias o una relación comprometida entre gente soltera:

- 1) Aparten tiempo para comunicar aquellas cosas que son realmente importantes para ustedes; la comunicación es para las relaciones lo que el oxígeno es para los cuerpos.
- 2) Reconozcan y afirmen los puntos fuertes y positivos, mutuamente y en su relación. Háganlo con cariño, demostrando interés y regularmente.
- 3) Impidan que crezca entre ustedes una pared de enojos, heridas y resentimientos no resueltos. Deben hacerlo conversando sobre los desacuerdos, negociando compromisos justos, resolviendo conflictos y revisando *regularmente* su convenio básico para mantenerlo de manera honrada, actualizada y justa.
- 4) Provean de iguales oportunidades a cada uno de los miembros de la pareja para descubrir y desarrollar las fuerzas y posibilidades que no se usan.
- 5) Permitan que sus características de Niño jueguen regularmente juntas; aprendan a reírse *de* ustedes mismos y *con* el otro; permítanse unas breves vacaciones cada día (al menos unos pocos minutos para sentirse relajados y divertirse).
- 6) Enriquezcan su vida interior, espiritual e intelectualmente, leyendo y practicando disciplinas espirituales con las que se sientan bien; si lo hacen, tendrán más para dar en sus relaciones íntimas.
- 7) Desarrollen su propio grupo de apoyo, individualmente y en pareja.

- 8) Aumenten su propia nutrición y autonomía para obtener espacios sanos en su relación en común.
- 9) Encuentren una causa en común más importante que su relación, alguna manera de responder a las necesidades de la comunidad y del mundo.
- 10) Desarrollen y ejecuten un plan de crecimiento intencional para su relación; elijan metas para el crecimiento que mejoren su relación en la manera en que desean, y comprométanse a tener planes de acción concretos para ayudarles a crear un futuro mejor para ambos. Si no tienen tiempo para hacer cosas como estas, quizás necesiten revisar sus prioridades. Si los métodos de «hágalo usted mismo» no funcionan, es una señal de que deben tener fuerzas para buscar la ayuda de un asesor-terapeuta capacitado en métodos para el fortalecimiento de las relaciones.

Las parejas pueden emplear esta lista durante las sesiones de actividades de enriquecimiento, o entre ellas, para identificar las áreas en las que necesitan trabajar juntas para el crecimiento con el fin de nutrir su amor. Invítelas a mejorar la lista agregando otros temas para articular sus necesidades y sueños en particular.

### El Método de Relaciones Intencionales

El ejercicio de comunicación que muchas parejas han encontrado de gran ayuda durante las actividades de enriquecimiento es una herramienta de enriquecimiento del tipo «hágalo usted mismo» denominada Método Intencional para Matrimonios (o de Relaciones Intencionales). Consta de cuatro pasos. Estas son las instrucciones:

Primer paso: *Identifiquen y afirmen las fuerzas que existen en su relación* completando uno de ustedes la oración «Aprecio en ti...», todas las veces que pueda. La función del que escucha es oír y recibir estos regalos./(Este paso aumenta la conciencia de la pareja de los puntos fuertes y positivos de su matrimonio o su amistad y les otorga calidez en su mutuo sostén.) Luego de que ambos hayan terminado de decirse cuánto se aprecian, tómense el tiempo para poner las dos listas en sus diarios de crecimiento para referencias futuras./

Segundo paso: *Identifiquen los crecientes límites de su relación* completando uno de ustedes la oración «Necesito de ti...», todas las veces que desee. Establezca sus necesidades y deseos no satisfechos o parcialmente satisfechos en términos del comportamiento que querría

del otro./Luego de que uno de los miembros de la pareja ha completado la lista, el otro debería repetir lo que escuchó, para asegurarse de que ha comprendido estas necesidades y deseos con claridad./Luego de que ambos hayan establecido sus necesidades y hayan podido confirmar lo que escucharon, tómense tiempo para hacer una lista de las necesidades del otro en su diario de crecimiento. (Este paso permite que una pareja reflexione y establezca explícitamente las necesidades que no están satisfechas, que son áreas de crecimiento potencial en la relación.) Al utilizar este paso en el enriquecimiento o el asesoramiento, es necesario despertar la conciencia en relación con las necesidades: las parejas pueden no ser conscientes de cuáles son las necesidades que deben satisfacerse para que su contrato matrimonial sea más justo y equitativo.

Tercer paso: *Aumenten intencionalmente la satisfacción mutua en su relación, y nutran así su amor, eligiendo algunas de las necesidades de la otra persona (o necesidades compartidas) que están dispuestos a satisfacer.* Trabajen en un plan concreto y posible, con tiempos programados para satisfacer estas necesidades./Escriban su plan en su diario de crecimiento./ (En este paso, la pareja está revisando o agregando intencionalmente una cláusula a su contrato de trabajo, a través de la discusión y la negociación.)

Cuarto paso: *Ejecuten su plan de cambio./Luego elijan otro par de necesidades, diseñando y practicando un plan para responder a ellas intencionalmente.* /Es bueno repetir el primer paso regularmente a medida que trabajan juntos para hacer que su relación satisfaga más las necesidades. Sigán el progreso en sus diarios de crecimiento./ (Este paso es el reconocimiento final. El proceso se refuerza a sí mismo a medida que crecen para ambos las satisfacciones positivas. Si algunos de los planes de cambio no funcionan por alguna razón, la pareja debería diseñar un plan mejor.)<sup>13</sup>

Este ejercicio es realmente un paradigma de comunicación que puede utilizarse provechosamente en una relación cercana —familia, amistad, entre colegas, entre el personal— para aumentar la satisfacción de las necesidades y, por lo tanto, disminuir la frustración y el conflicto. Su uso en el asesoramiento matrimonial se describe más adelante.

## La naturaleza de la interacción y del conflicto matrimonial

Dos personas se encuentran, comienzan a relacionarse, y a la larga se casan. Su interacción antes y durante el transcurso de su matrimonio trae aparejada la creación de una nueva entidad psicológica: *su relación*. Esta nueva entidad, llamada la «identidad de la pareja matrimonial» por Nathan A. Ackerman, pionero en terapia familiar, incluye lo que cada uno trajo a la relación —sus necesidades, problemas, modelos de personalidad y recursos, expectativas y esperanzas— y mucho más.<sup>14</sup> Ese «mucho más» es *su interacción*. De lo intrincado de relacionarse sobre tantos niveles surge una creación única: la relación matrimonial. Aquí estamos frente a lo que Martín Buber describe como «la dimensión entre», al argumentar sobre la potencialidad que existe cuando dos personas se encuentran.<sup>15</sup> Cada relación humana que es mutuamente satisfactoria crea algo de esta «relación entre». Cuanto más larga y más intensa es la interacción, más fuerte es la identidad compartida de la relación.

El enriquecimiento, el asesoramiento y la terapia matrimonial se centran principalmente en mejorar la relación matrimonial y no (como ocurre en las psicoterapias individuales) en resolver conflictos de personalidad intrapsíquicos. En una oportunidad, Harry Stack Sullivan dijo en una alocución a psicoterapeutas que recibían capacitación: «Si quieren comprender correctamente los problemas de sus pacientes, deben comprenderlo en las principales características de su trato con la gente».<sup>16</sup> Es cierto que las relaciones problemáticas reflejan conflictos *internos* e infelicidad. Pero las distorsiones en las relaciones perpetúan, intensifican y producen nuevas capas de perturbaciones psicológicas internas. En el asesoramiento y la terapia de relaciones, la relación perturbada *per se* se convierte en el objeto de tratamiento. Es la «paciente». A medida que una relación se convierte en algo más constructivo, los individuos que la integran llegan a ser más libres para cambiar. (Es lo opuesto a la manera en que cambia una relación en una psicoterapia convencional. Primero hay que cambiar a cada uno de los individuos.)

Un hombre y una mujer se sienten atraídos el uno al otro porque cada uno de ellos espera que la relación satisfaga una variedad de sus necesidades. Cada uno trae consigo al matrimonio un modelo único de necesidades de la personalidad. Estas necesidades deben recibir un mínimo de satisfacción para que la persona satisfaga las necesidades de la pareja y sus hijos. Un matrimonio feliz es aquel en el cual existe un grado relativamente alto de satisfacción mutua de necesidades. Por el contrario, un matrimonio infeliz tiene un alto grado de necesidades mutuas insatisfechas. Si una relación produce necesidades emocionales crónicas, que no se resuelven, disminuirá la autoestima de las personas involucradas, dando como resultado el rechazo, el enojo y la agresión.

El modelo particular de necesidades que uno trae al matrimonio depende de las experiencias en relación con los adultos que deben satisfacer las necesidades durante la niñez y la juventud, y que han moldeado la personalidad. El conflicto matrimonial es fundamentalmente un conflicto entre dos sistemas de necesidades: las necesidades de una persona que chocan contra las necesidades de otra. Por ejemplo, Joan y Larry, con tres años de casados, tienen una necesidad incompatible de «hacer del otro una figura paternal/maternal». Cada uno desea ser el hijo/hija en una relación de dependencia padre/madre-hijos. Sus necesidades se contraponen mutuamente.

Debido a marcadas privaciones de necesidades que existieron en la niñez, muchas personas traen *necesidades neuróticas* a sus matrimonios (en contraste con las necesidades normales). Una necesidad neurótica tiene dos características: (a) es la *exageración* de una necesidad normal a tal punto que nadie puede satisfacerla. (b) Es *ambivalente* o conflictiva. En el nivel consciente la persona desea una cosa; ¡en el nivel inconsciente ocurre lo opuesto! La contradicción interna hace que el conflicto interpersonal sea inevitable. La persona está siempre frustrada porque es imposible comerse la torta y también tenerla. Que el asesor sea consciente de este tipo de modelo de necesidades contradictorias puede ayudar a las parejas a comprender e interrumpir sus dolorosas batallas matrimoniales.

Cari fue criado por una madre fría, cerrada, y un padre emocionalmente distante que no pudo nutrir las necesidades de la personalidad de sus hijos. Como resultado, Cari, quien ahora está cerca de los treinta, tiene una necesidad vehemente de obtener reaseguros, calidez y alimento emocional. Para él, la cantidad de afecto normal que le prodiga su esposa Patricia conforma una dieta emocional inadecuada. Desafortunadamente Patricia encuentra difícil darle a Cari aunque sea cantidades moderadas de alimento emocional. A pesar de su calidez exterior, es sorprendentemente parecida a su suegra en su personalidad subyacente. ¿Por qué se sintió Cari atraído a una persona que no podía satisfacer sus necesidades? Porque tiene otras necesidades conflictivas. Necesita ser dependiente, pero también necesita sentirse un super-hombre. Sus necesidades poderosamente dependientes lo hacen sentirse débil y poco varonil. Para protegerse de estos sentimientos intolerables, debe negar su dependencia y luchar por aparentar una independencia exagerada de hombre que todo lo puede. Su temor a ser dependiente le impidió casarse con alguien que lo nutriera con generosidad. En un nivel inconsciente, Patricia tiene un sistema paralelo de necesidades conflictivas que la atrajo a Cari. Como lo afirma Lawrence S. Kubie: «Nadie se ha casado fuera de su neurosis. En lugar de ello, cuando una persona se casa seducida por la enfermedad de la otra, agregará el peso de su propia neurosis a la de la otra, aumentando el sufrimiento

y el resentimiento». <sup>17</sup> La mayoría de nosotros tenemos necesidades neuróticas entremezcladas con nuestras necesidades normales.

Para los que ejercen el ministerio en general (pastores de congregaciones, capellanes, profesores de seminarios, etc.), es importante distinguir entre las parejas y las familias que pueden ser ayudadas por medio de un asesoramiento breve para crisis en las relaciones y aquellas que necesitan terapias matrimoniales o familiares de largo plazo. Muchas parejas con una relación razonablemente funcional pueden sentirse como arrojadas al vacío (al igual que un barco vigoroso en un tifón) por una grave crisis, tal como una enfermedad grave, la pérdida del trabajo por parte del principal sostén del hogar, o por la muerte trágica de un miembro de la familia. La frustración extrema de las necesidades lleva a los ataques verbales, a que disminuya la comunicación, al contrataque, y al resentimiento y distanciamiento que crecen como una espiral. Unas pocas sesiones de asesoramiento pueden ayudar a estas parejas funcionales a salir de este descenso en sus relaciones y movilizar sus recursos trabajando en unidad para manejar la crisis de manera más constructiva.

En contraste, las parejas y familias que tienen relaciones con perturbaciones crónicas dominadas por una interacción neurótica necesitan algo más que un asesoramiento para crisis de corto plazo. Para ser ayudadas necesitan la terapia matrimonial y/o familiar que las capacite para renegociar su contrato básico y así reconstruir sus relaciones sobre un fundamento más sólido. Además, algunas de las personas que buscan asesoramiento matrimonial tienen personalidades tan perturbadas que deben asistir a sesiones de psicoterapia individual antes o al mismo tiempo que a las de terapia de su relación. La tarea de las personas que ejercen un ministerio general dentro de la iglesia es asistir a estas personas para encontrar ayuda competente de parte de especialistas capacitados en la terapia particular que necesitan.

Aun los pastores con entrenamiento avanzado en asesoramiento y terapia matrimonial deben enfrentar el hecho de que ayudar a los matrimonios y familias con perturbaciones crónicas requiere más tiempo del que disponen los pastores no especializados. La calidad de los matrimonios y las familias en la propia congregación puede mejorarse mucho más invirtiendo tiempo en programas de enriquecimiento grupal y en la ayuda a corto plazo, que dedicando muchas horas a ayudar a unas pocas personas o familias perturbadas. El matrimonio es una relación humana compleja. Es extremadamente difícil ayudar a muchas parejas con graves problemas de relación, aunque el pastor tenga las herramientas que se adquieren con una capacitación especializada en este campo.

## Las metas del asesoramiento durante crisis matrimoniales

La meta general del asesoramiento durante las crisis matrimoniales y también de la terapia matrimonial es ayudar a las parejas a aprender cómo hacer que su relación satisfaga más sus necesidades mutuas y, por lo tanto, tienda más al crecimiento y la nutrición. Para ayudarlas, el asesor debería tener en mente ciertos objetivos operativos durante este proceso. En los asesoramientos matrimoniales a corto plazo en situaciones de crisis, el asesor debe ayudar a la pareja a:

(1) Abrir sus bloqueadas líneas de comunicación y aprender técnicas para una comunicación más efectiva (que son esenciales para lograr esas metas).

(2) Interrumpir el ciclo creciente de ataques y venganzas mutuas que se perpetúa, impulsado por su profunda frustración al no lograr la satisfacción mutua de sus necesidades, y tomar conciencia de la futilidad y las autodestructivas consecuencias de su propio comportamiento, incluyendo sus esfuerzos para cambiar al otro.

(3) Tomar conciencia de los puntos fuertes y positivos que existen en cada uno y en su relación, que pueden utilizarse para realizar cambios constructivos en ellos mismos y en su matrimonio.

(4) Identificar áreas específicas donde debe ocurrir el cambio y el crecimiento en el comportamiento de cada una de las partes para interrumpir la crisis y hacer que su matrimonio satisfaga más sus necesidades mutuas.

(5) Negociar y luego poner en práctica planes que permitan un cambio justo en el que cada persona se haga responsable por cambiar la parte de la interacción que le toca. Esto implica una renegociación del compromiso matrimonial. En este proceso, movilizarán algunos recursos latentes para enfrentar la situación, aprenderán nuevas técnicas para resolver los problemas (p. ej., soluciones constructivas para los conflictos) y aumentarán el nivel de la satisfacción mutua en la relación.

(6) Experimentar el despertar de su energía para lograr cambios teniendo en cuenta una esperanza realista. La esperanza realista se genera en tres tipos de asesoramiento. Primero se expresa empáticamente en la expectativa que tiene el asesor en la capacidad de cambio y crecimiento del matrimonio. La esperanza es alimentada por una conciencia creciente de la fuerza y de los logros de la pareja con los cuales ella puede reconstruir los aspectos que no funcionan bien en su relación. La esperanza se ve fortalecida y reforzada a medida que cambia el comportamiento agresivo hacia sí mismos y entre sí. Los cambios constructivos generan una esperanza realista, y la esperanza genera más cambios.

El asesoramiento durante las crisis matrimoniales y la terapia matrimonial son en verdad parte de un proceso continuo. La terapia matrimonial comparte las metas especificadas con anterioridad, pero además busca ayudar a las parejas a:

(7) Descubrir, explorar y, en cierto grado, exorcizar las raíces preconscientes o inconscientes de una imagen conflictuada de los roles y las necesidades neuróticas (exageradas y conflictivas) que aprendieron de manera primaria de sus padres; encarar fantasías, temores e iras que disminuyen la relación. Puede ser necesario realizar las sesiones psicoterapéuticas individuales al mismo tiempo que las sesiones de pareja, con el fin de facilitar este crecimiento individual.

(8) Renegociar y revisar los principales aspectos del contrato matrimonial que son injustos o que no han dado resultado. La terapia matrimonial es de más largo plazo que el asesoramiento para momentos de crisis porque involucra en mayor grado el aprendizaje de herramientas para construir relaciones y una reconstrucción más fundamental de la relación. (Para obtener una descripción detallada de los métodos utilizados en la terapia de relaciones maritales, vean el capítulo 3 del libro *Growth Counseling* (Asesoramiento para el crecimiento). Muchos de estos métodos también pueden utilizarse en asesoramientos matrimoniales de corto plazo.)

## La sesión inicial en el asesoramiento matrimonial

Lo que ocurre durante la primera entrevista de asesoramiento o terapia matrimonial determina si existe una base para el desarrollo de una relación terapéutica continua y con la que se pueda trabajar. Durante la primera sesión, el pastor debería:

(1) Comunicar calidez, cuidado y buena voluntad para ayudar, y afirmar a la pareja que busca ayuda.

(2) Descubrir cómo se siente cada uno por estar en esa sesión; por qué cada uno vino en *ese momento*; qué desea, teme, aguarda y qué esperanzas tiene cada uno en relación con el asesoramiento; descubrir cuán motivado está cada uno para mejorar su parte en la relación.

(3) Ayudar a motivar a la parte menos motivada construyendo un *rapport* con esa persona y despertando una esperanza realista por obtener más satisfacción y menos sufrimiento en su matrimonio.

(4) Descubrir durante cuánto tiempo han existido las crisis y los problemas. ¿Se trata de una alienación crónica y prolongada, o acaso la pareja tiene períodos entre las crisis en los que están conectados?

(5) Proveer oportunidades similares para cada una de las personas para describir los problemas, expresar sus sentimientos, y decir qué cambios se deberían producir (por lo general, en el otro) para hacer que su matrimonio funcione para ellos (o sea, qué cláusulas del contrato matrimonial son injustas e insatisfactorias y, por lo tanto, deben revisarse).

(6) Luego de que el enojo y las cosas que duelen se hayan expresado y reducido, encontrar qué valora todavía cada persona en su matrimonio y en el otro miembro de la pareja, y afirmar todas las fuerzas y los recursos potenciales que tengan, que les permitan fortalecer su matrimonio a través del asesoramiento.

(7) Hacer una decisión tentativa (basada en lo que se descubre en los puntos 2 y 4) con relación a poner en práctica un asesoramiento a corto plazo para crisis matrimoniales o derivar a la pareja a un terapeuta matrimonial. Si, luego de tres a cinco sesiones de asesoramiento para momentos de crisis, la pareja ha hecho muy poco avance constructivo o ninguno, es probable que sus miembros necesiten una terapia matrimonial de largo plazo y/o una terapia individual.

(8) Si el asesoramiento a corto plazo parece ayudar, preguntarle a la pareja si están de acuerdo con venir durante tres o cuatro sesiones adicionales con la expectativa de que al final de la serie, ellos y el asesor decidirán qué es necesario hacer. Si en la sesión inicial se hace obvio que es necesaria una derivación, el pastor debería explicar por qué lo es y asegurar a la pareja que los acompañará en la búsqueda de la ayuda especializada que necesitan.

(9) Ayudar a la pareja a decidir y comprometerse con alguna tarea para realizar en el hogar entre sesiones, como, por ejemplo, algunas acciones pequeñas y constructivas que pueden ayudarlos a que su relación sea mutuamente más satisfactoria lo más pronto posible.

(10) Al llegar al final de la primera sesión (y de las otras sesiones) preguntarles cómo se sienten acerca de lo que ha ocurrido, sacando a la luz y aceptando los sentimientos negativos que tengan.

(11) Usar la oración u otros recursos religiosos sólo si son claramente apropiados para la pareja.

(12) Luego de la entrevista, reflexionar sobre lo aprendido, y hacer planes tentativos para ayudar a la pareja; constatar con un asesor o colega si la situación es complicada o confusa.

### Métodos de asesoramiento para crisis matrimoniales

Estas metas serán más claras si se las ve operacionalmente en el siguiente relato de asesoramiento durante una crisis que tuvieron Joan y Bill Sheldon.

(Este es un caso armado, basado en varias experiencias similares de asesoramiento para crisis matrimoniales.)

Joan Sheldon telefonó a la pastora Sally Marks para preguntarle si podía verla por un problema matrimonial. Joan (34) y Bill (36) son miembros de la iglesia de Sally. Han estado casados durante ocho años y tienen dos hijos, de 5 y un año y medio. Sally le respondió: «Por supuesto que estaré dispuesta a ayudar en lo que pueda, Joan. Cuénteme un poco lo que le ocurre.» (Esta pregunta tiene como objetivo saber si la crisis era aguda y conocer su naturaleza para decidir si se comienza con un asesoramiento individual o de pareja.) Joan describió un problema matrimonial de varios años de duración, centrado en el hecho de que Bill bebe con exceso. Su conflicto matrimonial llegó a puntos impredecibles a partir de que hace tres meses fue dejado cesante de su cargo como ingeniero en una empresa aeroespacial cercana.

**Joan:** ¡Es insoportable! Está tan desalentado por no encontrar otro trabajo, que muchas veces se sienta frente al televisor y bebe cerveza la mayor parte del día. Me grita cuando le pregunto por qué no sale a buscar trabajo. Yo debería encontrar trabajo otra vez. Su indemnización por desempleo se acabará pronto. Pero tengo miedo de dejarle a los chicos. Está tan nervioso y medio borracho buena parte del día, y les grita cuando hacen cualquier ruido. ¡Sospecho que lo despidieron por causa de todo lo que bebe!

**Pastora:** ¡Da la impresión de ser muy complicado! ¡El panorama se presenta duro! ¿Aceptaría Bill que nos reunamos a conversar los tres? Como el problema está en parte en la relación, ayudaría mucho si pudiéramos conversar sobre cómo lo ve cada uno de ustedes.

**Joan:** Está muy nervioso por el lío en el que nos encontramos y por lo que está ocurriendo entre nosotros, pero siente que nuestro principal problema es que él no tiene trabajo.

**Pastora:** Con seguridad que ese *es* un gran problema, pero, por lo que usted dice, parece que el sufrimiento de todos ustedes se empeora por lo que éste está provocando en su relación de familia. ¿Le parece que él estaría dispuesto a venir aunque sea una vez de modo que yo escuche los puntos de vista de ambos acerca de esta crisis que atraviesan y la manera en que piensan que podrían mejorar las cosas?

Joan dijo que probablemente él estaría dispuesto e hizo una cita tentativa para el día siguiente, que sería confirmada luego de haber hablado con Bill. Cuando los esposos Sheldon vinieron a la oficina pastoral, la pastora los saludó con calidez y los invitó a sentarse en un grupo pequeño de tres cómodos asientos alejados del escritorio.



**Pastora:** Aprecio que haya aceptado mi invitación, Bill. Puedo entender que usted sienta alguna resistencia porque no fue su idea conversar conmigo. Como le expliqué a Joan por teléfono, pienso que puedo ser de más ayuda si sé cómo ve cada uno de ustedes esta situación y cómo se siente respecto a ella.

**Bill:** Las cosas han venido cuesta abajo desde que perdí mi trabajo. Estoy dispuesto a hablar si esto ayuda.

**Pastora:** Joan me contó un poco por teléfono acerca de los problemas que tienen, pero sospecho que usted puede tener una visión diferente de la situación. ¿Cómo está viendo su problema, Bill?

**Bill:** Bueno, perdí mi trabajo, y como la situación económica es muy difícil, no he podido encontrar un puesto similar en mi campo de trabajo. Esto es terriblemente desalentador y creo que es muy difícil soportarlo. ¡Pero el hecho de que ella me regañe no me ayuda exactamente!

**Pastora:** ¡La situación laboral debe ser muy pesada para usted, Bill! Me doy cuenta de que su mayor preocupación en este momento es encontrar otro trabajo y hablar conmigo no ayudará de manera directa a esa necesidad. Pero me parece que el conflicto entre ustedes dos hace que la falta de trabajo sea más terrible para ambos. Quizá podemos descubrir alguna manera en que los dos hagan que las cosas marchen mejor en su relación.

Las líneas de comunicación significativas volvieron a abrirse gradualmente a medida que la pastora alentaba a Bill y Joan a describir sus percepciones de la crisis. Esto produjo un acalorado desacuerdo, en especial por el rol que desempeñó la bebida en el despido de Bill. Sally observó su modelo de comunicación cuidadosamente, notando que hablaban entre sí sólo por medio de ella. Esto sugería que su comunicación, excepto por las discusiones circulares, los ataques mutuos y las acusaciones (que brotaban de su enojo y sufrimiento), se había convertido en algo restringido e ineficaz como medio para resolver sus problemas. La comunicación efectiva, incluyendo todas las formas verbales y no verbales en que las personas intercambian ideas, actitudes, significados, deseos, esperanzas, enojos, miedos, calidez y cuidado, nutre el amor en la relación al alimentar las necesidades psicológicas fundamentales y satisfacer la voluntad humana básica de relacionarse. La patología del sistema de comunicación de los esposos Sheldon era tanto una causa como un efecto de su creciente alienación. (Los matrimonios en los que ha habido poca comunicación eficaz durante años no son una rareza. Las necesidades que no han obtenido respuesta en estas relaciones producen un sufrimiento intenso, que trae como consecuencia el enojo y los ataques mutuos.)

A medida que Joan y Bill volcaban sus sentimientos y describían el crecimiento de su crisis matrimonial, la pastora tomaba más conciencia de su modelo de interacción. Concentró su atención en la manera en que los mensajes iban del uno al otro, dando a cada uno de ellos oportunidades similares para expresar sus percepciones y sentimientos diferentes con relación a los temas que había presentado. Durante esta hora, la pastora concentró una atención especial en Bill, sondeándolo y respondiendo con calidez y comprensión a sus expresiones de sufrimiento. El principio de asesoramiento que se utilizó fue *enfocar la atención en la parte de la pareja menos motivada o que muestra resistencia, con el fin de establecer un vínculo de rapport y aumentar la motivación de esa persona para que continúe el asesoramiento*. Esto debe hacerse sin dejar de lado a la persona más fuertemente motivada.

La presencia de la pastora permitió que los esposos Sheldon hablaran más eficazmente sobre los temas que les provocaban sufrimiento. Su pareja matrimonial, paralizada por los ataques mutuos, se convirtió en un grupo de tres personas en el cual la pastora asumió el rol de mediadora y animadora de la comunicación. Como en una disputa laboral sin salida, una tercera parte neutral pudo cambiar la dinámica y la interacción del «grupo» de los esposos Sheldon, permitiendo que la pareja abra gradualmente su comunicación.

La presencia de la pastora como una persona fuera del sistema matrimonial también ayudó a interrumpir el ciclo de crecimiento en el alejamiento mutuo en el que estaban atrapados. Desde la perspectiva de su larga experiencia en asesoramiento matrimonial, Emily H. Mudd e Hilda M. Goodwin observan: «Cuando la relación matrimonial no soporta un nivel aceptable de satisfacciones para las necesidades de cada uno de los esposos, o si el conflicto se desarrolla, se ponen en funcionamiento varios procesos que socavan la identidad personal y promueven el fracaso de cada parte de la pareja para aliviar la ansiedad del otro».<sup>18</sup> Estos procesos incluyen un crecimiento en espiral del resentimiento, sensación de rechazo, y una ruptura progresiva de la comunicación para resolver problemas. Cuanto más socavada está la autoestima de cada uno, más rápido crece la espiral de rechazo y enojo, es más fuerte el impulso del círculo vicioso, y se hace más difícil que la pareja lo interrumpa si no es ayudada. Uno de los pasos básicos para interrumpir este círculo vicioso es drenar los intensos sentimientos de agravio, resentimiento, enojo y rechazo que lo alimentaron. El pastor hace esto alentando una catarsis emocional, a veces en sesiones individuales (una o más) con cada parte de la pareja. Se precisan sesiones individuales si la ira es muy intensa o si el pastor sospecha de que puede haber algo crucial, algún asunto secreto, que no será traído a una sesión en conjunto. La reducción de la explosividad emocional en ambas partes debe lograrse *antes* de la sanidad del proceso de comunicación en la pareja.

Durante la primera sesión, la pastora alentó a los esposos Sheldon a darle un breve panorama cronológico de su relación desde que se encontraron. Ambos estuvieron de acuerdo en que, a pesar de que habían tenido sufrimiento y conflictos, su matrimonio había sido relativamente bueno hasta hacía unos pocos años.

**Pastora:** Alienta saber que ambos tienen buenos recuerdos y que los dos saben que son capaces de hacer que las cosas marchen mejor entre ustedes. Pueden pensar en ello cuando se sienten en el pozo de la crisis.

**Bill:** Sí, pero a ella le gustará contarle que me ha estado enloqueciendo durante un tiempo para que deje la bebida.

**Joan:** (Acalorada.) ¡Puede creerlo que desde hace cuatro años que esto ocurre!

**Pastora:** Me parece que este ha sido un problema entre ustedes que viene de mucho antes que la falta de trabajo actual. ¿Piensa que necesita dejar de beber, Bill? ¿Es un problema tal como usted lo ve?

**Bill:** (A la defensiva.) Es nada más que una manera de relajarme luego de un día pesado y de tener que soportar sus constantes regaños.

**Joan:** Pero tú dijiste que tu supervisor en el trabajo te advirtió dos veces por no estar bien luego de haber tomado mucho durante el almuerzo.

Luego de un acalorado intercambio, las defensas de Bill declinaron lo suficiente como para permitirle admitir que la bebida probablemente había arruinado su foja de trabajo y había contribuido a que lo despidieran no bien su compañía comenzó a reducir el personal de ingeniería debido a dificultades económicas. Admitió, a la larga, que su médico le había recomendado que redujera la bebida.

**Pastora:** ¿Ha intentado beber menos, Bill?

**Bill:** Sí, intenté hacerlo por mi cuenta y hasta concurrí a algunas reuniones de Alcohólicos Anónimos alrededor de un año atrás, pero me parece que no era lo que necesitaba.

Luego de explorar un poco más este tema, la pastora dijo:

**Pastora:** Usted mencionó, Bill, que bebe en parte a fin de soportar los regaños de Joan para que deje de beber tanto. Parece que hubiera un ciclo de sabotajes mutuos entre ustedes. Joan, usted lo regaña porque está preocupada por la salud de Bill y por sus finanzas familiares, lo que hace que usted, Bill, tenga más razones para beber, lo que hace a su vez que usted, Joan, tenga más motivos para perseguirlo. (La

pareja asintió demostrando su acuerdo.) Parece que lo que cada uno de ustedes está haciendo produce los resultados opuestos de lo que realmente quieren del otro; me da la impresión de que esto no funciona. (Esta confrontación llevó a una discusión sobre si querían interrumpir este ciclo que provocaba su propia derrota. Durante las sesiones siguientes, Bill y Joan tomaron conciencia de otras formas en las que se saboteaban a sí mismos y de la relación que surgía de los ciclos de interacción negativos.)

Al promediar la primera sesión, la pastora resumió lo que había escuchado (haciendo una pausa cada tanto para obtener su parecer):

Cada uno de ustedes está sufriendo mucho por lo menos por tres motivos en su situación. Un motivo central es la preocupación y los problemas provocados por haberse cortado el principal ingreso de la familia y haber tenido que recurrir cada vez más a los ahorros, además de la gran ruptura de muchas de las rutinas, agendas y satisfacciones familiares provocadas porque Bill dejó de trabajar. Usted perdió su trabajo pero también muchas más cosas. Las ansiedades y las tensiones son mucho peores porque las perspectivas de encontrar otro trabajo pronto no son buenas. Ustedes han tenido una pérdida con muchas facetas y mucho duelo. (Tanto Joan como Bill estuvieron de acuerdo, comentando que no habían pensado que lo que experimentaban era un duelo.) La segunda causa del sufrimiento que ambos sienten es lo que ocurre entre ustedes. Sus ansiedades y la frustración por la pérdida de trabajo ha impulsado un ciclo de derrota en el cual cada uno de ustedes se culpa y se aparta, justo cuando lo que necesitan es tirar juntos para manejar las dificultades prácticas que deben enfrentar. El tercer tema, el uso que usted hace del alcohol, Bill, parece que los complica los otros dos. El gran golpe a su autoestima por haber perdido un trabajo que le gustaba, y el desaliento por no haber encontrado otro todavía, ha hecho que sea fácil beber más. Y usted siente que esto interfiere con su búsqueda de trabajo, Joan. Debido a la depresión y a la bebida de Bill, usted se niega a retornar al trabajo como enfermera que tenía antes de que naciera su segundo hijo, Joan. ¿Describe esto los principales problemas a los que deben encontrarles una solución?

Luego de que la pareja respondió, la pastora dijo: «Está claro que existen muchas cosas en cada uno que ustedes sienten que los enojan y los frustran. Me pregunto, ¿qué es lo que todavía les gusta del otro o de su matrimonio.» Esta pregunta (el paso uno en el Método de Relaciones Intencionales) permite

que algunas parejas tomen conciencia y escuchen lo que cada uno valora todavía en su relación. Joan respondió primero, afirmando una cantidad de cosas acerca de Bill y de su relación que a ella todavía le gustaban. Bill pareció muy sorprendido por los dichos de Joan. Mencionó una variedad de cosas que apreciaba en ella. La energía del cariño mutuo todavía presente en su relación fue claramente evidente en este momento de la sesión. Comenzaba a despertarse una esperanza realista.

**Pastora:** Es obvio por lo que acaba de ocurrir que existe todavía mucho cariño y calidez entre ustedes dos. A pesar de los problemas que sufren y de la crisis por la cual atraviesan, ustedes tienen mucho a su favor.

Este simple ejercicio también es una herramienta de diagnóstico de gran utilidad. El hecho de que Bill y Joan todavía valoraban mucho del otro y eran capaces de ser conscientes de este logro que se dio tan pronto en el proceso de asesoramiento indicaba a la pastora de que probablemente serían capaces de aprovechar de manera productiva el asesoramiento a corto plazo para crisis matrimoniales. Cuando se realiza este tipo de pregunta durante el asesoramiento y las parejas piensan en pocas cosas o en ninguna cosa que pueden apreciar en el otro, es una señal de que el matrimonio está casi muerto (y todavía no lo han enterrado con el divorcio) o que la pregunta se ha realizado prematuramente, antes de que el enojo se haya expresado y reducido lo suficiente para permitir a los miembros de la pareja tomar conciencia de lo que todavía encuentran bien en el otro.

Más adelante en la sesión la pastora preguntó: «¿Qué necesitan o desean cada uno de ustedes del otro para hacer que su relación les sirva de apoyo y les sea más satisfactoria?» Esta adaptación del segundo paso del Método de Relaciones Intencionales dio a Bill y Joan la oportunidad de clarificar su propia mente y decirle al otro los cambios de comportamiento en particular que necesitaban y/o deseaban ver en el otro para sobrellevar las tres facetas de su problema.

Luego de haber descrito sus principales necesidades, la pastora dijo:

Me gustaría trabajar junto a ustedes para ayudarlos a desarrollar algunos planes que funcionen para que cada uno responda a las necesidades del otro. Por supuesto, no es realista esperar que nadie satisfaga todas las necesidades del otro. Pero mi experiencia es que los matrimonios que todavía se preocupan por el otro, como es el caso de ustedes, pueden aprender a responder a más necesidades y deseos. Si esto ocurre, las satisfacciones en su matrimonio se incrementarán y las frustraciones y el conflicto disminuirán. Bill, ¿está usted dispuesto a reunirse

semanalmente durante otras cuatro oportunidades para ver qué podemos hacer los tres juntos, trabajando con el otro y no en contra del otro para encarar la crisis por la que atraviesan? (Se le pregunta intencionalmente en primer lugar a la persona menos motivada.)

Bill respondió que, a pesar de que lo que más necesitaba era encontrar un trabajo, a él le gustaría tratar de mejorar cosas en su matrimonio. Tal como era esperado, Joan aceptó el ofrecimiento de la pastora.

**Pastora:** Bien, tengo expectativas en trabajar con ustedes dos. Entre las cosas que mencionaron que necesitaban cambiar para mejorar su relación, ¿hay algo que puedan comenzar a hacer durante los próximos días, antes de que nos encontremos de nuevo? Les ayudará a sentirse mejor, si comienzan pronto a mejorar su situación.

Luego de estar de acuerdo en que el alivio de sus preocupaciones financieras y laborales debe tener la prioridad, hicieron un plan con la ayuda de la pastora que apuntaba a esta meta. Joan tomaría un trabajo de enfermera de medio tiempo en el hospital local donde sabía que había un cargo disponible; Bill se presentaría para un pedido de personal que había visto en un periódico profesional, pero que había dejado de lado por su depresión. También estuvo de acuerdo en no beber, excepto por la noche, y a ser responsable del cuidado de los niños y de la comida durante los días en que Joan trabajara. La pastora confirmó la buena voluntad de ellos en dar pasos concretos para sobrellevar su crisis y sugirió que le informarían sobre cómo funcionaban sus planes cuando se encontraran en la cita concertada para la próxima semana.

Al cerrar la sesión, la pastora preguntó: «¿Cómo se sienten luego de nuestra conversación de hoy?»

**Bill:** Me siento muchísimo mejor que cuando entré. También algo sorprendido, creo, porque esperaba sólo venir una vez.

**Joan:** Me siento con mucha más esperanza, como si hubiera realmente una salida para todo este lío en el que estamos metidos.

**Pastora:** La manera en que utilizaron esta sesión es una buena señal de que ambos tienen recursos importantes que pueden usar para arreglar el problema de modo que las cosas funcionen mejor para ustedes y los niños. Espero que la situación mejore a medida que hagan lo que acordaron.

Cuando volvieron a la semana siguiente, Bill y Joan informaron sobre un problema serio en la ejecución de sus planes. Bill estaba compungido. Ambos

se sentían muy desalentados. Bill había descubierto que el trabajo anunciado en el periódico ya había sido tomado. Cuando Joan retornó de su trabajo el segundo día, Bill había estado bebiendo mucho. La comida no estaba preparada y los niños lloraban. Comenzó una pelea. Bill bebió hasta que quedó sin sentido. La pastora los ayudó a considerar cuidadosamente este incidente.

**Pastora:** Si tienen una pelea y no aprenden nada de ella, la han desaprovechado.

En la discusión que siguió, Bill admitió que había tomado esa mañana, (a pesar de sus firmes intenciones de no beber) y que, como en muchas ocasiones anteriores, un vaso de bebida llevó a otro, hasta emborracharse. En una sesión individual con la pastora, que siguió a la segunda sesión en conjunto, Bill reconoció el hecho de que la bebida le *había costado* el puesto y que su falta de control sobre el alcohol estaba lastimando a su familia e interfiriendo en su recuperación de la crisis laboral. Con la recomendación de la pastora decidió asistir regularmente a las reuniones de Alcohólicos Anónimos. En su sesión individual, Joan exploró la manera en que su respuesta al hecho de que Bill bebiera en exceso en verdad exacerbaba esta cuestión. Estuvo de acuerdo en asistir regularmente a las reuniones del grupo local de Al-Anón (familiares de alcohólicos) para obtener ayuda para su parte del problema. Aceptaron la oferta de la pastora de hacer contacto con miembros habituales de Alcohólicos Anónimos y de Al-Anon (que también son miembros de la iglesia), que podían ayudarlos a sentirse cómodos en esos grupos. Además de concurrir a las reuniones de Al-Anon, Joan también comenzó a asistir a las reuniones abiertas de Alcohólicos Anónimos con Bill, una de las dos a las que él asistía semanalmente. Aparentemente Bill había llegado a lo más profundo del pozo, enfrentando el hecho de que debía dejar de beber si quería evitar un daño mayor a su familia y su futuro profesional.

Durante las siguientes sesiones de asesoramiento en pareja, la pastora ayudó a Joan y a Bill a concentrarse en las principales necesidades insatisfechas en su relación. Los tres pasos del Método de Relaciones Intencionales se convirtieron en la estructura básica del asesoramiento. Por ejemplo, negociaron y acordaron un plan por el cual dividieron las tareas del hogar y el cuidado de los niños de una manera más justa para Joan. De este modo, modificaron gradualmente su contrato matrimonial haciéndolo más justo y satisfactorio para ambos.

Al cabo de la quinta semana, al evaluar lo que habían hecho juntos en el transcurso del asesoramiento, era claro que la pareja había utilizado bien la ayuda de la pastora (cosa que ella les confirmó con calidez). La comunicación era más abierta y mejoró la resolución conjunta de los problemas. Había muchas cuestiones que no estaban resueltas en su relación pero estaban

adquiriendo herramientas para trabajar de manera eficaz con estos problemas y los nuevos que pudieran surgir. Excepto por un breve desliz, Bill no había vuelto a beber desde que retornó a Alcohólicos Anónimos. Todavía no había encontrado un trabajo, pero seguía con cuidado cualquier pedido de personal que apareciera en la deprimida industria aeroespacial. Joan lo sostenía en este frustrante proceso y en la exploración de pasos que debería dar para prepararse para un trabajo relacionado con su profesión. El trabajo de Joan marchaba relativamente bien. Las satisfacciones que obtenía la hacían darse cuenta de que necesitaba, para su propio desarrollo, continuar su carrera como enfermera con un trabajo de tiempo completo, tan pronto como pudieran pagar un centro maternal de jornada completa. La relación de Bill con los niños también había mejorado con su sobriedad.

Por mutuo acuerdo la pareja decidió encontrarse semana por medio durante un mes y luego una vez por mes durante un tiempo, a medida que continuaban luchando con sus problemas sin resolver y consolidaban las nuevas maneras de relacionarse que habían aprendido. Al dejar la quinta sesión, Bill y Joan expresaron su sentido agradecimiento por toda la ayuda que Sally les había dado. Los tres unieron sus manos y pidieron serenidad repitiendo la oración de Alcohólicos Anónimos, seguida por una plegaria que la pastora pronunció celebrando el crecimiento de la pareja y el don de la nueva vida que habían recibido.

Muchas parejas que buscan asesoramiento de sus ministros son mucho más difíciles de ayudar que los esposos Sheldon. Casi siempre una de las partes se resiste o se cierra a la ayuda. Cuando sólo una de las personas busca ayuda en un problema matrimonial, el pastor debería tomar cualquier iniciativa que le sea posible para involucrar a la otra en el proceso de ayuda. En muchos casos, una invitación telefónica hará que la persona venga por una o dos sesiones con el fin de establecer el *rapport* y reducir la resistencia de la persona a continuar con el asesoramiento. Si sólo viene una de las personas al asesoramiento, es esencial concentrarse en lo que esa persona puede hacer para mejorar su parte en la relación, incluyendo liberar al otro emocionalmente como para interrumpir la interacción neurótica.<sup>19</sup>

Como se indicó con anterioridad, la interacción neurótica de muchas parejas es tan profunda y compleja que el asesoramiento de corto plazo no es suficiente. Algunas parejas se acercan a los pastores luego de que su relación se ha desintegrado más allá de las posibilidades de reparación. Ver al pastor es algo así como un último recurso, una manera de pacificar las conciencias aceptando recibir asesoramiento. Cuando las cosas se han movido lo suficientemente lejos como para llegar a un divorcio, es importante pedir una moratoria, que se pospongan los procedimientos legales hasta que pueda

realizarse una terapia matrimonial sería. Casi siempre es fútil intentar un asesoramiento o una terapia matrimonial en medio de cuestiones legales.

En el asesoramiento matrimonial (y en la terapia) no es función del asesor «salvar todos los matrimonios», sino ayudar a que las parejas mismas descubran si pueden reconstruir sus relaciones destructivas sobre la base de un contrato más justo, satisfactorio y que permita el crecimiento. Algunos matrimonios son tan irreversiblemente destructivos para la pareja y para sus hijos, que un divorcio es la única esperanza de salvar aquello que sea constructivo. El divorcio representa el fracaso de una relación, pero no existe razón en componer el daño permaneciendo juntos en una interacción que lastima a las personas (que muchas veces es un matrimonio sólo por el nombre) luego de que una terapia matrimonial sería ha fracasado en sanar la patología matrimonial. ¡Un ministerio constructivo y esencial está para facilitar una liberación misericordiosa de un matrimonio que ahoga a ambas partes!

### El rol del asesor

Es evidente que la pastora tuvo un rol activo en la tarea que realizó con los esposos Sheldon. Estoy de acuerdo con el concepto de que «si se quiere que las entrevistas conjuntas sean constructivas, el asesor debe asumir la responsabilidad de establecer los límites, la estructura, el equilibrio y el enfoque de la entrevista».<sup>20</sup> La pastora fue, en las palabras de Sullivan, «una observadora que participaba», pero también «una participante observadora». Era una suerte de *referí* que vio que ambas partes tenían una oportunidad justa de expresar sus perspectivas y participar por igual en las decisiones que los afectaban a ambos. La pastora fue también una *entrenadora* que los ayudó a aprender a jugar al juego del matrimonio de manera más creativa, una *maestra* que sugirió o recomendó acciones que debían considerar. Ella fue una *animadora de comunicación* que los ayudó a practicar el arte de pasarle mensajes al otro eficazmente. Era una *figura con autoridad capaz de aceptar* con alguna experiencia en relaciones. Como tal, ella no era tímida para confrontarlos (con cariño) con las lastimosas consecuencias de su comportamiento inmaduro o afirmarlos cuando se respondían de manera más constructiva. Por su sensibilidad ante lo que estaba sucediendo en su interacción, la pastora *estimulaba su toma de conciencia*. Ella *comprobaba la realidad*, permitiendo que ellos compararan sus percepciones de la realidad de su relación con la suya. Fue una *guía* que los alentó a explorar algunas de las dinámicas de su relación. La pastora fue también un *modelo de rol*, en especial para Joan, de mujer fuerte, competente y cariñosa. Compartió algunas de las cosas que había aprendido en su propio matrimonio. Era una *pastora* que simbolizó y buscó ser un canal para que el amor sanador de Dios fluyera en la vida y el matrimonio de esta pareja. Por

sobre todo, Sally Marks era *un ser humano cálido* que se *estiró* y no se *bajó* para ayudar a Joan y a Bill.

Involucrarse activamente como asesor *no* significa tomar decisiones por los asesorados, hacer lo que ellos deberían hacer por sí mismos o empujarlos a buscar soluciones elegidas por el asesor. Para ilustrar esto, si una persona pregunta «¿Debo divorciarme?», es importante aceptar su sentimiento de que desea un asesoramiento autoritativo (aunque este deseo sea ambivalente en la mayoría de los casos), pero luego (amable pero firme) debe dejarse en claro que se trata de una decisión demasiado compleja y personal como para que *cualquier otra persona* la tome por ellos. El rol del asesor, como se lo interpreta entonces, es ayudar al asesorado a examinar las alternativas, a ver las consecuencias según los caminos que se sigan, a vérselas con la resistencia interior (a dejar un matrimonio destructivo), y a ganar un grado mayor de libertad y objetividad de modo que ella o él tomen una decisión sabia.

### El enriquecimiento sexual y el asesoramiento

Una dimensión importante del enriquecimiento matrimonial y del asesoramiento es ayudar a las parejas a liberar su potencial para disfrutar del sexo (uno de los dones de Dios) de manera más plena. Las terapias sexuales contemporáneas, cuyos pioneros fueron Virginia E. Johnson y William H. Masters, ofrecen perspectivas y métodos utilizados habitualmente para realzar la sexualidad, en reuniones de enriquecimiento matrimonial, y para ayudar a las parejas con problemas sexuales, en los asesoramientos y las terapias matrimoniales. La mayor parte de los tratamientos en las terapias sexuales no son terapias en el sentido habitual. En verdad, consisten en ayudar a las parejas a aprender actitudes y sentimientos que afirmen su sexualidad y, a través de la práctica, aprender técnicas para lograr el placer que no impliquen exigencias. Las ansiedades en relación con el desempeño y el temor al fracaso disminuyen gradualmente poniendo en práctica ejercicios que provocan la excitación por mero placer, sin ninguna otra meta. La eficacia de las técnicas de terapia sexual se incrementa cuando se integran con el asesoramiento matrimonial y con los recursos terapéuticos.

Es posible que muchas parejas que tienen un matrimonio funcional puedan mejorar su vida sexual. Estas son algunas sugerencias para aumentar el placer sexual:

(1) *Libere sus actitudes hacia el sexo*. Los seres humanos somos la más sexuada de todas las especies animales. Contrariamente a los viejos estereotipos de doble moralidad, las mujeres tienen, por lo menos, un potencial de respuesta sexual tan rico como los hombres. ¡Dios no nos habría equipado con estas capacidades para lograr la satisfacción sexual, sin la intención de que disfrutemos del

sexo! La respuesta sexual comienza en nuestra cabeza y no en nuestros genitales, de modo que ese es el lugar donde debe incrementarse el valor del sexo. Muchas parejas encuentran que las libera la posibilidad de leer juntos algún libro que describe y muestra con ilustraciones las maneras de introducir más imaginación y juego en la relación sexual.

(2) *Mantenga toda su relación en crecimiento y el sexo tenderá a mejorar.* El sexo para los seres humanos es una forma poderosa de comunicación. Todo lo que agigante la comunicación, el cuidado y el compañerismo en otros aspectos del matrimonio tenderá a mejorar su vida sexual. Alimenten su necesidad de aprecio, de caricias y de afirmación mutua regularmente y la respuesta sexual, por lo general, se incrementará. Virginia Johnson declara: «Nada bueno va a pasar en una cama entre los esposos a no ser que hayan pasado cosas buenas entre ellos antes de ir a la cama. No hay manera de que una buena técnica sexual cure una relación emocionalmente pobre.»<sup>21</sup>

(3) *Resuelva las heridas, los resentimientos y el enojo acumulados hablando acerca de ellos antes de intentar «hacer el amor».* Los sentimientos negativos que no se confrontan conforman una pared (de enojo caliente o helado). Esta pared disminuye gradualmente el flujo de los sentimientos de amor y de sensualidad que provocan la excitación sexual. La eliminación de las injusticias y de las desigualdades en el matrimonio reduce las causas de mucho de este enojo. El sexo entre dos personas liberadas, en crecimiento e iguales, con un vínculo de amor y de cariño mutuo, tiende a ser un sexo rico y pleno.

(4) *Descubra y disfrute del romance especial que existe en su etapa matrimonial actual.* Diversos estudios han demostrado que el placer sexual que se logra con deseo y con todo el cuerpo, por lo general, puede continuar de manera casi indefinida todo el tiempo que dure una pareja, si se ha sabido nutrir su relación general. La popular idea falsa de que el placer sexual sólo es posible para los jóvenes ignora el hecho de que el sexo puede mejorar con la experiencia y que como relación se enriquece con las luchas y las satisfacciones a medida que pasan los años.

(5) *Use su imaginación para crear nuevas maneras en que sus Niños interiores jueguen juntos.* Aparte una o dos horas semanales para tener una sesión que les brinde mutuo placer. Introduzca variedad y aventura en los lugares, posiciones y escenarios en los que se «hace el amor». Descuelgue el teléfono, ponga una traba a prueba de niños en la puerta del dormitorio, ponga música, encienda algunas velas, y permita que su Niño interior retoce. Cenar afuera, una tarde en la playa o caminar por un bosque, ducharse juntos, una noche en un motel, ¡estas son algunas de las muchas maneras en que pueden tomarse unas breves vacaciones para permitirse olvidar las responsabilidades de la vida adulta y dedicarse a jugar! El sexo puede ser una manera revitalizadora de una recreación compartida y cariñosa. ¡Disfrútelo!

(6) *Descubra qué es lo que cada miembro de la pareja más disfruta sexualmente, y entrénense el uno al otro para aumentar al máximo el placer.* Explore y experimente descubriendo sus propias preferencias en el logro del placer. Descubra qué esencias, palabras, flores, figuras, bromas, caricias, modos de acercamiento, posiciones, música y bebidas le ayudan a obtener los sentimientos más lujuriosos de excitación sexual. Luego entrene a su pareja para que los incluya en su juego sexual.

(7) *Aprenda y disfrute de sesiones de búsqueda del placer mutuo que sean libres y no exigentes.* Muchas parejas han descubierto que esta es la clave para aumentar su deleite sexual en el matrimonio cuando la relación sexual se convierte en algo chato, opaco o aburrido. Olvídense del concepto de «trataremos de hacerlo mejor». Es un callejón sin salida. Masajeen todo el cuerpo de su pareja utilizando una loción tibia con aroma sensual. Relájense y disfruten de dar y recibir placer mutuo, con ningún otro fin ni programa. Simplemente déjense llevar por el placer natural de sus cuerpos. Dondequiera que los lleve este placer, seguramente será muy bueno. Permítanse disfrutar lo que a ambos les guste.

(8) *No se juzgue por tener problemas ocasionales en su respuesta sexual.* En nuestra cultura la mayor parte de las personas tienen algunas inhibiciones o mañas sexuales. Las viejas actitudes de inhibición pueden superarse con una relación de mutuo afecto y de amor paciente y juguetón. Muchos hombres experimentan episodios ocasionales de impotencia temporaria, por lo general cuando están cansados o han bebido demasiado. Buscar el placer sin exigencias por un momento, para reducir la ansiedad ante el fracaso y la presión autoimpuesta para lograr el éxito, ayuda a restaurar la capacidad para realizar el acto sexual.

(9) *Evite la trampa triple del apuro, la fatiga y demasiado alcohol.* Esto casi siempre interfiere con la obtención de una relación sexual plenamente satisfactoria, en especial después de los cuarenta. Amar lleva su tiempo. No deje al sexo hasta el final, cuando se terminaron todas las tareas y ambos están exhaustos.

(10) *Si el tipo de métodos de «hágalo usted mismo» como los que mencionamos no mejora su vida sexual, busque la ayuda de un apropiado terapeuta sexual que también haya recibido capacitación en asesoramiento matrimonial.<sup>11</sup>*

## El asesoramiento de los que tienen un estilo de vida alternativo

Muchas personas, en especial los adultos jóvenes, están experimentando con alternativas al matrimonio tradicional, exclusivo sexualmente y con un compromiso de toda la vida. Estos estilos de vida alternativos incluyen la cohabitación (vivir juntos), los matrimonios a prueba, los matrimonios grupales

y comunitarios, los matrimonios entre homosexuales, los matrimonios abiertos y el intercambio de parejas. Las personas se sienten atraídas a estos estilos alternativos por diversas razones. La mayoría tiene algún grado de compromiso y de continuidad en su contrato de relación, a pesar de que por lo general no es «hasta que la muerte nos separe». Muchas parejas que cohabitan son en realidad matrimonios a prueba o «mini-matrimonios». Algunos buscan de manera responsable nuevos caminos más humanos que lo que muchas veces son los matrimonios tradicionales. Buscan maneras frescas de satisfacer las necesidades humanas universales de lograr intimidad, cariño mutuo y sexo. Muchos buscan relaciones donde el amor y la libertad existan juntos de una manera más plena que en muchos matrimonios. Muchos jóvenes reaccionan contra la hipocresía, la esterilidad o la deshonestidad emocional que ven en los matrimonios convencionales de sus padres.

Todas las relaciones íntimas involucran conflictos y problemas. No debe sorprendernos que algunas personas en estas relaciones alternativas tengan el mismo tipo de conflicto y sufrimiento interpersonal que existe en los matrimonios convencionales. Para aquellos que participan en relaciones que todavía nuestra sociedad estigmatiza, como las parejas de homosexuales, está el peso que deben agregar por esconderse o soportar el prejuicio social y la discriminación.

Las personas que viven en relaciones alternativas probablemente no busquen ayuda ni asesoramiento de los pastores en una proporción tan grande como los matrimonios tradicionales. Este es el resultado de su idea (a veces justificada) de que los pastores no los comprenderán o los juzgarán debido a su estilo de vida. Pero los pastores que son conocidos en sus comunidades por su calidez, apertura, y por aceptar a los seres humanos, *sí tienen* la oportunidad de asesorar a estas personas. Si las iglesias van a convertirse en centros para la sanidad y la plenitud para las personas quebrantadas que existen en nuestro mundo, deberían buscar serlo para las personas que tienen variados estilos de vida en nuestra sociedad, y no sólo para los que han conformado un matrimonio tradicional.

Muchas parejas que viven juntas necesitan el mismo tipo de enriquecimiento de su relación, como así también el cuidado y el asesoramiento, que las parejas tradicionales. Desafortunadamente, sería rara la iglesia en la que se sentirían aceptadas si concurrieran a alguna actividad para el enriquecimiento matrimonial.

Afortunadamente, los principios fundamentales del enriquecimiento y el asesoramiento matrimonial pueden aplicarse en el trabajo con cualquier relación cercana y comprometida. En el asesoramiento con parejas de homosexuales, es importante ayudarlos a identificar y encarar las dinámicas de sus propios conflictos interpersonales, como el peso de esconderse o del rechazo social, el prejuicio y la discriminación, que complica sus problemas.

En este sentido, asesorar a personas con preferencias sexuales diferentes o un estilo de vida alternativo involucra temas similares a los que se confrontan cuando se trata con personas que pertenecen a una minoría, ya sea religiosa, étnica, nacional o racial, que sufren por tener una posición inferior en su sociedad. En este tipo de asesoramiento, es importante que los pastores sientan y creen un clima de respeto genuino por sus diferencias. Las personas que han sido rechazadas por otras, pronto sienten la condescendencia sutil y el juicio disfrazado de asesor. Es posible aceptar los derechos de los demás a ser diferentes, sin abandonar las normas y los valores propios.

## El cuidado pastoral de los solteros

En nuestra sociedad, la norma es casarse. Esto significa que unos cuarenta millones de personas solteras en los Estados Unidos (uno de cada tres adultos) son anormales por definición. Aquellos que no se casan, por elección o por las circunstancias, muchas veces se sienten como una quinta rueda en los programas de la iglesia que ponen mucho énfasis en el matrimonio y en la vida en familia, y dejan de lado a los solteros. Es crucial que el programa de la iglesia dedicado al cuidado y al asesoramiento se estructure de tal manera que atienda también a separados, divorciados, viudos o solteros. Muchas de estas personas tienen una gran necesidad de recibir cuidado y asesoramiento. El desafío es diseñar una estrategia que haga que las iglesias sean espacios familiares para un amplio espectro de personas, las solteras y las que no lo son. Las iglesias deberían ser una familia extensa, que sustenta a todos los que lo desean, incluyendo a aquellos que viven solos y a los que están casados o viven en otro tipo de relación comprometida. Muchas personas solteras tienen que trabajar duro para construir y mantener un sistema de relaciones que satisfaga sus necesidades y los nutra, que sea viable y los sostenga. Las iglesias, a través de su cuidado pastoral, de la educación y de los programas para grupos de crecimiento, deberían ser un oasis para los solteros, ofreciéndoles alternativas a los bares para solteros que los explotan.

Sin debilitar los programas familiares, las iglesias deberían modelar actitudes positivas y desarrollar programas que ayuden a que la soltería sea una opción genuina, un estilo de vida plenamente legítimo. A medida que las personas se sientan libres como para elegir el celibato en nuestras iglesias y en nuestra sociedad, también se sentirán más libres para elegir el matrimonio, si es factible y quieren. Menos gente se casará por las razones inadecuadas de escapar a la soltería o conformarse a la norma social de vivir en pareja.

John Landgraf declara: «No sólo es tolerable permanecer soltero... ¡hasta puede ser bueno! La soltería es una elección legítima, a largo plazo y también a corto plazo. No es necesariamente una elección mejor que casarse o tener

pareja; pero tampoco es necesariamente peor. El estado matrimonial puede ser maravillosamente pleno; también puede serlo la soltería. El matrimonio puede ser un infierno; permanecer soltero o soltera también puede serlo.»<sup>23</sup>

Los líderes de la iglesia deberían apoyar y trabajar con sus miembros solteros para desarrollar una variedad de grupos para compartir y crecer, grupos de apoyo entre viudos (y otros grupos para acompañar durante el duelo), grupos para padres solos, y eventos tales como retiros creativos, clases y talleres para solteros. (Es importante evitar pensar en los programas para solteros como una oportunidad de que encuentren pareja, aunque esa sea una función legítima para algunos solteros.) Muchos solteros no quieren ser sólo bien recibidos en grupos especiales. Las personas que no están casadas deberían ser invitadas y sentirse bienvenidas en todo el espectro de grupos para compartir y aprender que existen en la vida de una iglesia orientada hacia la plenitud.

Algunas personas permanecen solteras, no porque esa sea su preferencia real, sino porque no tienen habilidad para mantener una relación interpersonal o tienen miedo a ser dañadas en una relación íntima. Estas personas muchas veces tienen una necesidad intensa de una relación íntima, pero no quieren arriesgarse. Puede serles de ayuda combinar la terapia personal con la experiencia de participación en un grupo de asesoramiento o de crecimiento para superar el bloqueo de su intimidad. Un grupo para solteros creativo y que apunte al crecimiento puede ayudar a los adultos jóvenes que sufren de estos bloqueos a aprender técnicas para relacionarse y a ponerlas en práctica en un medio relativamente seguro. Superar los bloqueos a la intimidad emocional en esta etapa de la vida puede prevenir que la persona adopte una imagen solitaria y distanciada como un estilo de vida permanente, defensivo y pobre, librándose de desarrollar relaciones íntimas esenciales para lograr la plenitud humana, tanto para la persona soltera como para la que no lo es. El filósofo Schopenhauer una vez relató una fábula acerca de dos puercoespines que pasaban alternativamente de abrazarse para evitar morir congelados al salto de dolor por los pinches del otro. Se debe notar que muchas parejas casadas también sufren del dilema de los puercoespines que tenían frío.

Algunas mujeres mayores no casadas tienen necesidades especiales de cuidado y asesoramiento pastoral. Sufren tanto de la presión de la norma de «estar en pareja» que impone nuestra sociedad como de los prejuicios sociales y de los estereotipos que afectan a las mujeres mayores solas. Ayudar a que la soltería sea una opción genuina y borrar los estereotipos crueles y desacertados que hacen que muchos mayores solteros se sientan fracasados sociales son desafíos que los programas de cuidado y educación pastoral deben incluir. Los hombres mayores solteros también enfrentan actitudes sociales alienantes que afirman que deben haber tenido un vínculo muy particular con sus madres u otras profundas mañas neuróticas. La tarea de apoyo y crecimiento que tiene

lugar en los grupos y reuniones para una soltería creativa puede ayudar a los solteros —jóvenes y viejos— a reparar algunos de los daños que nuestra sociedad y sus instituciones, incluyendo las iglesias, infligieron a su autoestima.

Esta perspectiva de crecimiento en el cuidado y el asesoramiento pastoral puede ayudar a los solteros a ver las potencialidades singulares de serlo:

Una de ellas es la oportunidad de utilizar la enorme cantidad de tiempo y energía que la mayor parte de los matrimonios dedican a la crianza de los hijos en otras formas de actividades satisfactorias, socialmente útiles y generadoras. (Las parejas sin hijos también tienen esta oportunidad, por supuesto.) Otra posibilidad es la libertad y la motivación de desarrollar nuevos modelos más creativos para relacionarse. No existe ninguna razón lógica ni psicológica para que un estilo de vida —el matrimonio— sea considerado como superior al resto y factible para todos. Los solteros pueden desarrollar una variedad de opciones satisfactorias. Un tercer aspecto positivo en la soltería es la motivación inevitable a continuar creciendo como persona. Muchos casados pueden evitar enfrentar su inmadurez emocional porque un matrimonio neurótico los protege. Esta protección lleva consigo un alto precio que conduce al sofocamiento mutuo del crecimiento personal. Es mucho más difícil que una persona soltera evite el desafío a un desarrollo personal continuo.<sup>24</sup>

Aprender a afirmar y desarrollar la propia soltería es esencial para tener tanto un matrimonio creativo como una soltería creativa. John Landgraf observa: «Las personas con matrimonios mutuamente satisfactorios ... o bien han llevado las experiencias de una soltería sana a su matrimonio o han desarrollado esmeradamente su capacidad para un alto nivel de autonomía dentro de su matrimonio». En su adecuada frase, «están bien casadas consigo mismas».<sup>25</sup>

La sexualidad es lo suficientemente complicada para los casados. Y es muchas veces doblemente problemática para los solteros. La abstinencia y la sublimación son las únicas dos opciones que la moral tradicional y la mayoría de las iglesias reconocen como los límites éticos de los solteros. Existe algo deshumanizante en una sociedad que, por un lado, hace del sexo un verdadero hechizo y, oficialmente, quiere negárselo a cuarenta millones de adultos. La mayoría de los solteros no hacen caso de los límites que impone la sociedad, muchas veces al precio de sentirse culpables y de tener conflictos internos. Debido a esto, el sexo entre los solteros (que probablemente es más frecuente que el sexo en el matrimonio) muchas veces se ve separado de una relación de confianza, compromiso, respeto mutuo y cariño, el contexto en el cual florece la sexualidad. Muchas personas (solteras y casadas) se dañan a sí mismas y a las demás al rebelarse contra la camisa de fuerza de la moralidad sexual, en



lugar de luchar por descubrir los nuevos valores sexuales que son *tanto* liberadores *como* respetuosos de la persona. Muchos solteros se sienten presionados por la imagen del soltero que cambia de pareja habitualmente. Sienten la presión social de tener que mantener relaciones sexuales en encuentros casuales cuando preferirían reservar el sexo para una relación comprometida. Los valores de nuestra cultura sobre el sexo están en un estado de transición, conflicto y confusión. Muchas personas, solteras y no solteras, están en busca de una guía y una dirección adecuadas en este sentido. Los pastores asesores necesitan estar abiertos para ayudar a que estas personas trabajen sobre sus conflictos éticos, sus confusiones y su sufrimiento con relación al sexo, para descubrir qué es lo que constituye para ellos una sexualidad que afirme la vida y dé importancia a la persona.

Con su pareja, o (si es soltero o soltera) con un amigo o amiga íntimo/a, desarrolle los cuatro pasos del Método de Relaciones Intencionales que se describe al comienzo de este capítulo. Es la manera más efectiva de aprender a utilizarlo con otras personas y es una herramienta para enriquecer la propia relación.

### Sesión de práctica de la realidad

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** (Se requieren dos personas.) Como pareja, están experimentando un conflicto y una frustración dolorosa en su relación. (Utilice una relación con la cual uno de ustedes esté muy familiarizado para definir la dinámica de los roles.) Busque la ayuda de su pastor.

**EL ROL DEL PASTOR:** Utilice lo que ha aprendido al leer y reflexionar sobre este capítulo cuando asesora a esta pareja. Trate de adaptar el uso del Método de Relaciones Intencionales para el asesoramiento que se describe en este caso.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Haga una devolución al pastor sobre la manera en que se concentra en la interacción de la pareja como también sobre la orientación general del asesoramiento matrimonial.

## CAPÍTULO 11

### El asesoramiento para enriquecer la vida familiar

Cuando hay una ruptura en la vida familiar es importante encontrar una forma de saber qué es lo que anduvo mal, y ayudar a los padres, a los niños y a los jóvenes a recuperar su capacidad para resolver problemas y un sentido de equilibrio para su vida en común. Las tradiciones y los valores religiosos no deben desecharse, sino volver a evaluarse y actualizarse para cada miembro de la familia. La iglesia no debería estar en la periferia de esta lucha sino en su corazón, involucrándose en ella de modo de dar sustento, cuidado y fuerzas ... Así, aprender métodos de asesoramiento familiar, analizar los problemas familiares, y ver el panorama completo de la familia dentro del marco del mundo que ha surgido en las últimas décadas de este siglo se convierte en una tarea importante.

CHARLES W. STEWART, THE MINISTER AS FAMILY COUNSELOR<sup>1</sup>

Por «familia» me refiero al sistema social de relaciones primarias de las cuales las personas obtienen sus mayores fuentes de alimento psicológico y espiritual. Existen muchos tipos de familia en la sociedad moderna y en las iglesias: familias tradicionales con dos padres, familias con un solo padre, parejas sin hijos (y con ninguna intención o posibilidad de tenerlos), familias donde conviven tres generaciones y una variedad de relaciones intencionalmente comprometidas, integradas por adultos que no se han casado. La mayor parte de la gente que vive sola también tiene un sistema de apoyo y alimento integrado por sus amigos, quienes constituyen su familia. Este capítulo se centraliza en comprender y ayudar a las familias que incluyen hijos, pero

muchas de las perspectivas y de los métodos pueden utilizarse en todo tipo de familias.

La iglesia como familia de familias (de muchos tipos) está en una posición estratégica sin rival para convertirse en un centro de bienestar familiar. Los métodos y enfoques fundamentales para el enriquecimiento y el asesoramiento de las parejas, que se describen en el capítulo anterior, son igualmente útiles para hacer esta tarea con las familias.

### Las familias como sistemas sociales

La familia es un organismo social o un sistema. Nathan Ackerman, pionero en terapia familiar, sugiere que el término «organismo» connota el corazón biológico de la familia, su calidad de proceso de vida y unidad funcional, y su historia de vida natural, «un período de germinación, de nacimiento, de crecimiento y desarrollo, de capacidad para adaptarse a los cambios y a las crisis, una declinación lenta y, finalmente, una disolución de la vieja familia para convertirse en una nueva».<sup>2</sup> Cualquier cosa que afecte una parte del organismo familiar automáticamente afecta a todas las partes, así como una mano infectada, lastimada o que funciona bien afecta a todo el cuerpo.

La familia es el centro estratégico para comprender las perturbaciones emocionales y también para intervenir sobre aquellas fuerzas psíquicas que existen en las relaciones humanas que tienen que ver tanto con la salud como con la enfermedad. En otras palabras, el grupo familiar puede asegurar o quebrantar la salud mental. Tiene este poder, en tanto tiene influencia sobre cada aspecto del desarrollo humano, y de las relaciones humanas.<sup>3</sup>

Un sistema familiar, como otros organismos sociales, está integrado por varios subsistemas interdependientes. Es importante que los asesores y los terapeutas familiares sean conscientes de los modelos de interacción dentro de estos subsistemas y entre ellos: esposa-esposo, madre-hijos, padre-hijos, hijo-hijo, abuelos-padres, abuelos-hijos, hijo-animal doméstico, etc.<sup>4</sup>

Como organismo, una familia tiene una identidad psicológica única. La identidad marital se convierte en el corazón de la identidad de la familia que se extiende a medida que se agregan los hijos.

La interacción, la mezcla y la *rediferenciación* de las individualidades de los miembros de la pareja matrimonial moldean la identidad de la nueva familia. Así como la personalidad de un niño internaliza algo de cada

padre y evoluciona en algo nuevo, de la misma manera la identidad de una nueva familia incorpora algo de la imagen que cada miembro de la pareja matrimonial tiene de sí mismo y de la imagen de sus respectivas familias de origen, y también desarrolla algo único y nuevo ... La identidad psicológica de la pareja matrimonial conforma al niño, pero el niño también conforma a la pareja matrimonial a sus necesidades.<sup>5</sup>

El comportamiento, las actitudes, los valores y el modelo de relación de los miembros individuales de una familia están conformados por la estructura familiar, o sea, por las reglas familiares, las expectativas, los valores, los tabúes, las creencias, los modelos de comunicación y la distribución del poder entre sus miembros, que funcionan de manera inconsciente. La dinámica de la estructura familiar puede frustrar o facilitar la potencialización de todos sus miembros.<sup>6</sup>

La salud o la perturbación de la personalidad que sufren algunos individuos se debe considerablemente a una expresión del clima emocional de sus familias o a la necesidad de satisfacer la red de relaciones. Los síntomas que presenta un individuo pueden entenderse como el producto de la interacción de la persona con todo el organismo familiar que no satisface las necesidades de la personalidad de sus miembros. Como lo observa Virginia Satir, el sufrimiento del «paciente identificado» (el que es etiquetado como «enfermo», «neurótico», «delincuente») es una expresión evidente del dolor encubierto que toda la familia sufre en sus relaciones.<sup>7</sup> Muchos terapeutas han observado la «complementariedad negativa» de organismos familiares perturbados. El psicoanalista Martin Grotjahn describe a la neurosis complementaria que existe muchas veces entre los miembros de una familia, produciendo un reforzamiento mutuo del comportamiento neurótico.<sup>8</sup> Aparentemente todos los miembros de una familia perturbada obtienen algunos beneficios emocionales de la enfermedad identificada del paciente. El equilibrio interpersonal en estas familias aparece como basado en un contrato subconsciente: «Todos acordamos en que este miembro de los nuestros estará 'enfermo' (será «delincuente», «alcohólico») de modo que el resto de nosotros pueda continuar funcionando». Estos son casos específicos: la pareja del alcohólico que se perturba cuando su esposo o esposa logra recuperar la sobriedad; la «buena» familia que ha elegido, inconscientemente, a un miembro desviado para poner en práctica todos los impulsos prohibidos de la familia; y la familia del esquizofrénico en la cual la relativa adecuación del funcionamiento de los otros miembros depende de que el miembro enfermo siga enfermo. Estos son ejemplos extremadamente negativos de complementariedad familiar. La complementariedad negativa existe en todas las familias perturbadas, en cierto grado, a pesar de que puede aparecer como que sólo uno de los miembros

está perturbado. Las familias, por lo general, buscan ayuda exterior sólo cuando el miembro que soporta sus conflictos perturba a personas fuera de la familia o estorba el funcionamiento precario de los miembros de la familia que están «bien».

Debido a que las familias funcionan como organismos o sistemas sociales, es lógico mejorar a las familias sanas y tratar a las familias enfermas como unidades. Esto es precisamente lo que hacen el enriquecimiento y la terapia familiar. Los pastores que captan las profundas implicaciones de esta concepción de los sistemas familiares encuentran que ésta provoca diferencias notables en todas las dimensiones de su trabajo con matrimonios y familias.

En todo trabajo de asesoramiento estamos tratando con redes interconectadas de personas, sea que nos demos cuenta de este hecho o no. En el asesoramiento individual tenemos acceso directo a sólo una parte del total de la red interpersonal del individuo. Las limitaciones de esto son bastante análogas a las que enfrentarían los médicos si quisieran ayudar a las personas enfermas sólo examinando y tratando su brazo. A pesar de las limitaciones de esta analogía (la persona obviamente tiene más autonomía funcional y capacidad para conformar una nueva relación, que la que tiene un brazo), comunica una verdad fundamental: la interdependencia *esencial* entre las personas. Los métodos para enriquecer y asesor parejas y familias intervienen directamente en la totalidad del sistema familiar, permitiendo que se brinde ayuda a todas las personas involucradas. Las tareas de enriquecimiento y asesoramiento familiar tienen como fin ayudar a todo el sistema familiar a mejorar su red de relaciones para la satisfacción de necesidades interdependientes, de modo que todos se sientan libres para alcanzar la plenitud.

## El programa para matrimonios y familias de una iglesia local

Hay cuatro pasos en el desarrollo de un programa de cuidado y asesoramiento más efectivo para la vida matrimonial y familiar.

Primer paso. *Asignación de responsabilidades*: Una congregación debería tener un «Comité para la Plenitud Matrimonial y Familiar» que trabaje en conjunto con el pastor para planear y desarrollar programas matrimoniales y familiares, siguiendo los cuatro pasos que se enlistan abajo. Es sabio incluir a personas con posiciones de decisión en comités y juntas de la congregación, por ejemplo, del área de la educación, del cuidado pastoral y de planeamiento. Esta superposición de miembros hace que sea mejor la coordinación de los programas en desarrollo.

Segundo paso. *Determinar y priorizar necesidades*: La siguiente lista es un vehículo para ayudar a identificar las necesidades sin respuesta:

## El asesoramiento para enriquecer la vida familiar

### Tipos de necesidades y ejemplos de grupos designados para responder a ellas

Nuestra iglesia responde adecuadamente a esta necesidad

Nuevos programas para desarrollar

#### Preparación a largo plazo para el matrimonio

Grupo de crecimiento juvenil, grupo de capacitación para relacionarse, o grupo de jóvenes sobre el tema «El sexo y la persona integral».

#### Enriquecimiento para adolescentes mayores y adultos jóvenes solteros

Retiros, talleres, clases, grupos de crecimiento para ayudarlos a aumentar su capacidad de establecer relaciones que permitan crecer, como preparación para el matrimonio o para una soltería creativa.

#### Preparación pre-matrimonial (seis meses a un año antes de que se celebre el casamiento)

Grupo o taller sobre «Preparación para un buen matrimonio», además de un mínimo de tres sesiones orientadas al crecimiento para cada pareja.

#### Apoyo y enriquecimiento mutuo para nuevos matrimonios

Sesiones de crecimiento para después de celebrado el casamiento durante seis meses a un año para cada pareja.

Retiro o taller sobre enriquecimiento en el nuevo matrimonio.

#### Capacitación y enriquecimiento para padres jóvenes

Taller sobre técnicas de la paternidad para padres que esperan su primer hijo y padres recientes.

Clase para preparar a los padres para el bautismo y dedicación de sus hijos.

#### Enriquecimiento para matrimonios adultos

Grupo de enriquecimiento para padres de adolescentes.

Retiro de enriquecimiento para matrimonios que enfrentan la experiencia del «nido vacío».

#### Enriquecimiento para una jubilación creativa

Grupo o retiro para ayudar a los matrimonios a sacar provecho de nueva experiencia.

*Enriquecimiento matrimonial y familiar transgeneracional*  
Campamento o taller de familias.

Taller de comunicación padres-hijos adolescentes.

Retiro anual de matrimonios en todas las etapas,  
de toda la iglesia.

*Apoyo y enriquecimiento de los padres solos o solteros*  
Reuniones de crecimiento para padres divorciados,  
viudos o solteros.

*Énfasis en la espiritualidad y los valores de los  
matrimonios y las familias*  
Estudio bíblico o un grupo de descubrimiento espiritual  
para parejas.

Retiro para la nutrición espiritual de las familias.

*Énfasis en la sexualidad*  
Clase o taller sparado o un énfasis importante sobre este  
tema en todas las actividades que tienen que ver con  
la capacitación anterior al casamiento.

*Encarar los cambios en los roles de las mujeres y los varones*  
Reunión especial para despertar la conciencia sobre este  
tema; o una parte esencial del enriquecimiento  
matrimonial.

Taller sobre cómo educar a los niños con conceptos  
no sexistas.

*Capacitar a animadores laicos para la tarea de enriquecimiento  
matrimonial y familiar*  
Taller de capacitación para parejas con interés especial y  
aptitudes para ayudar a apoyar a las parejas y las  
familias en crisis, los recién casados y, en especial,  
las parejas de adolescentes.

*Enfrentar crisis matrimoniales y familiares*  
Cuidado y asesoramiento de parejas en crisis.

Grupo de duelo para viudos y divorciados.

Taller o clase para que las familias con pérdidas  
importantes superen el duelo.

Grupo de apoyo para padres de niños seriamente  
discapacitados o con enfermedades terminales.

Grupo de crecimiento para familias que se han mudado  
recientemente a la comunidad.

Grupo de apoyo y crecimiento para familias con hijos,  
padres o abuelos moribundos. \_\_\_\_\_

*Capacitación de las familias para alcanzar la comunidad*  
Jornadas de capacitación para equipar a las parejas y las  
familias con las técnicas necesarias para responder a las  
necesidades individuales y familiares dentro y fuera de la  
iglesia, y para el servicio social y el trabajo social para  
el cambio. \_\_\_\_\_

Los grupos y servicios que aparecen en esta lista en la columna de la izquierda ilustran algunas de las ricas variedades de recursos para matrimonios y familias que pueden desarrollar las iglesias orientadas hacia la plenitud de vida. Ninguna iglesia necesita que funcionen todos estos grupos, dado que varias de estas necesidades pueden encontrar respuesta en un solo grupo o actividad, como, por ejemplo, enriquecimiento de matrimonios, capacitación para la paternidad, cambios en los roles y énfasis en la sexualidad. Pero cada iglesia debería dedicar más liderazgo a desarrollar una variedad de experiencias que destaquen la vida en familia para responder a las necesidades de la congregación y la comunidad. Es esencial poner en orden de importancia y urgencia las necesidades que no han tenido respuesta hasta el momento, para decidir la secuencia en la cual pueden desarrollarse nuevas reuniones familiares y grupales.

Tercer paso. *Diseñar metas, estrategias y un plan de trabajo para responder a las necesidades insatisfechas:* El Comité para la Plenitud Matrimonial y Familiar puede delegar responsabilidades a un grupo de trabajo *ad hoc*, para la realización de proyectos relacionados con la vida familiar. Al diseñar los planes es bueno recordar que puede no ser esencial crear nuevos grupos para responder de manera más completa a ciertas necesidades. Debe alentarse a los clubes de matrimonios que ya existen, a las clases para adultos o para matrimonios de la escuela dominical, y a los grupos de hombres y de mujeres, a incluir en sus programas retiros y actividades sobre enriquecimiento matrimonial y familiar, al menos una vez al año.

Cuarto paso. *Ejecutar el plan, evaluar y decidir sobre los próximos pasos para responder a otras necesidades de las parejas y las familias:* Todos los que concurren a una reunión deberían tener la oportunidad de evaluarla por escrito. También debería contactarse a los que fueron invitados pero no asistieron.

Para ilustrar esto: Hubo poca asistencia a un campamento para matrimonios jóvenes que se organizó en un lugar fuera de la comunidad local. La respuesta de varias de las parejas que no asistieron reveló claramente que el costo y los problemas de dejar a los niños fueron las principales razones para la escasa asistencia. Más adelante, el grupo de planeamiento decidió auspiciar **una**

serie de reuniones de enriquecimiento que se realizaron en la iglesia y tuvieron bajo costo. Además, proveyeron de un servicio de guardería para los niños.

## El cuidado pastoral y el enriquecimiento de la familia

Charles Stewart sugiere que existen tres dimensiones básicas en la estrategia de la iglesia para el fortalecimiento de las familias:

(1) La iglesia debería desarrollar una red para el cuidado familiar y expresar sus preocupaciones en relación con la familia, visitando al enfermo, los afligidos y aquellos que están imposibilitados de salir de la casa. La oración de intercesión por aquellos que atraviesan una crisis puede convertirse en una parte regular del orden de culto de la iglesia ... la congregación es el agente pastoral primario para realizar este cuidado con sus pastores sirviendo como animadores y asesores, como también a cargo de las visitas.

(2) La iglesia debería desarrollar un ministerio familiar a través de su programa educativo. Este ministerio puede efectuarse a través de clases intergeneracionales (durante el verano, cuando no hay mucha asistencia); retiros intergeneracionales donde participe toda la membresía de la iglesia, incluyendo a los solteros, los viudos y los divorciados: estas son maneras en las que los grupos pueden tener estudios juntos y desarrollar vínculos de apoyo familiar generados por este tipo de actividad inclusiva.

(3) La iglesia debería concentrarse finalmente en el enriquecimiento y el asesoramiento familiar. Por medio de estas experiencias de enriquecimiento, la mayor parte de los miembros de la familia puede ser ayudada a sobrellevar los cambios que se producen en el desarrollo de su vida y en los períodos de crisis accidentales... El asesoramiento familiar debería estar disponible para las familias para las cuales la interacción grupal y el apoyo que reciben habitualmente no son suficientes cuando atraviesan un período crítico. El pastor necesita estar al tanto de aquellos que atraviesan períodos críticos... y de aquellos que requieren una ayuda de asesoramiento mayor que la que puede brindar un grupo de enriquecimiento.<sup>9</sup>

Douglas Anderson describe una variedad de «grupos de crecimiento familiar», en un enfoque que define como «un programa que involucra de tres a cinco familias que se reúnen de manera regular y frecuente para el cuidado y el apoyo mutuo y para el desarrollo de su potencial familiar».<sup>10</sup> Considera que estos programas tienen estas ventajas singulares para enfocar el fortalecimiento familiar:

(1) El grupo de crecimiento familiar supera la mayor parte de los programas tradicionales de educación familiar involucrando a toda la familia como una unidad dentro de la experiencia ... (2) El grupo de crecimiento familiar provee una red de apoyo integrada por familias para fortalecer a la familia como unidad. En una sociedad que fragmenta a las familias y las aísla de la familia ampliada y de otras familias de la comunidad, existe una necesidad creciente de programas que den a la familia un sentido de comunidad y pertenencia ... (3) El grupo de crecimiento familiar facilita el cambio y el crecimiento de la familia concentrándose en el desarrollo del potencial de ella. El potencial de la familia puede ser entendido como los recursos que existen dentro de cada familia para cambiar y crecer, amar y cuidar, comunicarse, resolver conflictos, aventurarse, crear, y experimentar el gozo. El grupo de crecimiento familiar, que se concentra más en el crecimiento que en los problemas, provee de oportunidades a las familias para aumentar la conciencia de sus fuerzas y recursos singulares, y luego realizar estas capacidades latentes en la vida familiar.<sup>11</sup>

Margaret Sawin ha desarrollado un modelo para la educación y el nutrimiento familiar llamado «células familiares». Integran una célula cuatro o cinco familias en varias etapas de la vida familiar, además de algunas personas solas, o sea, entre veinte y veinticinco personas. Estas células se comprometen a reunirse semanalmente durante períodos de una hora y media o dos para realizar una serie de experiencias de aprendizaje durante diez semanas. Sawin resume las metas de estas células:

(1) Proveer de grupos de unidades familiares intergeneracionales donde los niños se relacionen fácilmente con los adultos y los adultos con ellos.

(2) Proveer de un grupo que crezca en apoyo y mutualidad en relación con sus miembros.

(3) Proveer de un grupo donde los padres obtengan una perspectiva acerca de sus propios hijos a través del contacto con otros niños y conozcan la percepción que tienen otros adultos de sus hijos; de la misma manera, los niños pueden obtener una perspectiva de sus propios padres a través del contacto con otros padres y de la percepción que tienen otros niños de sus padres.

(4) Proveer una oportunidad para que las familias consideren las experiencias seriamente relacionadas con ellos mismos como individuos, como miembros de una familia, como miembros de un grupo, y como miembros de una comunidad de fe.

(5) Proveer de un grupo donde existan oportunidades para que las familias sirvan como modelos entre sí con relación a aspectos de su sistema familiar en las áreas de la comunicación, la toma de decisiones, la disciplina, la interrelación, la resolución de problemas, etc.

(6) Proveer de una experiencia conjunta entre las generaciones, donde los adultos compartan sus preocupaciones con relación al significado que tienen para ellos las experiencias de la vida en medio de un tiempo de rápidos cambios sociales y de pérdida de los valores tradicionales; los niños pueden trabajar existencialmente sus experiencias del mundo real, utilizando al grupo como un lugar donde verificar sus experiencias en medio de un sistema de apoyo y de valores.

(7) Ayudar a las familias a descubrir y desarrollar sus fuerzas aumentando su amor, su cuidado mutuo, su gozo y su creatividad.

(8) Proveer de una oportunidad para una intervención positiva en los sistemas familiares con el fin de facilitar su vida y crecimiento juntos, haciéndolos más productivos.<sup>12</sup>

Las sesiones de las células familiares casi siempre incluyen actividades preparatorias para las sesiones, como momentos fraternales y de juego libre (15 min.); un almuerzo en el que cada familia trae un postre para compartir con el grupo (30 min.); momentos de canto, juegos y diversión (20 min.); una experiencia educativa estructurada (45 min.) sobre un tema elegido por la célula; y una evaluación y cierre (10 min.). Las cuestiones que se exploran incluyen temas de comunicación, historias familiares, relación interpersonal, creencias y valores, sexualidad, resolución de conflictos, el potencial de la familia, el hambre en el mundo, resolución creativa de problemas, ecología, libertad y responsabilidad, sueños y esperanzas, valoración de sí mismo, carreras profesionales y vocaciones, oración y meditación y terapia de apoyo familiar. Cuando las familias que integran las células enfrentan crisis o celebran hechos importantes para su vida, son apoyadas espontáneamente por su célula. Las células familiares y otros grupos de crecimiento familiar son modos interesantes de remarcar y reforzar la vida de la familia a través de la tarea educativa y el cuidado de grupos familiares múltiples e intergeneracionales.

Los retiros para el enriquecimiento familiar ofrecen otro método productivo para el cuidado pastoral de las familias. Charles y Alma Stewart coordinaron un campamento de fin de semana organizado para dieciséis familias de una iglesia suburbana. El tema era: «La comunicación de la fe cristiana entre las generaciones». El propósito se explicó de la siguiente manera: «Enriquecer la vida familiar mejorando la comunicación entre sus miembros, trabajando a través de todos los niveles del conflicto familiar, incrementando las habilidades

para encarar y manejar los problemas familiares, y proveyendo de modelos de vida intergeneracional».<sup>13</sup> Las actividades del fin de semana incluyeron:

Viernes a la noche: una cena liviana seguida de una sesión para conocerse, cantar y tomar un refrigerio.

Sábado a la mañana: Charles coordinó una sesión para jóvenes y adultos, con actividades para niños en un grupo separado, sobre el tema de cómo los miembros de la familia pueden trabajar a través de bloques de comunicación; Alma luego coordinó una sesión sobre «relacionándonos con nuestra historia familiar»; también sugirió literatura infantil para leer en conjunto y que las familias discutan.

Sábado a la tarde: recreación familiar.

Sábado a la noche: cada familia hizo y compartió un «árbol familiar» en el cual pegaron figuras de su familia inmediata. Se participó de un fogón, con un servicio de comunión y cantos, y un refrigerio al cierre.

Domingo a la mañana: Charles dirigió un grupo de discusión sobre cómo aprendemos la fe de manera diferente en cada edad y etapa de la vida. Se le dio a cada familia un tiempo suficiente para hablar sobre sus tradiciones familiares, cuáles deberían mantener y cuáles analizar otra vez. En el culto de clausura se ayudó a los matrimonios a compartir la manera en que esperaban transmitir la fe a su familia. Se aprendió la canción «Sabbath Song», de la comedia musical *El violinista sobre el tejado*, como tema de cierre.<sup>14</sup>

Una de las metas importantes en toda tarea de educación familiar y de capacitación para los padres debería ser ayudarles a criar a sus hijos libres de prejuicios sexistas. Una experimentada terapeuta de niños escribe:

No es fácil para un niño ser de cualquiera de los dos sexos. Los niños se ven dañados a muy temprana edad por muchas cosas. Algunos ya están inválidos para toda la vida por causa de la pobreza, la ignorancia, el miedo o el daño emocional o físico. Nuestras rígidas expectativas de lo que está bien para los varones y lo que está bien para las niñas, también los invalida. Esto se ve en los hogares, en las aulas, y en las plazas así como también en los salones de juego de los psicólogos. La imagen que viene a mi mente ahora son los pequeños pies vendados de un bebé chino. A pesar de que esta práctica ha desaparecido, la mayor parte de las culturas todavía atan los espíritus de los niños de muchas maneras. Las niñas se atan más fuerte que los niños, especialmente en lo que se refiere a la pasividad y a la agresividad y a las elecciones que deben hacer en la vida. Desde muy temprano, las niñas saben que tienen que ser complacientes y sumisas y comportarse de manera que agraden a los demás.<sup>15</sup>

Los maestros —en la escuela pública y la iglesia— cumplen funciones significativas en liberar a los niños del sexismo y del racismo que constriñe la vida. Pero los padres son las figuras clave en esta liberación. Los niños adquieren actitudes y sentimientos fundamentales acerca de las diferencias raciales y sobre los hombres y las mujeres observando a sus padres. Como lo señala Charlotte Holt Clinebell (ahora Charlotte Ellen): «Los niños criados por padres liberados en un matrimonio igualitario serán liberados ellos mismos. Su libertad interior hará posible que sobrelleven los patrones culturales [roles sexuales] que cambian tan lentamente.»<sup>16</sup>

### Terapia familiar conjunta

La terapia del grupo familiar —el tratamiento simultáneo de toda una familia— es una de las innovaciones más productivas de los métodos actuales para ayudar a personas con problemas. Durante los últimos veinticinco años, ha habido un surgimiento del interés en este tipo de enfoque, ampliando la perspectiva de muchos asesores y terapeutas que se centraba en las terapias intrapsíquicas para incluir terapias del organismo familiar. Se ha desarrollado una variedad de distintos estilos de terapias familiares.<sup>17</sup>

El terapeuta familiar Jay Haley declara:

El terapeuta familiar pareciera estar argumentando lo siguiente: la psicopatología en el individuo es el producto de la manera en que él se desenvuelve en sus relaciones íntimas, del trato que recibe, y de la forma en que otros miembros de la familia lo involucran en sus relaciones mutuas. Aún más, la aparición de un comportamiento sintomático en un individuo es necesaria para continuar funcionando en un sistema familiar en particular. Por lo tanto, los cambios en el individuo sólo pueden tener lugar si cambia el sistema familiar, y la resistencia al cambio en un individuo se centra en la influencia de la familia como grupo. La mayor parte de las técnicas de terapia familiar se centran en cambiar el foco de atención del paciente identificado como tal a la familia y luego resolver los problemas en las relaciones familiares. Al llegar a ese punto se produce un cambio en los individuos que integran la familia.<sup>18</sup>

La presunción común ante una terapia familiar es que la manera más eficaz de ayudar a un miembro de la familia con problemas es ayudar a toda la familia a cambiar su modo de relacionarse y comunicarse. Todas estas terapias comienzan con la perspectiva sistémica que describí con anterioridad. Su meta común es dar importancia a las relaciones dentro de las familias de modo que se conviertan en mejores medios para la sanidad y el crecimiento

de todos sus miembros. La terapeuta familiar Virginia Satir ha identificado las siguientes características en las familias donde florece el crecimiento: los miembros sienten y apoyan el valor de cada uno de ellos; se comunican de manera clara, directa y franca; aceptan las diferencias que existen entre sí y toleran los errores que cada uno comete; las reglas implícitas en la familia son justas y flexibles; son sistemas «abiertos» que interactúan de maneras que se dan apoyo mutuo con otras personas, familias e instituciones.<sup>19</sup>

Presento ahora un resumen de las principales metas de la terapia de sistemas familiar. Los terapeutas familiares se reúnen con toda la familia, y ocasionalmente con un subsistema dentro de la familia, para ayudarla a aprender a:

- (1) Comunicar de modo abierto, claro y congruente sus sentimientos (tanto positivos como negativos), necesidades, deseos, valores y esperanzas. El terapeuta es una suerte de «entrenador» que capacita para obtener habilidades eficaces que fortalezcan la relación y la comunicación.
- (2) Desviar el enfoque principal que está puesto en el «paciente identificado» y tratar el sufrimiento escondido, el conflicto y el crecimiento bloqueados en todos los miembros de la familia que provocan los problemas en ese individuo. Este tipo de terapia puede involucrar una serie de sesiones de terapia matrimonial con el subsistema marido-mujer.
- (3) Interrumpir lo antes posible el ciclo mutuamente dañino que incluye infligir heridas, enojos y ataques, y sustituirlo gradualmente con ciclos que se nutran a sí mismos y logren la satisfacción mutua de las necesidades en los miembros de la familia.
- (4) Nutrir mutuamente en lugar de dejar de satisfacer la autoestima de todos los miembros de la familia.
- (5) Tomar conciencia del contrato familiar —sus reglas implícitas, el desempeño de los roles, los valores, las expectativas y las creencias— y luego renegociarlo en busca de un acuerdo que permita crecer y distribuya satisfacciones y responsabilidades, poder y oportunidades para crecer de manera justa.
- (6) Ver las luchas positivas, aunque fracasadas, en gran parte del comportamiento frustrante de los miembros de la familia y aprender a alentar la expresión de estas luchas de maneras que se realicen a sí mismas.
- (7) Resolver de manera más constructiva los inevitables conflictos que surgen en la convivencia, reconociendo que el crecimiento puede ser activado precisamente en los puntos de conflicto.
- (8) Desarrollar un sano equilibrio entre la necesidad de estar juntos y la necesidad de autonomía, dando más espacio a esto último.
- (9) Experimentar nuevos comportamientos y modos de relacionarse que respondan mejor a las necesidades reales de todos los miembros de la familia. Esto muchas veces implica que la familia debe hacer «deberes»

asignados entre sesiones. (10) Hacer que la interacción dentro de sus subsistemas y entre ellos provoque más crecimiento. (11) Abrir los sistemas familiares desarrollando relaciones que den mayor apoyo a otras personas, familias e instituciones fuera de la familia. (12) Crear un clima interpersonal de alto nivel de bienestar dentro de la familia, haciendo que ella sea un medio mejor para el crecimiento de todos sus miembros.<sup>20</sup>

La terapia familiar conjunta de Virginia M. Satir tiene un enfoque que da énfasis a la relación matrimonial como el eje alrededor del cual se forman todas las otras relaciones familiares. El paciente identificado, por ejemplo, un niño o un adolescente perturbado, es un miembro de la familia que se ve más obviamente afectado por una relación matrimonial herida. Pero existe una relación circular entre todas las personas dentro del sistema familiar: el comportamiento perturbado de un niño perturba a su vez la relación entre los padres y viceversa. El modelo de comunicación distorsionado de una familia revela la naturaleza de los problemas que subyacen. Las personas que tienen comportamientos disfuncionales no aprendieron en su niñez a comunicarse eficazmente debido a su baja autoestima y a una comunicación distorsionada entre padres e hijos. La paternidad disfuncional produce familias disfuncionales, familias que perpetúan patrones de comunicación distorsionados.

Los terapeutas familiares ayudan a las familias a mejorar su comunicación, en materia de sentimientos como de problemas familiares; a afrontar el riesgo de mirarse a sí mismos y a sus interacciones, a menudo por primera vez; a reconstruir su autoestima; a renegociar su contrato y sus reglas familiares implícitos para hacer que sean más justos y satisfagan las necesidades de todos los miembros. Los terapeutas familiares pueden ayudar a las familias a desenredar mensajes desechados, conflictivos o con doble significado, a completar las brechas que aparecen en sus mensajes, a reconocer la herida abierta que existe detrás del enojo y el control que está detrás del silencio, y a asegurarse de que nadie continúe hablando por algún otro. Un terapeuta familiar es un maestro en la resolución de conflictos, y en la comunicación que ayuda a nutrir las necesidades, un entrenador que capacita para una relación interpersonal constructiva.

### El pastor utiliza la terapia familiar

La terapia familiar eficaz con familias con problemas, como la psicoterapia individual, requiere una considerable capacitación terapéutica y un conocimiento de las dinámicas individuales e interpersonales.<sup>21</sup> La mayor parte de los pastores que desarrollan un ministerio general no han tenido y no

precisan esta capacitación, ni tienen tiempo como para hacer terapia familiar con familias disfuncionales. Como se indicó con anterioridad, la función crucial del pastor con estas familias es ayudarlas a encontrar un terapeuta familiar bien capacitado.

Pero muchos de los conceptos y métodos de terapia familiar pueden utilizarse en la tarea de enriquecimiento con familias sanas, y en asesoramiento para crisis a corto plazo con familias funcionales. La concepción del sistema familiar (el fundamento conceptual de la terapia familiar) puede funcionar como un valioso nuevo par de anteojos para el pastor. Estos anteojos permiten ver y comprender a las familias de una manera fresca, esclarecedora. Por ejemplo, es invaluable tomar conciencia de la atmósfera interpersonal o del clima emocional de una familia, cuando se hace una visita pastoral al hogar o se realiza una reunión de asesoramiento durante una crisis familiar. Por otro lado, el comportamiento enigmático se clarifica cuando se lo entiende a la luz del patrón de comportamiento general de la familia y de las reglas de relación implícitas. La perspectiva de los sistemas familiares afirma el hecho de que somos «miembros los unos de los otros», que tanto nuestro quebrantamiento como nuestra plenitud reflejan la calidad de nuestra red de relaciones de satisfacción de necesidades. Esta perspectiva tiende a reducir las acusaciones improductivas, a partir de que todos los miembros de la familia se involucran en la tarea de ayudar a mantener el modelo familiar que manifiesta en grado considerable buena parte del comportamiento individual.

«Las sesiones para el enriquecimiento de familias sanas», con familias individuales o con varias familias en un campamento, taller o célula de trabajo, representan una adaptación de la terapia familiar que tiene como objetivo ayudar a las familias funcionales a desarrollar más sus potencialidades y así descubrir la familia latente que existe en cada familia real.<sup>22</sup> La plenitud de las familias puede realizarse significativamente por su participación en una actividad anual que impulse su crecimiento.

Ver a una persona en el asesoramiento individual a través de la perspectiva del sistema familiar ayuda al pastor a ser consciente de que la familia que tenía esta persona en su niñez y la familia actual *están en verdad presentes* en la sesión en la cual el individuo recibe asesoramiento. Todos llevamos dentro el sistema familiar donde nuestras personalidades se conformaron de manera única y el sistema de apoyo actual que nos permite mantener alguna medida de humanidad. Estas familias interiores influyen en nuestro comportamiento, pensamiento y sentimiento actual, y se relacionan de manera penetrante. En un asesoramiento familiar a corto plazo, a veces ayuda que los asesorados tomen conciencia de las raíces de sus familias de la infancia que aparecen en sus respuestas inadecuadas a la crisis. En el asesoramiento matrimonial conjunto, una sesión o dos, que incluyan a los hijos de la pareja y/o a los padres,



casi siempre sacan a la luz aspectos de la interacción matrimonial que de otra manera estarían escondidos. Esto puede ayudarlos a cambiar un modelo de relación que no construye nada. La terapia pastoral individual intenta ayudar a las personas a demandar fuerzas y crecer más allá de las limitaciones internalizadas, de su familia de origen incluyendo la remoción de las proyecciones de roles, actitudes y expectativas obsoletas de esa familia sobre la familia actual y otras relaciones cercanas. Será más probable que continúe el crecimiento luego de las sesiones de asesoramiento o de terapia para momentos de crisis, si las otras personas que son significativas para el paciente se involucran en algún momento del proceso terapéutico.

La perspectiva sistémica ofrece una variedad de recursos para reforzar el crecimiento espiritual y valorativo. La terapia familiar y el asesoramiento de familias en momentos de crisis son maneras de ayudar a las familias, cuyos valores principales y prioridades no están funcionando de maneras que apunten al crecimiento, a que revisen sus valores y prioridades. A medida que absorben la orientación de los significados y los valores que existen en su familia, los niños aprenden, por contagio más que por palabras, la filosofía y la teología de vida fundamentales de una familia, sus valores y su orientación espiritual. El desarrollo espiritual continuo durante la adultez se nutre mejor en grupos de cuidado pastoral semejantes a una familia, en los que los valores espirituales se *experimentan* en las relaciones.

Una dimensión vital de un sistema familiar abierto y en crecimiento es su apertura a una realidad espiritual más amplia a la que llamamos Dios. Esta apertura provee de un contexto transpersonal y transfamiliar de sostén en el área de los significados y de la espiritualidad. La plenitud de los miembros de una familia puede nutrirse en profundidad por la conciencia de su vínculo y la apertura fundamental hacia otras personas y la humanidad, la biosfera y el amante Espíritu del universo.<sup>23</sup>

### El asesoramiento en las crisis familiares

Muchas de las crisis familiares para las que se busca la ayuda del pastor involucran relaciones padre-hijo, padre-adolescente, hijos-padres -abuelos, parientes políticos, y relaciones entre hermanos. El objetivo y los métodos del asesoramiento en tiempos de crisis y del asesoramiento de parejas descritos anteriormente se aplican directamente a este asesoramiento de familias en crisis. Pero se necesitan integrar los recursos que parten de estos enfoques con la

concepción del sistema familiar e incrementarlos con los métodos que provienen de la terapia familiar conjunta.

Todas las crisis humanas son esencialmente hechos interpersonales. Tanto las causas como los recursos potenciales para sobrellevar constructivamente la situación derivan, en grado considerable, del sistema de sostén interpersonal. Las personas que viven solas y ño tienen estos fuertes sistemas de sostén, y las familias nucleares que no tienen relaciones estrechas con su familia extensa (o su equivalente psicológico en una red de amigos íntimos) son agudamente vulnerables a las crisis de todo tipo. Por lo tanto, corresponde al pastor utilizar la concepción de los sistemas familiares para encarar todo asesoramiento en la crisis, en especial en las crisis familiares.

Cuando un trauma golpea la vida de los individuos, su red familiar completa sufre el impacto. Es importante proveer de cuidado pastoral y, en algunos casos, asesoramiento para toda la familia. Probablemente todos estén heridos, algunos más obviamente que otros. Para ayudar a las familias a utilizar sus problemas para crecer a partir de ellos, es esencial que se intervenga pastoralmente en toda la familia. Charles Stewart considera lo siguiente:

Cuando una familia se acerca a un asesor para pedir ayuda, sus miembros han alcanzado una tregua en sus relaciones, no están sobrellevando el problema, y están en conflicto abierto o encubierto uno con otro ... El asesor no sale a *resolver* el problema, sino busca abrir la comunicación entre los miembros de la familia, ayudándolos a comprender sus acciones e interacciones que producen conflictos, y capacitándolos para probar nuevas maneras de comportamiento y de relación entre los roles, que sean más satisfactorias para todos y más productivas para la armonía familiar.<sup>24</sup>

Cuando los pastores se contactan con un individuo (por lo general, un padre) por una crisis familiar, es importante hablar con esa persona para establecer el *rapport* y luego involucrar a toda la familia en una sesión conjunta de asesoramiento. Al contactarse telefónicamente con otros miembros de la familia, el pastor puede decir: «En mi experiencia, cuando un miembro de la familia está herido, hay otros que, por lo general, sufren algo. Podría ser de ayuda para todos ustedes si todos los miembros de la familia discuten la situación que enfrentan y hablan sobre lo que pueden hacer. Probablemente cada uno de ustedes tenga ideas valiosas que ayuden a mejorar las cosas para todos.» Las reuniones familiares pueden realizarse en el hogar (si pueden disminuirse las interrupciones, como las llamadas telefónicas y la televisión) o en la oficina pastoral. En cada escenario se harán presentes de alguna manera aspectos diferentes de la interacción familiar.

La transición más difícil de encarar en el asesoramiento de toda la familia es ayudar a los miembros a cambiar su definición del problema y dejar de centrarse en el que está obviamente perturbado para enfocar a todo el sistema familiar. Sólo en el grado en que esto ocurra otros miembros de la familia aceptarán el hecho de que *ellos* tienen alguna responsabilidad en cambiar su comportamiento dentro de la familia. A no ser que esto ocurra, el asesoramiento familiar no será eficaz.

El programa ABCD de asesoramiento durante las crisis (ver cap. 8) puede integrarse con el Método Intencional para Familias. Este método es el Método de Relaciones Intencionales aplicado a las familias para ayudarlas a sobrellevar sus crisis y crecer con ellas.<sup>25</sup> En los pasos A y B es importante establecer una relación de confianza entre cada miembro de la familia. Cada uno de ellos debería tener la oportunidad de articular percepciones y sentimientos en relación con el problema familiar, y de pensar soluciones constructivas. Se logra mejor «bajar la temperatura» de un problema familiar (identificando sus aspectos por separado) cuando todos los miembros de la familia contribuyen con sus perspectivas. Usar el segundo paso del Método Intencional para Familias («Lo que quiero o necesito de esta familia es...») puede ser una parte valiosa del proceso de diagnóstico y puede servir para «bajar la temperatura». Cuando se incluye a los niños pequeños en las sesiones de asesoramiento familiar, puede parafrasearse el segundo paso del método: «Si tuviera una lámpara mágica y pudiera usarla para mejorar las cosas en mi familia, me gustaría que...». Los pasos de este método pueden seguir aplicándose en una rueda familiar, comenzando con el miembro menos conversador y dogmático.

Cuando las necesidades insatisfechas que han causado y/o son el resultado de la crisis salen a la luz en la mesa de discusión familiar, el pastor puede ayudar a la familia a negociar un plan para el cambio que le permita satisfacer más las necesidades de cada uno. En este paso, cada miembro de la familia identifica los «puntos de crecimiento» en los cuales pueden incrementar su relación respondiendo de manera más completa e intencional a las necesidades del otro. Ayudar a cada familia a desarrollar y llevar a cabo un plan para el cambio es el tercer paso tanto en el programa ABCD de ayuda para crisis como en el Método Intencional para Familias. Las familias relativamente funcionales muchas veces pueden, con la ayuda del pastor, decidir en el término de unas pocas sesiones sobre maneras de hacer cambios constructivos en su contrato familiar básico. Antes de llegar al fin de la primera sesión, pero luego de que se hayan expresado y reducido las heridas y los enojos de los miembros de la familia, es importante darle a cada uno de ellos la oportunidad de decirles a los otros lo que aprecia de la familia y de los individuos que la conforman (primer paso en el Método Intencional para Familias). Puede ser sorprendentemente sanador que las familias inmersas en ciclos de agresividad

mutua escuchen las afirmaciones de los demás en este ejercicio. Recuerdo haberme sentido profundamente emocionado cuando un padre, que hacía mucho que se sentía alienado, y su hijo adolescente comenzaron a reconciliarse durante una sesión familiar conjunta a medida que se decían lo que todavía les gustaba del otro. Esta afirmación familiar mutua puede repetirse ocasionalmente durante el proceso de asesoramiento familiar como una manera de que tomen conciencia de los cambios positivos que están logrando.

Hacer un nuevo contrato familiar, utilizando el Método Intencional para Familias, puede ayudar en muchas oportunidades a las familias funcionales a mejorar su interacción en unas pocas sesiones. Al negociar un plan para el cambio familiar es esencial lograr un acuerdo sobre qué hará precisamente cada persona: qué dará y qué obtendrá cada una si se ejecuta el plan. De esta manera, una familia puede revisar su contrato familiar para hacerlo más justo y eficaz con el fin de sobrellevar la crisis.

El pastor necesita estar capacitado para reconocer a los niños y los adolescentes que atraviesan un serio sufrimiento.

La mayoría de los padres que buscan ayuda para su hijo lo hacen a causa del problema exterior del niño, que los preocupa o preocupa a alguien de fuera de la familia, a menudo funcionarios escolares o alguna autoridad. He aquí algunos problemas de conducta que aparecen frecuentemente: conducta agresiva y destructiva; mentiras y robos; problemas de aprendizaje. Los niños con problemas o infelicidades no siempre actúan de una manera que moleste al adulto. Los niños tranquilos y tímidos son a veces sólo eso: no hay nada de malo en ser tranquilo o tímido. Pero si esta tranquilidad o timidez es excesiva, puede significar que se está en presencia de problemas. Los problemas que se expresan dentro de los niños (en lugar de ser dirigidos hacia afuera con conductas destructivas) incluyen apartarse de las relaciones con los pares; miedos extremos, fobias y pesadillas aterradoras; problemas de habla; comportamiento extraño; y problemas psicossomáticos graves o múltiples, como el asma, la colitis, frecuentes dolores estomacales o jaquecas, salpullidos y otros problemas fisiológicos que tienen su raíz en un conflicto emocional dentro del niño y en un conflicto interpersonal en la familia.<sup>26</sup>

Para ayudar a los padres a identificar los problemas serios para los cuales es necesaria la ayuda de un terapeuta infantil es importante levantar varias preguntas: ¿el comportamiento por el cual se preocupa es apropiado para la edad de su hijo? ¿Cuan severo es el problema y hace cuánto se presenta? ¿Este comportamiento representa un cambio brusco? ¿El comportamiento del niño está relacionado con tensiones y crisis familiares? Los niños muchas veces responden

de maneras perturbadas y perturbantes luego de experiencias de duelo importantes, como una mudanza que los arranca de sus raíces, la hospitalización y/o muerte de un miembro de la familia, o el divorcio de los padres.

Salvo que sea claro que un niño está seriamente perturbado, es apropiado que el pastor que ha recibido capacitación para el asesoramiento en las crisis familiares descubra el modo de ayudar a la familia. Cuando los niños pequeños participan de las sesiones familiares (para asesoramiento o para reforzar las relaciones), por lo general les provee de materiales terapéuticos lúdicos simples, como crayones y papel. El uso de estos materiales durante la sesión le da al niño algo expresivo y satisfactorio para hacer; también muchas veces los involucra en la interacción terapéutica de la familia en su propio nivel. En varias oportunidades los dibujos que los niños realizaron, cuando ellos los comparten durante la sesión con otros miembros de la familia, arrojaron luz sobre las cuestiones familiares.

Los padres de familias que atraviesan crisis como las provocadas por un desastre natural, un accidente automovilístico o un cambio grande pueden ayudar a prevenir perturbaciones en sus hijos pequeños utilizando métodos terapéuticos que consisten en juegos de «hágalo usted mismo». Clark Moustakas sugiere que haya un lugar especial o un rincón en el cuarto del niño para estos juegos especiales.<sup>27</sup> Este rincón debería tener una variedad de materiales tales como pinturas y papel; títeres o familias de muñecas para el juego de fantasía; arcilla para hacer y romper cosas; un recipiente con agua y una bandeja con arena para mezclar; juguetes que alienten la liberación constructiva de frustraciones, enojos y agresividad contenidos, como, por ejemplo, tablas para golpear, bolsas para boxear, y objetos que puedan arrojarse sin lastimar.

Los maestros sensibles a esta problemática en las escuelas públicas y de la iglesia a veces pueden usar estos métodos de juegos terapéuticos para ayudar a los niños a actuar y resolver los sentimientos que surgen de las crisis y las pérdidas familiares.

El rol del adulto en el juego terapéutico es el de alentar la libre expresión, estar dispuesto a relacionarse cuando los niños lo buscan, y reforzar las reglas básicas (si es necesario): «Aquí podemos hacer todo lo que nos gusta, excepto lastimarnos a nosotros mismos o a otros, o destruir la propiedad». La comunicación y la expresión deberían ser libres y espontáneas para los niños, utilizando juegos, fantasía, palabras, pinturas, las representaciones con muñecas y la expresión de la agresividad. Pueden buscarse actividades individuales o en subgrupos infantiles espontáneos. El animador no debe presionar a los niños para que discutan

lo que están haciendo, sino recibir y alentar la comunicación espontánea escuchando atentamente y respondiendo con calidez.

Este tipo de grupo de juego para el crecimiento alienta a los chicos a representar allí los llamados sentimientos negativos (enojo, celos, miedo, culpa, sentimientos destructivos) de modo que estos no se expresen en comportamientos auto-agresivos o que hieran a los demás, ni que bloqueen sentimientos positivos (gozo, amor, placer y autoestima), ni en relaciones distorsionadas. Los grupos de juego para el crecimiento ... alientan a los chicos a utilizar su imaginación de maneras sanadoras y que contribuyen a la maduración. Finalmente, proveen una experiencia en la relación con los adultos (padres, maestros o asesores) que verdaderamente valoran los sentimientos, la imaginación y los juegos en los niños y en ellos mismos.<sup>28</sup>

Las experiencias de juegos terapéuticos para el crecimiento pueden ayudar a los niños a que crezca su autoestima y sus muy importantes sentimientos de aceptación de sí mismos.

### **Métodos que contemplan el hemisferio derecho del cerebro y se aplican en el cuidado y asesoramiento de matrimonios y familias**

Tal como se indica en el capítulo 2, la investigación reciente sobre el funcionamiento de la mente humana, realizada por Roger Sperry y otros, ha revelado que los dos hemisferios del cerebro tienden a una especialización en funciones complementarias y diferentes. En nuestra sociedad racional, analítica, verbal y tecnológica, la educación, el asesoramiento y la socialización en general alientan el desarrollo desigual de las capacidades contenidas en el hemisferio izquierdo del cerebro, menospreciando las potencialidades del lado derecho que equilibran las anteriores: las funciones intuitivas, metafóricas, que tienen que ver con las relaciones y con la integridad de las personas. Esta falta de equilibrio es, por lo general, más prominente en los hombres que en las mujeres.

Para muchas personas, la sanidad y la plenitud implican descubrir y desarrollar las capacidades menospreciadas del hemisferio derecho del cerebro. Los asesores y terapeutas mejor capacitados son aquellos que están en contacto con y son capaces de integrar sus propias habilidades racionales y analíticas, que corresponden al hemisferio izquierdo, con las que corresponden al derecho y tienen que ver con la intuición, la imaginación y la integración de habilidades. También ayudan a que sus pacientes lo hagan. Facilitar la plenitud religiosa, por lo general, implica integrar los recursos y las funciones espirituales de ambos hemisferios. Una religión sana, de todo el cerebro, equilibra los

elementos del hemisferio izquierdo —los sistemas de creencias, los credos, las teologías, los códigos éticos, la intencionalidad y la responsabilidad— con elementos igualmente vitales del lado derecho: mitos, ritos, liturgias, parábolas, arte, dramatizaciones, danza, experiencias de la naturaleza, experiencias religiosas y compromisos de vida. Las verdades y las riquezas espirituales de la Biblia se expresan frecuentemente utilizando metáforas e imágenes:

A través de sus páginas leemos un lenguaje imaginativo y soñador: «ríos de agua viva», «valle de sombra de muerte», «el lobo vivirá con el cordero», «la luz brilla en la oscuridad», «lenguas de fuego» y... «su voz era como el sonido de aguas torrenciosas». Jesús habló del «pan del cielo» y utilizó las parábolas como su principal medio de enseñanza, un vehículo poderoso para comunicarse con una mente metafórica.<sup>29</sup>

Estos son algunos ejemplos de enfoques realizados con el hemisferio derecho del cerebro que pueden ayudar a facilitar el crecimiento en la tarea de asesoramiento y enriquecimiento matrimonial y familiar. (Estoy en deuda con Douglas Anderson, quien especificó y exploró la mayor parte de estas categorías de métodos del hemisferio derecho, en su libro *New Approaches to Family Pastoral Care* (Nuevos acercamientos al cuidado pastoral familiar). Las afirmaciones que siguen a cada categoría ilustran algunas maneras alternativas en las que el asesor puede guiar a una pareja en ese tipo de experiencia:

(1) *Imaginación activa*: «Imagínese a usted mismo y a toda su relación de la manera en que le gustaría que fuera.» «Imagínense cada uno en la piel del otro.» «Rodee a su pareja con energía y cuidado, viendo en su mente una suerte de luz cálida y sanadora a su alrededor.»

(2) *Relatos y parábolas*. «Conocí a una pareja que una vez...» «Esto ocurrió en nuestro casamiento...» (compartiendo hechos de sus propias luchas, con el permiso de su pareja). «Un relato bíblico familiar que me recuerda su relación es...»

(3) *Sueños (tanto diurnos como nocturnos)*: «Descripción de nuestro sueño», como si lo que sucedió en los sueños estuviera ocurriendo ahora. «Sea varias partes de su sueño en su imaginación» (dos enfoques para analizar los sueños desde la perspectiva de la terapia gestáltica). «Cuéntenos un sueño donde se soluciona su conflicto.»

(4) *Dándole un nuevo marco a un problema*: «¿Ve algún mensaje positivo en los regaños de su esposo/a?» «¿Qué aprendió de su crisis familiar?»

(5) *Revivir recuerdos creativos*: «Vuelvan atrás en sus recuerdos y permítanse revivir ... la primera vez que se vieron»; o «...una crisis similar a esta de la cual sobrevivieron y se fortalecieron en algo»; o «...un momento en el cual se

sintieron cerca y enamorados»; o «...una experiencia hermosa que hayan compartido».

(6) *Aforismos, bromas y paradojas*: «En lugar de esforzarse más (por mantener la erección), relájense y disfruten de la intimidad. No traten de lograr la erección. Simplemente déjense llevar por el placer, a dondequiera los lleve» (ejemplo de técnica paradójica).

(7) *Dibujo y pintura libres*: «Dibuje un símbolo o una imagen de la manera en que usted se siente acerca de su matrimonio (o de su familia).» «Ahora dibuje la manera en que le gustaría sentirse con relación a ese tema.» «Utilizando círculos para indicar el poder y la distancia que nos separan de otras personas, dibuje la imagen de su familia durante su infancia.» «Ahora dibuje a su familia actual.»

(8) *juego*: «¿Pueden representar la discusión que tuvieron anoche de modo que todos veamos lo que sucedió?» «Planeen juntos unas vacaciones cortas: un día donde cada uno haga cosas relacionadas con el Niño interior y las disfrute; luego tengan las vacaciones que planearon.»

(9) *Imperativos para la acción*: «Planee y luego haga algo por mejorar un poco las cosas en su matrimonio durante esta semana; si lo hace, probablemente sienta más esperanza.» «Para ayudar a interrumpir el círculo vicioso que existe entre ustedes dos, les recomiendo que cada uno haga durante esta semana una pequeña acción que le guste al otro, aunque no sienta demasiadas ganas de hacerla todavía» (esto debería ser seguido por una planificación concreta de lo que cada uno deberá realizar).

(10) *Afirmaciones*: «Se necesita fuerza para admitir que uno precisa ayuda y debe salir a buscarla.» «¡Hay que tener valentía para sobrevivir a la situación por la que han pasado ustedes dos!» «Túrnense para contarse qué es lo que les gusta de su pareja, o qué aprecian del hecho de estar casados.»

(11) *Darle importancia al cuerpo*: «Dense el uno al otro tres abrazos como mínimo un día de esta semana, ¿les parece?» (o un masaje en la espalda o en los pies).

(12) *Centrarse*: «Examínese por dentro y tome nota del lugar donde usted se siente centrado. Quédese en ese lugar por un momento. Ahora hablen entre sí desde ese lugar.»

Los enfoques del hemisferio derecho del cerebro pueden emplearse para crecer en todo tipo de cuidado y asesoramiento pastoral (y en todos los aspectos del ministerio) a fin de equilibrar los enfoques dominantes del hemisferio izquierdo. Se precisan equilibrar y mezclar los métodos de enseñanza, predicación y asesoramiento que son racionales, intencionales y analíticos con enfoques metafóricos, intuitivos, parabólicos, que incluyan el juego, para permitir que estas artes del ministerio pastoral incrementen al máximo la plenitud humana.

## Asesoramiento en situaciones de violencia familiar y violación

La violencia doméstica —el homicidio de los esposos, el maltrato a golpes de la esposa, los golpes contra los niños, el acoso sexual y la violación— ha alcanzado proporciones epidémicas en nuestra cultura.<sup>30</sup> Estas experiencias traumáticas, que hacen temblar todo y muchas veces están ocultas ocurren en todas las clases socioeconómicas y en todos los niveles de educación. Los pastores necesitan saber cómo responder. Las iglesias deberían incluir el tema de la violencia familiar y la violación, entre los problemas sociales de los cuales deben informar a la gente. También deberían apoyar programas tanto preventivos como terapéuticos en sus comunidades.

La violencia contra las mujeres —física, sexual, espiritual y psicológica— es la consecuencia psicológica del tipo de socialización que hace nuestra sociedad de las mujeres y los varones. Los hombres son entrenados para sentirse fuertes y exitosos sólo si ocupan posiciones de poder sobre los demás. Pero debido a que el poder es definido jerárquicamente, sólo unos pocos —aquellos que están en la cima— pueden *ser* realmente poderosos. Por lo tanto, la mayor parte de los hombres viven con algún sentimiento de fracaso, de falta de poder y de enojo. Los objetivos sobre los cuales los hombres están condicionados para descargar su frustración y su ira son los más débiles (los niños) o aquellos que están definidos socialmente como menos significativos y poderosos (las mujeres). En otras palabras, la violencia contra la mujer es una consecuencia de una distribución desigual de la posición social y el poder económico, político y legal entre los hombres y las mujeres. También es una consecuencia de la falta de poder y de la pasividad adquirida que muchas mujeres sienten cuando se relacionan con hombres.<sup>31</sup> Lo que es más, también es el resultado del hecho de que la mayoría de los hombres, en culturas patriarcales, aprenden a definir a la mujer como «otro» y a sentirse masculinos sólo en el grado en que se diferencian de ellas. La solución a largo plazo de la violencia contra la mujer es la liberación completa de las mujeres de su propia posición de sumisión dentro de la sociedad y de su alienación de sus propias fuerzas, y la liberación plena de los hombres de las imágenes destructivas que tienen de sí mismos y que igualan la «masculinidad» con la agresividad (en el deporte, la caza, el mercado competitivo, la guerra y las relaciones con las mujeres y los niños) y con el «éxito» definido como capacidad de dominio.

En nuestra sociedad, se da el caso de que a un crónico golpeador de su esposa (o de la mujer con la cual convive) nunca se lo arresta ni se lo lleva ante un tribunal. Es más, si se lo intentara, lo más probable es que no recibiera condena. Buena parte de la policía rechaza la idea de intervenir en peleas familiares salvo que los vecinos se quejen o que la violencia sea extrema. Las

mujeres que necesitan huir desesperadamente de una relación violenta muchas veces no tienen un lugar seguro donde ir, no tienen dinero y no pueden pedir ayuda social debido a que su violento esposo recibe un salario.

Estas son algunas sugerencias para ayudar a las mujeres que viven relaciones violentas:

(1) Si la violencia ha sido crónica y el hombre no tiene motivaciones para cambiar (cosa que ocurre con la mayoría de los golpeadores), es crucial alentar y ayudar a la mujer y sus hijos a que se muden a un lugar donde estén a salvo —con parientes o a una casa para mujeres golpeadas— e iniciar los procedimientos para la separación legal. Mientras una cultura violenta refuerce ese modelo de relación violento, y la policía y los tribunales no intervengan de manera efectiva, los golpeadores tienen pocos motivos para cambiar su comportamiento violento.

(2) Los pastores deberían poner a las víctimas de la violencia masculina en contacto con programas de asesoramiento o auxilios telefónicos a cargo de mujeres voluntarias entrenadas para trabajar con mujeres que soportan golpes o violaciones. Esto es crucialmente importante si el pastor es un varón.

(3) El asesoramiento de la pareja o la psicoterapia individual *puede* ayudar en las relaciones en las cuales existen dimensiones constructivas y un comportamiento violento poco frecuente, si ambas partes de la pareja están motivadas como para interrumpir la espiral creciente de frustraciones, ira y ataques.

(4) Para potenciar a las mujeres para que dejen de aceptar un trato violento por parte de los hombres, es esencial que dejen atrás la debilidad aprendida y retomen el poder que dieron una vez a los hombres. Un grupo de mujeres que se retienen para tomar conciencia sobre esta cuestión puede ser invaluable en la tarea de despertar la conciencia y fortalecer a las mujeres golpeadas.

Estas son algunas pautas para ayudar a las víctimas de una violación:

(1) Ponga a la mujer en contacto inmediato con un servicio telefónico para mujeres violadas o un centro a cargo de mujeres que comprendan su terrible trauma, conozcan los recursos de la comunidad que ella necesita, y la protejan de las actitudes acusadoras de cierto personal médico y la policía.

(2) Aliente a la mujer a notificar a la policía. Haga que una voluntaria de un servicio telefónico o de un centro para mujeres violadas esté con ella cuando la policía la interroga.

(3) Inmediatamente lleve a la mujer a un médico o a la sala de guardia de un hospital para recibir el tratamiento necesario y obtenga la evidencia para presionar con cargos legales. Una mujer del programa para mujeres violadas debería acompañarla al buscar ayuda médica.

(4) Aliente a la mujer a interponer cargos contra el violador si lo toman preso, y buscar ayuda de un abogado (preferentemente una mujer liberada) competente en casos de violación y violencia doméstica.

(5) Haga que la mujer inicie una terapia individual con una mujer terapeuta o integre un grupo de mujeres golpeadas o violadas para ayudarla a sanar las graves heridas psicológicas que, por lo general, resultan de haber sido víctima de la violencia sexual. Si la mujer tiene pareja, puede ser necesario que reciban asesoramiento juntos para ayudar al hombre a sobrellevar el trauma de la violación a sus relaciones íntimas.

Cuando en una familia se dan casos de niños golpeados o de abuso sexual de niños, puede ser necesario que intervengan los tribunales para sacar del hogar al padre o al pariente violador o acosador, o ubicar al niño en un hogar adoptivo sano. Los casos de mujeres golpeadas y de niños abusados muchas veces tienen lugar en las mismas familias. Los niños golpeados que no reciben ayuda terapéutica eficaz muchas veces crecen para ser golpeadores de sus esposas o de sus hijos.

### Sesión de práctica de la realidad

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** Si hay tres o cuatro personas disponibles para esta sesión, pueden representar los roles de una familia cuyas dinámicas y problemas son bien conocidos por uno de los integrantes del grupo. Esa persona debería ayudar a las otras a compenetrarse en el rol que les toca desempeñar.

**EL ROL DEL PASTOR:** Asesore a toda la familia, ayudándola a comunicarse de una manera más abierta. Use los pasos del Método Intencional para Familias, que analizamos en este capítulo, como estructura para la tarea de asesoramiento.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Ayude al pastor a ser más eficaz en dar a cada persona la oportunidad de ser escuchada por los otros miembros de la familia, y ayudar a la familia a tomar conciencia de sus fuerzas y problemas. Esté atento a la dinámica familiar.

## CAPÍTULO 12

-a»«&

### Remitir a los asesorados

Remitir el asesorado a otra persona no es un fracaso pastoral. Es un sutil e importante arte para ayudar... Propongo que pensemos en ello como una ilustración de las habilidades que generalmente son más útiles para ayudar a la gente a detectar sus necesidades y clarificar sus sentimientos.

—THOMAS W. KLINK<sup>1</sup>

Es indispensable que un pastor que trabaja en el cuidado y asesoramiento esté capacitado en el arte de remitir. Wayne Oates declara: «Una de las razones por las cuales los pastores no tienen tiempo en su ministerio pastoral es que insisten en hacer todo ellos mismos... Han fracasado en construir un mapa detallado de su comunidad con agencias, profesionales, servicios privados, etc., que podrían ayudarlos en su tarea.»<sup>2</sup> Por omisión, estos pastores del tipo «llanero solitario» muchas veces privan a las personas con problemas de la ayuda especializada que necesitan, cuando está disponible en la comunidad. C. W. Brister pega en el corazón de este asunto: «El pastor usa a los recursos de la comunidad, no para pasar el bulto, sino porque desea lo mejor para todas las personas involucradas.»<sup>3</sup>

Debido a que muchas personas confían en el criterio del pastor y recurren a él espontáneamente cuando los problemas las golpean, un ministro está en una posición estratégica para asistirles en la búsqueda de ayuda competente y especializada. Un análisis de una investigación empírica sobre el asesoramiento pastoral llegó a una conclusión significativa: «Los clérigos son el puente entre los sistemas informales de apoyo que tiene la sociedad y la ayuda más especializada y formal de los profesionales. Los clérigos tienen

contactos diarios con sus feligreses y son muy visibles en su comunidad cuando se los compara con una agencia o un terapeuta privado...»<sup>4</sup>

Remitir sabiamente al asesorado es uno de los servicios más significativos que puede otorgarle un pastor a un miembro que sufre. Una familia que, en medio de un problema traumático, es guiada por su pastor para encontrar ayuda apropiada, por lo general, le está eternamente agradecida. Un pastor puede multiplicar sus servicios a las personas con problemas utilizando a pleno todos los recursos de su comunidad.

Desafortunadamente algunos pastores sienten que remitir es admitir insuficiencia o fracaso. Un estudio nacional acerca de a dónde va la gente con sus problemas reveló que «el proceso de ayuda parece frenarse en el pastor o en el médico en la mayoría de los casos, y mucho más en el pastor que en el médico».<sup>5</sup> En verdad, los médicos remitieron personas a centros de salud mental y a especialistas ocho veces más que los pastores.<sup>6</sup> Obviamente, algunos pastores tienen mucho que aprender de la importancia del «cuidado pastoral por medio de remitir al asesorado», como lo llamó Klink. En el otro extremo, hay algunos pastores para quienes remitir es tan automático y mecánico como la saliva de los perros de Pavlov. Debido a este reflejo tan rápido para remitir, no utilizan plenamente las potencialidades únicas que tienen para ayudar en su carácter de pastores. Se pierden algunas de las satisfacciones más profundas de su profesión al no intentar establecer una relación sanadora con aquellos que pueden necesitar precisamente lo que ellos tienen para dar. Los miembros con problemas se quedan con la sensación de que los pastores se han lavado las manos (¡y en verdad lo han hecho!).

Concebida de manera apropiada, remitir es una manera de utilizar el esfuerzo de un equipo para ayudar a una persona con problemas. Se trata de *ampliar y compartir* la responsabilidad y no de hacer una *transferencia* completa. Emplea el principio de división del trabajo que es la base de la cooperación entre profesionales. Sólo cuando se remite al asesorado a las capacidades especializadas de otros, los pastores pueden tener el tiempo y la fuerza para completar su función pastoral singular como animadores *espirituales* del crecimiento de toda la congregación.

### ¿A quién se debe remitir?

¿Qué tipo de personas debería remitir un pastor para lograr una base de ayuda más amplia?

- (1) Los que pueden ser ayudados más efectivamente por otra persona.
- (2) Los que tienen problemas para los cuales existen centros buenos y especializados en la comunidad.

(3) Los que no comienzan a usar la ayuda pastoral luego de cuatro o cinco sesiones.

(4) Los que tienen necesidades que sobrepasan obviamente el tiempo o capacitación del ministro.

(5) Los que tienen necesidades económicas crónicas. Los centros públicos de asistencia social con profesionales bien entrenados son adecuados para este tipo de remisión.

(6) Los que precisan tratamiento médico y/o internación.

(7) Los que necesitan psicoterapia intensiva.

(8) Los que tienen problemas de naturaleza dudosa.

(9) Los que están muy deprimidos o demuestran tendencias suicidas.

(10) Las personas hacia las cuales el ministro tiene una reacción fuertemente negativa o una intensa atracción sexual. La ansiedad que casi siempre subyace bajo una fuerte antipatía tenderá a enviciar la eficacia del asesoramiento con esa persona. Si el pastor puede descubrir qué está causando esta reacción y trabajar los sentimientos negativos de contratransferencia, podrá realizar un asesoramiento eficaz y crecer como resultado de esta experiencia. Es muy difícil que un asesor mantenga la objetividad sana necesaria en una relación de asesoramiento, si siente atracción sexual intensa hacia la persona asesorada.

Es importante que los pastores establezcan relaciones de trabajo con uno o más médicos de la comunidad. Una persona asesorada que no ha tenido una revisión médica reciente debe ser fuertemente animada a hacerlo, si el pastor tiene la sospecha de que ella puede precisar atención médica. Si existe la más leve sospecha de que puede haber un problema médico, neurológico o endocrino detrás del conflicto psicológico o interpersonal, el pastor debería *insistir* en que la persona consulte a un médico. Una relación de colaboración cercana con un médico es vital también cuando se asesora a personas con problemas psicosomáticos, depresión aguda, tendencias suicidas, alcoholismo y otras adicciones (incluyendo la adicción a la comida), problemas menopáusicos, discapacidades físicas, enfermedades crónicas o terminales, problemas sexuales serios, problemas geriátricos, cambios de carácter pronunciados, o grave ansiedad. En mi experiencia, muchos médicos aceptan con agrado tener una relación de colaboración con asesores pastorales eficientes. En este tipo de relación de ayuda mutua, remitir al asesorado tiene un doble sentido, como debe ser. Debe obtenerse el permiso de los asesorados para consultar a su médico o terapeuta antes de conversar con ellos.

La que sigue es una lista de algunas de las señales de perturbaciones mentales graves que indican la necesidad de remitir al asesorado a un servicio de salud mental o a un psicoterapeuta:

(a) Las personas creen (sin ningún viso de realidad) que otros intentan dañarlas, atacarlas sexualmente o influenciarlas de manera extraña. (b) Tienen delirios de grandeza, (c) Muestran cambios abruptos en sus comportamientos habituales, (d) Tienen alucinaciones, escuchan sonidos o voces que no existen o ven personas o cosas que no existen, (e) Tienen ideas y temores extraños y rígidos, que no pueden ser influenciados por la lógica, (f) Se involucran en... modos repetitivos de acciones compulsivas o en pensamientos obsesivos, (g) Están desorientadas (no perciben el tiempo, el lugar ni la identidad de las personas), (h) Están deprimidas, casi en estupor o extrañamente exultantes y/o agresivas, (i) Se retiran a su mundo interior, perdiendo interés en las actividades normales.<sup>7</sup>

Cuando estas señales aparecen, el pastor debería ayudar a la familia de la persona para brindarle tratamiento psicológico inmediato. El porcentaje de recuperación en perturbaciones mentales graves es mayor si se realiza un tratamiento intensivo en las primeras etapas. Los médicos de cabecera son los aliados lógicos del pastor y la familia en estas situaciones. Pueden administrar sedantes o energizantes psíquicos u otro cuidado médico de emergencia y preparar una internación. A menudo son un vínculo eficaz con un instituto psiquiátrico o con un psiquiatra.

El tema de *la fuerza del ego* tiene un peso importante cuando se trata de remitir al asesorado.<sup>8</sup> Como se señaló en el capítulo 7, las personas con un ego débil responden mejor a la ayuda que es principalmente de apoyo y no la que busca descubrir su interior. Las metas de este tipo de terapia son ayudar a las personas a ganar fuerzas bloqueando la regresión, limitando sus impulsos «demostrativos», y ayudándolas a manejar sus responsabilidades adultas y usar las fuerzas de su personalidad (en lugar de tratar de borrar sus obligaciones). Las agencias de servicio social, por lo general, están en condiciones de proveer este tipo de terapia para la adaptación del ego. Las personas que tienen problemas psiconeuróticos y un grado razonable de fuerza en su ego muchas veces están en condiciones de usar varias formas de psicoterapia que permiten descubrir su interior, de modos que los hagan crecer.

### ¿Consultar o remitir?

Los clérigos pueden asesorar de manera segura y productiva a muchas personas que de otra manera deberían remitir, si tuviesen acceso regular a asesores competentes. Existe una creciente conciencia entre los especialistas en asesoramiento pastoral y entre los profesionales de la salud mental de que es esencial proveer asesoramiento a las «profesiones que brindan cuidado», incluyendo a los pastores, si quiere disminuirse parcialmente la creciente

brecha entre la oferta y la necesidad de terapeutas capacitados.<sup>9</sup> Las consultas regulares o aun ocasionales sobre los distintos casos que está tratando el pastor con un especialista en asesoramiento pastoral o con un psicoterapeuta competente, pueden ampliar el espectro de técnicas para la ayuda con las que cuenta el pastor, darles asistencia experta para manejar la crisis durante el asesoramiento, y alertarlos sobre los peligros sutiles que existen en ciertas relaciones de asesoramiento. Debido a que comprenden el ministerio desde adentro, los especialistas en asesoramiento y terapias pastorales son, por lo general, excelentes asesores para los que se desempeñan en el ministerio general de la iglesia. Debido a su entrenamiento médico, los psiquiatras son también valiosos como asesores siempre que estén bien capacitados en la teoría psicodinámica y en la psicoterapia. Los asistentes sociales especializados en tareas clínicas, por lo general, pueden asesorar con buenos conocimientos sobre los recursos de la comunidad para distintos tipos de consultas. Los psicólogos clínicos ofrecen sus conocimientos especializados para realizar pruebas y evaluaciones psicológicas.

### ¿A dónde remitir?

John L. Mixon, experimentado trabajador social, declaró una vez: «Los dos aspectos más importantes para remitir en forma óptima son: (1) un conocimiento del recurso, su programa, funciones, política interna, etc., y (2) el uso de procedimientos eficaces de asesoramiento para interpretar los recursos y la ayuda posible que el individuo puede esperar recibir».<sup>10</sup>

Tan pronto lleguen a una iglesia, los pastores deberían comenzar a prepararse para llevar a cabo un ministerio donde sepan remitir eficazmente a sus asesorados. Esto involucra dos cosas: (1) armar un fichero de recursos de la comunidad a los que se puede remitir y (2) establecer relaciones con las agencias sociales y con los profesionales correspondientes. Un organizado fichero de recursos se hace cada vez más útil a medida que el pastor acumula información acerca de agencias sociales; listas de especialistas en asesoramiento pastoral, psiquiatras, psicólogos clínicos, asesores matrimoniales, grupos de Alcohólicos Anónimos, etc; números telefónicos de centros de asesoramiento pastoral, de centros de emergencia psiquiátrica, de clínicas de salud mental, de centros de prevención al suicida, etc.

El ministro debe investigar para ver si la comunidad tiene alguna entidad de bienestar social u otra agencia comunitaria que provea de una guía (y a lo mejor de un servicio de información telefónica) de los servicios de la comunidad. Debería haber copia de estas guías en la oficina del pastor y en la biblioteca de la iglesia.



¿Cuáles son las áreas más problemáticas en las que el pastor necesita los recursos de la comunidad cuando asesora? Un manual dedicado al tema de remitir es *The Church and Community Resources* (La iglesia y los recursos comunitarios), de Marcus Bryant y Charles Kemp (Bethany Press, St. Louis, 1977), incluye recursos para la ayuda en estas áreas: adopción y ubicación de niños, alcoholismo, asistencia financiera, problemas de negocios, tutoría para niños, servicios sociales para niños, abuso de niños, intervenciones en crisis, centros diurnos, instituciones correccionales, sordera, crimen y delincuencia, servicios dentales, ayuda para desastres naturales, drogas, educación, empleo, vida familiar, discapacitados, salud, vivienda, problemas industriales, asistencia legal, centros de salud mental, minorías, ancianos, planificación familiar, embarazos problemáticos, jubilación, padres solteros, asesoramiento sobre temas sexuales, problemas del habla, huéspedes, retardos mentales, veteranos, orientación vocacional, servicios para la juventud. Este manual también incluye una guía de los recursos nacionales, relacionados con la iglesia, el gobierno, y voluntarios, y una sección donde los pastores pueden incluir su propia lista de teléfonos y direcciones locales. Los pastores harían bien en tener un manual como éste al alcance de la mano.

Casi siempre es difícil lograr una evaluación precisa de la eficacia de los distintos asesores, psicoterapeutas y agencias que existen en la comunidad. Una guía razonable para evaluar esto puede ser la reputación que los terapeutas o las agencias tengan entre los médicos, los asesores y los pastores. Más allá de esto, ayuda que los pastores conozcan personalmente la mayor cantidad posible de terapeutas y de personal de las agencias sociales de su comunidad. En mi experiencia personal, la evaluación más confiable de la autenticidad personal y de la eficacia profesional de un terapeuta proviene de un contacto directo y de observar el resultado de los casos que se le han remitido. Tomar un café o almorzar con una de estas personas, visitar el servicio de tutoría para menores o la clínica de salud mental, y concurrir a las reuniones abiertas de Alcohólicos Anónimos y de Al-Anón, permite que los pastores construyan vínculos que pueden ser inmensamente útiles cuando necesitan remitir a alguien. A medida que trabajan con estas personas para ayudar a los miembros con problemas, la relación se fortalece.

El espíritu de equipo entre los profesionales que se dedican a la ayuda dentro de una comunidad no surge por accidente. Alguien debe tomar la iniciativa. Los pastores necesitan este tipo de equipo para realizar su trabajo pastoral de manera óptima. Aún más, los pastores están en posición ideal de tomar la iniciativa para fomentar esta relación, comenzando quizá con un desayuno mensual para un grupo pequeño de profesionales de la propia congregación y de la comunidad. Estas reuniones resaltan la comunicación de las preocupaciones mutuas y permiten construir relaciones. Los participantes

pueden comenzar pidiendo al pastor asistencia para ayudar a sus clientes o pacientes para encarar los problemas que tienen que ver con valores y significados, como así también con los temas religiosos. Así, la colaboración entre el pastor y otros profesionales se convierte en una relación de ida y vuelta como debe ser. Para trabajar eficazmente con profesionales médicos y de salud mental, los pastores pueden necesitar resolver problemas de autoestima y de autoridad provocados por tener que delegar poder en estos profesionales.

### ¿Cómo remitir?

El pastor de una iglesia rural reconoció que un hombre que vino a pedirle «ayuda contra una conspiración» estaba sufriendo de alucinaciones paranoicas. Se hacía difícil remitir esta persona a un psiquiatra, que era obviamente necesario, debido a que esta enfermedad en particular, por su propia naturaleza, hacía que el hombre no tuviera conciencia de la necesidad de recibir ayuda. Sólo por intermedio del asesoramiento a su familia y la colaboración con su médico de cabecera durante unas semanas se logró una consulta con un psiquiatra y la subsiguiente hospitalización involuntaria. En el ínterin, el pastor mantuvo una función de apoyo a este hombre. Escuchó y no pretendió disuadirlo de sus alucinaciones, a pesar de que preguntó amablemente sobre si sentía que los aspectos amenazantes de esta situación eran objetivamente reales o estaban en parte en sus sentimientos. No desafió las defensas paranoicas de este hombre, sino que sólo las rozó. Estuvo cerca de la afligida familia mientras resolvían la internación, con la ayuda del médico.

Este es un ejemplo de *asesoramiento de apoyo para paliar la falta de solución inmediata al problema*, la valiosa ayuda que puede dar un pastor hasta que sea posible obtener más ayuda. Debido a la resistencia frecuente que existe para recibir ayuda psiquiátrica y la abultada lista de espera que suelen tener algunas agencias o terapeutas, la brecha que debe cubrir el pastor puede extenderse durante varias semanas o más.

Estos son algunos lineamientos para realizar un asesoramiento eficaz en vías de remitir al asesorado:

(1) *Cree esta expectativa.* La función de asistir personas para encontrar ayuda especializada debería ser mencionada siempre que se ofrecen los servicios del pastor en el área de asesoramiento en el boletín de la congregación.

(2) *Mencione la posibilidad de remitir en las primeras etapas de la relación de asesoramiento si es que ésta va a ocurrir, explicando por qué es necesaria una ayuda especializada.* Las personas que han juntado coraje para recurrir al pastor esperando su ayuda, por lo general, sienten cierto grado de rechazo si es necesario remitirlas. Esto es cierto aunque comprendan intelectualmente que es necesario que sean remitidas. Cuanto más espera el pastor para plantear la

posibilidad de remitir y mayor es la dependencia que se ha desarrollado, es más probable que surjan sentimientos de rechazo.

(3) *Comience donde ve que están las personas en la percepción de sus problemas y en el tipo de ayuda que necesitan.* Hasta que los pastores comprendan estas percepciones y expectativas, no están en condiciones de remitir. La imagen interior que tienen los asesorados de sus problemas y de la solución es muchas veces muy distinta de la percepción del asesor sobre la naturaleza del problema y el tipo de ayuda que se precisa.

(4) *Trabaje para que la percepción que tienen los asesorados de su problema y sus soluciones se acerque lo suficiente a la percepción del asesor, para permitir que sea remitido.* Esto puede requerir varias sesiones de asesoramiento. Los esfuerzos para remitir muchas veces fracasan porque la percepción que tienen los asesorados de su situación es fundamentalmente diferente de la del pastor que va a remitirlos. Estas personas naturalmente se resisten a ser remitidos no concurriendo al nuevo servicio o discontinuándolo antes de recibir los beneficios.

(5) *Ayude a los asesorados a resolver sus resistencias emocionales a la persona que va a ayudarlos o ala agencia recomendada.* Tom Klink destaca la vinculación de dos procesos de ayuda vitales —*la aceptación de los sentimientos y el sostén del examen de la realidad*— en facilitar a una persona la aceptación de que va a ser remitida. El pastor debería preguntarles a las personas sobre qué sienten con respecto a ser remitidas a alguien en particular, mientras las ayuda a aceptar la realidad de que necesitan una ayuda especializada. Por lo general, fracasan los intentos para remitir personas, si no se clarifican ni aceptan sus sentimientos, ni se las capacita para ver su necesidad con más realismo.

Antes de sugerir que las personas con problemas de bebida deberían ir a Alcohólicos Anónimos, es importante averiguar cómo ven su problema (lincamiento 3). ¿Sienten que beber es la causa o sólo un efecto (o quizá la solución) de sus otros problemas? ¿Tienen deseo de recibir ayuda para dejar de beber? Si es así, es apropiado remitirlas a Alcohólicos Anónimos. Al sugerir esta organización, es importante preguntarles a las personas qué saben de ella y cómo se sienten al respecto. Esta pregunta, no importa a qué agencia se quiera remitir a la persona, es una manera valiosa de descubrir los temores, la falta de información, y la resistencia emocional que de otra manera pueden sabotear el acto de remitir. Encarar estos bloqueos interiores muchas veces lleva tiempo, pero es parte esencial de la *motivación* que debe recibir una persona para aceptar la ayuda recomendada.

(6) *Interprete la naturaleza general de la ayuda que esas personas están esperando recibir, relacionándola con su propio sentido de necesidad.* Haga esto sin cometer el error de alabar demasiado la ayuda potencial —un error que dificulta aún más

la tarea del terapeuta o de la agencia— ni comprometer a la agencia o al terapeuta para realizar un tratamiento específico.

(7) *Establezca un rapport lo suficientemente fuerte con las personas como para desarrollar un vínculo que les ayude a encontrarse en una relación de ayuda.* El uso de este vínculo de confianza se ve facilitado si los asesorados saben que su pastor conoce personalmente a la persona o la agencia a la cual se está remitiendo al asesorado. El pastor es afortunado si puede decir: «El terapeuta que quiero que usted vea es una persona que conozco y en la cual confío». En cualquier caso, el pastor debería decir: «Si quiere, puedo hablar con el terapeuta sobre su situación de modo que sepa algo acerca de ella antes de que usted vaya». Esta es una manera de romper el hielo y suavizar la transición. Este es un ejemplo de cómo se utilizó este vínculo al remitir a un bebedor a Alcohólicos Anónimos. El pastor dijo: «Mac, si entiendo bien lo que está diciéndome, está comenzando a sospechar que tiene un problema con la bebida. Me gustaría que hablara con un amigo mío que ha tenido que enfrentar el mismo problema. Encontró una ayuda que funcionó bien para él. 'Veamos si está libre para tomar un café con nosotros, ¿le parece?» En la charla de café que sigue a esta sesión, el miembro de Alcohólicos Anónimos (miembro también de la iglesia) ofreció llevar a Mac a una reunión de esta entidad.

Cuando se remite al asesorado a terapeutas y agencias sociales, es por lo general sabio *dejar que las personas pidan su propia entrevista*. Esto mantiene la iniciativa en sus manos y, además, permite que en la conversación telefónica comience una relación con la nueva persona que brindará ayuda. Hablar con un terapeuta o un asistente social por teléfono puede ayudar a allanar la ansiedad que tiene la persona por recurrir a este tipo de ayuda. Si es posible, el pastor debería constatar que la persona a la cual se está remitiendo el asesorado está disponible. También es sabio pedirle a la persona que telefonee al pastor una vez concretada la entrevista y luego del primer encuentro. Si la persona no llama, el pastor debería llamar para ver cómo anduvieron las cosas. Este procedimiento expresa una preocupación continua y permite que el pastor haga un seguimiento de aquellos que se resisten a obtener la ayuda especializada que se les recomendó.

(8) *Aliente a las personas remitidas a concurrir a determinado terapeuta o agencia, aunque apenas tengan deseos de hacerlo.* Un psicoterapeuta hábil puede ser capaz de reducir las resistencias a recibir ayuda que no se rindieron ante los esfuerzos previos. Cuando trabajo con alcohólicos, primero hago todo lo que esté a mi alcance para reducir su resistencia a Alcohólicos Anónimos. Luego, les insto a que vayan a un grupo de Alcohólicos Anónimos por lo menos durante un mes, les guste o no. En algunos casos, esta concurrencia permite que la calidez y la terapia de grupo informal que se realiza en Alcohólicos Anónimos pongan fin a sus defensas. Estas resistencias se disuelven gradualmente a medida que

experimentan la satisfacción de la sobriedad y la cálida aceptación del grupo. Si uno espera hasta que los alcohólicos estén completamente listos para recibir ayuda, es posible que antes terminen en un hospital para enfermos mentales o en el cementerio. Lo mismo puede aplicarse a muchos otros problemas. Por supuesto, no es sabio empujar a las personas más allá de determinado lugar, el lugar en el cual el fenómeno de «punto muerto» las hace más resistentes a la ayuda.

(9) Un lineamiento final es *permitir que las personas sepan que la tarea de cuidado y preocupación pastoral continuará luego de haber sido remitidas*. Una de las fuerzas singulares que hay cuando el pastor remite al asesorado es que la relación de *cuidado* pastoral puede y debe continuar luego de haber sido remitido. Esto ayuda a disminuir la sensación de rechazo. La guía para pastores *Pastor's Guide to Community Services* (Guía de servicios comunitarios para el pastor) hace esta sabia recomendación:

Luego de haber remitido a la persona, continúe demostrando preocupación y amistad cristiana. Manténgase en contacto con la agencia ... de modo que trabajen juntos eficazmente para ayudar al cliente. Ninguna agencia de la comunidad puede ocupar el lugar del pastor ni de la congregación. En una relación sana y de colaboración, tanto la agencia como la iglesia deberían sentirse libres para expresar cualquier pregunta o crítica de la otra de modo que entre ambas exista una mayor comprensión y aprecio.<sup>11</sup>

A lo mejor no es fácil mantener una relación interprofesional de colaboración, pero este tipo de relación casi siempre es de gran beneficio para la persona que está recibiendo ayuda. Cuando se remite personas a psicoterapia, muchas veces es necesario que el pastor disminuya gradualmente su tarea de asesoramiento de apoyo para motivar a las personas a que inicien otro tipo de relación. No debería permitirse que una persona que está en tratamiento psicoterapéutico descargue los problemas continuando su asesoramiento con el pastor. La relación debería ser de *cuidado pastoral* y no de asesoramiento pastoral. De lo contrario, la persona puede intentar utilizar una figura paterna contra la otra de manera auto-destructiva. Por lo general, es apropiado que el pastor pregunte ocasionalmente cómo andan las cosas en la terapia. Si la relación es improductiva, puede recomendarse otro terapeuta.

### Cuando faltan recursos, ¿a dónde remitir?

La falta de recursos comunitarios básicos adonde remitir debería hacer más que frustrar a los pastores. Debería tocar nuestra veta profética y

motivarnos para crear los recursos necesarios. Si se informa a una buena cantidad de personas de buena voluntad sobre las necesidades que no encuentran respuesta, y si alguna persona o grupo toma la iniciativa, pueden crearse los recursos para remitir. Un pastor o un laico comprometido que se dedica a la ayuda tiene una posición estratégica para comenzar y liderar este tipo de proyecto comunitario.

Los pastores que están en comunidades rurales alejadas muchas veces encuentran que remitir a sus asesorados y crear nuevos recursos es difícil sino imposible. Es crucial en estas situaciones conocer las facilidades o los profesionales *más próximos*. Mantener correspondencia con los departamentos de salud mental estatales o con las organizaciones nacionales de voluntarios, por lo general, provee de información confiable sobre la ayuda más accesible. Un pastor que trabaja en colaboración con otros pastores y líderes de la comunidad, puede ayudar a que una agencia de salud estatal reconozca la necesidad de establecer una clínica o un servicio terapéutico móvil en esa región.

La falta de centros de salud mental adonde remitir, que tengan un sistema de pago para los tratamientos, es una grave necesidad en muchas comunidades para los grupos de ingresos medios y bajos. Un estudio de cinco clases socio-económicas en New Haven reveló que los grupos de bajos ingresos, los pobres, tenían un porcentaje de enfermedad psiquiátrica casi tres veces mayor que el de las otras clases.<sup>12</sup> Se tiende a diagnosticar que más pobres son «psicóticos» y se los envía con más frecuencia a hospitales de salud mental que a personas de clase media con síntomas similares. Por lo general, a estos últimos se les da un diagnóstico menos estigmatizado y se les ofrecen servicios privados de psicoterapia que obviamente los pobres no pueden pagar. Pero el alto costo de la terapia privada hace que un gran número de personas con ingresos medios no pueda acceder a ella. Es necesario que la tarea de cuidado pastoral tome una decisión profética desafiando y trabajando para cambiar el sistema de salud, tanto mental como médico, de modo que todas las personas cuenten con la ayuda preventiva y terapéutica que necesitan. Una de las formas de encarar esta necesidad es establecer un servicio de asesoramiento relacionado con la iglesia, donde se brinde asesoramiento pastoral y terapia con un sistema de pago al alcance de la gente.

### Sesión de práctica de la realidad

EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA: Ustedes son Ed y Sally Wright, los padres de Jim, de diecisiete años, quien ha tomado dinero de la caja del lugar donde trabaja cuando sale de la escuela. Tienen dos hijas adolescentes menores que Jim. Están muy perturbados por lo que parece ser un «acto delictivo» cometido por Jim y desean hacer todo lo necesario para ayudarlo.

**EL ROL DEL PASTOR:** Sally y Ed vienen a la oficina y le cuentan el problema de Jim. Usted siente que el comportamiento de Jim puede ser un síntoma de una herida oculta en la familia y que los padres deberían ser remitidos junto a Jim (y quizá toda la familia) al centro de asesoramiento pastoral local o a una agencia para la atención de familias. Trate de lograr remitirlos luego de invitar a Jim y a sus padres a conversar, siguiendo los lineamientos que se encuentran en este capítulo.

**EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR:** Ayude al pastor a ser más eficaz en alentar al matrimonio a clarificar sus sentimientos, y comprender la necesidad de buscar ayuda especializada en una agencia en especial.

En otra sesión, practiquen remitir a un bebedor a Alcohólicos Anónimos y su cónyuge a Al-Anón.

## CAPÍTULO 13

### El asesoramiento educativo

Adquiere sabiduría; adquiere inteligencia; no te olvides ni te apartes de las razones de mi boca; no la dejes y ella te guardará; ámala, y te conservará.

—PROVERBIOS 4.5-6

Les enseñaba como quien tiene autoridad.

—MARCOS 1.22

En nuestra «carrera entre educación y catástrofe» necesitamos un ministerio para la educación creativa. Cada iglesia local y cada familia presionada se convierte en un centro para el aprendizaje creativo en medio de las realidades y dilemas concretos que enfrentamos. En la urgencia por sobrevivir, debemos crecer o morir. Aprender es la primera y última ocupación de toda persona finita, que crece y muere y está atada al tiempo.

—PAUL E. JOHNSON<sup>1</sup>

Un alumno de la escuela secundaria habla con su pastor con mucha carga emocional acerca de su elección vocacional. Una pareja viene a recibir asesoramiento prematrimonial. Un hombre joven busca ayuda para comprender un tema teológico que lo tiene confundido. Sus creencias rígidas y negativas parecen reforzar sus profundos problemas de autoestima y su vacío espiritual. La Comisión de Acción Social le pide al pastor que la ayude para planear su

tarea en relación con un complejo tema de injusticia que se plantea en la comunidad. Todas estas situaciones tienen algo en común: para salir al encuentro de las personas involucradas en ellas, los pastores deben ser capaces de funcionar de manera simultánea como maestros y como asesores. Deben ser *maestros-asesores*.

Muchas de las mejores oportunidades de asesoramiento que tienen los pastores requieren amalgamar las técnicas de la educación creativa y del asesoramiento dinámico. Este tipo de ayuda se llama asesoramiento educativo. Es un proceso de ayuda que integra las perspectivas y los métodos de dos funciones pastorales con el único objetivo de promover la plenitud de las personas. Este enfoque involucra la comunicación personalizada de ciertos conocimientos, creencias, valores y habilidades para sobrellevar situaciones que son parte esencial de este proceso de asesoramiento. El asesoramiento educativo va más allá de la mera difusión de información. Al utilizar las técnicas y sensibilidades propias del asesoramiento, ayuda a las personas a comprender, evaluar y luego aplicar la información importante para sobrellevar sus particulares situaciones de vida.

Por supuesto que existen ingredientes educativos en casi todos los tipos de asesoramiento pastoral. En ciertos tipos de asesoramiento —en relación con la derivación, vocación, sexualidad, la preparación para el matrimonio o el bautismo, el divorcio, la adultez y la jubilación— los elementos educativos son tan enormes que es apropiado llamar a estos tipos de asesoramiento «asesoramiento pastoral educativo».<sup>2</sup>

*Este es un modo natural de asesoramiento para pastores.* Tal como está definido su rol profesional, son tanto asesores como educadores con un cierto mensaje y *Weltanschauung* para ser comunicado. Los métodos de asesoramiento educativo están entre sus herramientas más valiosas para ayudar a la gente. Son particularmente útiles en la formación de *grupos de asesoramiento preventivo*, o sea, experiencias de grupos pequeños diseñados para prevenir problemas futuros preparando a la gente para enfrentar «crisis de desarrollo» de modo constructivo (por ejemplo, el matrimonio, el nacimiento, el ingreso al pre-universitario, la jubilación, la muerte). El concepto de «asesoramiento educativo» ayuda a resolver los conflictos innecesarios en la mente de algunos pastores, por ejemplo, entre sus roles como asesores y como maestros y proclamadores del Evangelio. Este conflicto es muchas veces el resultado de la existencia de una imagen del asesor como algo relativamente pasivo y sin valor (como en la teoría del asesoramiento centrado en el cliente) y de la falsa dicotomía entre conocimiento y sentimiento que existe en el enfoque rogeriano. El conflicto se resuelve cuando la transmisión de conocimientos importantes y el trabajo con los sentimientos son vistos como complementarios, como factores que interactúan en el proceso de ayuda. Las nuevas terapias cognitivas,

que proveen de ricos recursos tanto para la teoría como para la metodología del asesoramiento pastoral educativo, enfatizan esta perspectiva.<sup>3</sup> El concepto de asesoramiento educativo es el puente que vincula el asesoramiento pastoral con el programa global de la iglesia dedicado al crecimiento y a la nutrición. La educación y el asesoramiento se convierten en aliados naturales con una meta en común, para maximizar el crecimiento integral de las personas. El asesoramiento y la terapia son simplemente métodos de reeducación que ayudan a las personas a reemplazar un aprendizaje errático por un aprendizaje creativo de actitudes, ideas, técnicas para relacionarse y valores.

### Las metas del asesoramiento educativo

El asesoramiento educativo comparte los elementos comunes de todo el asesoramiento pastoral que se describe en el capítulo 4. Se convierte en educativo a medida que busca tres metas: (1) *descubrir qué hechos, conceptos, valores, creencias, técnicas, lineamientos o consejos son necesarios para que las personas sobrelleven sus problemas*; (2) *comunicarlos directamente o ayudar a que las personas los descubran* (por ejemplo, a través de la lectura); (3) *ayudar a las personas a utilizar esta información para comprender su situación, tomar decisiones sabias o manejar los problemas de manera constructiva*.

Descubrir lo que puede ser importante para responder a las necesidades de una persona requiere obviamente escuchar e interactuar con esa persona. Requiere tomar conciencia de su realidad interior e interpersonal. Dar información y/o asesoramiento a una persona antes de comprender sus necesidades y sentimientos debilita la confianza del asesorado en el asesor. Idealmente, los aspectos educativos del asesoramiento deben enfocarse con precisión en las necesidades específicas de la persona, al igual que la medicina que un médico competente da a un paciente en particular para combatir una enfermedad específica. Al discutir la cuestión de «guiar» como una de las dimensiones históricas del cuidado, Clebsch y Jaekle dicen:

Fundamentalmente, el ministerio que guía a los fieles asume que la sabiduría útil, que edifica e ilumina el significado y la dirección de la vida de una persona, puede estar disponible dentro del marco del acto de ayuda ... La sabiduría *debe estar modelada o conformada a las circunstancias inmediatas de la persona con problemas* con el fin de resultar apropiada y útil en el contexto de un problema cercano en particular. El hecho de guiar como función pastoral no desarrolla principios éticos... para ser aplicados en el proceso de vivir, sino que, más bien, forja una sabiduría capaz de guiar decisiones al calor de los problemas específicos y de luchar por facilitar su uso en situaciones particulares.<sup>4</sup>

Los pastores deberían compartir aquellos aspectos de su experiencia, perspectiva y conocimiento que sienten que serán de ayuda, a partir de su conciencia de los problemas de las personas, como *herramientas o materiales de construcción* para edificar un enfoque que sirva a su situación. Los asesores no deben tratar de venderles a los asesorados ciertos enfoques para sus problemas. En lugar de ello, deberían alentar a las personas a trabajar con el material que se les ha comunicado, a usar lo que se «refiere a su condición» y a dejar a un lado el resto. El tema que corresponde al asesoramiento educativo, como en todo asesoramiento, es *la persona* y no las ideas *por sí mismas*, por más válidas que parezcan. El contenido cognitivo del asesoramiento educativo provee de recursos para los propios procesos de pensamiento de las personas por medio de los cuales éstas buscan enfoques constructivos para sus problemas actuales o para exigentes experiencias futuras, como, por ejemplo, el matrimonio, la paternidad, una mudanza, una cirugía, la jubilación. Al dar lineamientos, por lo general, se emplean dos modalidades bien identificadas. El *lineamiento deductivo* tiende a tomar de las propias experiencias de las personas y evalúa los criterios y recursos para tomar una decisión en particular, mientras que el *lineamiento inductivo* tiende a guiar al individuo a adoptar *a priori* un conjunto de valores y criterios por medio de los cuales tomará su decisión.<sup>5</sup> El asesoramiento pastoral educativo amalgama los métodos *inductivo* y *deductivo* en variadas proporciones. El pastor comunica información de esta manera: «Le doy algo de información (conceptos, valores o enfoques) que, por mi experiencia y conocimientos, es válida. Creo que le puede ser útil para responder a sus necesidades, de modo que se la hago saber para que la considere. Si usted lo desea, puedo ayudarle a evaluar su importancia y aplicarla a su situación.» El método es inductivo en la medida en que toma de los conocimientos e ideas del pastor en relación con su tradición religiosa, estudios y experiencia. Es deductivo porque busca exteriorizar los problemas internos de la persona y *su sabiduría*, logrando un encuentro entre estos y las ideas que se presentan. Los métodos de asesoramiento se utilizan para ayudar a la persona a disminuir sus puntos ciegos emocionales y sus conflictos interiores que, de otra manera, evitarían que él o ella comprendieran, evaluaran, seleccionaran y luego utilizaran las ideas importantes. El pastor-asesor no debe ser tímido al compartir los conocimientos importantes adquiridos por medio del estudio disciplinado, compartiendo la sabiduría acerca de la vida que ha obtenido asesorando a otras personas y a partir de sus luchas personales. La meta más difícil y crucial es encontrar, en las palabras de Granger E. Westberg, «un equilibrio sano entre la verdadera autoridad basada en un conocimiento experto, y el derecho de la persona a trabajar con problemas humanos en una relación libre y empática».<sup>6</sup>

El asesor educativo es una suerte de entrenador, cuya función es asistir a la persona para que adquiriera las técnicas que le permitan sobrellevar sus problemas constructivamente. La mayoría de los entrenadores no juegan en el partido, pero comparten el conocimiento experto que poseen. Muchas veces el pastor es como un «jugador-entrenador» (en las palabras de Elton Trueblood) que juega pero también guía a otros.

Una joven protestante, conservadora y devota, consulta a su pastor para que la ayude con una decisión difícil: si debe terminar con una relación amorosa con un hombre católico que tiene posibilidades de terminar en casamiento. Para tomar una decisión como corresponde, esta persona necesita conocer con precisión las ideas fundamentales de ambas tradiciones sobre la Biblia, la iglesia, la autoridad religiosa, el control de la natalidad y la libertad. Necesita enfrentar con realismo las tensiones y conflictos que caracterizan a la mayoría de los matrimonios mixtos. A partir de su capacitación y de su experiencia, el pastor tiene parte del conocimiento que la mujer necesita para tomar una decisión constructiva. La objetividad completa es imposible, en especial, cuando se deben tomar decisiones que conllevan una carga emocional, pero la posesión de datos confiables puede aumentar el grado de objetividad.

El compartir información (por muy precisa que sea) rara vez es suficiente. Casi siempre están presentes sentimientos poderosos, dinámicas interpersonales, temores y prejuicios, que deben considerarse, si la persona quiere tomar una decisión sabia. La información se torna útil sólo en la medida en que se relaciona con el mundo de significados interiores de *esa* persona. Un asesoramiento capacitado en el caso que se describe con anterioridad implicó la integración de un conocimiento importante con los sentimientos, actitudes, creencias y valores de esa persona y su relación con su pareja. Sólo este tipo de conocimiento *integrado* es realmente útil para tomar decisiones y resolver problemas.

### Las dinámicas del asesoramiento educativo

La pregunta fundamental que debe contestarse para determinar las posibilidades y las limitaciones del asesoramiento educativo es la siguiente: *¿Cuál es la función del conocimiento en la causa y en la resolución de los problemas humanos?* Como lo señala Rogers, «la mayor parte de las inadaptaciones no son el resultado de fracasos en el *conocimiento*», sino tienen sus raíces en bloqueos emocionales.<sup>7</sup> Esto no quiere decir que la comunicación de información no sea importante en muchos casos de asesoramiento y de terapia.

Las concepciones equivocadas, las creencias distorsionadas y los valores que no son constructivos resultan muchas veces dimensiones significativas y aun cruciales de los problemas que tienen las personas para sobrellevar situaciones

difíciles. Rara vez son el *único* factor pero pueden ser un factor crucial. La falta de un conocimiento preciso a veces es la *causa* y, frecuentemente, *un factor de complicación* de los problemas interpersonales. El temor que tenía la Sra. E. de tener un embarazo no deseado formaba un círculo vicioso con sus actitudes sexuales conflictivas. Este temor producía una disminución de la relación sexual de la pareja, que desgastaba su relación interpersonal. El pastor derivó a la Sra E. a un ginecólogo competente, quien le recomendó un método anticonceptivo más eficaz para ella. Esto disminuyó el temor a un embarazo y, junto con el asesoramiento que hizo el pastor a la pareja sobre sus problemas sexuales y de comunicación, la relación mejoró.

*El grado en que las personas son en realidad capaces de usar el conocimiento depende de su nivel de plenitud.* La información acerca de la realidad no transformará las profundas distorsiones que tiene un psicótico para percibirla. Y sin embargo, tal como lo ha demostrado la terapia re-motivacional, aun los esquizofrénicos regresivos tienen algunas áreas de su psiquis libres de conflictos. Comenzando por estas áreas y proveyendo de recursos cognitivos y técnicas orientadas para sobrellevar la realidad, se fortalecen las partes sanas de la psiquis a medida que se ejercitan.

Son seis las presunciones que constituyen el fundamento teórico del asesoramiento educativo:

- (1) El conocimiento intelectual es un recurso importante para encarar la realidad de manera constructiva.
- (2) La mayoría de los asesorados tienen suficientes áreas de su personalidad libres de conflicto, que les permiten hacer *algún* uso de la información derivada de las sesiones de asesoramiento educativo y de la asignación de lecturas entre sesiones.
- (3) Un pastor posee conocimientos, valores y capacidades que pueden ser útiles para muchos asesorados.
- (4) Las técnicas de asesoramiento pueden ayudar a las personas a *utilizar* información importante.
- (5) Los datos, los conceptos, los valores y las técnicas pueden ayudar a que muchas personas sobrelleven de manera más eficaz los desafíos que deben confrontar. El sobrellevar las cuestiones de manera constructiva fortalece el sentido de identidad, de confianza y de valor.
- (6) Parte de las enseñanzas más eficaces que brinda un pastor (cuando asesora y en otras instancias) las realiza modelando actitudes, creencias, valores y comportamientos constructivos. Por ejemplo, relacionarse de un modo no sexista con las mujeres que se asesora (en primer lugar, como seres humanos y, luego, como mujeres) tiende a

producir aprendizaje y crecimiento, que pueden ser reforzados por medio de declaraciones didácticas sobre el tema.

En su estudio sobre cómo los niños normales sobrellevar situaciones de estrés, Lois Barclay Murphy hizo este descubrimiento:

Una y otra vez vimos cómo el impacto de un nuevo desafío intensifica la conciencia que el niño tiene de sí mismo; su capacidad para enfrentar este desafío aumenta su placer, su sentido de adecuación y su orgullo ... Por medio de esta experiencia el niño se descubre y se mide a sí mismo ... Podemos decir que el niño crea su identidad por medio de sus esfuerzos por lograr un equilibrio con el medio según su modalidad personal.<sup>8</sup>

### Los peligros del asesoramiento educativo

En el asesoramiento educativo el pastor enfrenta varios peligros latentes. El más amenazador es *manipular al asesorado* sutilmente. Se requiere de una madurez emocional considerable para presentar ideas por las que uno se siente convencido (teológicas, por ejemplo) sin presionar sutilmente al asesorado para que esté de acuerdo con ellas. Este tipo de presión comunica falta de respeto por el precioso derecho que tienen las personas de elegir su propia filosofía y significado de vida. Un peligro íntimamente relacionado es pasar de la *autoridad racional*, la autoridad sana que emana de ser competente (Erich Fromm), al autoritarismo, la autoridad que utiliza el poder de modo coercitivo, de manera que disminuya el crecimiento de la personalidad. Otro peligro es considerar que la información por sí misma será adecuada para ayudar a las personas con problemas. Esto lleva a lo que podría llamarse «la salvación por medio de las palabras», un ineficaz acercamiento al asesoramiento, basado en dar consejo. Es importante escuchar los gritos de ayuda escondidos que muchas veces nos llegan disfrazados con apariencia inocua solicitando información.

Tal como lo hicimos notar cuando hablamos del asesoramiento que sirve de sostén, aconsejar y compartir información son maneras útiles de nutrir a las personas estresadas gratificando su necesidad de dependencia. El peligro es que con las personas marcadamente dependientes estos enfoques *pueden alentar una dependencia aún mayor*. Cuando un pastor siente que esto está sucediendo, su tarea consiste en que la persona vaya ganando independencia, con lo que se disminuyen gradualmente el aconsejamiento y la guía. Esto es muchas veces difícil porque el vacío que siente la persona dependiente le hace desear ser guiada y alimentada.

Un peligro final es que el pastor ponga en un mismo nivel la transmisión de información y al aprendizaje genuino por parte del asesorado. Como lo aclara Nathaniel Cantor: «El aprendizaje significativo nace de la motivación que el que aprende dirige hacia sí mismo porque quiere hacer algo positivo y creativo en favor de una necesidad no expresada o no satisfecha».<sup>9</sup> El aprendizaje genuino sólo tendrá lugar cuando se unen el sentido de necesidad y ciertas ideas. En el asesoramiento educativo, se debe comenzar siempre por la necesidad sentida de la persona. A través del proceso de asesoramiento, se expande el concepto de necesidad que tiene la persona.

El asesoramiento educativo autoritario posiblemente sofoque la sagrada chispa del aprendizaje y del crecimiento. Cantor declara:

La mayoría de nosotros aprende a *no* aprender. O sea, aprendemos desde temprana edad cómo evitar vernos entremezclados con la autoridad de los adultos que son significativos en nuestra vida ... Aprendemos a esconder nuestras propias expresiones buena parte del tiempo. Aprendemos a someternos, a escaparnos, a buscar atajos, a racionalizar, a defendernos, a distorsionar ... En síntesis, nos vemos empujados a «adaptarnos» a las amenazas, las ansiedades y los miedos.

*El comportamiento que reduce la ansiedad tiende a adaptarse y no a integrarse.* La esencia del comportamiento integrador es la capacidad de ejercitar la propia curiosidad, de obtener satisfacción positiva de la expresión espontánea de las capacidades y poderes propios de cada uno. La motivación que lleva a la expresión espontánea del propio ser es distinta del tipo de aprendizaje que busca disminuir la ansiedad y evitar la amenaza.<sup>10</sup>

El asesoramiento educativo debería tener como meta el estimular el aprendizaje integrado, el tipo de aprendizaje que capacita a las personas para que descubran y desarrollen los dones y capacidades que Dios les ha dado.

## La metodología del asesoramiento educativo

Los pastores tienen una oportunidad especial de ayudar a las parejas a prepararse para un buen matrimonio. Debido a que las conversaciones prematrimoniales son la oportunidad para el asesoramiento educativo que más frecuentemente tienen los pastores, las utilizaré para ilustrar una metodología de este tipo.<sup>11</sup>

Existen dos categorías de asesoramiento educativo: (a) *aquellas situaciones en las cuales las personas vienen invitadas por el pastor*, por ejemplo, asesoramiento

prematrimonial, previo al bautismo, preparación para la membresía, y (b) *aquellas en que los asesorados toman la iniciativa*, buscando la guía para problemas vocacionales, teológicos u otros. La regla es que el tipo de asesoramiento educativo que inicia el pastor requiere de una proporción mayor de *instrucción* directa que la que inician los asesorados.

La mayor parte de las sesiones prematrimoniales son en verdad *sesiones de educación individualizadas o sesiones de capacitación personalizadas*. Por lo general no son asesoramientos en los que las parejas están motivadas por un problema en particular. La mayor parte de las parejas están *abiertas* a la capacitación y entrenamiento (con relación a la formación de capacidades) que afirmen sus fortalezas fundamentales y respondan a su deseo de desarrollar la relación matrimonial del mejor modo posible. La educación personal puede ayudar a muchas parejas si las técnicas y sensibilidades del asesoramiento son parte integral del proceso. El pastor que aprende a realizar el asesoramiento con orientación educativa encontrará cada vez más oportunidades de asesorar a parejas que están por casarse. Estos son algunos métodos útiles:

(1) Como en cualquier otro tipo de asesoramiento *relacionese con calidez, empáticamente y de manera abierta de modo que pueda crecer una relación vigorosa con la pareja*. El establecimiento de una relación de confianza y (si es posible) continua con la pareja es la meta principal de las sesiones prematrimoniales. Este tipo de relación ayuda a que el pastor les sea emocionalmente accesible si lo necesitan y quieren su ayuda para resolver un problema, ahora o en el futuro.

(2) Como en cualquier otro tipo de asesoramiento, *establezca un contrato claro sobre cómo se utilizará la sesión*.

**Pastor:** Estoy seguro de que ambos quieren que su amor crezca tan plenamente como sea posible a lo largo de los años que vivan juntos. Para construir un buen matrimonio se necesita de las habilidades amorosas de dos personas dispuestas a trabajar y jugar, para mantener su crecimiento. Como pastor, quiero ayudarles en este proceso excitante y demandante (respuesta de la pareja). Espero que estas sesiones les sean de utilidad para descubrir más de las fuerzas escondidas que quieren desarrollar en su relación. ¿Qué espera cada uno de ustedes de estas sesiones?

Luego de que la pareja haya descrito sus intereses y necesidades, el pastor puede mencionar (como quien planta una semilla) otros temas o habilidades sobre los cuales sería útil conversar, como, por ejemplo, áreas de tensión en la relación; trasfondos familiares; su concepción del matrimonio y de los roles de los hombres y de las mujeres; temas espirituales y el crecimiento en el



matrimonio; técnicas para obtener placer sexual; métodos de control de la natalidad; la relación con los parientes; técnicas de comunicación que nutren el amor; la negociación de un pacto (contrato) matrimonial que sea justo para ambos (y su revisión); técnicas para resolver conflictos; la administración del dinero; el balance entre la autonomía y la dependencia; los valores conflictivos en el matrimonio; los hijos—tenerlos o no y la división de responsabilidades durante la crianza; el desarrollo de un grupo de apoyo; la satisfacción mutua de las necesidades; la apertura a la comunidad; los ajustes del primer año; y el significado del casamiento como una celebración de su relación comprometida y dispuesta a crecer. Sobre la base de lo que la pareja y el pastor desean y esperan de estas sesiones, puede establecerse una agenda flexible de temas. Esta estructura realizada en colaboración mutua ayuda a reducir la ansiedad inicial que muchas parejas traen a la primera sesión.

(3) *Permita que se desarrolle el rapport* haciendo preguntas con final abierto, que no resulten amenazadoras, comenzando con preguntas informativas acerca de los aspectos positivos de su relación.

**Pastor:** Como voy a tener el privilegio de compartir esta importante experiencia en su vida, me parece correcto que nos conozcamos un poco más. Cuéntenme, ¿cómo se conocieron?

El continuar haciendo preguntas paso a paso, que no sean amenazadoras, ayuda a que la pareja hable sobre cómo comenzó su relación y cómo se desarrolló. En el proceso emerge una imagen tentativa de su actual interacción y de las familias paternas que las conformaron. Esta modificación del método de Virginia M. Satir que toma la «cronología de la vida familiar» puede ser muy útil en las sesiones prematrimoniales.<sup>12</sup> Se deben evitar las preguntas amenazadoras hasta que haya crecido una confianza considerable en la relación con el pastor.

**Pastor:** Uno de los motivos por los cuales nos reunimos es ayudarles a guiar su matrimonio en la dirección más creativa posible. ¿Han pensado en el tipo de matrimonio que desean?

¿Qué tipo de pensamientos les vienen en mente cuando lo hacen?

Si la pareja no responde abriendo temas en los cuales está interesada, el pastor puede dar un primer paso haciendo preguntas que lleven al tema o mencionando algunas cuestiones relacionadas con uno de los temas que figuran en la agenda tentativa:

**Pastor:** Tengo algunas sugerencias para compartir con ustedes sobre los temas que acordamos al decidir reunimos durante tres sesiones, pero dejaré todo el tiempo posible para las preguntas que les vengan a la mente. También revisaremos la ceremonia, paso a paso, para discutir su significado así como su mecánica. En algún momento me gustaría compartir algunas ideas que provienen de mi experiencia sobre cómo las parejas pueden lograr que su amor crezca a lo largo de los años. ¿Qué les parece?

¿Qué hay acerca del uso de tests psicológicos en las sesiones prematrimoniales? El uso de tests psicológicos o de cualquier tipo tiende a aumentar la ansiedad en la relación de asesoramiento. Su utilidad potencial debe ser puesta en la balanza contra sus limitaciones. Los tests como el de Taylor y Johnson para el análisis del temperamento y para una evaluación de las relaciones prematrimoniales pueden ser de utilidad para aumentar la conciencia de la pareja y abrir la discusión sobre factores que existen en la personalidad de cada uno que pueden influir en la relación.<sup>13</sup> Para usar estos tests de manera significativa, los pastores deben leer cuidadosamente el manual que acompaña estos instrumentos en particular y también hacer lecturas sobre antecedentes, para adquirir una comprensión general de los tests de personalidad. Los pastores pueden utilizar formularios solicitando antecedentes para dar el puntapié inicial en la discusión de temas significativos con la pareja. El libro *Growing Love in Christian Marriage* (El amor creciente en el matrimonio cristiano) de Joan y Richard Hunt incluye varias listas útiles para la verificación.<sup>14</sup> Estos instrumentos se utilizan con facilidad, resultan menos amenazadores que los tests de personalidad y proveen abundante información de manera rápida. El ojo perceptivo de un pastor puede descubrir claves que apunten a temas apropiados para la discusión y áreas en las que la pareja necesita información precisa. El «Test sobre conocimientos acerca del sexo» puede ser un recurso útil en particular con las parejas que se sienten inhibidas para discutir este tema de manera abierta. Sus respuestas a las ochenta preguntas con respuestas de elección múltiple (en el Formulario X de este test) identifica brechas e imprecisiones en el conocimiento acerca de la relación sexual y sugiere áreas de vacíos emocionales que necesitan discutirse en las sesiones prematrimoniales.<sup>15</sup> (Para debatir sobre el uso de tests en el asesoramiento prematrimonial se puede leer *The Minister as Marriage Counselor* [El pastor como asesor matrimonial], de Stewart, pp. 55-58.)

(4) *Haga todo lo que sea posible para reducir cualquier sensación de amenaza de modo que la pareja se sienta libre para revelar sus verdaderas necesidades y preocupaciones.* Además de construir el *rapport* y proveer de una estructura, la reducción de la amenaza implica comunicar a la pareja que no es juzgada. Al comienzo, el

pastor puede decir: «Considero que es un privilegio acompañar la constitución de su matrimonio». No puede darse este reaseguro inicial hasta que el pastor está seguro de que no existen obstáculos insalvables para el matrimonio o que impiden su participación.<sup>16</sup>

Muchas veces es difícil reducir la amenaza a la comunicación abierta en relación con dos temas que frecuentemente chocan entre sí: la cohabitación y el embarazo. En casi todo Estados Unidos se da por sentado que la mayoría de las parejas que participan en las sesiones prematrimoniales mantienen relaciones sexuales y muchas cohabitan. Un alto porcentaje de parejas de adolescentes enfrentan un embarazo antes del matrimonio. Es importante crear un *clima de aceptación* (que trascienda las diferencias en los valores sexuales) que libere a la pareja para hablar abiertamente en lugar de estar a la defensiva tratando de esconder el hecho de que mantienen relaciones sexuales, o que viven juntos o enfrentan un embarazo. El hecho de que tantos jóvenes hablen tan libremente sobre el sexo hoy en día no significa necesariamente que tengan los conocimientos precisos, ni las actitudes constructivas, ni las técnicas para lograr placer mutuo, de cuerpo entero. Las sesiones prematrimoniales con parejas que conviven en relaciones en las que existe un compromiso tienen muchos puntos en común con el asesoramiento matrimonial. Tienden a ser distintas de las sesiones con parejas que no han tenido estas experiencias de «mini-matrimonio».

Si el pastor sospecha que una pareja enfrenta un embarazo, es importante que verifique esta situación con una pregunta simple (cuando se habla sobre el tema de los hijos): «¿Cuándo piensan tener su primer hijo?» Si el embarazo existe, el pastor debería explorar los sentimientos de la pareja sobre esta situación, como, por ejemplo, su culpa, su ansiedad, su reproche, su alegría, y verificar si no están recibiendo presión para casarse. Ayudarlos a evaluar su disposición para casarse es importante de modo que puedan considerar alternativas, como dar en adopción o recurrir a un aborto, si en verdad no se sienten capaces de establecer un matrimonio constructivo. Lo más importante es sorprender a las parejas que esperan el juicio del pastor con una aceptación amorosa y la oportunidad de aprender a sobrellevar de manera sana los enormes desafíos que enfrentan.

(5) *Sea consciente de la disposición de la pareja para aprender y de su conocimiento de los problemas vinculados a su relación.* Esto se hace respondiendo a sus sentimientos a medida que surgen y haciendo gradualmente más preguntas que apunten a sus sentimientos y pongan a prueba su relación; por ejemplo, «¿Cómo reaccionan cuando él o ella llega tarde a una cita?».

Las parejas que responden con «clichés», revelando sólo los sentimientos positivos o superficiales, o no son conscientes de las dimensiones más profundas de su relación o sienten que *deben* poner la mejor cara delante del

pastor. Este último tipo de pareja sacará a relucir los sentimientos que son menos aceptables socialmente y sus problemas reales sólo cuando ambos se sientan más seguros en la relación con el pastor.

Un método útil para traer a la superficie áreas conflictivas en una relación (adaptado del asesoramiento matrimonial) es escudriñar viñetas específicas de la interacción que involucran conflicto.

**Pastor:** (Luego de haber establecido un buen *rapport*.) ¿Qué ocurre cuando están en desacuerdo con una cuestión sobre la cual ambos tienen ideas fuertes? ¿Tienen algún ejemplo que podamos comentar?

(6) La disposición para aprender varía mucho según las distintas áreas temáticas. Por lo tanto, es útil *abrir varios temas clave, observando si existen respuestas más enérgicas que indican conciencia de una necesidad.* Por supuesto que esto no debe hacerse a la manera de un discurso sino brevemente y de modo informal y personalizado.

**Pastor:** La mayoría de nosotros tenemos problemas para mantener una comunicación abierta. Larry y Sue (nuestro matrimonio hipotético) han estado casados por casi un año. Sue se siente dejada de lado cuando Larry está preocupado con sus negocios. Tiene problemas en hacerle saber qué es lo que realmente le está ocurriendo. ¿Esta situación les parece cercana?

Es esencial que el pastor se refiera brevemente a las áreas de interés de la pareja como manera de sembrar nuevos conceptos.

(7) Cuando aparecen señales de interés en las respuestas de la pareja, *concentre la discusión en esa área por un momento, alentándolos a examinarla y buscando que comuniquen actitudes constructivas e información relevante.* Comience con lo que *ellos* están interesados y trabaje sobre eso, compartiendo ideas, experiencias (incluyendo experiencias personales de su propio matrimonio) y herramientas para construir la relación y para la comunicación, que parecen importantes para las necesidades de la pareja. Se invita al diálogo alrededor del eje de sus necesidades. Luego de compartir brevemente y de manera informal se alienta la retroalimentación preguntando: «¿Cómo se relaciona esto con la experiencia de *ustedes*!» o «¿Cómo se sienten con relación a esto?». Es importante centrarse en un tema dado lo suficiente como para que la pareja tenga la oportunidad de comprenderlo y discutirlo. Si un tema se muestra poco productivo, cambie a otro. Como de esta manera se siembran semillas, algunas de ellas caerán sobre el suelo fértil de los intereses emergentes y de las

necesidades percibidas de la pareja. En el toma y daca del diálogo, la pareja puede aprender gradualmente modalidades para hacer crecer su relación.

Como lo observa Nathaniel Cantor, «el aprendizaje tiene lugar en pequeños crecimientos que se acumulan hasta conformar una toma de conciencia».<sup>17</sup>

Algunos temas son tan vitales para el ministro, que se debe dar una orientación general sobre ellos aunque la pareja demuestre poco interés o no parezca necesitarlo. Este tipo de presentaciones, hechas con moderación, no disminuirán la calidad de la relación con la pareja. Algunas de las semillas que se siembran de esta manera puedan caer sobre suelo receptivo. Uno de los temas que siempre trato en estas conversaciones es la importancia de que la pareja establezca (y escriba) un acuerdo matrimonial justo para trabajar juntos que provea de igualdad de oportunidades para que sus miembros desarrollen sus potencialidades y compartan tanto las satisfacciones como las responsabilidades del matrimonio.<sup>18</sup> Otros temas importantes incluyen las técnicas para lograr una mejor comunicación y para resolver conflictos, las actitudes y técnicas sexuales y los cambios de roles de las mujeres y de los hombres.

(8) *La discusión debería centrarse en los sentimientos actuales y en los temas corrientes más que en anticipar problemas futuros.* En el entrenamiento del Cuerpo de Paz se encontró que los «lincamientos dados con anticipación» eran más eficaces cuando se consideraban experiencias actuales de las personas que estaban recibiendo entrenamiento, en relación con crisis menores que se presentaban durante el propio programa de entrenamiento, como, por citar un ejemplo, sus sentimientos de despojo resultantes de haber dejado sus familias y los resentimientos que surgían por estar constantemente a prueba y bajo observación durante el entrenamiento. Estos sentimientos eran similares a aquellos que tendrían cuando se los enviara fuera del país. Al concentrarse en ellos, los pequeños grupos de entrenamiento trabajaban con *sentimientos vivos*.<sup>19</sup> Un enfoque similar del asesoramiento prematrimonial presta atención a cómo la pareja sobrelleva las tensiones, los sentimientos y los problemas que surgen durante el período anterior a la ceremonia, incluyendo las ansiedades de las propias sesiones de asesoramiento.

Las preocupaciones de la pareja ante el futuro son, por supuesto, sentimientos *presentes* y deben examinarse en profundidad. Cuando una pareja elige revelar sus problemas o preocupaciones, las sesiones prematrimoniales se convierten en sesiones de asesoramiento en el sentido pleno de este término. Por lo general es improductivo permanecer hablando de posibles situaciones de conflicto futuro de las cuales la pareja no tiene conciencia. Para la pareja, no tiene importancia o le parece una profecía imprecisa y pesimista. Es mucho mejor concentrarse en aprender a sobrellevar de manera creativa las cuestiones y los problemas actuales, y desarrollar sus recursos, sus fuerzas y sus esperanzas en su matrimonio.

(9) *Tómese el tiempo para enseñar a las parejas técnicas de comunicación que les sean útiles permitiendo que las practiquen durante estas sesiones y entre ellas.* Es importante entrenar a una pareja mientras practica herramientas de comunicación durante una sesión y luego hablar brevemente acerca de cómo pueden utilizar esta herramienta en su propia relación con el fin de enriquecerla. El ejercicio de comunicación más importante que se le puede enseñar a una pareja antes de su matrimonio es el Método de Relación Intencional (que se explica en el capítulo 10). Este paradigma de comunicación es útil en varias áreas cruciales del matrimonio, como la afirmación mutua, la satisfacción de necesidades, la resolución de conflictos y la revisión de su contrato matrimonial.

(10) *Se deberían designar como deber la lectura y discusión entre sesiones de libros y artículos cuidadosamente seleccionados.* Esto expone a la pareja a materiales que estimulan su conciencia y aumentan la comunicación entre sí. Durante la siguiente sesión luego de haberles dado la tarea, el pastor puede preguntar: «¿De qué manera lo que leyeron en ese libro se relaciona con experiencias que hayan tenido en su relación?». Un libro como *Equal Marriage* (Matrimonio de iguales), de Jean Stapleton y Richard Bright, es un excelente material para utilizar como tarea entre sesiones.<sup>20</sup>

(11) *Una de las metas principales de las sesiones prematrimoniales es relacionar a la pareja con el programa de enriquecimiento matrimonial que existe en la iglesia.*

**Pastor:** Luego del casamiento, me gustaría invitarlos a que nos reunamos a los seis meses y al año, para conversar sobre cómo andan las cosas ... Muchos matrimonios encuentran que estas sesiones valen la pena.<sup>21</sup>

Se debería hacer una cita para esta primera «revisión del matrimonio sano». Las parejas también deber ser alentadas a participar en clases, talleres o retiros de enriquecimiento matrimonial organizados por la congregación al menos una vez al año para participar de un curso que los renueve y les ayude a mantener el crecimiento de su matrimonio.

(12) Una discusión paso a paso de la ceremonia matrimonial ayuda a que las parejas disminuyan su ansiedad acerca de la mecánica del servicio y les provee la posibilidad de discutir su significado más profundo, incluyendo la crucial dimensión espiritual de su relación. El pastor debería recomendar con fuerza el rechazo a cualquier elemento sexista o patriarcal que todavía esté presente en algunas liturgias de casamiento, como, por ejemplo, la práctica de que el padre dé a la hija en matrimonio, que las promesas no sean mutuas, que sólo se le dé anillo a la mujer, y otros símbolos obsoletos de la posición social y el poder dentro del matrimonio.

Se debería tener un mínimo de tres sesiones con cada pareja. El hecho de descubrir en la primera sesión que el pastor es un ser humano que se preocupa

y que no juzga puede permitir que las parejas le abran la puerta en las próximas sesiones a áreas donde existe el dolor y el conflicto. El número de sesiones que el pastor necesita dedicar a cada pareja puede ser reducido de modo sustancial si las parejas han asistido a las clases, talleres o retiros prematrimoniales. Buena parte de la capacitación y de la instrucción prematrimonial puede llevarse a cabo de manera más eficaz y eficiente en pequeños grupos que en sesiones individuales con parejas. Aquellos que han participado de un retiro de fin de semana de enriquecimiento prematrimonial o matrimonial, o de cuatro a seis sesiones de una clase de enriquecimiento co-dirigida por el pastor, por lo general, no precisan más de una sesión individual antes de la ceremonia.

A través del asesoramiento prematrimonial, el pastor debería tener en mente las siguientes *metas para el proceso*: (a) instruirlos en los mecanismos de la ceremonia; (b) darles algunos consejos prácticos para las primeras etapas de ajuste en la vida de casados; (c) fortalecer su espíritu de aventura y de gozo teniendo conciencia de las complejidades, conflictos y luchas que existen en la vida matrimonial; (d) fortalecer su competencia interpersonal basada en técnicas de comunicación eficaces; (e) darles el sabor de un nivel más profundo de comunicación que no han experimentado hasta el momento; (f) establecer un ejemplo de apertura en la comunicación de ciertos temas que todavía son tabúes para muchas parejas, como, por ejemplo, el sexo y el enojo; (g) introducirlos al «idioma de las relaciones» (Reuel Howe); (h) otorgarles información y consejos sólidos para ayudarles a desarrollar una relación satisfactoria y creciente; (i) ayudarlos a experimentar la maravilla de la verdadera presencia del amor de Dios en su amor; (j) ayudarlos a comprender las diferencias entre un matrimonio consagrado y simplemente casarse; (k) ponerse a disposición de tal manera que, si lo desean, puedan utilizar la relación con el pastor para buscar asesoramiento por más tiempo, antes o después de la ceremonia y (l) buscar que se involucren en la comunidad de la congregación y en su programa de trabajo, incluyendo las reuniones de enriquecimiento matrimonial y familiar. El pastor debería atenerse a estas metas con mano liviana, recordando que sólo si se logra obtener la *meta principal* — el establecimiento de una relación cálida, de cuidado y de confianza con la pareja— las sesiones prematrimoniales habrán sido eminentemente positivas.

### El asesoramiento educativo de alta motivación

Las formas de asesoramiento educativo en las que los miembros de la iglesia buscan asesoramiento, llevados por el dolor que les causan sus problemas, se denominan asesoramientos de «alta motivación». Mantener un nivel significativo de diálogo en este tipo de asesoramiento es mucho

menos difícil que en los asesoramientos educativos a los que los feligreses concurren por invitación del pastor o porque la iglesia lo requiere. Para ilustrar la función de una guía positiva y de un conocimiento adecuado en el asesoramiento educativo de alta motivación, hablaremos brevemente de un aspecto del asesoramiento sobre el tema del divorcio. Las personas que participan de sesiones de asesoramiento antes del divorcio están típicamente muy motivadas por una sensación de fracaso y sufrimiento interpersonal, en especial si hay niños involucrados en la cuestión.<sup>22</sup> Con más de un millón de divorcios por año en Estados Unidos, que involucran a medio millón de niños, los pastores deberían estar más comprometidos que la mayoría en ayudar a minimizar los daños en la personalidad de los niños y maximizar las potencialidades para el aprendizaje que tienen los padres durante estas crisis. Debido a que sólo un cuarto de las personas divorciadas permanecen solteras al cabo de cinco años, la mayor parte del asesoramiento en situaciones de divorcio es también una preparación para un nuevo matrimonio.

Miremos de cerca los *contenidos* de una faceta del asesoramiento en situaciones de divorcio —la que se refiere a minimizar el daño emocional en los niños— con algunas recomendaciones para que el pastor ayude a que los padres que están divorciándose las pongan en práctica:

- (1) Evite el rencor sin sentido que puede exponer a los niños a un trauma mayor.
- (2) Otorgue asesoramiento para tratar los propios resentimientos, sentimientos de culpa, enojo, sufrimiento y pena, de modo que la pareja que se divorcia no intente utilizar a sus hijos como terapeutas ni como campo de batalla para herir al ex-esposo/a.
- (3) Haga que la psicoterapia, luego de que haya pasado la crisis aguda, descubra y resuelva los problemas emocionales y cambie los patrones de comportamiento que han contribuido a la desintegración del matrimonio. Esto ayudará a liberar a las personas para que funcionen de una manera más constructiva como padres y también les permitirá aprender de su divorcio, disminuyendo así la posibilidad de que repitan modelos disfuncionales en sus relaciones futuras.
- (4) Ayude a los niños a que eviten culparse a sí mismos por los problemas de sus padres.
- (5) Sea sincero con los niños acerca de lo que está ocurriendo.
- (6) Haga que los chicos asistan a terapia (terapia para jugar o hablar, de acuerdo con sus edades), para trabajar los sentimientos en conflicto.

Estas recomendaciones adicionales provienen de un psiquiatra que trabaja en un hospital de niños: no les informe a los niños pequeños sobre el divorcio

hasta que no se hayan acordado planes definitivos para su futuro. No les pidan a los niños menores de doce años que elijan con qué padre quieren vivir. No separe a hermanos mellizos. El niño debería vivir con cualquiera de los padres que sea capaz de proveerle de una relación más segura, que lo nutra y le dé un hogar. Se debería establecer que una de las viviendas sea el hogar del niño, mientras que la otra sea un lugar para estar de visita. Los padres no deberían utilizar al niño como un confidente o un espía. «Se deberían realizar todos los esfuerzos posibles para ayudarles a mantener los sentimientos de amor o de respeto que tengan para con ambos padres.»<sup>23</sup>

Debido a la intensidad de su enojo y de sus sentimientos lastimados, muchas parejas que se están divorciando son incapaces de poner en marcha recomendaciones sólidas como estas hasta haber participado de un asesoramiento extensivo. El asesoramiento educativo con este tipo de padres incluye comunicar lo mejor que se conoce sobre el tema de minimizar el daño a los niños en el proceso de divorcio. Igualmente importante es ayudarles a trabajar para que superen los bloqueos emocionales, en particular, el sufrimiento y la hostilidad que de otra manera interfieren cuando deben tomar decisiones constructivas sobre su situación.

### El asesoramiento educativo sobre problemas sociales

Las herramientas del asesoramiento educativo son bienes valiosos en el ministerio profético. Son útiles en la práctica del principio de Gandhi-King-Day-Lee de encarar constructivamente los problemas de la comunidad y las cuestiones de injusticia institucional. La metodología de la acción social eficaz debe utilizar el modelo de asesoramiento educativo pero ir más allá para incluir métodos políticos diseñados para influir en las estructuras de poder de la propia comunidad. No existen, por supuesto, caminos fáciles para transformar las actitudes que perjudican, efectuar la reconciliación entre grupos enfrentados o detener el uso explotador del poder de algunas instituciones. Pero precisamente debido a las complejidades psico-sociológicas involucradas, es imperativo que las concepciones y los métodos de la dinámica de grupos, de la psicología social, del asesoramiento grupal y del desarrollo organizacional sean aplicados a los problemas de la sociedad.

La modalidad de grupos de concientización puede aplicarse productivamente en el ministerio educativo y profético de una congregación. Este tipo de grupo es un instrumento de liberación tanto personal como social. El enfoque basado en los grupos de concientización comenzó con las «terapias radicales» en la década de los sesenta. Posteriormente, se ha desarrollado y usado

extensivamente en el movimiento de liberación feminista. Esta es una descripción de los grupos de concientización feministas:

En su forma original, los grupos de concientización tienen una «líder» o «terapeuta» no profesional; son explícitamente no «terapéuticos» (con las connotaciones de enfermedad privada y pasividad para recibir ayuda de un profesional que esa palabra conlleva para muchas personas). Pero, como lo demuestra la experiencia de incontables mujeres, un grupo de concientización eficaz *puede* ser muy terapéutico. Estos grupos ilustran el sorprendente poder sanador y alentador de crecimiento de los grupos laicos de autoayuda que florecen en muchos lugares.<sup>24</sup>

Las autoras del manual para establecer grupos de concientización señalan la filosofía de la concientización feminista:

La clave de todo lo que ocurre en los grupos de concientización ... es la frase «de lo personal a lo político». En estos grupos los miembros comienzan las reuniones hablando sobre sus propias experiencias, y son tan personales como pueden y desean; pero con la guía de una líder podrán reconocer los denominadores comunes de sus experiencias y ver las implicaciones sociales de todo lo que les ocurre a su vida... «Político» ... en este contexto se refiere no a los partidos políticos ni al hecho de votar, sino al concepto de poder en la sociedad: quién lo detenta, cómo lo usa, quién puede obtenerlo, cómo se maneja la sociedad. Ano ser que se haga un planteo político para cada tema que se discute en los grupos de concientización, existe el peligro de que las mujeres no tomen conciencia genuina; pueden, o no, obtener algún alivio para las tensiones o su sufrimiento, pero hasta que no vean la conexión entre lo que les ocurre como mujeres individuales y lo que les pasa a todas las mujeres en una sociedad sexista, no estarán experimentando una verdadera toma de conciencia feminista ... Los otros tipos de actividades grupales denominadas de concientización pierden la esencia del enfoque feminista cuando se concentran únicamente en las maneras en que la mujer individual puede mejorar su situación o jactarse de sus posibilidades personales; no importa cuan valiosas sean éstas, en el mejor de los casos son expedientes temporarios y, en el peor, ilusorios, debido a que instan a la mujer a trabajar por sí misma y no por la sociedad. No existen soluciones personales a los problemas sociales; sólo existen la adaptación, el acomodamiento, las salidas evasivas temporarias y el sufrimiento. Nada de lo que una mujer pueda hacer por sí sola resuelve su problema fundamental de ser una mujer en una sociedad preparada en su contra.

Concluyen con esta afirmación sobre los valores de este proceso:

La concientización feminista enriquecerá la vida personal de una mujer con la hermandad de otras mujeres, su apoyo y su estímulo intelectual y emocional; pero su contribución más importante será que le mostrará cómo trabajar para liberarse a sí misma y a otras mujeres a través de las concepciones y acciones feministas. La verdadera concientización provoca inevitablemente un tremendo estímulo y una liberación genuina. Vale la pena el esfuerzo que exige.<sup>25</sup>

En un análisis en profundidad de los grupos de concientización como una alternativa a la psicoterapia tradicional para mujeres, Bárbara Kirsch cita un estudio que describe cuatro pasos en el proceso grupal: (1) *Abrirse*: Cada miembro relata experiencias personales como mujer en una atmósfera sin juicios en la que se brinda apoyo y aceptación de los sentimientos; la intimidad y la confianza mutua en el grupo se desarrollan rápidamente. (2) *Compartir*. A través de la expresión más profunda de sentimientos, necesidades y experiencias, las personas descubren que otras mujeres comparten muchos de sus problemas; esto lleva a la toma de conciencia de que sus problemas tienen sus raíces en los problemas de la sociedad más que en su falta de adecuación individual. El sentido de cohesión del grupo crece con más fuerza al tener esta conciencia. (3) *Analizar*: El grupo va más allá de las experiencias personales y se centra en la posición devaluada de la mujer en la sociedad. Esto lleva a concepciones nuevas y objetivas que se integran con las experiencias personales que los miembros del grupo tuvieron por el hecho de ser mujeres. (4) *Abstraer*: Los miembros del grupo desarrollan una nueva visión de sus potencialidades como mujeres, y el grupo comienza a verse a sí mismo como un medio para el cambio de las instituciones sociales con el fin de que estas potencialidades puedan realizarse de manera más plena.

Algunas terapeutas feministas han descubierto que la filosofía y los métodos de los grupos de concientización pueden integrarse con grupos de terapia con coordinación profesional de modo de profundizar los efectos de crecimiento que ambos tienen.<sup>26</sup>

He escrito en otra parte acerca del uso de conceptos y métodos de asesoramiento en el ministerio profético. Permítanme resumir los seis pasos de acción social eficaz que muestran cómo los métodos de asesoramiento educativo son parte integral de este proceso.<sup>27</sup> Utilizaré el ejemplo del grupo de concientización feminista para ilustrar cómo este enfoque ayuda a cubrir la brecha entre el crecimiento personal y el cambio social.

Primer paso: *El reclutamiento y la capacitación de un grupo para el crecimiento y la acción*. Para cambiar las estructuras institucionales (la meta esencial de la acción social) se requiere, por lo general, el trabajo de un equipo. El instrumento más eficaz es un grupo de trabajo bien preparado concentrado en un objetivo cuyo fin sea el cambio. Existen varios pasos intermedios dentro de este primer paso: (A) *Despertar la conciencia de necesidad de cambio*: Los grupos para la acción y el crecimiento en las iglesias ofrecen un escenario ideal dentro del cual puede despertarse la conciencia en relación con los problemas e injusticias que ocurren en la comunidad. Un encuentro directo de los miembros del grupo de trabajo con las víctimas del racismo, del sexismo, del clasismo, de la discriminación por edad, del militarismo, de la injusticia económica y de otros tipos de opresión que existen en la comunidad hará aumentar su conciencia de la necesidad de un cambio.

El grupo de concientización feminista es un grupo para el crecimiento y el fortalecimiento personal y no un grupo de acción social. Pero la manera en que trabaja para aumentar la conciencia de sus miembros en relación con el impacto destructivo en su vida del penetrante sexismo que existe en la sociedad ofrece métodos de concientización que pueden utilizarse en otros grupos para el crecimiento y la acción. Este tipo de grupo es uno dentro del cual se desarrolla una conciencia acerca del contexto social y de las causas del daño a la autoestima que sufren las mujeres. El despertar de la conciencia en un grupo como este ocurre cuando las personas se dan cuenta de un hecho poderoso y transformador: que otras mujeres del grupo comparten muchas de sus experiencias y sentimientos dolorosos y que esos problemas son en gran medida el resultado de su socialización como mujeres en una sociedad que las trata como personas de segunda clase. La toma de conciencia de que sus problemas personales son también sociales y políticos ayuda a aumentar la valoración que tienen las mujeres de sí mismas y su sentido de poder interior. Por lo general, en los grupos para la acción y el crecimiento la conciencia de cada miembro del grupo de que *su* vida está de alguna manera degradada (de forma directa o indirecta) por males sociales específicos parece enfocar el tipo de concientización que motiva un compromiso continuo con la acción social. Por ejemplo, sólo cuando los hombres sienten que *también* han sido oprimidos, que su propio desarrollo se ve degradado por la manera en que se programa a los hombres en una sociedad dominada por el machismo, ellos se sienten motivados a trabajar por su liberación y por la plena liberación de las mujeres. La concientización de los que ejercen el poder (como, por ejemplo, los hombres) es mucho más difícil que la de las víctimas obvias de la opresión social. ¡Cuándo los hombres toman conciencia, descubren que son opresores oprimidos! Esto despierta la conciencia de la necesidad de liberar sus relaciones personales con las mujeres y de cambiar las instituciones sociales en las que

participan (incluyendo el matrimonio) de modo de nutrir la plena realización de hombres y mujeres.

(B) *Crear equipos*: Para trabajar de manera eficaz, un grupo de acción social debe desarrollar un sentido vigoroso de confianza mutua y de pertenencia. Un proyecto ecuménico diseñado para capacitar a los laicos como agentes de cambio social en sus comunidades descubrió que, a no ser que se desarrollara el sentido de pertenencia dentro del grupo de capacitación, muchos miembros no finalizaban esta preparación y había pocas posibilidades de que los que lo hacían se dedicaran luego a la acción social. En un grupo de concientización feminista eficiente, el sentido de vínculo y de hermandad profundiza rápidamente la relación y, con ello, se logra dar fuerzas y un sentido de identificación en las luchas por la liberación de la mujer.

(C) *Aprender técnicas para el cambio*: Con frecuencia los grupos de acción social tropiezan con sus propios problemas de comunicación y de relación. Por lo tanto, es crucial que se enseñen técnicas para la resolución de conflictos y para la comunicación durante el período de capacitación. Además, la capacitación debería incluir el aprendizaje de técnicas para utilizar eficazmente la afirmación propia al trabajar con otros para cambiar estructuras de poder. Los grupos de concientización feminista han desarrollado modos de revertir la debilidad y la pasividad que han sido enseñadas a las mujeres. Lo hacen capacitándolas para relacionarse con su enojo justificado y constructivo (ante la opresión) y ayudándolas a movilizar su sentido de eficiencia y poder interiores.

Segundo paso: *Profundizar la comprensión del problema*. El primero y el segundo paso involucran elementos cognitivos así como experimentales. La comprensión de un tema social que el grupo eligió para discutir puede remarcarse por medio del estudio disciplinado, con la contribución de expertas en el problema y con un encuentro directo con las víctimas. En un grupo de concientización feminista, la información acerca de las raíces sociales, históricas y políticas de los problemas de las mujeres ayuda a despertar la conciencia de la necesidad de acción y aumenta la comprensión de los complejos temas involucrados. Se debe entender la dinámica del poder político que sostiene nuestras instituciones dominadas por el mundo masculino. Los grupos de concientización feminista pueden incluir la discusión de las raíces históricas y sociológicas de las actitudes y prácticas sexistas actuales. El aumento de la comprensión de la manera en que se desarrollaron las instituciones patriarcales y de cómo continúan constriñendo las opciones para el crecimiento que tienen las mujeres puede convertirse en fuerza para la liberación personal.

Tercer paso: *Decidir metas para la acción*. A medida que se profundiza la comprensión del problema, pueden considerarse varias metas para la acción. La mayor parte de los problemas sociales tienen varias facetas que demandan acción. Por medio de la decisión grupal, pueden elegirse una o dos de estas

facetas y desarrollar metas realistas para el cambio. Es importante elegir problemas sobre los cuales se pueda trabajar: pequeños aspectos de temas sociales mayores sobre los cuales se pueda hacer algo concreto y que motiven a los miembros del grupo de acción.<sup>28</sup>

En los grupos de concientización feminista, las metas para la acción, por lo general, surgen espontáneamente a medida que crece la toma de conciencia y se fortalece el apoyo del grupo. Estas metas tienen que ver principalmente con dos áreas: las cuestiones personales y de relación (por ejemplo, cómo relacionarse con un hombre sin entregar el poder propio) y las amplias cuestiones institucionales y sociales (por ejemplo, cómo involucrarse en la lucha por eliminar *defacto* la discriminación contra las mujeres en el lugar de trabajo). En este punto, los grupos de concientización ocasionalmente deciden trabajar juntos para lograr uno o más objetivos de cambio social (lo que significa que ya dejan de ser grupos de concientización primarios). Es más frecuente que ciertos miembros de un grupo de concientización se involucren en proyectos de acción feministas existentes. Lo hacen a partir de la motivación, la comprensión y la capacidad interpersonal que adquirieron en sus experiencias grupales.

Cuarto paso: *Desarrollar un plan de acción*. Cuando se llega a un acuerdo sobre las metas, el grupo de acción y crecimiento necesita diseñar un plan para lograrlas. Un plan de trabajo puede ser el siguiente: (1) identificar un resultado medible, (2) establecer la acción que va a lograrse, (3) establecer una fecha para la cual se completará, (4) establecer quién lo hará.<sup>29</sup> Todas las decisiones clave de los grupos de crecimiento y acción —por ejemplo, sobre las metas, cómo movilizar los recursos disponibles, cómo lograr aliados y cómo delegar responsabilidades— deberían realizarse durante el proceso grupal. Cada persona necesita saber que sus conceptos serán escuchados y valorados por el grupo y tomados en consideración cuando se desarrolle el plan de acción. La toma grupal de una estrategia para la acción dependerá del uso que se haga de este proceso que respeta a las personas y que insume mucho tiempo.

Quinto paso: *Realizar la acción*. El espíritu de cuerpo del grupo y su sentido de mutuo apoyo llegan a un punto crucial cuando la acción comienza a impactar sobre las costumbres, leyes o instituciones de la comunidad, aunque sea en pequeña escala. Cuando comienzan a actuar los defensores del statu quo, es esencial que exista un fuerte apoyo mutuo. El cambio social de cualquier tipo es una lucha cuesta arriba. Por lo tanto, son vitales la comunicación abierta y el apoyo mutuo dentro del grupo.

La experiencia en la acción social ha demostrado que todo acto en el que se trabaja con otros para cambiar los problemas de una comunidad que aplastan el crecimiento tiende a fortalecer la autoestima y el sentido de eficacia de los participantes. ¡Como resultado de estar involucrados en las luchas y los éxitos, grandes o pequeños, de un grupo para el cambio social, muchas veces tienen

lugar la sanidad y el crecimiento personal del tipo que uno espera surja de un asesoramiento eficaz F

Sexto paso: *Evaluar y establecer nuevas estrategias*. Cuando promedia un proyecto de acción es importante que el equipo realice una evaluación crítica, en particular, si las cosas no marchan bien. Sobre la base de esta evaluación, se puede decidir una corrección estratégica a mitad de camino. Al concluir un proyecto de acción o una fase importante del proyecto, una evaluación profunda permite que el grupo aprenda de sus errores y sus logros. Esto provee además una base para reconsiderar las estrategias, elegir la próxima meta para la acción y diseñar nuevas estrategias. Puede que sea necesario volver al segundo paso para adquirir más conocimientos acerca de la parte del problema mayor que ha sido elegida como nueva meta. Puede que se necesite reconstituir el grupo de acción para el crecimiento con personas que tengan un interés dinámico en trabajar a favor del cambio en relación con la nueva meta.

La eficacia del ministerio profético de una congregación puede realizarse significativamente si se utiliza el modelo de *grupo para el crecimiento personal y el cambio social*. El liderazgo pastoral que combina las capacidades de un educador creativo, de un facilitador de grupos eficaz y de un activista político puede ayudar a la iglesia a convertirse en una influencia significativa para el cambio social. ¡Los métodos de asesoramiento educativo, combinados con las estrategias para el cambio social, pueden ayudar a liberar el potencial de una congregación para convertirse en una influencia mayor en la transformación de su comunidad y del mundo, con el fin de que todas las personas tengan la oportunidad de desarrollar más las potencialidades que Dios les ha otorgado!

El grupo de concientización es una de las innovaciones más significativas en el campo de la teoría y práctica grupales (el tema central del próximo capítulo).

Debido a que este modelo integra el crecimiento personal y el cambio socio-político, el grupo de concientización es una innovación valiosa para los que trabajan en el campo de la terapia y el crecimiento. Los grupos de concientización eficaces amalgaman los procesos que ayudan a restaurar el sentido de autoestima personal, de poder y de competencia con los procesos de concientización que ayudan a las personas a ser conscientes del papel que cumple la opresión social en sus problemas y que las facultan a unirse a otros en los esfuerzos por lograr el cambio social. El modelo que ofrece el grupo de concientización puede utilizarse en el trabajo terapéutico para el crecimiento y la liberación en cualquier grupo oprimido. Puede ser la llave para crear socio-terapias apropiadas entre aquellos que habitan bolsones de pobreza en países ricos y entre los oprimidos en el campo económico y político de los países en desarrollo.<sup>31</sup>

El grupo de concientización es la llave para hacer que el asesoramiento pastoral trascienda sus orígenes de clase media y se convierta en un instrumento que *otorgue poder* para el cambio social y para el cambio personal.

### Sesión de práctica de la realidad

EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA: Son una pareja joven que crecieron en la misma iglesia, bien conocida por su pastor, y que no se han casado con anterioridad. Han vivido juntos durante varios meses, enfrentan un embarazo y han decidido casarse.

EL ROL DEL PASTOR: Dé guía prematrimonial a esta pareja.

EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR: Responda con lineamientos sobre cómo el pastor puede ser más eficaz en integrar la información necesaria con los métodos de asesoramiento.



## CAPÍTULO 14

### El cuidado y asesoramiento grupal

Porque donde están dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos.

—MATEO 18.20

Para que sean consolados sus corazones, unidos en amor, hasta alcanzar todas las riquezas de pleno entendimiento a fin de conocer el misterio de Dios el Padre.

—COLOSÉNSES 2.2

*¡Los métodos de cuidado y asesoramiento grupales constituyen el recurso más útil para ampliar y profundizar el ministerio de sanidad y de crecimiento de la iglesia! Los enfoques grupales aplicados a una amplia gama de crisis y de temas en la vida pueden hacer que la iglesia se convierta en una fuerza creciente para prevenir los problemas de la personalidad estimulando el crecimiento hacia la plenitud. Están ocurriendo acontecimientos extraordinarios con el uso de grupos pequeños en algunas congregaciones. Pero la mayor parte de las iglesias apenas han rozado la superficie de las ricas posibilidades del ministerio en pequeños grupos.*

#### La función clave de los grupos en el cuidado y el asesoramiento

Los grupos pequeños constituyen una metodología natural y probada por el tiempo en la iglesia. Los historiadores de la iglesia han notado que el uso de

grupos pequeños ha sido un factor dinámico en cada surgimiento importante de una nueva vitalidad espiritual en la iglesia. El cristianismo creció por medio del crecimiento de su «red de grupos nuevos y asentados».<sup>1</sup> En su disertación doctoral, «La terapia de grupo como un método para el trabajo en la iglesia», Robert Leslie identifica estos hitos significativos en los cuales los grupos pequeños desempeñaron un rol vital en la vida de la iglesia:

Cristo y sus discípulos, la iglesia apostólica, el montañismo, el monasticismo, los valdenses, los franciscanos, los Amigos de Dios, los hermanos de la vida en comunidad, el pietismo alemán, los anabautistas, los cuáqueros, el avivamiento wesleyano, el Gran Despertar, la comunidad de Iona, el Movimiento Emanuel, el Movimiento Grupal de Oxford (de donde surgió Alcohólicos Anónimos).<sup>2</sup>

El renacimiento contemporáneo de pequeños grupos en las iglesias sigue un camino familiar. En los lugares donde la iglesia ha sido perseguida en la historia reciente, los cristianos redescubrieron el poder de las reuniones (prohibidas) de pequeños grupos.<sup>3</sup> En años recientes, los psicoterapeutas seculares y el movimiento en favor del potencial humano redescubrieron esta estrategia cristiana probada por el tiempo para lograr el fortalecimiento y la transformación personales.

Los grupos, grandes y pequeños, son el material con el cual se teje el programa de la iglesia. Muchos grupos de la iglesia proveen de ricas oportunidades para desarrollar las habilidades interpersonales, los dones de liderazgo, la profundidad espiritual y la disciplina intelectual. ¡La existencia de una variedad de tamaños y de tipos de grupos en una iglesia local es un logro invaluable para la realización de un ministerio de crecimiento, sanidad, servicio, reconciliación, capacitación para el servicio y proclamación de las buenas nuevas! La vitalidad espiritual de una iglesia local está directamente relacionada con la salud de sus grupos, en particular, sus grupos pequeños, donde es muy posible que se satisfagan los hambrientos de corazón. En ellos puede florecer un sentido de la comunidad cristiana.<sup>4</sup>

Como se ha señalado con anterioridad, un pastor es el líder de un organismo o sistema social compuesto por una red de subsistemas y de pequeños grupos.<sup>5</sup>

Para los pastores, los grupos pequeños son una manera natural de desarrollar el ministerio de cuidado. Todo lo que los pastores y seminaristas puedan hacer para incrementar su conocimiento sobre dinámica grupal (las fuerzas que hacen que los grupos «sintonicen» bien o pobremente) y sus habilidades para

animar grupos fortalecerá su ministerio con relación a las personas en muchos aspectos. Este conocimiento y estas habilidades serán logros tanto para aumentar el crecimiento de los grupos existentes como para ayudar a crear nuevos grupos. Los grupos de crecimiento eficaces y las reuniones regulares para obtener el crecimiento (tales como las de enriquecimiento matrimonial) pueden producir un efecto leudante creativo en el clima interpersonal de toda la congregación.<sup>6</sup> Los grupos pequeños son esenciales para lograr un ministerio eficaz del cuidado, como un medio en el cual la *koinonia* o la comunidad de *shalom* llega a ser una realidad experimentada.

Si una iglesia debe ser «una célula creativa en nuestra sociedad de masas», debe ofrecer a la gente abundantes oportunidades para experimentar la comunidad cristiana. Los grupos grandes tienen una función vital en lograr los objetivos de instrucción e inspiración de la iglesia. Piensen, por ejemplo, en la exaltación espiritual que se logra al ser parte de una congregación que canta los grandes himnos de resurrección en la Pascua. Pero los grupos pequeños de la iglesia son los lugares en los que la gente solitaria puede experimentar mejor la realidad de la religión como una relación creativa consigo mismo, con los demás, con Dios y con la creación. En los cultos en casas de familia, en los centros de retiro, en los campamentos denominacionales y de la iglesia local, en los grupos de jóvenes, en los grupos para la educación de los padres y para el estudio bíblico, miles de personas están descubriendo el entusiasmo de la comunicación vida a vida en los pequeños grupos. Muchas están encontrando un bautismo fresco de la experiencia bíblica a medida que un grupo pequeño y abierto se convierte en un canal para que la gracia de Dios las alcance. No hay ninguna duda de que el grupo pequeño es un factor poderoso en la recuperación del poder del crecimiento personal y de la transformación social en la iglesia.<sup>7</sup>

George Webber sostiene que cualquier congregación que está realmente en la misión «hará provisiones básicas para que sus miembros se reúnan en grupos pequeños (como también en la adoración corporativa), no como una actividad secundaria u opcional para aquellos que lo desean, sino como parte normativa de su vida».<sup>8</sup> Estoy de acuerdo.

Una iglesia de cualquier tamaño puede responder a muchas de las necesidades de cuidado pastoral de sus miembros por medio de una variedad de grupos pequeños para compartir. Cada miembro de una iglesia debe tener la oportunidad de experimentar una cálida sensación de pertenencia que lo alimente. En las iglesias más grandes es esencial contar con una red de grupos pequeños para realizar un eficaz ministerio de enseñanza y de cuidado.

Algunas iglesias más grandes desarrollan una red geográfica de «grupos para compartir y cuidar» en el vecindario. Otras ofrecen una variedad de grupos de interés, de estudio, de crecimiento y de acción diseñados para responder a una cantidad de necesidades y de intereses de sus miembros. En Corea del Sur, muchas iglesias metodistas están buscando relacionar a cada miembro con una «clase» pequeña, una versión contemporánea de los grupos pequeños que crearon Juan y Carlos Wesley cuando nació la Iglesia Metodista en el siglo 18 en Inglaterra. Estos grupos se involucran en el estudio de la Biblia, en la oración, en el cuidado mutuo y en el servicio a la comunidad.

Los grupos pequeños son particularmente importantes en este período de nuestra historia. Es psicológicamente cierto, siguiendo el pensamiento familiar de John Donne que «nadie es una isla, nadie se pertenece sólo a sí mismo». Pero el hecho es que millones de personas se ven como una isla, sin nexos con el continente que conforma la humanidad. Muchos no son conscientes de lo profundo de su soledad. Viven en lo que Tennessee Williams describe como «una condición de soledad tal que nos aterroriza pensar en ella». Con una comunicación real cortada con los demás, se sienten como granos de arena, lavados una y otra vez por las olas de las fuerzas interpersonales, que tienen roces con otros pero ninguna relación humana. En este tipo de sociedad, los grupos pequeños y vivos de una iglesia ofrecen oportunidades sentidamente necesarias para que las personas beban profundamente de la fuente fresca de la relación descubriendo la realidad de la experiencia neotestamentaria de ser «miembros unos de los otros».<sup>9</sup>

Robert Leslie identifica una de las debilidades clave de muchas iglesias hoy: «Es bastante irónico que la iglesia sea casi siempre el último lugar donde las personas hablan con libertad y apertura acerca de los problemas que les tocan más profundamente.»<sup>10</sup> Los grupos pequeños para compartir y crecer son la manera más eficaz de restaurar el poder transformador de la iglesia.

### Cinco tipos de grupos en la iglesia

Cinco tipos de grupos pueden brindar funciones importantes para el desarrollo de un ministerio de sanidad y crecimiento: (a) grupos de tareas, de servicio y de acción; (b) grupos de estudio; (c) grupos de apoyo y de inspiración (incluyendo la adoración corporativa); (d) grupos de crecimiento; (e) grupos para el asesoramiento en momentos de crisis y terapéuticos. Muchos de los grupos que funcionan en la iglesia combinan las funciones de servicio, estudio, apoyo mutuo e inspiración en proporciones variadas. Por razones que

aclaremos, los grupos terapéuticos son (y deberían ser) relativamente raros en las iglesias. La frontera más estimulante en el programa de grupos de las iglesias está en el área de apoyo en momentos de crisis y en los grupos de duelo (temas del capítulo 8) y en los grupos de crecimiento (los grupos para el asesoramiento educativo).

Este capítulo se centrará en dos temas: ¿cómo pueden alentar la plenitud las organizaciones y grupos existentes? Y, ¿cómo pueden crearse grupos nuevos que tengan como propósito central la sanidad y el crecimiento con el fin de ampliar y profundizar el ministerio de cuidado de una congregación?

### Las ventajas del cuidado y del asesoramiento grupales

El cuidado y el asesoramiento grupal tienen varias ventajas significativas sobre los métodos individuales. Primero, gran parte del asesoramiento y, aún más, del cuidado que se realiza de manera individual puede llevarse a cabo «más eficazmente» en grupos pequeños. La mayor parte de los métodos que se describen en este libro pueden utilizarse en grupos, muchas veces con resultados más positivos que si se los usa de manera individual. Como dice el psiquiatra Jerome D. Franks: «Compartir los sentimientos, las ideas y las experiencias en la intimidad y en una atmósfera de respeto y comprensión mutuos realza el respeto por uno mismo, profundiza la comprensión de uno mismo y ayuda a la persona a vivir con otros. Este tipo de experiencia puede ser de ayuda a las personas en cualquier nivel de enfermedad o de salud.»<sup>11</sup>

Una segunda ventaja es que obviamente hay una mejor mayordomía del tiempo del pastor o del laico si se ayuda a un grupo de cinco o diez personas simultáneamente, que si se atiende a una sola persona en el mismo tiempo. Esto es crucial si consideramos la gran demanda que existe sobre buena parte del tiempo del pastor. El enfoque del grupo de crecimiento es «una» de las claves para ampliar el ministerio de cuidado general de la iglesia. ¡Los pastores que aprenden a organizar y animar grupos de crecimiento tienen un método eficaz para brindar apoyo mutuo y desafíos, y ayudar a decenas de personas que tienen hambre del alimento que brinda una pequeña comunidad de cuidado mutuo!

Una tercera ventaja es que los grupos permiten que los que ayudan *se ayuden a sí mismos al ayudarse entre sí*. El elemento singular en un grupo de asesoramiento y de terapia es la presencia de relaciones que «se brindan» mutuamente, que se diferencian de los roles de pacientes en los que principalmente «se toma», tal como ocurre en los asesoramientos y terapias individuales. Los participantes en un grupo de asesoramiento o de crecimiento muchas veces son *los que ayudan y los ayudados* en una misma sesión. El clima

grupal de interdependencia facilita el crecimiento que tiene lugar cuando uno se convierte en agente de sanidad para la vida de otros, aun mientras ellos alimentan la sanidad propia. El cuidado y el asesoramiento grupal está más cerca de la reciprocidad en la vida diaria. Como una manera de liberar las potencialidades dormidas en la mayor parte de las personas, los grupos de cuidado y para compartir son modalidades contemporáneas de practicar un mandato ancestral: «sobrellevad los unos las cargas de los otros» (Gá. 6.2). En los grupos de asesoramiento o de crecimiento eficaces el grupo como tal se convierte en un instrumento para la sanidad y el crecimiento. Esto tiende a distribuir la dependencia de los individuos necesitados entre todos los miembros del grupo, en lugar de concentrarla en el pastor individualmente.

Una cuarta ventaja es que el grupo pequeño es el medio más productivo para realizar un *asesoramiento educativo a corto plazo*. Tres sesiones de asesoramiento antes del bautismo con un grupo de cuatro a seis parejas muchas veces estimulan el aprendizaje, que es mayor que el de la relación pareja por pareja porque los matrimonios aprenden unos de otros y se nutren del *espíritu del grupo*. Al ser abiertos, las parejas menos inhibidas alientan a las demás a abrirse para conversar sobre sus verdaderos problemas.

La quinta ventaja es que los grupos pequeños pueden emplearse para ayudar a muchos que no vendrían a un asesoramiento formal. Un hombre que se describe a sí mismo como «no ser el tipo de persona que recurriría a un pastor para buscar asesoramiento» informa que dos años de participar con un grupo de «estudio bíblico intenso» (que incorpora métodos para el crecimiento grupal) le han ayudado de manera muy profunda.

### La creación de grupos para el crecimiento y la sanidad

En el sentido psicológico, un grupo no es una colección de individuos con proximidad geográfica.<sup>12</sup> Cincuenta personas apretadas como sardinas en un vagón de subterráneo no constituyen un grupo verdadero. Un grupo existe cuando, por medio de la interacción, hay una superposición parcial del «campo psicológico» o del «espacio de vida» de las personas. El mundo significativo de cada uno está hasta cierto punto involucrado con el del otro. Existen etapas definidas, predecibles, por medio de las cuales un cúmulo de personas atraviesa un proceso en el que se convierte en un grupo verdadero. Cuando este proceso está bien avanzado, existe un fuerte sentido de identidad grupal, de límites, de cohesión, de interdependencia y de pertenencia.

A pesar de que el proceso de convertirse en grupo es natural, ciertos factores de nuestra sociedad tienden a bloquearlo. Por ejemplo, la competitividad, el miedo a la intimidad y el rechazo general a quitarnos nuestras máscaras defensivas. En consecuencia, muchos de los así llamados grupos se retienen en las iglesias durante años sin obtener más que una interacción superficial. Desafortunadamente, la conversación verbosa sobre «la fraternidad cristiana» no lo logrará. Sólo en la medida en que un grupo satisfaga las condiciones bajo las cuales puede crecer la relación interpersonal vital se experimentará la fraternidad genuina.

Un grupo tiende a desarrollar una «personalidad» distintiva, un clima emocional persistente y un estilo en la relación que lo distingue de otros grupos. Muchos grupos tienen «problemas de personalidad». Debido a que los grupos pueden ser robustos o enfermizos, enérgicos o anémicos, les incumbe a los líderes de la iglesia que trabajan constantemente con grupos diagnosticar y tratar estos factores que limitan la salud del grupo.

Para que cualquier grupo comience a existir debe haber «proximidad física, social y de interacción».<sup>13</sup> La proximidad física debe combinarse con las reuniones continuas. Lleva tiempo desarrollar juntos un sentido de identidad grupal. La proximidad social se refiere a las metas o intereses comunes que hacen que algunos individuos se acerquen para estar juntos. El sentido de identidad grupal crece a medida que se desarrolla la necesidad de satisfacción mutua y se superponen los campos psicológicos a través de la interacción. El compromiso emocional en el grupo florece a medida que sus miembros se comunican y comparten experiencias significativas. Cuanto más intensa es la experiencia en la que participan, más profundo es el vínculo, testigo del *rapport* que existe entre las personas que han estado juntas en una batalla.

En el crecimiento de un grupo sano, la apertura y la franqueza en la comunicación son esenciales. Al hablar de grupos pequeños en las iglesias, John Casteel declara: «La vitalidad de la vida en común de un grupo depende de la libertad, la franqueza y la profundidad con la cual los miembros comparten unos con otros sus preguntas, sus problemas, sus perspectivas y su fe».<sup>14</sup> El tipo de participación que produce compromiso emocional se basa en la conciencia de que los propios sentimientos y opiniones son reconocidos, valorados y tomados en cuenta en las decisiones grupales.

Un aspecto único de un grupo de iglesia que contribuye a su salud es su referencia tanto vertical como horizontal. El crecimiento de los miembros individuales del grupo debe ser considerado en relación con Dios y las necesidades del mundo. Esto ayuda a equilibrar los aspectos necesariamente introspectivos del grupo que comparte. En su descripción de la tarea pionera en el área de la espiritualidad que realizó la Iglesia de Nuestro Salvador en Washington, D.C., Elizabeth O'Connor encara el tema de frente: «El grupo se

reúne para nutrir a sus propios miembros, pero también se reúne para que Dios tenga un instrumento por medio del cual su vida irrumpa de nuevas maneras en el mundo».<sup>15</sup>

### El liderazgo que nutre para el crecimiento

A pesar de que debería haber muy pocos o ningún «grupo terapéutico» en la iglesia, todos los grupos que funcionan en ella deberían tener efectos terapéuticos (sanadores) sobre la vida de sus miembros. El factor más crucial en la determinación de los efectos sanadores y de crecimiento de un grupo es la naturaleza y la calidad de su liderazgo. En un grupo centrado en la autoridad existe una tendencia a la falta de comunicación. Los miembros esconden sus sentimientos reales y se abstienen de una participación entusiasta. Cuanto más asumen los líderes la responsabilidad de lo que ocurre en los grupos, los miembros del grupo más dejan que lleven la pelota. En un grupo centrado en el líder, los miembros apenas dan lo suficiente de sí mismos como para que la actividad siga. Florecen el conformismo no creativo y su hermana gemela, la resistencia pasiva. Se hace cada vez más necesario imponer métodos coercitivos, como penalidades y premios para que las ruedas del grupo sigan girando.

Varios estudios han demostrado que los modelos de liderazgo centrados en la autoridad producen efectos negativos en la salud de la personalidad. Se ha encontrado que la moral de los trabajadores y la estabilidad emocional de los niños están alentadas por las situaciones en sus trabajos y hogares, respectivamente, lugares en los que participan en algunas de las decisiones que los afectan.<sup>16</sup> La distribución del liderazgo en la comunidad terapéutica que existe en los hospitales para enfermos mentales (que incluyen el control de sí mismos, de parte de los pacientes) ha producido resultados terapéuticos llamativos.

En su libro *Group-Centered Leadership: A Way of Releasing the Creative Power of Groups* (Liderazgo centrado en el grupo: una manera de liberar el poder creativo de los grupos), Thomas Gordon describe el modelo de liderazgo que más estimula los efectos de crecimiento en los grupos. Estas son algunas funciones del líder que alienta el crecimiento:

- (1) Busca la distribución máxima del liderazgo entre los miembros del grupo.
- (2) Ve que todos los miembros del grupo tengan la oportunidad de participar en las decisiones.
- (3) Alienta la libertad de comunicación.
- (4) Busca aumentar las oportunidades de participación.
- (5) Intenta crear un clima grupal no amenazador en el cual se acepten los sentimientos y las ideas.
- (6) Transmite sentimientos de calidez y empatía, alentando a otros a hacer lo mismo.
- (7) Establece el tono prestando atención a las

contribuciones de los demás, reflejando lo que están diciendo con: «A ver si entiendo lo que quieren decir...». (8) Ayuda a construir contribuciones centradas en el grupo (como contraste a las centradas en los individuos) por medio de una tarea de vinculación en la cual él o ella señala la relación que existe entre los aportes individuales a la discusión.<sup>17</sup>

Este tipo de líder es un catalizador y un facilitador del proceso grupal. A medida que crece la centralidad en el grupo, disminuye la dependencia en el líder y el grupo, poco a poco, desempeña las funciones del líder. Es importante enfatizar que el grado en el cual los miembros del grupo ponen sus habilidades a disposición del pensamiento y del trabajo grupal se determina por su pertenencia emocional, despertada a través de la distribución del liderazgo y de la participación significativa.

El liderazgo centrado en el grupo no es lo mismo que el liderazgo de tipo *laissezfaire* ni significa la pasividad del líder. Los líderes centrados en el grupo lo ayudan activamente a liberar sus propias potencialidades. Saben que la única manera en que esto suceda es no haciendo las cosas que el grupo puede aprender a hacer por sí mismo. Su respeto por las personas y por el proceso grupal les asegura que pueden confiar en que el grupo descubrirá su identidad y su poder. Al igual que una partera, ayudan en el proceso del «nacimiento natural» por medio del cual nace un grupo creativo. Su tarea es la de ayudar al grupo a obtener un clima emocional y un nivel de comunicación que facilite el crecimiento de todos sus miembros.

En el corazón de este asunto está el espíritu del liderazgo y no su mecánica. Una persona centrada en la autoridad puede utilizar mal el conocimiento de la dinámica grupal (o aun de los métodos de liderazgo centrado en el grupo) para manipular al grupo de manera sutil. En contraste, el líder que cree que el enfoque centrado en el grupo libera las potencialidades humanas seguirá trabajando con este espíritu cuando haya situaciones que necesitan un enfoque con mayor dirección. Los grupos de iglesias requieren de una variedad de estilos de liderazgo, incluyendo el uso constructivo de la autoridad. Al igual que el asesoramiento, el liderazgo precisa distintas facetas de la personalidad del líder en diferentes situaciones. En un mismo día, el pastor debe actuar con una familia que se encuentra temporariamente paralizada por una pérdida trágica, participar de una reunión de la asociación de pastores que involucra numerosos asuntos administrativos de rutina y planear un retiro para los líderes de su iglesia. El uso de un estilo de liderazgo en todas estas situaciones haría perder el cumplimiento de las necesidades que aparecen en las otras dos. La primera ocasión da lugar a un enfoque firme, cálido y de apoyo. La segunda necesita un liderazgo eficiente para que el grupo ahorre tiempo al tratar asuntos importantes. En la tercera, el planeamiento de un retiro, son esenciales los

métodos centrados en el grupo para reducir la dependencia de un líder y permitir que cada persona tenga la libertad y el incentivo de contribuir con su creatividad a lo que se planea.

## La capacitación y el crecimiento del liderazgo

Uno de los principales desafíos que enfrentan los pastores y los líderes laicos es cómo ayudar a los grupos que ya existen en la iglesia a ser más sanadores y a nutrir más el crecimiento. La manera más eficaz de lograrlo es por medio de un programa de capacitación de liderazgo que combine métodos de crecimiento grupal y el aprendizaje experimental de técnicas para el liderazgo, como, por ejemplo, guiar a un grupo de capacitación a través del proceso de *role-playing* para que tomen decisiones eficaces al tratar una situación problemática. Este entrenamiento puede realizarse de muchas maneras, como, por ejemplo, un fin de semana intensivo en un «Retiro para la eficacia del liderazgo»; un retiro de viernes a la noche y todo el día sábado para líderes de grupo o maestros (de escuela dominical y/o de escuela pública); o una serie de cuatro a seis sesiones semanales sobre «Capacitación y enriquecimiento grupal» para líderes de grupos y/o maestros. Para hacer que el programa total para los grupos de la iglesia apunte más hacia el crecimiento, el pastor necesita involucrar a los líderes y a los maestros en eventos regulares para la capacitación del liderazgo y en otros grupos de crecimiento.<sup>18</sup>

Varias iglesias que me son conocidas han agregado ejercicios para el crecimiento espiritual y para fortalecer las relaciones, en el taller que realiza la junta directiva local para planear el programa anual de actividades y en las reuniones mensuales.<sup>19</sup> En una iglesia, los funcionarios laicos se turnaron en sus reuniones para hacer una descripción breve de su trabajo y de cómo están expresando su fe por medio de él. Al comienzo de un retiro de planeamiento en otra iglesia, los líderes fueron invitados a compartir los siguientes temas: «La experiencia más dolorosa y la más alegre que tuve el año pasado» y «La experiencia espiritual más significativa que tuve el año pasado». Una rica comunicación que construye relaciones siguió al momento de compartir. Los líderes de una iglesia del centro de la ciudad que enfrentaba problemas difíciles en un vecindario cambiante estuvieron de acuerdo en dedicar la sesión de apertura de un retiro de fin de semana a realizar ejercicios de comunicación diseñados para profundizar la relación entre ellos. Aquellos que querían «avanzar con nuestros asuntos» se negaban a ocupar parte del tiempo de esta manera. Pero el grupo descubrió que sus luchas para resolver los problemas que enfrentaba su congregación fueron inusualmente productivas luego de esta sesión de apertura.

Otra estrategia para avivar el ministerio de cuidado y crecimiento de los grupos existentes es enfocar esta preocupación en una sesión de planeamiento y evaluación del grupo de funcionarios. En una iglesia, se pidió a cada grupo dentro de la congregación que realizara un auto-estudio de su eficacia como comunidad dedicada al cuidado. Se puso a disposición de los líderes una «Lista para examinar la vitalidad» con el fin de que los ayudara en este proceso. Contení temas tales como el crecimiento del grupo en tamaño; la atención de las personas nuevas, de los ausentes y de los miembros enfermos o con otros problemas; la rotación y la distribución del liderazgo y de la toma de decisiones; la profundidad en el compartir sentimientos y experiencias de vida significativas; y el grado de calidez y cuidado que se experimenta dentro del grupo. Uno de los resultados de esta auto-evaluación fue que varios líderes pidieron tener un curso de capacitación para el liderazgo, que posteriormente se realizó.

Los grupos con niveles bajos de apoyo mutuo muchas veces pueden desarrollar una nueva calidez y cuidado por medio de retiros para la renovación que se realizan en lugares alejados. Este tipo de retiros tiene como fin repensar los propósitos del grupo y la visión que lo guía, incluyendo las dimensiones de cuidado y crecimiento que existen en esta perspectiva. Durante los momentos de diversión como en las discusiones serias, ceden las barreras interpersonales y se fortalecen los vínculos en las relaciones.

## La creación de nuevos grupos

Una iglesia debería desarrollar nuevos grupos para compartir y cuidar, con el fin de salir al cruce de las necesidades cambiantes de las personas en nuestra sociedad contemporánea. Al evaluar la estructura actual de los grupos, los líderes de la iglesia necesitan preguntarse a sí mismos:

¿Cuáles son las brechas que existen en la estructura del grupo cuando se las visualiza en relación con las necesidades de sanidad y de crecimiento de nuestra congregación y de nuestra comunidad en particular? ¿Es posible que personas de todas las edades, con una amplia gama de intereses y necesidades, encuentren experiencias grupales en nuestra iglesia capaces de nutrirlos? ¿Qué nuevos grupos deberíamos crear para responder a las necesidades insatisfechas? ¿Quién se responsabilizará por desarrollar estos nuevos grupos?

Entre las experiencias de crecimiento que deberían estar disponibles en toda congregación se encuentran las clases, los talleres, los retiros o los grupos dedicados a: a) la capacitación y el crecimiento del liderazgo; b) la capacitación

y el crecimiento de los maestros; c) el enriquecimiento matrimonial y prematrimonial; d) la sanidad de la aflicción (ante pérdidas de cualquier tipo); e) el crecimiento espiritual. Si estas oportunidades grupales no existen, se debería dar una alta prioridad a su desarrollo.

## El asesoramiento y la terapia grupal

De manera paralela a los grupos convencionales que trabajan continuamente, cada iglesia debería tener varios grupos cuya meta explícita fuera la sanidad. Estos deberían incluir a grupos que brindan apoyo y sanidad espiritual durante las crisis personales; buscan soluciones a problemas comunes en la vida (por ejemplo, ser soltero/a, ser padre/madre solo/a, relacionarse constructivamente con un adolescente rebelde, etc.); y aumenta la eficacia de las relaciones interpersonales. Objetivos como estos muchas veces se obtienen como producto paralelo en otros grupos, pero deben ser la principal razón para la existencia de algunos grupos dentro de la iglesia.

La terapia grupal describe un racimo de enfoques grupales variados de la psicoterapia. Ser un paciente en un grupo terapéutico eficaz puede convertirse en una experiencia de capacitación y crecimiento invaluable para los seminaristas y pastores. Pero hacer terapia con un grupo (como hacer psicoterapia individual) requiere de un alto grado de conciencia terapéutica y de técnicas que se obtienen con una capacitación adecuada. En algunos aspectos, la psicoterapia grupal es más compleja que la individual. Pueden producirse reacciones transferenciales poderosamente positivas o negativas que pueden llevar a acciones acordes con estos sentimientos de la transferencia. Se necesita un terapeuta capacitado para manejar estos incidentes de modo constructivo. Los pastores con capacitación limitada en el área del asesoramiento y el trabajo grupal no deberían intentar liderar un grupo psicoterapéutico. Si una iglesia tiene un pastor para el asesoramiento o un profesional de la salud mental con capacitación en grupos terapéuticos, puede ser apropiado que se provea de un servicio de ayuda intensiva a las personas con problemas psicológicos más profundos. Si este liderazgo no está disponible, la iglesia debe concentrarse en el ministerio vitalmente importante de los grupos de crecimiento y de los grupos para el asesoramiento en momentos de crisis. Este último consiste en un tipo de asesoramiento de relativamente corto tiempo, que se desarrolla en grupos cuyo fin es ayudar a las personas a encarar sus pérdidas o sus crisis de manera constructiva.<sup>20</sup>

## Variedad de grupos de crecimiento

La corriente principal de cualquier grupo para el cuidado dentro de la iglesia no debería dirigirse a aquellos que necesitan terapia grupal, sino a la

gran cantidad de personas que pueden sacar provecho de los grupos de crecimiento. En cualquier iglesia existen muchas personas dentro de esta amplia categoría: las que tienen gran variedad de problemas y se sienten infelices, y las que desean crecer espiritualmente, mejorar sus relaciones, desarrollar su creatividad y descubrir qué significa «la vida en su plenitud» en su etapa de la vida y en su situación.

Un grupo de crecimiento es cualquier grupo, cualquiera sea su nombre o su propósito, que tenga estas características:

(1) El propósito dominante (a pesar de no ser exclusivo) es el crecimiento personal de los participantes: emocional, interpersonal, intelectual, espiritual y físico. (2) Se utiliza un estilo de liderazgo centrado en el grupo, que facilita el crecimiento: primero a cargo del líder designado y gradualmente a cargo de todo el grupo de modo que el mismo grupo se convierta en un instrumento y en un medio para el crecimiento. (3) La perspectiva que guía al grupo está orientada hacia el crecimiento; el énfasis está dado más en las potencialidades que no se utilizan, en la eficacia de la vida aquí y ahora, y en el crecimiento futuro, en lugar de ponerse en los fracasos del pasado o en las obsesiones o los problemas actuales, a pesar de que no se debe excluirlos de las consideraciones. Los grupos de crecimiento son en primer lugar grupos para el cuidado mutuo y no grupos de asesoramiento ni terapéuticos. (4) El grupo está integrado por personas relativamente funcionales, de modo que su fin es «hacer que la gente buena sea mejor». (5) Es lo suficientemente pequeño para permitir que se desarrolle la confianza dentro del grupo y las relaciones profundas. (6) Existe un movimiento hacia atrás y hacia adelante que va de compartir temas sobre el crecimiento personal a considerar contenidos (ideas o capacidades para relacionarse) que son importantes para las necesidades de crecimiento de los participantes. *El asesoramiento educativo grupal* amalgama la educación personalizada con los métodos de asesoramiento grupal. Los cambios constructivos, tanto en las actitudes como en los sentimientos, por un lado, como en el comportamiento y las relaciones, por otro, se ven alentados en los grupos de crecimiento. La preocupación por el crecimiento *espiritual*, entendido como el corazón de todo el crecimiento humano, debería ser una meta central en todos los grupos relacionados con la iglesia. La posibilidad de facultar el crecimiento de otros debería ser una de las expresiones de crecimiento que las personas obtengan en este tipo de grupo.<sup>21</sup>

Se puede sugerir la versatilidad del enfoque del crecimiento grupal haciendo una lista de algunos de los tipos de grupos que se ha comprobado que son factibles y producen crecimiento en diversas iglesias:

- Grupos de jóvenes para trabajar en relación con la identidad personal aún no definida.
- Grupos de preparación para el matrimonio.
- Grupos para «Mantener el crecimiento del matrimonio» (de los recién casados).
- Grupos de enriquecimiento matrimonial para padres de niños pequeños, para padres de adolescentes (parejas con varios años de casados) y para matrimonios con el nido vacío.
- Grupos para «Sacar provecho de la madurez» (para personas con más de cuarenta años).
- Grupos para una soltería creativa.
- Grupos de juegos para el crecimiento, para niños y padres.
- Grupos de diálogo para padres y niños y para padres y jóvenes.
- Grupos de preparación para el nacimiento (para dejar el hogar, para la jubilación y otras crisis en el desarrollo de las personas).
- Grupos de estudio con un enfoque en el crecimiento intelectual (muchas veces centrados en un libro).
- Grupos de liberación para mujeres, hombres, parejas, que desean enfoques novedosos en relación con el cambio en los roles femeninos y masculinos.
- Grupos creativos que usen la dramatización, la poesía, la pintura, la cerámica, el movimiento del cuerpo (danza creativa), el yoga, etc., como un estímulo para el crecimiento.
- Grupos para compartir y para la ayuda mutua, con el fin de encarar de una manera constructiva las causas comunes del estrés: como, por ejemplo, padres ancianos, discapacidades físicas, un hijo discapacitado, hijos «adolescentes y adolecentes».
- Grupos de acción para el crecimiento con un enfoque doble en el desarrollo personal y en la capacitación para realizar alguna tarea significativa tal como un servicio a la comunidad o una acción social.
- Grupos de crecimiento espiritual y de estudio bíblico, cuyo fin principal es el crecimiento en el área de los significados, los valores, las creencias y la relación con Dios.
- Grupos ecológicos que sintonicen con la naturaleza y trabajen por salvar el medio ambiente.
- Redes de crecimiento para las familias múltiples.
- Grupos de recuperación del duelo.

- Grupos de jóvenes que buscan modos de entretenimiento sin droga.
- Grupos para elegir una carrera, para planificar y para las transiciones.
- Grupos de seguimiento para personas que han completado su asesoramiento o terapia.<sup>22</sup>

La lista es sólo una sugerencia. Las aplicaciones posibles de los grupos de crecimiento están sólo limitadas por la propia imaginación y por los recursos de líderes disponibles.

Debería existir una relación complementaria en una iglesia entre los grupos de asesoramiento pastoral y los de crecimiento. Cada uno de ellos debería fortalecer al otro. Los grupos de crecimiento deberían facilitar una referencia para el asesoramiento o la terapia. El hecho de confrontar temas personales y de relación en los grupos de crecimiento de manera abierta hace que algunas personas tomen conciencia de su necesidad de obtener una ayuda más profunda. Al aumentar la conciencia de estas necesidades, los grupos de crecimiento pueden alentar a las personas a entrar en una terapia de una manera considerablemente más rápida de lo que se lograría de otra forma. Por el contrario, la derivación a un grupo de crecimiento es una experiencia ideal de seguimiento para las personas que han completado el asesoramiento o la terapia (individual o grupal). La sanidad y el crecimiento que resultan de una experiencia terapéutica pueden ser mejor consolidados y continuados en un ambiente capaz de nutrir como el que ofrecen los grupos de crecimiento. La participación en un grupo de crecimiento de modo concurrente con el asesoramiento individual o de la pareja muchas veces acelera el crecimiento que tiene lugar durante el asesoramiento. Los efectos de crecimiento de largo alcance que se logran en el asesoramiento pastoral pueden ser multiplicados significativamente si se vincula a la persona con grupos de crecimiento.

## El liderazgo para los grupos de crecimiento

La provisión de liderazgo adecuado es un problema que impide que algunas iglesias desarrollen los grupos para compartir y crecer que algunas personas necesitan. La mayor parte de los pastores no tuvieron una capacitación formal en dinámica grupal ni un asesoramiento grupal en los seminarios. Por lo tanto, algunos no se sienten preparados como para lanzar programas de crecimiento grupal en sus congregaciones. Afortunadamente, los pastores con una buena conciencia interpersonal y habilidades para el asesoramiento individual pueden capacitarse a sí mismos para liderar grupos de crecimiento por medio de este proceso:

Primer paso: *Tener experiencias en varios grupos de crecimiento.* Este aspecto de la capacitación tiene un doble propósito: llevar al máximo el crecimiento



personal y aprender varios estilos y técnicas que facilitan el crecimiento a través de la experiencia como miembro de un grupo.<sup>23</sup>

Segundo paso: *Aprender los conceptos básicos de trabajo en dinámica interpersonal y grupal, métodos grupales y técnicas como facilitador, leyendo varios libros que son clave en este campo.* Los libros de Bob Leslie, de Clyde Reid y los míos brindan información básica sobre temas cruciales tales como la publicidad y el reclutamiento de grupos de crecimiento; el tamaño del grupo, su duración, su formato y la frecuencia de sus encuentros; el desarrollo de un contrato grupal factible; las etapas en la vida de un grupo; las funciones del facilitador y los métodos que deben utilizar; el crecimiento espiritual en los grupos; cómo encarar problemas comunes en los grupos; y métodos de evaluación en grupos. Aprender la teoría de los grupos pequeños ilumina lo que uno experimenta en esos grupos. De ese modo se adquieren los «mapas cognitivos» que necesita un facilitador grupal.

Tercer paso: *Co-liderar uno o más grupos con un facilitador experimentado.* Esto permite aprender tanto observando al otro facilitador como obteniendo respuestas de la supervisión sobre la propia tarea como facilitador (luego de cada sesión).

En muchas comunidades el pastor puede solicitar a un especialista en asesoramiento pastoral o a un profesional de la salud mental con capacitación en métodos grupales, que co-lidere un grupo de crecimiento. Si no es posible involucrar a un co-líder experimentado, se debería comenzar a liderar un grupo solo bajo la supervisión de un asesor grupal competente. Grabar las sesiones grupales (con el permiso del grupo, por supuesto) y escuchar segmentos de ellas durante las sesiones de supervisión aumenta el valor de la supervisión.

La amplia lista de grupos de crecimiento que debería tener una congregación para responder a la variedad de necesidades de sus miembros no podría contar con el liderazgo de solamente un pastor. Afortunadamente laicos cuidadosamente seleccionados y capacitados pueden proveer buena parte del liderazgo de los grupos para compartir y crecer. Una de las razones por la cual es necesario que los pastores aprendan técnicas como facilitadores y supervisores de grupos es que estarán equipados para capacitar y dar apoyo a los facilitadores laicos. De esta manera los pastores se convierten en facilitadores de facilitadores, permitiendo que el impacto de sus conocimientos se multiplique por medio del ministerio de estos líderes de grupos de crecimiento. Las personas que se seleccionen para recibir entrenamiento para esta importante tarea deben ser cálidas, conscientes, congruentes, y deben estar dispuestas a crecer. Una de las mejores maneras de identificar a los potenciales facilitadores laicos es prestar atención a la manera en que las personas responden como miembros de los grupos de crecimiento existentes. A medida

que los miembros del grupo comparten las funciones del facilitador, se hará evidente quién tiene aptitudes naturales para serlo y, por lo tanto, está en condiciones de recibir capacitación.

Este proceso de entrenar a facilitadores laicos para el trabajo en grupo debe seguir los tres pasos que se describen con anterioridad. Pero debería agregarse un cuarto paso: la supervisión continua por parte de un pastor u otro profesional con experiencia en grupos debería ser parte de cualquier programa de grupos de crecimiento que utilice facilitadores laicos. (Ver el capítulo 15 para obtener criterios sobre cómo seleccionar a las personas en condición de ser capacitadas.)

## Los grupos de crecimiento en las distintas etapas de la vida

Idealmente una congregación debería desarrollar una *escalera de grupos de crecimiento* para ayudar a la gente en cada una de las principales etapas de la vida para enfrentar constructivamente los nuevos problemas y desarrollar nuevas posibilidades en su etapa actual. Los grupos pequeños de asesoramiento educativo pueden ayudar a las personas a prepararse y a manejar de modo constructivo las etapas estresantes de su camino por la vida. Gerald Caplan llama a la tarea de estos grupos «guía anticipada» o «inoculación emocional»:

En un grupo pequeño o en las discusiones individuales, el especialista lleva su atención a los detalles del obstáculo amenazador y trata de evocar de antemano un anticipo vivido de la experiencia, con los sentimientos asociados a ella ... Luego les ayuda a representarse mentalmente maneras posibles de resolver los problemas, incluyendo el dominio de sus sentimientos negativos. Cuando llega el momento de vivir la experiencia, los obstáculos se verán atenuados porque se han hecho familiares al haber sido anticipados, y las personas ya estarán en camino para encarar la cuestión con respuestas sanas.<sup>24</sup>

Para mostrar la utilidad de este enfoque en un ministerio de cuidado por el ciclo de la vida, doy algunos ejemplos de grupos educativos y de asesoramiento que están diseñados para responder a las necesidades de las personas en cada una de las ocho etapas que describe Erik Erikson:

*Primera etapa: infancia* (desde el nacimiento hasta los quince meses). Un *Grupo de preparación para la paternidad* puede ayudar a las parejas embarazadas y a aquellos que planean adoptar un niño a aumentar su disposición para desarrollar el rol de padres, que tanto demanda y tanto recompensa; un «Grupo para nuevos padres» puede ayudar a las parejas a aprender a nutrir

los sentimientos fundantes de la confianza básica en el niño. Estos grupos pueden proveer de un apoyo valioso por parte de los pares y el aprendizaje uno del otro como así también de las opiniones de los profesionales con conocimientos sobre la infancia. Se debería incluir un componente de enriquecimiento matrimonial en toda la preparación para la paternidad y en los grupos para nuevos padres con el fin de ayudar a las parejas a encarar de manera creativa las duras presiones que el nacimiento de un niño ejerce sobre el matrimonio. Los grupos de crecimiento educativo para el personal de la sala de cuna de la escuela dominical (y en cada uno de sus niveles) también son importantes.

*Segunda etapa: primera infancia* (desde los quince meses hasta los dos años y medio). Un «Grupo de estudio para padres para compartir y obtener apoyo mutuo» puede ayudar a los padres a aprender cómo responder a las necesidades de los niños en esta etapa, en particular, cómo nutrir la necesidad que tienen los niños de lograr una creciente autonomía, la meta en el crecimiento en esta etapa. En una iglesia, una clase de escuela dominical para parejas jóvenes eligió tener un tema de estudio sobre el desarrollo del niño durante varios años, bajo el liderazgo de un psicólogo especializado en niños que pertenecía a esa comunidad. Lo que se compartió en esta clase resultó profundo y de gran ayuda para muchos de estos padres.

*Tercera etapa: edad del juego (de tres a seis años). Un grupo de crecimiento para papas de niños en esta etapa puede ayudar a los padres a aprender cómo nutrir el sentido de iniciativa del niño, la meta central en el crecimiento de un niño en esta etapa de la vida.*

Una iglesia de Long Island de la cual yo era pastor utilizaba el enfoque de grupos de crecimiento en su programa permanente de estudio sobre la niñez para madres de pre-escolares. Luego de una discusión preliminar sobre la necesidad de este grupo, la supervisora de la sala de cuna y el pastor invitaron a todas las madres de pre-escolares a una reunión exploratoria. Aquellas que respondieron decidieron comenzar un «Grupo para el estudio de niños en edad pre-escolar» que se reuniría una mañana por semana durante el año escolar. Eligieron una comisión directiva con un coordinador rotativo. Este comité planeó el programa de estudio en consulta con el pastor y la supervisora luego de circular un cuestionario para medir los intereses del grupo. Esta es una muestra de su programa: estudio sistemático de una película sobre salud mental, charla con un pediatra, visita con los niños al zoológico, charla con el pastor sobre «Cómo encarar el miedo de los niños a la muerte» y panel con miembros del grupo sobre «La educación sexual de los niños pequeños».

Mientras las madres se reunían en un salón de la iglesia, los niños asistían a la sala de cuna en el sótano, bajo la supervisión de voluntarios

capacitados. Cada madre contribuía financieramente para cubrir los costos del equipamiento de la sala de cuna como así también el café y el jugo. Ocasionalmente se planeaban reuniones a la noche para que los padres compartieran los programas elegidos. En la sesión de evaluación al final del primer año de reuniones, se escucharon comentarios como el siguiente: «Este grupo me ha dado confianza como madre. No me siento tan llevada de las narices por lo que piensan otras personas en mi vecindario.» «Nuestra familia pasa más tiempo junta ¡y nos gustal Hicimos nuestro primer pic-nic en el campo, la semana pasada.»

Este grupo continuó durante varios años. Algunos lo dejaron cuando sus hijos llegaron a la edad escolar. Otras madres comenzaron a asistir, manteniendo al grupo con alrededor de veinticinco personas. Este grupo fue eficaz porque respondía a las necesidades reales de las madres y de sus hijos. A ellas les otorgó una oportunidad para encarar sus sentimientos y actitudes como así también obtener información de utilidad. Era dirigido por el grupo, de modo que se mantuvo cerca de las necesidades y de los intereses de los participantes. La asociación que brindaba el grupo ayudó a superar la soledad que muchas veces sienten las madres cuya actividad se ve confinada a los niños pequeños.<sup>25</sup>

Este ejemplo ilustra los valores potenciales de un grupo de crecimiento para padres de niños en las tres etapas de la edad pre-escolar. También muestra la manera en que la iglesia puede proveer de experiencias de crecimiento grupal para los niños. Las habilidades sociales que los niños adquieren mientras juegan juntos y todo lo que aprenden por medio del uso del arte, de los relatos y de la música hicieron que esta fuera una significativa experiencia de crecimiento para los chicos. Este «Grupo de estudio de niños de clase cuna» fue para mí, como pastor participante, una de las experiencias más estimulantes con un grupo de crecimiento durante mi tarea pastoral en una congregación. Mirando hacia atrás (y también con una conciencia despierta) ahora me doy cuenta de que este programa podría haber sido fortalecido significativamente si hubiéramos diseñado una estrategia para involucrar más regularmente a los padres y a toda la familia en experiencias de crecimiento.

Los psicoterapeutas y psicólogos especializados en desarrollo nos han dado una evidencia convincente de que en los años de pre-escolar se establecen los fundamentos de la personalidad. La plenitud futura de los niños, adolescentes y adultos está profundamente influenciada, para bien o para mal, por la calidad de las relaciones que tuvo el niño durante este período crucial. Las iglesias tienen una entrada única al contacto con muchos sistemas familiares con niños en estas etapas de formación. Esto da a las congregaciones oportunidades estratégicas para desarrollar grupos de crecimiento para fortalecer, informar y dar energía a los padres y madres de niños en estas etapas.

Lo que haga la iglesia para responder a esta oportunidad por medio de su programa educativo y sus grupos de crecimiento pagará dividendos psicológicos y espirituales a largo plazo.<sup>26</sup>

*Cuarta etapa: edad escolar* (seis a doce años). Los grupos de crecimiento para padres y para niños en esta etapa deberían enfocarse en un movimiento que aliente la principal meta en el crecimiento de los niños a esta edad: adquirir las herramientas básicas y las habilidades para relacionarse con el fin de vivir productivamente dentro de su cultura. Mientras era pastor, Edgar N. Jackson encontraba frecuentemente una sensación de necesidad entre los padres de pre-adolescentes. Por lo tanto, invitó a un grupo de seis a ocho parejas para reunirse a lo largo de ocho sesiones y discutir cuestiones que resultaran de preocupación mutua. Comenzaba cada sesión con una breve presentación acerca de distintos aspectos de la psicología de los pre-adolescentes o de la relación padres-hijos. Esto precipitaba una discusión animada acerca de los sentimientos y los problemas de los padres. Este enfoque simple puede ser aplicado a toda una variedad de «Grupos para el enriquecimiento paterno». Durante la etapa de la pre-adolescencia y más tarde, son cada vez más valiosas las experiencias de crecimiento para niños con sus pares.<sup>27</sup>

*Quinta etapa: adolescencia*. No hay ninguna otra etapa de la vida en que los grupos pequeños para compartir sean más productivos para el crecimiento, que en la adolescencia. Los grupos de crecimiento pueden emplearse para ayudar a los adolescentes a fortalecer su sentido de identidad (su meta de crecimiento clave en esta etapa); desarrollar nuevas habilidades para relacionarse con el otro sexo, elevar sus sentimientos de autovaloración; mantener el lado adulto de su personalidad en el asiento del conductor de su vida; afirmar y guiar su floreciente sexualidad; y desarrollar su propia fe viable y sus valores éticos responsables. En otros escritos me he referido a una variedad de modelos de grupos de crecimiento que las iglesias emplean con sus jóvenes.<sup>28</sup> Los enfoques de asesoramiento educativo pueden utilizarse productivamente con los grupos de capacitación para la membresía y en las clases de confirmación para jóvenes.

*Sexta etapa: adultez joven*. Los grupos de crecimiento que son importantes en esta etapa incluyen: «Grupos para la soltería creativa», «Talleres para la preparación para el matrimonio», clases para la «Preparación para la paternidad», «Grupos de crecimiento para nuevos padres» y «Grupos de enriquecimiento para el matrimonio y la sexualidad creativos».

Una iglesia en la que era asesor pastoral ofreció «Crecer juntos», un grupo de enriquecimiento matrimonial para adultos jóvenes durante los primeros años de matrimonio. Se utilizó el «role-playing» de los típicos problemas de adaptación en los nuevos matrimonios con el fin de ayudar al grupo a enfocar rápidamente los temas de crecimiento. Con una excepción, las parejas vinieron al grupo no porque sus matrimonios tuvieran graves problemas, sino porque

deseaban que fueran mejores. Este fue un ejemplo de cuidado pastoral preventivo.

Como lo sugerí con anterioridad, para dar más respuestas a las necesidades de las personas que nunca se casaron, que están divorciadas o son viudas, las iglesias deberían diseñar programas de «enriquecimiento para personas solas», que incluyan grupos de crecimiento. Estos grupos son maneras eficaces de proveer cuidado y crecimiento mutuo para adultos jóvenes, quienes en número creciente están eligiendo la soltería como estilo de vida o retrasando el casamiento. Los grupos pueden fortalecer la comunicación y las habilidades para construir relaciones, de modo que la soltería sea realmente creativa.

*Séptima etapa: adultez intermedia*. Durante la mediana edad I, los años con los adolescentes en casa, un grupo para compartir entre padres puede ayudarles a manejar los desafíos de estas relaciones de una manera constructiva.<sup>29</sup> Las reuniones de comunicación transgeneracional entre adolescentes y padres también son útiles. Los «Grupos generadores» pueden ayudar a los adultos de la mediana edad a desarrollar una dimensión de alcance creativo en su vida, que es la tarea central en esos años.

La mediana edad II, los años del nido vacío, confronta a las parejas con nuevos temas, necesidades y posibilidades. Los grupos de crecimiento deberían tener una orientación diferente durante esta etapa. Un pastor en esta etapa de la vida en el sur de California sintió que para responder a las necesidades de estas personas era necesario crear un «Grupo de enriquecimiento para matrimonios con el nido vacío».<sup>30</sup> El y su esposa trabajaron como co-facilitadores para grupos de cinco parejas, que se reunieron durante seis semanas en sesiones de dos horas y media, además de un retiro que duró un sábado completo. El contrato que desarrolló el grupo incluía estos propósitos:

Capacitar a las parejas a «comprender las dinámicas de la etapa del nido vacío en el matrimonio como un período de crisis y como una etapa altamente creativa y productiva; ayudar a los matrimonios a aumentar su capacidad para comunicarse y las experiencias de las muchas facetas de su intimidad; aumentar la calidad espiritual de su relación incluyendo los valores cristianos; desarrollar una red de apoyo y confianza entre ellos y un sentido de llegar a otras parejas».<sup>31</sup>

Este grupo ilustra algunas de las ricas posibilidades de los grupos de enriquecimiento matrimonial durante la segunda etapa de la mediana edad, cuando muchos de nosotros necesitamos revitalizar nuestros matrimonios para destacar el crecimiento y la fecundidad durante esta etapa y la que vendrá. El crecimiento espiritual en torno de las cuestiones del valor y el significado de la vida es casi siempre central en las necesidades de las personas

en ambas etapas de la mediana edad. Los grupos para la «Preparación de una jubilación creativa» también tienen una función importante en la segunda etapa de la mediana edad.

*Octava etapa: los años de la madurez.* El pastor de una iglesia de Nueva York juntó informalmente un grupo de jubilados invitando simplemente a diez hombres que estaban a punto de pasar a clase pasiva y a otros jubilados recientemente a reunirse con él durante seis sesiones para compartir ideas sobre cómo «Sacar el máximo provecho de la jubilación». La interacción fue dinámica y ayudó mucho. Debe haber grupos de crecimiento para personas retiradas de ambos sexos y también para parejas debido a que la jubilación de uno de sus miembros o de ambos por lo general tiene un impacto sobre el matrimonio con nuevos énfasis y posibilidades.

Los métodos de asesoramiento educativo han probado ser eficaces con muchos grupos pequeños de personas mayores.<sup>32</sup> No existe etapa en la vida en que la perspectiva de crecimiento en la propia vida sea más difícil o crucial. Los grupos para esposos/as y otros parientes de los enfermos terminales pueden ser de gran ayuda. Una pastora del área de Seattle ha formado varios grupos para «Vivir con los moribundos» para ayudar a los miembros de su congregación a enfrentar el hecho de que todos somos criaturas que vivimos y morimos. El libro de Elisabeth Kübler-Ross *Sobre la muerte y los moribundos* se utiliza como recurso, haciendo que los miembros del grupo acuerden leer cierta cantidad de capítulos entre cada sesión. La pastora que facilitó la actividad de estos grupos dividió las sesiones de dos horas en tiempos iguales para discusión de temas en particular y para la ejercitación de experiencias diseñadas para ayudar a la gente a estar en contacto con sus sentimientos y sus actitudes hacia la muerte. Estos ejercicios incluyen escribir el propio epitafio e imaginarse que uno sólo tiene unos pocos meses de vida por delante.

Se puede determinar qué tipo de grupos de crecimiento son más necesarios en una iglesia en particular analizando la distribución por edades de la congregación y de la comunidad. Además de las experiencias de crecimiento en las distintas etapas de la vida, una iglesia tiene una oportunidad única de ofrecer una variedad de experiencias en grupos de crecimiento que corten transversalmente las diversas edades. Recuerdo un retiro de enriquecimiento matrimonial donde la pareja más anciana había estado casada durante unos cuarenta y cinco años, y la más joven sólo durante cuatro meses, mientras que otros matrimonios se repartían en toda esta franja. Al principio la brecha en edad y experiencia matrimonial parecía presentar una insalvable fisura en la comunicación. Fue un momento hermoso de descubrimiento mutuo cuando el matrimonio que había estado casado por más tiempo habló abiertamente sobre la cuestión en la que trabajaban en la actualidad en su relación y los recién casados informaron con sorpresa que ellos debían encarar una cuestión similar.

Las clases y los grupos que enfocan intereses y necesidades comunes tienden a atraer a participantes en varias etapas de su vida. Como observa Bob Leslie astutamente:

La manera más natural de introducir la idea de compartir en un grupo pequeño es por medio del estudio. La gente de la iglesia está acostumbrada a la idea de que el estudio se hace mejor en una clase y, por lo tanto, siente poca resistencia a reunirse en un grupo. Casi todos los intentos exitosos por lograr una vida grupal significativa han incluido el estudio. En verdad, a medida que los grupos crecen en intimidad y en aprecio el uno por el otro tiende a desarrollarse una sentida necesidad de materiales a los cuales aferrarse para continuar creciendo en profundidad.<sup>33</sup>

### Principios para grupos de crecimiento eficaces

(1) Estos factores parecen estar involucrados en la cuestión de atraer miembros a los grupos de crecimiento: (a) Se diseñan las metas del grupo para responder a las necesidades «sentidas» de un grupo particular de personas en una congregación, (b) Se utiliza un nombre que no amenace y se orienta la publicidad hacia el crecimiento, (c) El pastor o un líder laico extiende una invitación personal a las personas seleccionadas, (d) Se establecen claramente los propósitos del grupo (tanto psicológica como teológicamente) en toda la publicidad y en el reclutamiento de personas.

(2) Un grupo de crecimiento eficaz debe ser lo suficientemente pequeño como para permitir la participación frecuente y la comunicación cara a cara entre todos sus miembros.

(3) En el comienzo, el líder debería preguntar a los miembros qué esperan de la experiencia. Esto da al facilitador una impresión tentativa de las necesidades del grupo y de su disposición a aprender. La presentación inicial que realice el líder debería ser breve e inmediatamente relevante a las necesidades sentidas del grupo. Es importante desarrollar un contrato grupal y una agenda de asuntos y de cuestiones, que reflejen las necesidades y los intereses del grupo. Las presentaciones largas no resultan porque matan el diálogo. Luego de seis a diez minutos de siembra por medio de una presentación, el líder debería invitar a las personas a reaccionar y además debería hacer preguntas pertinentes hasta que los miembros del grupo se involucren. El líder puede aumentar el compromiso a partir de los sentimientos del grupo personalizando un tema, usando un caso hipotético pero creíble o compartiendo sus propias experiencias personales. La mayor parte de la sesión grupal debería dedicarse a que el grupo trabaje una lucha con los temas

relacionados con la situación personal de cada uno y con las metas para el crecimiento.

(4) El hecho de tener un libro como recurso, un tema o un diseño flexible del uso que se les dará a las sesiones tiende a reducir la ansiedad del grupo (y del líder) como así también provee de un diagrama que señala el flujo de las actividades y de los temas que serán tratados. Cuanto menos estructura tiene un grupo, mayor es su nivel de ansiedad. Sin embargo, demasiada estructura impide la espontaneidad del grupo y reduce el compromiso personal. El exceso de instrucción tiende a atrapar al grupo en la dependencia centrada en un líder, y esto destruye el propósito de crecimiento del grupo. El liderazgo centrado en el grupo se genera arrojando al grupo sobre sus propios recursos, negándose gentilmente a hacerse cargo de los miembros, e involucrando al mayor número de personas en la toma de decisiones, la definición de las metas, el planeamiento del programa y la participación, evaluación y rediseño del contrato.

(5) Los líderes deberían funcionar de acuerdo con la modalidad centrada en el grupo que ya se describió en este capítulo. Deberían intentar crear un clima cálido, de aceptación, escuchando de cerca lo que cada persona dice y alentando la interacción, animando una comunicación abierta, haciendo preguntas para que los miembros menos firmes participen: «¿Cómo se siente ante esta situación, Cari?», construyendo la centralidad en el grupo al vincular lo que varias personas dicen, señalando las conexiones o los contrastes entre sus posiciones. Los líderes pueden resumir ocasionalmente lo que se ha dicho, dando al grupo una visión general de su proceso y del contenido. Los líderes deberían alentar la comunicación a nivel de los sentimientos compartiendo los propios y respondiendo a los sentimientos de otros a medida que surgen. Cuando alguien abre la puerta a un nivel más profundo de interacción al mencionar una cuestión personal, el líder debe ayudar a que el grupo pase por la puerta focalizando su atención en ese tema.

(6) Los líderes pueden sugerir herramientas que el grupo puede utilizar para realzar la interacción. Por ejemplo, se puede pedirles a las personas que «dibujen la familia de la infancia», utilizando círculos de diferentes tamaños para representar la influencia relativa de cada miembro y la distancia entre las personas. Cada miembro del grupo luego comparte y comenta lo que ha dibujado. Lo mismo puede hacerse con la constelación de la familia actual. Ambos ejercicios estimulan el compromiso rápido. Otra herramienta útil es el «role-playing». Como ejemplo para ilustrar esto, un hombre joven que fracasaba continuamente en sus intentos por conseguir los trabajos para los cuales era entrevistado trajo su problema a un grupo de crecimiento para adultos jóvenes. El pastor-líder sugirió que el hombre reactuara la entrevista del día anterior y que un miembro del grupo hiciera la parte del jefe de personal de la empresa.

Para el grupo se hizo evidente de inmediato que el joven estaba sabotando sus oportunidades de manera poco inteligente debido a su comportamiento durante la entrevista. Otro miembro del grupo desempeñó el papel del joven permitiendo que éste se mantuviera fuera y se viera a sí mismo dando una impresión negativa. En este caso la persona no necesitó descubrir las causas ocultas de su comportamiento derrotista para cambiar su enfoque lo suficiente como para obtener el próximo trabajo para el cual se presentó. De esa manera interrumpió su ciclo de fracasos.

(7) Los líderes deberían intentar tener conciencia del grupo como una totalidad, como así también de cada individuo. Pueden sugerir que se seleccione a una persona para las tareas de observación y devolución para ayudar al grupo a tomar conciencia de su propio proceso e interacción. Esto tiene sus recompensas, pero al comienzo resulta amenazador y debería sugerirse sólo después que se haya establecido la confianza mutua entre los miembros del grupo. El redescubrimiento contemporáneo del poder de los grupos pequeños es un proceso estimulante que se vive en las iglesias. Está claro que el uso imaginativo de estos grupos es una de las principales regiones inexploradas por el cuidado y el asesoramiento pastoral.

### Sesión de práctica de la realidad

**EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA:** (Se necesitan de tres a cinco personas.) Constituyan como miembros de un grupo para compartir y cuidar, cuyas metas sean comunicarse en un nivel que sirva de ayuda mutua y de edificación del grupo.

**EL ROL DEL PASTOR:** Facilite la actividad de este grupo utilizando el estilo de liderazgo que anima el crecimiento y que se describe en este capítulo.

**EL ROL DEL SUPERVISOR-OBSERVADOR:** Brinde una respuesta con relación a cómo el facilitador profundiza la comunicación dentro del grupo.

## CAPÍTULO 15

### Psicoterapia pastoral

Como aguas profundas es el consejo en el corazón del hombre; mas el hombre entendido lo alcanzará.

—PROVERBIOS 20.5

Gran sabio es el que se conoce a sí mismo.

—GEOFFREY CHAUCER<sup>1</sup>

La esencia de la terapia es ... ayudar a la persona a descubrir las profundidades de su propio ser y a expresarlo en símbolos que tengan significado vital... El lenguaje religioso vivo tiene un lugar... el lenguaje que toma y expresa las experiencias vitales con las que la persona está luchando.

—CARROLL A. WISE, PASTORAL PSYCHOTHERAPY<sup>2</sup>

La psicoterapia pastoral consiste en un proceso de ayuda a largo plazo que tiene como objetivo efectuar cambios fundamentales en la personalidad del asesorado al descubrir y trabajar con los sentimientos ocultos, los conflictos intrapsíquicos y los recuerdos reprimidos de los primeros años de vida. Los pastores que utilizan métodos psicoterapéuticos tienen como meta capacitar a las personas para cambiar aspectos fundamentales de su personalidad y su modo de comportamiento para hacerlos más constructivos y creativos. La singularidad de la psicoterapia *pastoral* es que considera los cambios en la vida espiritual, en los valores, en los significados, en los compromisos últimos, como centrales y esenciales a la profundidad de las transformaciones que son la meta

de toda la psicoterapia. La psicoterapia pastoral es un proceso de sanidad que busca ayudar a las personas a remover los bloqueos (dentro de sí mismas y en sus relaciones) para crecer hacia una plenitud centrada en el Espíritu. Los términos «asesoramiento interior», «psicoterapia pastoral» y «asesoramiento pastoral profundo» son casi sinónimos. Los métodos profundos buscan incrementar la comprensión de uno mismo y producir así un cambio o crecimiento intrapsíquico fundamental.

Debería enfatizarse que la profundidad del proceso de asesoramiento es cuestión de gradualidad. Pueden tener lugar procesos de concientización y cambios significativos en todos los niveles de la interacción durante el asesoramiento. Puede lograrse una comprensión nueva de los propios problemas capaz de ser de gran ayuda durante el asesoramiento a corto plazo para momentos de crisis. Pero por lo general, «cuanto más largo es el período, más profundas son las cuestiones que tienden a emerger».<sup>3</sup>

Hasta este punto en este libro he enfatizado que los enfoques de cuidado y asesoramiento a corto plazo son los que mejor se adaptan a la tarea de asesoramiento en las parroquias. Estos enfoques proveen de una variedad de tratamientos para la mayor parte de las personas que requieren ayuda pastoral. Los métodos eficaces para crisis a corto plazo muchas veces producen resultados beneficiosos a largo plazo. No obstante, algunas personas *requieren* asesoramiento a largo plazo para ser ayudadas. Intensos conflictos inconscientes sabotean sus esfuerzos por sobrellevar las crisis o mejorar sus relaciones. La psicoterapia es esencial para ayudarles a resolver sus conflictos internos y destacar la conciencia de sí mismos y la autoestima.

¿Qué debería hacer un pastor para brindar ayuda a estas personas? Seward Hiltner considera: «No existe ninguna razón intrínseca para que el asesoramiento durante un período extenso no sea parte de la tarea del pastor, si es que está bien capacitado, tiene tiempo para hacerlo y en el proceso no deja de lado su función pastoral. O sea que el asesoramiento durante un período extenso no es extraño a la relación pastoral, pero en sentido práctico raramente es sabio o apropiado para la mayoría de los pastores involucrarse en él».<sup>4</sup>

Como lo señala Carroll Wise, la palabra «psicoterapia» tiene raíces profundas en la tradición bíblica. En el Nuevo Testamento, la palabra griega *psyche*, que a veces se traduce «alma», en verdad significa «la persona viva como una realidad y unidad total», y no una dimensión espiritual que se distingue de los aspectos físicos y mentales de las personas. «Terapia» proviene del griego *therapeuo*, que en el Nuevo Testamento significa «servir y también sanar» (como en el mandato de Jesús de «sanar a los enfermos» en Mt. 10.8 y Le. 10.9).<sup>5</sup> La psicoterapia pastoral es una manera de reclamar nuestra herencia bíblica en el área de la sanidad y de la transformación profunda ayudando a la concientización y utilizando métodos de las psicoterapias contemporáneas.

Pero el asesoramiento profundo es un proceso complejo que lleva mucho tiempo. Como se sugiere con anterioridad la psicoterapia pastoral debe estar a cargo principalmente de los que están especializados en los ministerios de asesoramiento y de terapia. El pastor que tiene una capacitación limitada en el campo del asesoramiento debería derivar a las personas que necesitan este tipo de ayuda a un psicoterapeuta pastoral o secular competente. Aun cuando los pastores estén bien entrenados en el asesoramiento profundo, son sabios como para invertir la mayor parte del tiempo que tienen disponible para trabajar en asesoramiento para momentos de crisis, que se presentan tan frecuentemente en el trabajo pastoral. A lo largo de los años pueden dar ayuda significativa a muchas más personas de las que podrían asistir si administran psicoterapias pastorales de largo plazo.

Los niveles en los cuales asesoran los pastores deben ser determinados por puntos de intersección de sus capacidades con las necesidades de las personas que buscan ayuda. En muchos lugares fuera de las grandes ciudades, los clérigos que tienen una capacitación limitada en asesoramiento estén en verdad más preparados que cualquier otra persona dentro de su comunidad. En estas áreas pobres en terapeutas un pastor que tiene las técnicas para realizar asesoramiento pastoral más profundo puede ser el único recurso disponible para aquellos que necesitan desesperadamente ese tipo de ayuda. En la mayoría de las situaciones, los pastores entrenados en clínica pastoral tienen muchas oportunidades para utilizar de alguna manera sus técnicas en asesoramiento profundo, en la extensión que su tiempo se lo permita. Además de proveer de un servicio valioso a los afligidos, el hecho de brindar una cantidad limitada de asesoramiento pastoral profundo tiende a fortalecer el ministerio pastoral completo. Relacionarse aunque sea con una o dos personas por un período en la profundidad requerida por la psicoterapia pastoral ayuda a otorgar una dimensión más profunda al propio ministerio, disminuyendo el peligro profesional de tener relaciones superficiales con la gente. La psicoterapia pastoral es exigente, tanto en tiempo como en energía emocional. También recompensa altamente cuando se la realiza eficazmente. Pero invertir demasiado tiempo en el asesoramiento profundo debilita la totalidad del ministerio al consumir una cantidad desproporcionada del tiempo del pastor, que debe utilizarse en ayudar a muchas más personas por medio del asesoramiento a corto plazo y otros ministerios que se centran en las personas.

En este capítulo sólo daré una introducción breve a la psicoterapia orientada a la concientización, la modalidad dominante de psicoterapia pastoral que puede usarse en la actualidad. Consideraré el uso del análisis transaccional, debido a que me he referido a este enfoque varias veces en otra parte de este libro, aplicándolo al asesoramiento matrimonial. Muchas de las psicoterapias

más nuevas (ver las diversas corrientes que se señalan más adelante) son ricas en recursos introspectivos que pueden utilizarse en el cuidado pastoral, en la educación y en el asesoramiento pastoral a corto plazo por los ministros a cargo de parroquias. Proveen de recursos valiosos para ampliar y fortalecer los fundamentos conceptuales de la psicoterapia pastoral. Aquellos que deseen explorar estas terapias con más profundidad pueden consultar el libro *Contemporary Growth Therapies* (Terapias actuales de crecimiento).

### La comprensión profunda

Debería realizarse una distinción entre la *comprensión* profunda y la práctica de la terapia profunda. Todos los pastores necesitan tener un conocimiento suficiente de los objetivos y los métodos de la psicoterapia para hacer derivaciones sabias. Lo que es más, tengan o no la capacitación y el tiempo para hacer terapia pastoral, la totalidad del trabajo que realizan con las personas se fortalecerá y enriquecerá a medida que incrementen su comprensión de las fuerzas profundas que existen en las personas influenciando hondamente en todos sus pensamientos, creencias y comportamiento. Entender algo de psicodinámica realzará su eficiencia en todos los aspectos del ministerio.

Las concepciones de la psicología profunda son indispensables para el ministerio con personas en nuestra era de alienación y de quebrantamiento.<sup>6</sup> Las perspectivas psicoanalíticas del desarrollo psicosexual (Sigmund Freud) y psicosocial (Erik Erikson) son recursos pastorales valiosos para comprender el comportamiento, las creencias y las relaciones de uno mismo y de los miembros de la iglesia. Las concepciones de Freud y de sus sucesores iluminan vastas áreas de la vida humana, que de otra manera quedarían bajo la sombra de enigmas. Las contribuciones de Jung, Adler y Rank, las escuelas interpersonales de la psicología profunda (Sullivan, Fromm y Horney en particular) y los psicoterapeutas existencialistas complementan y/o corrigen los conceptos de Freud en sus puntos cruciales. Las psicoterapeutas feministas han criticado y ayudado a corregir los profundos prejuicios machistas que aparecen en Freud y en la mayor parte de los otros enfoques psicoterapéuticos. Estos prejuicios distorsionan la concepción que tiene el psicoterapeuta de las mujeres y malogran sus intentos de ayudarlas. Al estudiar las psicologías profundas y las psicoterapias que se basan en ellas, el pastor puede aumentar su comprensión de las maravillosas profundidades y alturas que existen entre ellos y las personas que tienen el privilegio de pastorear.

### Cinco corrientes de las psicoterapias contemporáneas

Los psicoterapeutas más creativos y eficaces —ya sean pastorales o seculares— son aquellos que han desarrollado un *eclecticismo integrado* que utiliza perspectivas y métodos tomados de una variedad de enfoques terapéuticos. Para su eficaz empleo, estos recursos deben integrarse alrededor de un núcleo consistente de ideas acerca de la naturaleza, los procesos y las metas de la sanidad y la plenitud. En los primeros años de mi ministerio especializado en asesoramiento, utilicé (como lo hacen muchos psicoterapeutas pastorales) el sistema psicoanalítico y la psicología del yo como marco conceptual unificador. En la actualidad, encuentro que los principios del asesoramiento para el crecimiento (que incluyen muchas concepciones de la psicología del yo) conforman un sistema de integración que produce más cambios.<sup>7</sup>

Florece hoy en día una rica variedad de terapias, como si fueran flores en un parque en la primavera, que ofrecen, tanto al pastor dedicado a tareas generales como al pastor terapeuta, recursos sin precedentes para facilitar la plenitud. Estas psicoterapias pueden entenderse como representando cinco categorías o corrientes, que se complementan y superponen así como entran en conflicto unas con otras en muchos puntos. Los asesores pastorales orientados hacia el crecimiento y los psicoterapeutas pueden tomar de estas cinco corrientes para obtener recursos apropiados para las necesidades singulares de sanidad y crecimiento por parte de los miembros de la iglesia o pacientes:

Primera corriente: *Las terapias tradicionales orientadas al insight*. (Nota del traductor: La palabra *insight*, de uso corriente en medios vinculados a la psicología, puede traducirse como «discernimiento», «concientización», «darse cuenta».) Esta corriente comenzó con el trabajo pionero de Sigmund Freud, que abarca la mayor parte de las terapias desarrolladas con anterioridad a las últimas dos décadas. Se incluye a Freud y los analistas del Yo, Alfred Adler, Otto Rank, Erich Fromm, Karen Horney, Harry Stack Sullivan y Cari Rogers. Los asesores y los terapeutas pastorales continuarán obteniendo recursos invalorable de las terapias que encontramos en esta corriente.

Segunda corriente: *Las terapias del comportamiento, de la acción y de la crisis*. Este grupo de diversas terapias está vinculado a la creencia compartida de que el aprendizaje que no se ha adaptado a las normas sociales es la raíz de los problemas en la vida y que un nuevo aprendizaje de conductas y/o conocimientos es, por lo tanto, el corazón del cambio terapéutico. En contraste con las terapias orientadas al *insight*, las terapias del comportamiento consideran que los síntomas dolorosos que motivan a las personas a buscar ayuda son los verdaderos problemas que deben tratarse en lugar de las manifestaciones de causas ocultas más profundas que aparecen en la superficie. La meta es



cambiar el comportamiento abierto que no se adapta o, en el caso de las terapias cognitivas, el comportamiento encubierto (pensamientos, sentimientos, creencias, fantasías). Incluidos en esta corriente están los varios enfoques conductistas de la terapia individual (p. ej., Joseph Wolpe, las terapias de Skinner); las terapias conductistas maritales (p. ej., David Knox); las terapias cognitivas (p. ej., la «terapia emotiva y racional» de Albert Ellis y la «terapia cognitiva» de Aaron Beck); la terapia de la realidad (William Glasser); el asesoramiento para las crisis; y las terapias sexuales, cuyos pioneros fueron William Masters y Virginia Johnson. El uso de los modelos y los métodos de las terapias en esta corriente es una de las oportunidades desafiantes que enfrentan los asesores pastorales y los psicoterapeutas para la próxima década.

Tercera corriente: *Las terapias del potencial humano*. Esta corriente incluye una variedad de terapias no analíticas cuya meta explícita es ayudar a las personas a actualizar sus potencialidades completas (p. ej., el análisis transaccional, la terapia gestáltica y las terapias corporales). Las terapias de esta corriente han enriquecido inmensamente el campo del cuidado y del asesoramiento pastoral durante los últimos quince años y, sin duda, continuarán haciéndolo en el futuro.

Cuarta corriente: *Las terapias relacionales, sistémicas y radicales*. Esta corriente incluye todas aquellas terapias que tienen como meta liberar sistemas sociales pequeños o más grandes de modo que todos sus miembros puedan sentirse libres para vivir más constructivamente. Entre estos enfoques están las varias terapias de grupo (que incluyen asesoramiento grupal, grupos de crecimiento y grupos de auto-ayuda); las terapias para matrimonios, para familias y familias múltiples; las terapias radicales (que incluyen las terapias feministas) que tienen como objetivo simultáneo capacitar a las personas para que experimenten la sanidad de sus heridas psíquicas individuales y relacionales, facultándolas para trabajar con otras para cambiar las raíces sociales de sus problemas: sexismo, injusticia económica, racismo y opresión de clase; y los enfoques sistémicos (que incluyen el desarrollo organizacional y la acción social) que tienen como meta cambiar las estructuras opresoras y el clima interpersonal de sistemas cara a cara mayores como las escuelas, las iglesias y las industrias, haciendo que se desarrollen más hacia la plenitud. Debido a que los pastores son asesores relacionales y sistémicos naturales, esta corriente ofrece abundantes recursos para los asesores y psicoterapeutas pastorales. Las «terapias radicales» que buscan *liberar y dar poder* a las personas para cambiar las estructuras sociales que reprimen el crecimiento pueden proveer a los asesores pastorales de conceptos y métodos que les ayuden a vincular el ministerio pastoral y el profético.

Quinta corriente: *Las terapias para el crecimiento espiritual*. Esta corriente incluye las diversas terapias que consideran a la sanidad y el crecimiento

espiritual hacia la plenitud espiritual como un punto central en toda sanidad y crecimiento. Los enfoques de Cari Jung, las terapias existencialistas, la psicósíntesis, la psicoterapia pastoral y los enfoques orientales que destacan la toma de conciencia son partes de esta corriente. Estas terapias ofrecen muchos recursos que son directamente relevantes para el trabajo espiritual del cuidado y asesoramiento pastoral.

### Los objetivos de la psicoterapia pastoral de *insight*

Las maneras en las que se conceptualizan las metas terapéuticas varían de un enfoque al otro, tal como se hace evidente en la revisión que hemos realizado antes. Las terapias introspectivas buscan cambios intrapsíquicos que permitan que las personas «funcionen de manera más plena» (Rogers). Estas son algunas de las direcciones en las que deben darse los cambios que buscan estas terapias.

Las personas son ayudadas para lograr:

- La conciencia de sí mismas, escuchando sus propios sentimientos y experiencias.
- El «darse cuenta», la comprensión profunda de los sentimientos y las relaciones, liberándose del dominio que las experiencias pasadas tienen sobre el presente.
- El permiso al terapeuta para que los cuide como personas valiosas y, por lo tanto, se perciban a sí mismas como tales.
- El abandono de las fachadas protectoras que les han impedido desarrollar una humanidad auténtica y relaciones genuinas que hagan sentir plenas a ambas partes.
- La autonomía, la dirección de sus actos, la elección de sus propias metas, confiando en sus propios organismos con su conciencia, sus necesidades y sus valores.
- La creciente aceptación de sí mismos que los capacita para aceptar a otros de modo pleno.
- Ser lo que uno verdaderamente es (Kierkegaard).
- La construcción de cambios en el comportamiento que nacen de ser una persona más consciente, congruente, auténtica y viva.<sup>8</sup>

A estos cambios dentro de las personas, las terapias interpersonales agregan estos cambios en sus relaciones:

- Destacar y fortalecer el tipo de comunicación entre las personas que satisface necesidades y resuelve conflictos.
- Capacitar a las personas para establecer una intimidad creativa y una interdependencia (sin la pérdida de identidad y autonomía) en relaciones de cuidado donde el crecimiento se nutre de las partes y se enfatiza la libertad interior.

Luego de una psicoterapia pastoral extensiva, una mujer informó: «Siento que algo está completo. Por primera vez en mi vida tengo acceso a un amplio abanico de mis sentimientos. Al tener acceso, está en mis manos lo que hago con ellos. Antes no tenía elección.» Había experimentado la liberación de la acción paralizante que las experiencias, los sentimientos y las relaciones obsoletas tenían sobre su vida actual. Su crecimiento había abierto alternativas para su vida interior y sus relaciones. La espontaneidad se ha convertido en una característica prominente de sus sentimientos y comportamiento. Tenía un sentido más fuerte de su identidad singular y un sentido mayor del significado de estar viva. Abraham Maslow declara: «La gente que toma conciencia de sí misma tiene la maravillosa capacidad de apreciar una y otra vez, de manera fresca e ingenua, las cosas buenas de la vida, con su respeto, su placer, su maravilla y aun su éxtasis, no importa cuan anticuadas les parezcan estas experiencias a otros».<sup>9</sup> Las personas están vivas psicológica y espiritualmente, en el grado en que tienen conciencia y están en relación con las muchas facetas de su propia vida interior, y con otras personas, la naturaleza y Dios. La conciencia de uno mismo es el camino a una vida más vivida. Por este camino uno se mueve más allá del *saber* hacia el *ser* y la *aceptación* del yo auténtico.

La meta distintiva y última de toda la psicoterapia pastoral es una relación más abierta, creciente y amante con Dios. La oración de San Agustín señala esto bien: «Oh, Dios... que me conozca a mí mismo, que te conozca a Ti».<sup>10</sup> La terapia pastoral cristiana tiene como meta la sanidad de la profunda alienación dentro de las personas y entre ellas, y la nutrición de su crecimiento en las seis dimensiones de su plenitud. Busca ayudarles a crecer hacia el florecimiento completo de la plenitud representada tan claramente en Jesús. Su vivacidad, su afirmación de sí mismo, su libertad interior, y el profundo amor a Dios y las personas eran maravillosamente contagiosos, permitiendo que aquellos con los que se relacionaba fueran personas más plenas.

### Los métodos de la psicoterapia de *insight*

En general, los enfoques orientados hacia la introspección en la psicoterapia pastoral emplean métodos que capacitan a las personas a ser gradualmente conscientes y cambiar los sentimientos, las imágenes, los impulsos, los deseos,

los recuerdos y los conflictos que, inconscientes (reprimidos), limitan vivir una vida eficaz. La toma de conciencia emerge dentro del contexto de la confianza, de la relación empática en la cual la persona con problemas se siente lo suficientemente a salvo como para ser consciente y explorar los experiencias residuales del pasado. Al «trabajar por medio de» los niveles más y más profundos de estas fuerzas internas que aprietan la vida, las personas disminuyen gradualmente los bloqueos internos, logrando mayor vitalidad y aceptación de sí mismos. Encaran sentimientos obsoletos e inapropiados y resuelven conflictos internos del pasado que bloquean el crecimiento. Pueden abrirse gradualmente las puertas largamente selladas que conducen a cuartos ocultos en los huecos de los primeros años de su vida. Los «fantasmas» de sentimientos y experiencias de su niñez las han perseguido, provocándoles una alienación de las fuerzas de sus personalidades adultas, orientadas hacia la realidad. Estos fantasmas del pasado pierden gradualmente su poder «demoníaco» al ser expuestos a la luz de la realidad adulta presente. Un pasaje de la novela de Lewis Carroll, *Alicia en el país de las maravillas* ilustra la manera en que nuestro pasado nos tiraniza: «Alicia sabía que el conejo venía a buscarla, y tembló hasta que hizo sacudir la casa, olvidándose de que ahora era mil veces más grande que el conejo y no tenía motivos para temerle».<sup>11</sup>

La relación y el proceso psicoterapéuticos permiten que las personas dejen de asustarse de sus conejos interiores. La sanidad llega al volver a experimentar los sentimientos y las percepciones dolorosas de uno mismo en las relaciones de los primeros años de vida, y en una relación terapéutica de confianza, al trabajar para lograr una identidad más valiosa para uno mismo y más constructiva aquí y ahora. El pastor Oskar Pfister escribió a Freud: «Usted mismo ha enseñado siempre que lo que importa no es recordar sino *revivir*... Usted ha insistido siempre que el recuerdo no es suficiente, sino que debe estar cargado con el afecto».<sup>12</sup> La relación terapéutica permite reparar (hasta cierto grado) la personalidad tullida debido a la falta de adecuación en la relación padre-hijo. Permite que las personas tengan otra oportunidad para experimentar y aprender actitudes que las afirmen más como personas en relación consigo mismas y con las demás. El terapeuta baja junto con las personas a sus «pequeños infiernos privados», permitiéndoles que enfrenten a sus «diablos» interiores y encuentren la forma de liberarse de ellos.<sup>13</sup>

Cerca del final de una terapia pastoral a largo plazo con una psicoterapeuta, una mujer joven informaba que ya no se sentía envuelta por sentimientos negativos hacia su madre: «Por primera vez en mi vida puedo sentir verdadera compasión por ella porque estoy lo suficientemente libre de ella como para no sentirme inválida por su invalidez. ¡Pobrecita! Durante toda su vida sufrió de sus sentimientos de impotencia. Estaba atrapada en los roles tradicionales de la mujer que no le permitían utilizar su cerebro y su creatividad a pleno. Con

razón sentía la necesidad de menospreciar a otros y controlarlos.» La mujer comentó el significado de su relación con su terapeuta agregando: «Antes me sentía tan engañada por no sentirme cerca de mis padres, que trataba de obtener de otros lo que no conseguía de ellos y no podía aceptar mis sentimientos, lo que alejaba a las otras personas, por supuesto». El hecho de experimentar la aceptación por parte de su terapeuta la había capacitado para encontrarse y aceptarse como persona, separada de sus padres. Esta aceptación de sí misma le permitió aceptar a sus padres, con todas sus limitaciones, y hacerse responsable de su propia vida en lugar de continuar dependiendo al quejarse de ellos. Esto ilustra la manera en que la psicoterapia puede proveer de una re-educación emocional y relacional, que produce liberación y crecimiento personal en un nivel profundo.

La terapia eficaz reduce los conflictos internos y libera la malgastada energía de la vida para que se la utilice mejor. Hace que la persona sea más sensible a las dinámicas tanto de su vida interior como sus relaciones. La psicoterapia pastoral puede ayudar a la gente a ser más conscientes de su deseo por tener relaciones más hondas y significativas con lo más recóndito de sí, con otras personas y con Dios. Con igual importancia, puede ayudarles a desarrollar las habilidades para relacionarse de modos que permitan un mayor crecimiento mutuo. La terapia puede liberar a las personas al ayudarlas a aprender a vivir de un modo más pleno, a relacionarse de manera más constructiva y a manejar los problemas y pérdidas inevitables que resultan de vivir más creativamente. Puede ayudar a potenciar a las personas para que comiencen los cambios necesarios en su propia vida y en sus comunidades.

### El análisis transaccional

Las herramientas conceptuales del análisis transaccional son útiles para el trabajo en grupos educativos y de crecimiento, para el asesoramiento a corto plazo como así también para la terapia a largo plazo tanto individual como en pareja. Cuando se utiliza el enfoque de la terapia transaccional en el asesoramiento matrimonial, no se deberían presentar los conceptos fundamentales hasta que se haya establecido un *rapport* fuerte y se hayan explorado de modo preliminar los problemas que se presentan. Este es un ejemplo de cómo puede presentarse este enfoque.

**Pastora:** Estamos comenzando a tener una imagen más clara de algunas de las modalidades de su forma de relacionarse que les causan dolor a ambos. A esta altura, puede serles de ayuda que comparta con ustedes algunas ideas que han sido de utilidad para varias parejas como ustedes.

**Pareja (Jean y Joe):** (Muestran interés.)

**Pastora:** Estas ideas pueden ayudarles a comprender y cambiar su relación. Primero, permítanme dibujar un diagrama. (Toma una hoja de papel y dibuja en ella tres círculos como en la figura 1.) Esto representa las tres caras de la personalidad. La P en el círculo de arriba representa a nuestro Padre interior. Todos tenemos una parte de Padre en nuestra personalidad, que es la manera en que sentíamos a nuestros padres cuando éramos pequeños. Nuestro Padre interior tiene dos caras: la que *nutre*, que nos permite cuidar a nuestros hijos (o a otros), y la que *prohíbe*, que es la que dice no y pone límites así como lo hicieron nuestros padres. Este lado prohibitivo o prejuicioso es la parte de cada uno que puede convertirse ocasionalmente en castigadora y dominante. ¿Comprenden?

Figura 1

(p)	Padre
(A)	Adulto
(N)	Niño

**Jean:** Sí, me encuentro a mí misma utilizando, cuando mis hijos me irritan, el mismo tono rispido que usaba mi madre cuando se enojaba conmigo cuando yo era pequeña.

**Pastora:** Esa es la voz prohibitiva del Padre, Jean. Todos tenemos un conjunto de actitudes, sentimientos y modos de comportamiento que se asemejan a los de nuestros padres tal como los percibimos en los primeros años de nuestra vida.

**Joe:** ¡Sí, y a mí también me critican cuando bebo un poco de más y me pongo a hacer tonterías en una fiesta!

**Pastora:** Me alegro que lo haya mencionado. Eso tiene que ver con el último círculo, el que tiene la N. Cada uno de nosotros tiene en su personalidad un lado juguetón, creativo, que busca el placer. Eric Berne, el psiquiatra que diseñó este enfoque, lo llama «estado del yo en la niñez». En el lenguaje popular se dice que «todos tenemos un niño o una niña pequeña dentro de nosotros». Cuando este lado se activa, nuestros sentimientos y formas de responder a otros son similares a lo que eran en determinada etapa de nuestra niñez. ¿Alguna vez tomó nota de la manera en que se siente y se comporta cuando un jefe le llama la atención en el trabajo o un oficial de policía le hace una multa? Allí entra en acción nuestro lado de Niño.

**Joe:** Sí, tartamudeo y me tropiezo como si fuera un niño de cinco años y me siento como si midiera cincuenta centímetros. Pero (enojado), ¿qué tiene que ver esto con la manera criticadora con que me trata Jean cuando estoy divirtiéndome en una fiesta?

**Jean:** ¿Es mi faceta de Padre la que se altera cuando el Niño de Joe se enloquece?

**Joe:** (enojado.) ¡Por favor, no sigas! ¡Estás exagerando de nuevo!

**Pastora:** Siente que Jean está exagerando demasiado acerca de los incidentes en las fiestas.

**Joe:** ¡Maldito sea, es así! ¡Hace que mi diversión se convierta en un caso para la Corte Federal!

**Pastora:** Me pregunto si puede contarme cómo se sintió ahora, cuando Jean utilizó las palabras «se enloquece». (El pastor está buscando activar el lado Adulto del esposo.)

**Joe:** ¡Me levantó la temperatura! Sentí «¡ahí está ella otra vez criticándome injustamente!».

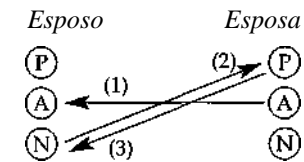
**Pastora:** En términos de análisis transaccional, lo que salió a través de usted en respuesta a la faceta de Padre de Jean fue una fuerte respuesta crítica de su Niño interior, Joe. Debo señalar que en nuestra última sesión ocurrió lo opuesto cuando su Niña interior, Jean, le respondió a Joe por «hacerse el gran papá», como lo dijo entonces; ¿lo recuerda?

La pastora los alienta a expresar sus reacciones y a pensar en otros ejemplos de transacciones Padre-Niño en las descripciones de interacción que han discutido previamente. Para estimular su pensamiento la pastora les da un ejemplo de la interacción Padre-Niño dentro de su propio matrimonio: «Mi esposo y yo encontramos que mi Padre interior se despierta cuando ... y esto tiende a despertar su Hijo interior. Como la otra noche...». A pesar de que los ejemplos autobiográficos deben usarse escasamente, sirven para mostrarles a los asesorados que la pastora no está hablándoles como un ser *superior*, desde lo que ellos imaginan como un pedestal pacífico de gozo marital perfecto.

**Pastora:** El estado del yo del Niño nos influye mucho, y lo arrastramos desde nuestra niñez. Está listo a ser activado por la presencia activa del estado de ego de Padre de alguna otra persona. La mayor parte de los conflictos matrimoniales corresponden a la interacción Padre-Niño y Niño-Padre. Podemos hacer un diagrama de lo que ocurrió hace un minuto cuando usted se enojó en el momento en que Jean utilizó las palabras «se enloquece». (Dibuja otro grupo de círculos como en la figura 2). La flecha (2) entre, el Niño, Joe, y el Padre de Jean muestra

lo que sucedió cuando usted respondió. ¿Qué hubiera sucedido si yo no intervenía preguntándole que se fijara en lo que estaba ocurriendo?

Figura 2



**Jean:** Mi lado paterno le hubiera contestado bruscamente que yo *no estaba exagerando* y que él *estaba* comportándose mal de modo irresponsable. (La pastora dibuja una flecha (3) que va del Padre de la esposa al Niño del esposo.)

**Joe:** Y eso hubiera despertado más a mi lado de Niño, y nos hubiéramos enloquecido dos días peleándonos.

**Pastora:** Aá, aja. El lado de sus personalidades que les permite salir del círculo en este momento y darse cuenta de lo que está ocurriendo está representado por los círculos del medio, el estado del yo Adulto. Esta es la parte de su personalidad que puede tratar de manera más objetiva y realista con las cosas tal cual son, tomando decisiones sobre la base de las probables consecuencias. Las relaciones de Adulto a Adulto tienden a focalizarse en la manera en que los temas reales pueden manejarse constructivamente. Incidentalmente, su observación acerca de su respuesta a las actividades de Joe en las fiestas, Jean, pueden haber tenido la intención de ser una comunicación de Adulto a Adulto (tal como se indica en la línea 1) pero el Niño interior de Joe se despertó por las palabras que usted utilizó o por su tono de voz.

**Jean:** (Se ríe) ¡A lo mejor fue mi Padre el que eligió esas palabras!

**Joe:** (También se ríe.) ¡Podría ser! (Se activan los lados de Adulto y de Niño juguetón de ambos miembros de la pareja.)

**Pastora:** Aprecio que se dé cuenta de ello, Jean, y el hecho de que ambos se rían ante lo que ocurrió. Fue el lado Adulto de cada uno de ustedes el que permitió que ustedes interrumpieran la pelea Padre-Niño.

**Jean:** ¿Deberíamos tratar de librarnos de nuestros lados de Padre y de Niño para que nuestro matrimonio sea Adulto?

**Pastora:** No, comprendo cómo pueden haber recibido esa impresión de lo que dije. En verdad, estos tres estados del ego son permanentes y partes valiosas de nuestras personalidades. Cada uno de ellos tiene un rol importante que desempeñar en un buen matrimonio. El Niño que hay en nosotros es muy importante: hace que nuestra relación sea

entretenida y espontánea. El Padre que nos nutre nos capacita para *ser* padres adecuados para nuestros hijos y nutrirnos unos a otros cuando necesitamos ayuda. También nos proveen de lineamientos de miles de maneras rutinarias dándonos la información sobre «la manera de hacer las cosas». La meta del asesoramiento es fortalecer el Adulto de modo que guíe las actividades del Padre y del Niño. Cuando el Adulto que existe dentro de nosotros es débil o está inactivo, el Padre y/o el Niño interiores manejan las cosas, y las hacen chocar contra el piso. El hecho de tener un Adulto interior robusto a cargo la mayor parte del tiempo nos permite mantener un equilibrio sano entre los distintos estados del yo. ¿Qué les parece esto?

El caso que presentamos (de manera resumida) muestra cómo los conceptos básicos del análisis estructural, que es parte del transaccional, pueden presentarse durante el asesoramiento matrimonial, utilizando la interacción en vivo que se da en la sesión. Como en este caso, algunas parejas comienzan a utilizar estas herramientas conceptuales casi de inmediato. Otras simplemente no responden a este enfoque. El asesor debe guiarse por las claves que aparecen en las respuestas de los asesorados. Si una pareja toma las herramientas de inmediato, el progreso del asesoramiento casi siempre se acelera. El efecto de introducir esta pareja al enfoque del análisis transaccional fue el de ganar la cooperación de sus lados de Adulto bien temprano en el proceso de asesoramiento. Estos Adultos interiores se convirtieron en aliados activos del Adulto del pastor.

En términos de análisis transaccional, las interacciones entre personas son «transacciones», que incluyen *pasatiempos, juegos, y libretos*. El pasatiempo es una transacción sin motivación ulterior. Los pasatiempos comunes incluyen «General Motors» (comparando automóviles), «¿Usted conoce?» (fulano y zutano) y «¿Quién ganó?» (deportes). Berne define al juego como «una serie de transacciones complementarias *ulteriores* que progresan hacia un resultado bien definido y predecible». <sup>14</sup> Los juegos son asuntos profundamente serios, y sus funciones son las de proveer de «caricias» psicológicas, preservar el equilibrio psíquico y evitar la intimidad psicológica. Los juegos son esencialmente manipuladores y operan inconscientemente. Los niños aprenden sus juegos de dominio durante las primeras relaciones. La vida familiar y la vida de casados, así como la vida en organizaciones como las iglesias, pueden basarse en una variación del mismo juego año tras año. <sup>15</sup>

Casi todos los juegos pueden proveer de una estructura para la interacción matrimonial, pero algunos juegos tienden a prevalecer más. El juego favorito de los matrimonios de todos los tiempos, «Si no fuera por ti», aparece en la mayor parte de los enredos matrimoniales. Otro juego matrimonial, «Mira con

cuánto esfuerzo he tratado de hacerlo», se juega muchas veces con un asesor que no sospecha de nada. «Alboroto» es un juego muy popular para escapar de la intimidación sexual creando peleas antes de ir a la cama. Al provocar el rechazo mutuo, ambas partes evitan la intimidación tan temida sin perder su autoestima. «El tribunal» es un juego para matrimonios que incluye tres personajes —un demandante, un defensor y un juez (o sea, la esposa, el esposo y el asesor)— y comienza cuando el demandante dice: «Permítame contarle lo que él o ella hizo». <sup>16</sup>

Los juegos son segmentos de modelos de transacción más complejos denominados *libretos*, que son planes maestros inconscientes que determinan la dirección global de la vida de una persona. La conciencia de la existencia de estos determinantes inconscientes puede alertar al asesor sobre la magnitud del problema involucrado al cambiar el comportamiento que resulta del libreto.

Estos son algunos de los aspectos positivos del análisis transaccional para el asesoramiento pastoral:

(1) Provee de maneras frescas para comprender las dinámicas y las interrelaciones del comportamiento individual y de relacional: marido-mujer, padre-hijo, pastor-miembro de iglesia, asesor-asesorado, etc.

(2) Utiliza términos que no son técnicos (en sus niveles más simples), que el asesor pueda comprender de inmediato y que resulten menos amenazantes que la jerga técnica. Tiene una cualidad sana, extraña, que atrae a las personas.

(3) Provee un modo rápido de interrumpir ciclos de interacción escapistas (Padre-Niño). Sus conceptos de trabajo se enseñan fácilmente.

(4) Provee de herramientas con las cuales el Adulto del asesorado puede cooperar con el Adulto del asesor, durante las sesiones y entre ellas.

(5) Alienta el esfuerzo consciente de estar alerta ante los propios estados del yo, y los juegos; este esfuerzo tiende a fortalecer al Adulto a través de su ejercitación.

(6) Provee de maneras de descubrir de qué forma las experiencias en los primeros años de vida continúan influyendo las relaciones actuales, es decir, por medio del Niño y del Padre interiores.

(7) Se integra bien con otras terapias tales como la gestáltica.

## Panorama de otras terapias útiles

La terapia gestáltica, que nació del trabajo del psiquiatra Fredrick Perls, es una de las terapias contemporáneas más innovadoras. Provee de abundantes recursos para los asesores, psicoterapeutas, maestros y facilitadores de grupo. Su filosofía básica es no analítica, holística, exis-tencialista y centrada en el crecimiento. Muchas de sus perspectivas son importantes para el trabajo de los

asesores pastorales, tanto para los que se dedican a cuestiones generales como para los especialistas. Es particularmente útil para ayudar a la persona a aumentar su conciencia, a profundizar sus relaciones consigo mismas y con las demás, y a afirmar su propia identidad y reclamar su poder como persona. El crecimiento tal como se entiende en la terapia gestáltica tiene dos polos interdependientes: aumentar la conciencia del propio organismo de manera completa, en mente y cuerpo (y contactarse con él), y aumentar la conciencia de otras personas y el mundo (y contactarse con ellos). El aumento de la conciencia es tanto el medio como la meta del crecimiento. Muchas de las perspectivas de la terapia gestáltica pueden emplearse para ayudar a la gente a pasar de una experiencia religiosa que bloquea el crecimiento a otra que lo sustenta.<sup>17</sup>

La psicosisíntesis, un enfoque terapéutico que desarrolló el psiquiatra italiano Roberto Assagioli, es una fuente valiosa de perspectivas y métodos para el asesoramiento pastoral y la psicoterapia. La psicosisíntesis se orienta tanto al crecimiento como a la espiritualidad. Cuando se le preguntó acerca de las diferencias entre su enfoque y el del psicoanálisis, Assagioli respondió con esta sorprendente metáfora:

En una de sus cartas Freud dijo: «Estoy interesado solamente en el sótano del edificio humano». Tratamos de construir un ascensor que permitirá que las personas tengan acceso a cada nivel de su personalidad. Después de todo un edificio que sólo tiene un sótano es muy limitado. Queremos abrir la terraza donde se puede tomar sol o mirar las estrellas. Nuestra preocupación son todas las áreas de la personalidad. Esto significa que la psicosisíntesis es holística, global e inclusiva ... insiste en que la necesidad de significado, para los valores más altos, para la vida espiritual, es tan real como las necesidades biológicas o sociales.<sup>18</sup>

El sí mismo (*self*) de la experiencia cotidiana no es nuestra identidad última. Es un reflejo de nuestro sí mismo transpersonal. La psicosisíntesis considera que este sí mismo superior es nuestro centro y nuestra esencia creativa. La meta principal de esta terapia es hacer que este sí mismo verdadero sea el centro integrador de nuestro ser. Los recursos fundamentales para el crecimiento provienen del sí mismo superior, que tiene potentes energías espirituales superconscientes, con una influencia transformadora y regeneradora de toda la personalidad. El sí mismo es la fuente de la sabiduría interior y el principal aliado del terapeuta. La voluntad y la imaginación son recursos esenciales para la plenitud, de acuerdo con la psicosisíntesis.

Existen tres niveles de crecimiento en la psicosisíntesis. El primero es la *síntesis personal*, que tiene como fin ser la síntesis de las varias «sub-

personalidades» en conflicto que existen alrededor del sí mismo consciente o del yo. El segundo nivel, denominado *síntesis espiritual*, tiene como fin la integración de toda la persona alrededor del sí mismo superior, permitiendo conectar las capacidades superconscientes de la personalidad humana: el potencial para el significado, los valores, el amor, el altruismo, y la creatividad científica, estética y espiritual. El tercer nivel es la *síntesis transpersonal*, que tiene como objetivo ayudar a las personas a tener relaciones armoniosas con otras personas, con toda la familia humana, con el cosmos y con la realidad espiritual llamada Dios.

La influencia de la psicosisíntesis en la teoría y práctica del asesoramiento pastoral en el pasado ha sido relativamente escasa, aunque es potencialmente valiosa en nuestro campo de trabajo. Uno de los desafíos más alentadores que enfrentará el asesoramiento pastoral en la próxima década es la incorporación más completa de perspectivas y métodos de esta notable terapia.

Las llamadas «terapias corporales» son una constelación de terapias y de enfoques de crecimiento que enfatizan el trabajo directo con el cuerpo para aumentar su vitalidad y su vivacidad. Entre estas terapias se incluye la bioenergética de Alexander Lowen, el entrenamiento autógeno y otros métodos de relajación profundos; las terapias que incluyen la danza y el movimiento; y las disciplinas orientales del cuerpo como el T'ai chi y el hatha yoga. La terapia gestáltica y algunas terapias feministas también realizan un fuerte énfasis en la conciencia y el fortalecimiento del cuerpo.

La perspectiva de la terapia corporal sostiene que la alienación fundamental que nos empobrece mental y espiritualmente así como físicamente es el extrañamiento de nuestros cuerpos. Nuestra sociedad tecnológica, que refuerza el lado izquierdo del cerebro tiende a sobrevalorar la racionalidad, el conocimiento cognitivo, el control, el análisis y el trabajo, y a menospreciar la conciencia del cuerpo, la intuición, la síntesis, el juego y otras funciones del lado derecho del cerebro. La alienación de experimentar y afirmar nuestros cuerpos disminuye nuestra capacidad de sentir profundamente y nos aleja de la sensualidad, del juego y de la creatividad. Las terapias corporales buscan ayudar a las personas a despertar sus sentidos embotados, a recuperar la conciencia de todo su cuerpo, y a redescubrir la espontaneidad, el juego y el asombro que han sido enterrados bajo el gran peso de una racionalidad y un excesivo control desproporcionados. Cualquier enfoque del cuidado y asesoramiento pastorales que sea realmente global debe ayudar a las personas a afirmar y dar vida a su cuerpo. Las terapias corporales, como el movimiento de salud holístico, puede ayudarnos a recuperar la antigua visión hebrea de la plenitud integrada por el cuerpo, la mente, el espíritu y la comunidad. Pueden ayudarnos a sentir y gritar un ¡sí! sonoro a todas las dimensiones de nuestra humanidad, incluyendo nuestro cuerpo.

Mientras se la diseña sobre los ricos recursos de varias psicoterapias seculares, la psicoterapia pastoral en los próximos años puede desarrollar sus métodos teo-terapéuticos, utilizando metáforas, relatos e imágenes bíblicas, y otros recursos religiosos para facilitar la plenitud centrada en el Espíritu. Como lo observa Cari Jung, muchas de las imágenes de la Biblia son arquetípicas en el sentido en que se relacionan con experiencias humanas universales y con los recursos del inconsciente. Una ilustración de la manera en que pueden emplearse: en algunos asesoramientos, una ruta directa al problema central de la persona se transita por medio de una simple pregunta: «¿Cuál es su relato bíblico favorito o el que menos le gusta?» Jane, una adolescente brillante a la que le iba mal en la escuela, respondió: «El relato de Adán y Eva es el que menos me gusta».

**Asesor:** Cuéntamelo.

**Jane:** Adán y Eva estaban en el jardín y comieron del fruto del árbol del conocimiento. Ese fue el principio de todos sus problemas. ¡Los echaron y tuvieron que cuidarse solos después de eso!

**Asesor:** Jane, ¿estás diciendo que cuando obtenemos conocimientos corremos el riesgo de sufrir?

**Jane:** Um, puede ser.

En las sesiones subsiguientes, Jane comenzó a ver que tener éxito en la escuela se equiparaba con sus sentimientos ante el hecho de crecer y dejar las relaciones de dependencia de la niñez, su personal Jardín del Edén. A medida que enfrentó y trabajó sus temores a la adultez, mejoró su rendimiento en la escuela.

### El asesoramiento, la terapia y los programas de crecimiento relacionados con la iglesia

El surgimiento de psicoterapeutas pastorales como especialistas dentro del ministerio y el rápido desarrollo de los servicios de asesoramiento y de crecimiento relacionados con la iglesia son instancias significativas y complementarias en la escena religiosa. Existe ahora dentro de la vida de las iglesias una red creciente de pastores que, por medio de la capacitación clínica, académica y en terapia personal avanzada, han desarrollado altos niveles de conciencia psicológica y de habilidades terapéuticas; han hecho que su principal ministerio sea esta tarea de sanidad y crecimiento. Esta red es una influencia creativa y leudante dentro de las iglesias y del ministerio en general. Ponen en práctica sus ministerios especializados en una variedad de escenarios incluyendo los centros y programas de asesoramiento auspiciados por las iglesias individuales, las denominaciones y los programas de asesoramiento

ecuménicos; los centros de salud mental, de atención de crisis y de orientación vocacional; los seminarios teológicos, las capellanías universitarias y las escuelas de medicina.

Los especialistas en asesoramiento y terapias pastorales representan un recurso significativo para lograr cuatro objetivos en la vida de la iglesia: (a) Proveen de un asesoramiento pastoral y de servicios psicoterapéuticos en el alto nivel de competencia que hace posible la capacitación especializada. Como tales son un servicio vital dentro de la iglesia, (b) Están investigando creativamente, experimentando, haciendo formulaciones teóricas y escribiendo, lo que ayuda a desarrollar y a iluminar las contribuciones singulares de los asesores pastorales a los pastores y a las otras disciplinas de la salud, (c) Están desarrollando una red de programas de capacitación en muchos lugares donde los seminaristas y los pastores a cargo de iglesias pueden aumentar sus habilidades en el campo del asesoramiento participando en conferencias sobre casos pastorales, en la supervisión, en grupos de consulta y en eventos de educación permanente, (d) Un número creciente de seminarios y de centros de asesoramiento pastoral también proveen capacitación para graduados y prácticas supervisadas para aquellos que se preparan para los ministerios de asesoramiento especializados.

Reflexionando sobre la singularidad de los especialistas en asesoramiento pastoral entre los terapeutas, John Patton declara:

Parte del llamado del asesor pastoral es recordar a los asesorados y a la comunidad la dimensión religiosa de la vida: que la salud es más que sentirse aliviado. La meta del asesoramiento pastoral no es simplemente desarrollar una función inalterable, sino desarrollar la tarea *para* algo, para los propios compromisos y significados. El asesor pastoral no es el único que trabaja en el área de la salud que tiene esta concepción. No obstante, él o ella son los únicos cuyo rol e identidad, así como su función, representan esta concepción. El asesor pastoral ofrece un testimonio identificable de los significados y del compromiso cristianos y de su importancia en el cuidado de la salud.<sup>19</sup>

Una de las principales denominaciones protestantes ha incluido el asesoramiento pastoral especializado en lo que denomina «ministerios de extensión», una extensión de la comunidad cristiana como respuesta a necesidades especiales de las personas. «Miles de personas que van a los centros de asesoramiento pastoral no pasarían cerca de un templo. Para otros miles, el centro de asesoramiento pastoral es una estructura eclesial intermedia que puede emplearse como puerta de entrada a una forma más tradicional de comunidad cristiana».<sup>20</sup>

En 1913, cuando las respuestas negativas a los descubrimientos de Freud habían llegado a su punto culmine, Henri Bergson escribió: «Explorar las profundidades más sagradas del inconsciente ... esa será la tarea principal de la psicología en el siglo que comienza. No dudo que nos esperan descubrimientos maravillosos, tan importantes como han sido en los siglos precedentes los descubrimientos de las ciencias físicas y naturales».<sup>21</sup> Es afortunado para la iglesia, para la gente que sufre y para el avance del arte psicoterapéutico que algunos pastores estén capacitándose para participar en estos descubrimientos. En 1936, Antón Boisen, el padre del movimiento para la educación en clínica pastoral expresó esta esperanza: «En lugar de permitir que los psiquiatras permanezcan como guardianes exclusivos de las regiones más profundas, espero y trabajo por el día en que los especialistas en religión sean capaces de bajar a las profundidades del oscuro abismo con la ayuda de aquéllos, buscando a los que son capaces de responder, a aquellos en los que quiere nacer un ser mejor».<sup>22</sup> Los psicoterapeutas pastorales ahora están ayudando para que la esperanza de Boisen sea una realidad.

Casi al comienzo del siglo, un pastor suizo de corazón cálido llamado Oskar Pfister escribió un ensayo protestando contra «el pecado de omisión en relación con la psicología, que comete la teología de hoy en día». En 1909 se encontró con los escritos de Freud y, poco después, con Freud en persona. De esa manera comenzó una amistad que duró toda la vida y resultó mutuamente enriquecedora. Pfister era un visitante frecuente y muy bienvenido en la casa de Freud en Viena. Al escribirle para agradecerle un regalo, Freud le comentó que éste le recordaba a «un hombre notable que vino a verme un día, un verdadero siervo de Dios, un hombre con las ideas claras acerca de quien yo tendría dificultades en creer que existiese, que siente la necesidad de hacer bien espiritualmente a todas las personas que encuentra. Usted ha hecho bien en este sentido, incluyéndome a mí mismo.»<sup>23</sup>

Pfister era un psicoterapeuta pastoral, que, en contraste con los colegas de su época, continuó siendo pastor. Sirvió en la zona de Zurich hasta que se retiró en 1939, muy amado por su congregación. Utilizó las perspectivas y métodos psicodinámicos en la tarea de asesoramiento pastoral y realizó contribuciones significativas al desarrollo de la teoría y de la práctica psicoanalítica en sus aplicaciones con niños, adolescentes, y en la educación. El aprecio de toda su vida por el genio de Freud no le obligó a adoptar las concepciones metafísicas de este autor. Luego de la publicación de *El futuro de una ilusión*, le escribió a Freud con candidez:

Por lo tanto permanece entre nosotros la gran diferencia al practicar yo análisis dentro de un plan de vida que usted considera indulgentemente como un servilismo a mi llamado, mientras yo miro a esta filosofía de

vida, no sólo como una ayuda poderosa para el tratamiento (en la mayoría de los casos) sino también como la consecuencia lógica de una filosofía que va más allá del naturalismo y del positivismo, bien basada en la moral y la higiene social, y de acuerdo con la naturaleza de la humanidad y del mundo.<sup>24</sup>

Los psicoterapeutas pastorales pueden hacer hoy en día lo que Pfister hizo tan bien en sus circunstancias aún más difíciles: aunar tres grandes corrientes de sanidad, como son los recursos de nuestra herencia religiosa que han sido puestos a prueba por el tiempo, las perspectivas iluminadoras de las psicologías profundas y los métodos de las disciplinas psicoterapéuticas. Los terapeutas pastorales están en la posición de ayudar a desarrollar una síntesis creativa de estas corrientes, de las cuales pueden nacer nuevos enfoques terapéuticos para facilitar la plenitud centrada en el Espíritu. Debido a la profundidad y las riquezas de su herencia espiritual, los terapeutas pastorales tienen muchas metas singulares como sanadores de las profundidades de las personas y facilitadores del crecimiento. ¡El desarrollo pleno de estos dones preciosos a cargo de especialistas en asesoramiento y terapia pastorales es uno de los desafíos más excitantes de las próximas dos décadas!



## CAPÍTULO 16

### Capacitar a los laicos en el ministerio del cuidado

Sobrellevad los unos las cargas de los otros, y cumplid así la ley de Cristo.

—GALATAS 6.2

Cualquier énfasis en el ministerio del laicado significa no sólo capacitación sino también un tipo especial de cuidado pastoral. Los laicos, mujeres y hombres, deben ser alentados a utilizar los talentos pastorales que muchos de ellos poseen. En la iglesia se necesita que haya cuidado mutuo de parte de los laicos y de los pastores. Los cristianos tienen muchas oportunidades naturales de cuidar pastoralmente a sus vecinos, a sus compañeros de trabajo y a otros.

—INFORME DE LA SEGUNDA ASAMBLEA GENERAL  
DEL CONSEJO MUNDIAL DE IGLESIAS<sup>1</sup>

En las décadas recientes ha habido un descubrimiento dramático de un hecho sorprendente: *todos los cristianos tienen un ministerio por el hecho de ser cristianos, ¡estén o no ordenados!* Esta concepción les otorga a los laicos una nueva imagen de sí mismos. Ya no son cristianos de segunda clase que dejan la tarea espiritual para el pastor. Tienen un ministerio vital y único en el mundo más allá de la iglesia: para con sus vecinos, sus colegas, su sindicato, sus amigos, sus enemigos, y en especial para con los que no tienen tantas ventajas, los rechazados y los explotados de su comunidad.

La vitalidad del ministerio del laicado puede estar alcanzando un nivel que no ha existido desde las primeras décadas del movimiento cristiano.<sup>2</sup> Las potencialidades de este desarrollo son casi ilimitadas. Es como una brisa fresca que sopla a través de la iglesia, despertando a crecientes grupos de hombres, mujeres y jóvenes laicos para que asuman este excitante ministerio para con las personas.

Este renacimiento laico se basa en el redescubrimiento de la concepción de la iglesia de acuerdo con el Nuevo Testamento: *el pueblo de Dios, el cuerpo de Cristo y la comunión del Espíritu Santo* en los cuales cada miembro tiene un ministerio. La palabra neotestamentaria *laos*, de la que deriva el término «laicado», ¿se refiere a todos los cristianos! El «ministerio de la reconciliación» (que describe 2 Co. 5.18) era confiado a toda la iglesia, no a un ministerio profesional apartado.

¿Cuál es entonces la función del pastorado? Estamos, debido a nuestra capacitación y ordenación, equipados y designados para funcionar como líderes, capacitadores y especialistas en lo que es el trabajo de cada cristiano. En lugar de ser bandas unipersonales que tocan cada domingo para congregaciones pasivas, los pastores deberían ser directores de orquestas, que ayudan a cada persona a realizar su singular contribución a la sinfonía de las buenas nuevas. La función clave de los clérigos aparece descrita en Efesios: «a fin de perfeccionar a los santos para la obra del ministerio» (4.11-12). Nuestra tarea es capacitar, inspirar, guiar, entrenar y trabajar junto con los ministros laicos como «maestros de maestros», «pastores de pastores» y «asesores de asesores».<sup>3</sup>

### Las implicaciones del cuidado y del asesoramiento pastoral

¡Las implicaciones del renacimiento del laicado para el cuidado y el asesoramiento pastoral son profundas y desafiantes! El cuidado pastoral, entendido correctamente, es una función que corresponde a toda la congregación. La iglesia local debería luchar para ser un organismo sanador, redentor y estimulante del crecimiento. El objetivo del programa de cuidado pastoral de la iglesia debería ser el desarrollo de un clima dinámico de preocupación mutua amorosa e iluminada, que leuda gradualmente toda la congregación. La administración de la iglesia y el programa de pequeños grupos debería orientarse hacia este objetivo. En la medida en que existe *koinonia* en una congregación, se da el ministerio mutuo espontáneamente cuando los miembros individuales buscan brindarse entre sí, en las palabras de Lutero, «como un Cristo a mi vecino».<sup>4</sup> Cada miembro tiene oportunidades para el cuidado pastoral que son sólo suyas. ¡Sólo en la medida en que más de nosotros aceptemos este desafío nuestras iglesias podrán cumplir con su

misión como centros de capacitación y de fortaleza para la sanidad y la liberación, para la plenitud y la justicia!

El ministerio de cuidado del laicado es esencialmente *un ministerio para personas necesitadas*, en la congregación y en la comunidad. El desafío de la parábola de Jesús sobre el hombre al que robaron y golpearon al costado del camino a Jericó se dirigía a todos sus seguidores. Los criterios que utiliza en su descripción para referirse al juicio final tenían que ver con el servicio realizado por amor: «Porque tuve hambre, y me disteis de comer, tuve sed, y me disteis de beber; fui forastero, y me recogisteis; estuve desnudo, y me cubristeis; enfermo, y me visitasteis; en la cárcel, y vinisteis a mí» (Mt. 25.35-36).

A medida que el «*pastorado de todos los creyentes*» (Hiltner) se convierte en una realidad dentro de una congregación, los laicos escapan de su situación de «espectadores» y comienzan a realizar sus ministerios personales. Su propio crecimiento espiritual se ve estimulado en la medida en que ponen a trabajar su fe en el servicio directo. Las necesidades que no han encontrado respuesta y que existen en cada iglesia y comunidad son tan numerosas y variadas que un pastor que trabaja solo posiblemente no podrá resolver más que una pequeña fracción. El ministerio de cuidado que ejerce una iglesia para con los solitarios, los enfermos, los ancianos, los afligidos, los que no pueden salir de sus casas, los extranjeros, los confinados, los explotados, los oprimidos social y económicamente, puede cuadruplicarse si se involucra totalmente a los laicos capacitados para realizar esta tarea de cuidado. Cuando los laicos consagrados se convierten en pastores informales para sus vecinos, sus colegas y los miembros de su iglesia, *se convierten en la iglesia*, el cuerpo de Cristo que sirve a los necesitados.

Dos personas que han desarrollado un programa para la capacitación de laicos declaran:

Capacitar a los laicos en el ministerio de cuidado de la iglesia es mucho más que «hacer que un grupo de gente ayude al pastor en la visitación». Creemos que el cuidado pastoral desarrollado por los laicos manifiesta la propia naturaleza y el fundamento de la iglesia como una comunidad de cuidado con su sacerdocio común de todos los creyentes. Provee de un lugar en la vida y en el ministerio de la iglesia para aquellos que escuchan y creen, y desean poner su fe en práctica de una manera visible y tangible.<sup>5</sup>

La capacitación de los laicos para el cuidado es una de las claves para la revitalización y el crecimiento de una congregación. Las investigaciones realizadas sobre temas como el crecimiento de la iglesia y su declinación muestran que un ministerio de cuidado fuerte y amplio es una variable crucial

para la sanidad y el crecimiento de una congregación. Este tipo de ministerio no es posible salvo que los laicos capacitados estén profundamente involucrados en el cuidado dentro de la congregación y en su comunidad.

La resistencia que tienen muchos pastores a involucrar a los laicos de esta manera debe resolverse o al menos reducirse antes que se ponga en marcha de manera completa un programa eficaz para el cuidado por parte de los laicos. Algunos ministros sienten culpa cuando piden a otros realizar tareas de cuidado pastoral. El «complejo de ser indispensables» hace que compartir este ministerio con el laicado resulte amenazador. Algunos pastores permiten que se los recargue tanto con las demandas y las necesidades de su gente, que dedicar tiempo para capacitar a los laicos parece una carga adicional imposible. Lo que es más, a la mayoría de los pastores en el seminario no se les mostró la importancia crucial de capacitar a los laicos para las tareas de cuidado, ni aprendieron las técnicas de supervisión que se requieren. Consecuentemente muchos pastores se sienten inadecuados para esta área del ministerio y algunos lo *son*. Debemos repensar la imagen que los pastores tienen de sí mismos y aumentar sus capacidades para supervisar de modo que la capacitación del ministerio laico pueda ser una parte tanto central como satisfactoria de su tarea.

La resistencia que existe en los pastores se ve reforzada por ciertas actitudes que prevalecen en la mayoría de las congregaciones. La respuesta inicial de algunos miembros de la iglesia, cuando se les presenta la idea de capacitar a los laicos para la tarea de cuidado, es: «Le pagamos al pastor para que nos dé cuidado pastoral y no para que les enseñe a otros a hacerlo».<sup>6</sup> Algunos miembros de la iglesia sienten que los ayuda un aficionado de segunda clase cuando los visita un laico. Tanto los pastores como las congregaciones necesitan aprender que capacitar a los laicos no es una manera que tiene el pastor de pasarles el fardo de sus obligaciones, sino un modo poderoso de profundizar, ampliar y compartir el ministerio de cuidado con toda la congregación. No reemplaza el cuidado pastoral que hace el pastor, sino que lo complementa y lo incrementa en gran manera.

Una de las preocupaciones de los pastores se relaciona con la *calidad* de los programas de cuidado y de ayuda a cargo de laicos. ¿Es realmente posible que los laicos den ayuda eficaz a los cargados, los afligidos? Afortunadamente, los estudios han confirmado la eficacia de la tarea de ayuda que realizan los laicos y los paraprofesionales. Robert R. Carkhuff, un pionero en el campo de la capacitación de colaboradores laicos, hace esta sorprendente afirmación (que resulta molesta para algunos profesionales) acerca de las investigaciones publicadas que comparan la eficacia de la capacitación y el tratamiento a cargo de los laicos y de los profesionales: «En una palabra, la evidencia disponible indica que los programas de capacitación de laicos han sido más

eficaces en demostrar cambios según los índices que miden cambios constructivos en las personas ayudadas».<sup>7</sup> La experiencia con el desarrollo de programas de cuidado para laicos en las iglesias ha demostrado que aquellos que han recibido una capacitación inadecuada y que no son supervisados *pueden* hacer daño, particularmente si tratan de trabajar con individuos o familias que necesitan asesoramiento o terapia. (Por supuesto que lo mismo puede decirse de los pastores y de otros profesionales que han recibido una capacitación inadecuada o no son supervisados.) Pero la evidencia clara es que al hacer *cuidado* pastoral, ¡los laicos bien capacitados pueden hacer una contribución constructiva y única al ministerio de cuidado global de una iglesia, un hospital o cualquier otra institución!

### Los tipos de ministerio laico para el cuidado

Los ministerios laicos para el cuidado están floreciendo en muchos lugares. En una ciudad del medio oeste estadounidense, un consejo de iglesias dirigió un taller para capacitar a los laicos en la visitación de los ancianos. Esto hizo que varias congregaciones *adoptaran* a un hogar de ancianos. Los residentes eran visitados regularmente y recibían el ministerio del cuidado por parte de los laicos. Una iglesia en la región de San Francisco auspicia un hogar para adultos jóvenes que son pacientes ambulatorios de salud mental y que han salido recientemente de la internación de un hospital psiquiátrico. Veintitrés laicos completaron un curso de dieciséis semanas para prepararse para desarrollar sus funciones en este proyecto. En el sur de California, un grupo ecuménico de laicas visita regularmente a las familias de presos.<sup>8</sup>

Iglesias en muchos países han instalado centros de ayuda telefónica donde voluntarios entrenados auxilian en momentos de crisis a aquellos que llaman. Este programa de cuidado organizado por laicos y que se ha expandido en todo el mundo comenzó en Sydney, Australia, liderado por Alan Walker y su equipo.<sup>9</sup> La capacitación en este programa es extensa y rigurosa; involucra una supervisión cuidadosa y consultas con profesionales de la salud mental y pastores que están entrenados en asesoramiento.

Kenneth Haugk, pastor y psicólogo clínico de St. Louis, estaba preocupado por la falta de responsabilidad que sentían los miembros de su congregación con relación al ministerio total de la iglesia. Comenzó a preguntarse qué sucedería si frases como «el sacerdocio de todos los creyentes», «el cuerpo de Cristo» y «perfeccionar a los santos para la obra del ministerio» dejaran de ser clichés teológicos y se convirtieran en la base sobre la que se construyera el ministerio de una congregación. «¿Cómo se vería la iglesia si la gente realmente se ministrara entre sí? ¿Si una congregación estuviera realmente marcada por "regocijarse con los que se regocian, llorar con los que lloran"? ¿Qué ocurriría

si todo no dependiera tan pesadamente sobre un pastor demasiado atareado? ¿Qué pasaría si desarrolláramos toda una congregación de pastores?»<sup>10</sup>

Buscando una respuesta, Haugk comenzó a capacitar a un pequeño grupo de los miembros de su iglesia para el cuidado laico a otros dentro de la misma congregación. Esta tarea fue tan eficaz que dos de los capacitados, creyendo que «esto es demasiado bueno como para que quede entre nosotros», animaron a su pastor a compartirlo con otras congregaciones. A la larga se desarrolló la «Stephen Series» (el «Curso de Esteban»), llamado así en memoria de Esteban (Nuevo Testamento) para entrenar a los pastores y laicos interesados en capacitar a los laicos en sus propias iglesias. Muchas congregaciones en una variedad de denominaciones han participado en este programa de capacitación denominado «Ministerio de cuidado pastoral en equipo». Como en otras instancias eficaces para la capacitación de laicos, este enfoque incluye reuniones regulares de los que realizan el cuidado (luego de la capacitación inicial) para obtener apoyo grupal, supervisión (usualmente con el pastor) y capacitación continua. Haugk observa que muchos programas para el cuidado destinados a los laicos decaen luego de un año o en menos tiempo porque no se provee a las personas de apoyo y capacitación permanente. También ha encontrado que los laicos dedicados al cuidado reciben buenas respuestas del 90% o más de las personas con las que se contactan, si el pastor prepara a la persona ayudada para recibir esa visita.

Howard Stone ha desarrollado un modelo poco complicado para capacitar a los laicos en la tarea de cuidado (que se describe en el libro *The Caring Church: A Guide for Lay Pastoral Care* [La iglesia que cuida: guía para el cuidado pastoral laico]). Las ocho sesiones se concentran en estos temas y técnicas: ¿qué es el cuidado pastoral? (Se presenta el método ABC para tratar las crisis); establecer una relación de cuidado escuchando con atención; responder de maneras que animen a las personas; hacer visitas en hospitales y lugares cerrados (se asignan visitas a hogares de ancianos durante esta sesión); el cuidado en situaciones de duelo; discutir las visitas que han realizado las personas que están capacitándose; resolver problemas y hacer derivaciones; concluir incluyendo la estructuración de un programa laico para el cuidado dentro de la iglesia. Stone enfatiza que la mayor parte de los pastores que desarrollan programas de cuidado para capacitar laicos no reducen su propia responsabilidad en el área del cuidado pastoral. Pero tienen la satisfacción de saber que las necesidades de cuidado pastoral de su gente son atendidas de una manera mucho más completa que si estuviera solo.

Diane Detwiler-Zapp y William Dixon han desarrollado un enfoque multifacético de la capacitación de laicos, descritos en el libro *Lay Caregiving* (Los laicos que cuidan). Enfatizan maneras de utilizar las oportunidades de cuidado pastoral que ya existen en las actividades de la parroquia:

evangelización e incorporación de nuevos miembros, visita a los hospitales, cuidado de los afligidos, visita de los ancianos y de los que no pueden salir de sus casas, la solicitud de las promesas anuales de mayordomía, clases de escuela dominical y grupos de mujeres. Ofrecen sugerencias para la estructura, el contenido y la supervisión de la capacitación. A partir de su amplia experiencia en la formación de personas dedicadas al cuidado, Detwiler-Zapp y Dixon declaran: «Una de las cosas que manifiestan más cuidado y que usted puede hacer por su iglesia y por usted mismo es capacitar a otros para que den cuidado. Poner la teología en práctica de esta manera puede cambiar visiblemente toda la vida de una congregación. Creemos que se sentirá sorprendido e inspirado por los dones, talentos y el compromiso que los laicos pondrán en su ministerio mutuo». <sup>11</sup> Al comentar la recepción positiva de los laicos dedicados al cuidado, Dick Watts, cuya congregación utiliza el programa de los Cursos de Esteban, dice: «Me recuerda el comentario de la actriz Melina Mercuri: "En Grecia somos demasiado pobres como para tener psiquiatras. De modo que en lugar de eso tenemos amigos"». <sup>12</sup>

### Cómo poner en marcha un ministerio laico dedicado al cuidado

Estas son algunas sugerencias para desarrollar un ministerio laico para el cuidado en su congregación. Es importante reconocer que existen distintos tipos y niveles de capacitación de laicos para el cuidado, todos los cuales son necesarios en la vida de una iglesia. «A lo largo de su vida, la mayor parte de las personas se encuentran con problemas, crisis inesperadas o transiciones problemáticas. La mayor parte de los individuos dependen de una red social de familias, amigos y vecinos como su principal fuente de ayuda.» <sup>13</sup> Todo miembro de la congregación es parte de algún tipo de red informal de apoyo mutuo. Por lo tanto, a cada uno se le debería ofrecer una oportunidad para destacar sus habilidades para el cuidado aprendiendo, por ejemplo, cómo escuchar con mayor profundidad. Los pastores y los profesionales de la salud mental que hay en las congregaciones pueden ayudar a elevar el nivel general del cuidado dentro de la congregación y dentro de las redes de apoyo de miembros individuales, por intermedio de un énfasis en la educación permanente para el cuidado. Se pueden utilizar sermones, así como conferencias y jornadas de capacitación con clases de escuela dominical, grupos de jóvenes, grupos de mujeres y de hombres, eventos familiares, etc.

Un segundo y más profundo nivel de capacitación para el cuidado debería centrarse en todos los laicos que se ocupan de otros como parte del programa de la iglesia. En algunas iglesias el programa Esteban capacita en el área del cuidado a aquellos que evangelizan en los hogares, visitan a las personas

nuevas o que no van a una iglesia y las invitan a congregarse. En una ocasión en mi iglesia, enseñé métodos de cuidado al «equipo de mayordomía», a aquellas personas que visitan a los miembros de la iglesia pidiéndoles una promesa de apoyo financiero. Recibieron esta capacitación *antes* de hacer sus visitas por tres motivos: para ayudarles a sanar las heridas a los miembros que están enojados y se sienten alejados de la iglesia; reconocer y responder ayudando a las necesidades de las personas que atraviesan una crisis; y estar alerta y conscientes de las situaciones en las que es necesario recurrir al asesoramiento pastoral. La capacitación permitió que las personas que visitaban los hogares obtuvieran un doble beneficio de sus visitas. La tarea de reclutar nuevos miembros o sostener el presupuesto se logra con más eficacia, y se da lugar al ministerio vital del cuidado pastoral.

Un tercer nivel esencial en el programa de la congregación es la *capacitación profunda del equipo de cuidado pastoral*. A pesar de que el cuidado pastoral es una función de toda la congregación, algún grupo o algunos grupos necesitan ser seleccionados y capacitados para formar la punta de lanza de este ministerio. Cada miembro de la iglesia debe ser desafiado a componer una red de cuidado integrada por relaciones de apoyo que promuevan el crecimiento y la nutrición, ¡tal como es la iglesia! Pero dentro de la iglesia debería haber uno o más grupos de trabajo (de acuerdo con el tamaño de la congregación) integrados por aquellos que están comprometidos con el cuidado pastoral como el aspecto principal de su ministerio laico. Los pastores no necesitan esperar hasta que puedan lanzar un programa de capacitación formal dentro de su iglesia. Muchos cristianos ya están comprometidos con el cuidado informal y espontáneo de las personas que atraviesan crisis. Cuando un pastor sabe esto, puede brindar a estas personas el aliento necesario, hacer sugerencias que tengan como objetivo mejorar su ayuda y sugerir un libro o un artículo importante para ayudarles a que su cuidado sea más eficaz.<sup>14</sup>

Cada vez que el pastor encuentra a un individuo o a una familia en crisis, puede ser de gran ayuda vincularla con alguien de la congregación que ha capeado una situación similar y ha crecido como resultado de su lucha.<sup>15</sup> De mi experiencia personal he aprendido que una persona a la que recién se le ha diagnosticado diabetes puede ser ayudada tremendamente por otra persona que ha aprendido a vivir eficazmente con un problema frustrante en su metabolismo. Por lo general, las dos personas establecen un *rapport* instantáneo. El más experimentado conoce los sentimientos del otro desde adentro y, por lo tanto, puede brindarle apoyo empático y sugerencias prácticas para sobrellevar las muchas nuevas demandas que le impone este problema (en particular, si la persona debe depender de la insulina). La vinculación de personas con pérdidas, crisis y situaciones de vida similares en grupos de apoyo mutuo es una de las estrategias más simples y de más ayuda, que un pastor

puede utilizar para facilitar el cuidado laico. Un laico que es sensible, cuidadoso y está informado sobre las cuestiones que otros miembros de la iglesia están enfrentando puede ser llamado para coordinar este ministerio mutuo, en colaboración con el pastor.

Los individuos y las parejas que se han graduado en asesoramiento o terapia pastoral y han crecido como resultado de sobrellevar la crisis que los empujó a buscar ayuda pueden ser invitados como recursos informales y de apoyo a las personas (amigos), para quienes están atravesando por problemas similares. En estos casos el pastor debería hacer la *vinculación*, considerando primero si ambas personas estarían abiertas a este tipo de relación. No debería citarse el nombre de la otra persona hasta que el pastor obtenga su permiso, ya que hacerlo sería violar la confidencialidad profesional que es esencial en todo cuidado y asesoramiento. Invitar a las personas que han recibido asesoramiento y terapia de esta manera muchas veces facilita la continuación de su crecimiento, como así también dar apoyo como par a otras personas que luchan con dilemas similares.

Muchas iglesias tienen un grupo de cuidado pastoral para con las personas hospitalizadas, que no pueden salir de sus hogares o con los miembros ancianos. Algunas estructuras denominacionales otorgan responsabilidades especiales para el cuidado de los enfermos y de otros que tienen necesidades especiales a comités o grupos que funcionan como servidores. El rol del pastor es ayudar a estos grupos a hacer más eficaz el cumplimiento de sus responsabilidades por medio de un programa continuo de capacitación y supervisión tal como el que se describe más abajo. En las situaciones en que no existe un grupo como este, o el grupo existe pero se concentra sólo en áreas limitadas del cuidado (p. ej., visitas a los hospitales), la eficacia de la acción de cuidado por parte del laicado puede lograrse mejor reclutando y capacitando a un *equipo de cuidado pastoral*. Este equipo puede enriquecer y ser punta de lanza en el ministerio de cuidado de la congregación. Debería trabajar bajo la dirección y la supervisión del pastor (o de otro profesional miembro del grupo de funcionarios de la iglesia) como un grupo de co-pastores laicos.

Permítanme describir un proceso por medio del cual se puede desarrollar un equipo de cuidado pastoral. Este enfoque proviene, en primer lugar, de una experiencia que tuve en dos programas para el entrenamiento de laicos, uno en la Iglesia Unida de Cristo y otro en una congregación metodista.

*Primer paso: selección y reclutamiento.* En una iglesia en la que era pastor Robert A. Raines, se desarrolló la tarea pastoral de los laicos como resultado de la profundización espiritual de una red de grupos de crecimiento espiritual que se hallaban involucrados en estudios bíblicos profundos. Una mujer deprimida y convaleciente fue ayudada tanto por una visita que le realizó una amiga de este grupo, que, de manera bastante informal, tomó la decisión de desarrollar

un ministerio laico en relación con los enfermos y los hospitalizados. Raines informa:

Una mañana en un sermón mencioné lo que esta mujer estaba haciendo y pregunté si había algunas personas interesadas en este tipo de ministerio que quisieran hablar conmigo. La respuesta fue sorprendente. Descubrí que existía una fuente comprobable de compasión que sólo estaba esperando que la utilizaran. Aproximadamente unas veinticinco personas dijeron que querían realizar este ministerio. Ahora estoy trabajando con ellas, informándoles cuando hay personas hospitalizadas, enviándolas a visitar a los enfermos, a los que están encerrados en sus casas, a las madres recientes, y en algunas instancias a las familias que atraviesan momentos de aflicción.<sup>16</sup>

En la mayoría de las situaciones es necesario reclutar activamente miembros para este equipo. Hacerlo tiene la clara ventaja de permitir que se invite a personas con aptitudes naturales para el cuidado. Aquellos que tienen personalidades que alientan naturalmente la sanidad y el crecimiento —en las palabras de Pablo, que tienen el «don de la sanidad» (1 Co. 12.28)—, deben ser identificados y llamados a participar. En cada congregación existen personas con cualidades individuales que nutren en un alto grado los cambios creativos por medio de una relación de cercanía (respetando y cuidando a los demás), y con la capacidad de comprender empáticamente con autenticidad y congruencia.<sup>17</sup> Este tipo de individuo crece y posee calidez personal, amor por las personas, una autoestima incommovible, vivacidad contagiosa, una fe dinámica y confianza en el universo, además de una capacidad demostrable de crecimiento a partir de sus pérdidas y de sus experiencias dolorosas.

Las otras personas se sienten más plenas en su presencia. Son personas que brindan cuidado naturalmente. El pastor o el comité que recluta a los miembros potenciales del equipo para el cuidado puede identificar a estas personas simplemente reconociéndolas porque otras buscan apoyo en ellas espontáneamente. Aquellas que *no* deberían reclutarse para formar parte de un equipo de cuidado (y que deberían canalizarse de manera amable, pero firme hacia otros servicios, si se ofrecen como voluntarias) son las que llamamos «personas buenas». Estas personas pueden estar fuertemente motivadas por una necesidad poderosa de estar al servicio de otros, pero, por lo general, no cuentan con la apertura suficiente como para estar dispuestas a aprender. Igualmente importante es evitar a las personas que no guardan una confidencia. ¡Es *crucial* que todos los miembros del equipo mantengan esta comunicación privilegiada en absoluta confidencialidad!

Entre los que se reclúan para un equipo para el cuidado, resulta importante que se incluya a personas de ambos sexos, de edades y experiencias de vida variadas.<sup>18</sup> Además es de ayuda tener miembros de Alcohólicos Anónimos de ambos sexos con sobriedad estable, un miembro experimentado de Al-Anón, un médico, una persona de negocios con experiencia, un miembro, al menos, con alguna profesión dedicada al asesoramiento y la terapia, incluyendo algún asistente social o funcionario de la agencia de servicio de la comunidad que conoce los recursos existentes para la derivación. También es importante reclutar a las personas que han crecido a partir de sus pérdidas y de las tragedias en su propia vida, como, por ejemplo, personas que han perdido un hijo/a por causa del cáncer, han atravesado un divorcio o el fallecimiento de su pareja, han sobrevivido a un gran accidente o cirugía, etc. Estas personas muchas veces tienen recursos ocultos de los cuales no son conscientes. Pueden relacionarse como «sanadores heridos» (Henri Nouwen) con otros que atraviesan una crisis.

En el momento en que se recluta a las personas que se va a capacitar, es importante decirles que deben comprometerse a completar la capacitación básica. Pero debería aclarárseles que ellas mismas deberán tomar las decisiones concernientes a la continuidad de su participación (en consulta con los capacitadores) al final de la capacitación inicial. Afortunadamente, la capacitación misma por medio de experiencias es un excelente proceso natural que permite dejar todo a la vista. Algunas personas descubren durante la capacitación que no son particularmente eficaces en la tarea de cuidado. Deberían ser alentadas a servir en áreas de la vida de sus congregaciones que no requieran de muchas habilidades interpersonales. Las personas que deciden no continuar luego de su capacitación deben poder dejar el grupo sin sentirse culpables ni fracasadas. Cualesquiera sean las técnicas para el cuidado que aprendieron, podrán utilizarlas productivamente en sus propias relaciones.

La eficacia de los programas de capacitación de laicos para el cuidado está directamente relacionada con la selección de las personas que van a ser capacitadas y con el rigor del programa de capacitación. Aun las personas con fuertes aptitudes naturales para el cuidado necesitan desarrollarlas por medio de la capacitación permanente en el servicio. Como todo eficaz equipo laico para el cuidado debe trabajar cerca del pastor, y es ventajoso que él mismo se involucre en la selección y la capacitación. Si se otorga la responsabilidad de la selección y de la capacitación a un grupo de laicos, éste debe funcionar en consulta cercana con el pastor. Si el pastor tiene una fuerte preparación en psicología pastoral y asesoramiento, puede ser el principal capacitador del grupo. De cualquier manera, el pastor debe proveer de las perspectivas teológicas y bíblicas y ayudar a definir el rol del equipo en el programa global de cuidado pastoral de la congregación. Existen pocas maneras, si es que las

hay, en las que los pastores puedan invertir su experiencia profesional recibiendo tan ricos dividendos como ayudando a un equipo laico dedicado al cuidado. En mi experiencia, la conciencia de que uno está multiplicando el propio ministerio en progresión geométrica, al ayudar a la capacitación, la inspiración y la supervisión de un equipo de co-ministros, es profundamente satisfactoria. El sentido de compañerismo entre colegas y de ministerio mutuo que se desarrolla dentro de un equipo dedicado al cuidado puede nutrir y brindar energía tanto al pastor como a los miembros del equipo.

*Segundo paso: capacitación básica.* La mayor parte de los formatos variados que se utilizan en los programas de capacitación comienza con un período de intensa formación y capacitación del equipo en las herramientas fundamentales de la ayuda. El entrenamiento básico de los grupos mencionados anteriormente consiste en dos fines de semana de retiros de capacitación en un predio de la iglesia en las montañas, mes por medio. Para dar una imagen del flujo y del contenido de un enfoque de la capacitación de laicos, describiré el proceso utilizado por este grupo. Luego de la cena del viernes a la noche durante el primer fin de semana, hicimos un ejercicio para conocernos, y luego los co-capacitadores hablamos brevemente sobre nuestras esperanzas y expectativas en esta capacitación, haciendo énfasis en los siguientes temas:

El propósito de estas jornadas de capacitación es acrecentar nuestras habilidades para relacionarnos de manera de ayudar y fortalecer a otros. Para lograr esto, necesitamos ser lo más conscientes posibles de *nuestras* relaciones, incluyendo los bloqueos y los sentimientos que otros despiertan en nosotros (y viceversa), y de mejores formas de comunicación. Por lo tanto, nos concentraremos en la manera en que somos conscientes de nosotros mismos y de otros. Otro propósito es comprender los modos en que se establecen relaciones de ayuda y ser conscientes de la teología de estas relaciones. La capacitación también tendrá como meta la adquisición de ciertas herramientas para la ayuda que son útiles en las relaciones. Estas herramientas serán el principal tema durante nuestro segundo fin de semana de reuniones, luego de que hayamos trabajado juntos para construir los fundamentos para esta conciencia y para las relaciones. No obstante, como la esencia de cualquier relación de ayuda es una experiencia de relación rica y plenamente mutua, seguiremos trabajando sobre ella a lo largo de nuestra capacitación.<sup>19</sup>

Las personas a ser capacitadas fueron luego invitadas a decir lo que esperaban obtener de su entrenamiento. Se estableció un contrato grupal tentativo, definiendo los objetivos del fin de semana y cómo se utilizaría el tiempo, que

reflejaba las esperanzas y los objetivos tanto de los capacitadores como de los alumnos. Se dedicaron dos horas durante la noche del viernes a realizar ejercicios de comunicación diseñados para aumentar la conciencia de uno mismo y del otro y para construir un clima de confianza dentro del grupo.<sup>20</sup>

El sábado a la mañana, luego de un período de sintonizar espiritual por medio de la oración, la meditación y el uso guiado de imágenes, hubo una presentación dialogada realizada por los co-líderes acerca del «proceso de crecimiento en los grupos que comparten tareas». Luego se dedicaron tres horas al trabajo en dos subgrupos donde los alumnos trabajaron sobre sus propios sentimientos y relaciones. Estas personas habían sido elegidas por sus aptitudes para ayudar, pero (inesperadamente) la oportunidad de compartir abiertamente trajo a la superficie rápidamente su dolor humano y su soledad. La devolución sobre lo ocurrido a la mañana mostró que la profundidad de la comunicación había sido poderosa y había afianzado la confianza para muchos.

La experiencia de duelo, como crisis universal, provee de un contexto ideal para enseñar técnicas para la ayuda. Luego del almuerzo y de un partido de vóley, los co-capacitadores hablaron candorosamente acerca de sus propias experiencias recientes de pérdida. Luego, en grupos de crecimiento de seis personas cada uno, que centraron su tarea en las palabras bíblicas «bienaventurados los que lloran porque ellos recibirán consolación», cada persona tuvo la oportunidad de compartir algo que le causó entrar en duelo o sentir dolor. Se sugirió que los miembros del grupo se consolaran sin palabras para permitir el uso de un amplio abanico de maneras de comunicar los sentimientos fuertes. Estos poderosos grupos para compartir decidieron reunirse nuevamente el sábado a la noche. Uno de ellos continuó reunido hasta las dos de la mañana.

El domingo, el foco de la capacitación viró hacia la práctica explícita con las herramientas. Luego de algunos comentarios sobre la centralidad de la habilidad para escuchar en toda tarea de cuidado, los co-capacitadores demostraron qué significa *escuchar respondiendo* turnándose para responder con empatía los sentimientos vivos del otro.<sup>21</sup> Luego los alumnos se dividieron en grupos de tres para realizar una práctica de la realidad, turnándose para expresar sus sentimientos, ser los que escuchan y responden y desempeñar el rol de entrenador y observador. Los capacitadores circularon entre estos grupos pequeños para aportar con su supervisión. Esto fue seguido por una sesión sobre «la teología de las relaciones de ayuda» donde miembros del grupo compartieron las perspectivas bíblicas que habían cobrado vida para ellos durante el fin de semana. Luego continuó una calurosa discusión sobre «qué precisan nuestra iglesia y nuestra comunidad de un grupo samaritano».<sup>22</sup> El grupo fue señalando metas tentativas para la acción a medida que discutía sobre los usos posibles de su capacitación en la tarea de cuidado. Luego siguió una

evaluación grupal del fin de semana y de la tarea que debía realizarse antes del próximo retiro de capacitación: por ejemplo, practicar diariamente la técnica de escuchar respondiendo, reflexionar más sobre las necesidades de cuidado en la iglesia y en la comunidad, y leer uno de los libros recomendados. Después del almuerzo el grupo cerró el evento con una celebración de adoración al aire libre planeada por un grupo pequeño de alumnos que debía recoger las principales enseñanzas del fin de semana. ¡Nunca en mi experiencia anterior había visto a un grupo más sintonizado y sensibilizado con relación al cuidado, luego de haber estado tan poco tiempo juntos! El hecho de que sólo una persona no asistió al segundo fin de semana de capacitación que se realizó un mes después indica lo significativo de este primer fin de semana. En la sesión de apertura para «volver a conectarse», del viernes a la noche, se compartieron hechos importantes en la vida de los alumnos, que resultaron de su primera experiencia de capacitación: por ejemplo, dos mujeres informaron que habían podido escuchar de una nueva manera a sus adolescentes. El resto de la noche del viernes se dedicó a una reunión de los dos grupos de crecimiento seguida por una sesión de música creativa y movida. La mayor parte del sábado a la mañana se dedicó a introducir al grupo al método de ayuda en las crisis ABCD (que se describe en el capítulo 8). Este enfoque se presentó de la siguiente manera:

Primero, los co-líderes presentaron el modelo como «una herramienta básica para el cuidado y la ayuda, que puede adaptarse para ayudar a la gente a sobrellevar muchos tipos de crisis de manera constructiva». Luego los alumnos hicieron una revisión de los cuatro pasos, concluyendo con «Usted ya ha aprendido el primer paso. Escuchar respondiendo *es* la principal manera en que se establece y fortalece una relación de confianza.»

En segundo lugar, como una demostración en vivo sobre cómo usar este método, mi co-capacitador me asesoró sobre la manera de enfrentar una mini-crisis por la cual estaba pasando en ese momento (un editor había rechazado un manuscrito mío).

Tercero, la mayor parte del tiempo restante del sábado a la mañana se dedicó al trabajo en dos grupos que hicieron práctica de la realidad. Los alumnos tuvieron la oportunidad de utilizar el método ABCD a medida que trabajaban con las luchas y dolores reales de los demás. Los co-capacitadores supervisaron estos grupos de práctica de la realidad. Luego de una caminata que se realizó a la tarde temprano, los capacitadores ayudaron a todo el grupo a aplicar el modelo aprendido a tres tipos comunes de crisis humanas: ser una persona nueva en una comunidad, la hospitalización y la aflicción.

El sábado a la noche, todo el grupo participó en una lluvia de ideas sobre la pregunta: «¿qué acciones debería realizar nuestro grupo para responder a las necesidades insatisfechas de cuidado en nuestra iglesia y en nuestra

comunidad?». Se compartieron las ideas y se eligió un comité para establecer las prioridades y recomendar los pasos que debían darse. Esto fue seguido por un momento de canto y de socialización muy alegre. Cuando el comité presentó su informe el domingo a la mañana, la discusión fue muy intensa. El grupo acordó un plan de acción y la capacitación básica se concluyó con una liturgia de adoración para celebrar el crecimiento que habíamos experimentado y el compromiso que el grupo había desarrollado para con el ministerio de la plenitud y el cuidado.<sup>23</sup>

El enfoque de capacitación básica utilizado en la Iglesia Metodista empleó muchos de los métodos y ejercicios que describo con anterioridad. Pero el formato para la capacitación consistió en dos retiros de siete horas de duración (un domingo a la tarde y noche) que se llevaron a cabo en la iglesia con dos semanas de distancia entre sí.<sup>24</sup> Hubo un énfasis más fuerte que en la Iglesia Unida de Cristo sobre la tarea explícita de desarrollar un programa de cuidado para la congregación. Se utilizó intensamente algún tiempo para afianzar al grupo y acercar el comienzo del proyecto de capacitación. Esto es esencial como un fundamento para realizar cualquier capacitación de laicos.

*Tercer paso: visitas de capacitación supervisadas.* Luego de completar el entrenamiento básico, los capacitados deberían ejercitar su opción de decidir si continuarían o no con el programa de cuidado. Los que eligen hacerlo deberían comenzar a realizar visitas a personas que necesitan cuidado y a participar en un grupo de supervisión mensual o bimestral centrado en el aprendizaje que se obtiene de las visitas.<sup>25</sup> Para optimizar este aprendizaje, los miembros del grupo deberían ser alentados a escribir brevemente las crónicas de los intercambios significativos que hubo entre ellos y las personas que visitaron. Estas se utilizan en las sesiones de supervisión.

Es sabio asignar a las personas recién capacitadas situaciones de bajo riesgo —por ejemplo, la persona nueva, la persona que debe permanecer en su casa, o los ancianos— en lugar de encomendarle la tarea con personas que se sabe que atraviesan crisis mayores. A medida que los laicos dedicados al cuidado crecen en confianza y en competencia, puede asignárseles visitas que requieran habilidades más refinadas para brindar ayuda en las crisis: por ejemplo, los afligidos, los enfermos, familias con enfermos terminales, los que están atravesando una separación o un divorcio, o padres con hijos gravemente discapacitados. El pastor o un capacitador debería proveerles de una instrucción especial para el cuidado ante determinados problemas antes y después de las visitas que realicen a los que sufren esas desgracias. Se debería invitar a especialistas para que asesoren durante las sesiones de supervisión que tratan temas particulares: por ejemplo, un miembro de Alcohólicos Anónimos y otro de Al-Anon pueden dar una charla al equipo sobre cómo trabajar eficazmente con los alcohólicos y sus familias.



La ansiedad inicial de los laicos dedicados al cuidado es, por lo general, dolorosamente alta aun si el tipo de visitas que se les piden le parecen poco riesgosas al pastor. Para ayudarles a mantener su ansiedad sin interferir en su eficacia, es bueno sugerirles que hagan sus visitas de a dos para apoyarse mutuamente. Esto también tiende a aumentar significativamente el aprendizaje permitiendo que las dos personas analicen la visita de inmediato, dándose una a la otra la devolución concerniente a las fuerzas y las debilidades de lo que cada una ha dicho y hecho. Escribir la crónica de segmentos importantes de la visita, para utilizar en las sesiones de supervisión, al comienzo resulta riesgoso, pero es algo muy valioso para la mayoría de los capacitados.

Al utilizar la crónica en la capacitación, debería darse un marcado apoyo a sus puntos fuertes y sólo una crítica amable a sus debilidades.<sup>26</sup> Luego de examinar los intercambios cruciales de una crónica (escrita u oral) la persona que la presentó debería ser invitada a desempeñar el rol de ayudado mientras otras ponen en práctica varios enfoques del cuidado.

Es esencial que el pastor esté cerca de los laicos que se dedican al cuidado especialmente durante las primeras etapas de su tarea. En muchos casos encuentran que es algo mucho más difícil de lo que imaginaban. El pastor debería permitir que los laicos dedicados al cuidado sepan que los canales de ayuda están abiertos cada vez que se sientan inseguros acerca de lo que deben hacer o toda vez que una de las personas ayudadas parezca tener necesidad de la atención pastoral o de algún otro profesional capacitado. ¡Las líneas de comunicación deberían estar siempre abiertas con el pastor y otros profesionales de apoyo para consulta y derivaciones!

El diseño de capacitación continua que el equipo de la Iglesia Metodista encontró que más le ayudaba se construyó alrededor de una reunión de tres horas una vez por mes (celebrada los domingos por la tarde). En esa oportunidad el pastor compartía información acerca de las personas que necesitaban ser visitadas. Los miembros del equipo luego elegían dos nombres; las visitas se hacían de a dos durante la siguiente hora y cuarto. Luego todo el equipo volvía a reunirse en la iglesia para recibir supervisión de sus visitas y compartir sus sentimientos y cuestiones personales. A pesar de que este formato impedía la oportunidad de escribir crónicas, dos miembros del equipo que habían hecho una visita juntos a veces realizaban un «role-playing» de los segmentos más sorprendentes o eficaces de la visita que acababan de realizar. Al final de cada sesión de supervisión, los miembros elegían un problema particular que había surgido durante una de las visitas sobre el cual querían focalizar la siguiente reunión. Los capacitadores sugerían lecturas sobre ese problema para el tiempo entre sesiones.

*Cuarto paso: reunión anual para reforzar y renovar el compromiso.* Por lo menos una vez al año el grupo de cuidado debería tener una reunión de viernes a la

noche y todo el sábado un retiro de fin de semana para evaluar su servicio a los demás, fortalecer sus recursos para el cuidado, renovar su compromiso con el programa (si deciden continuar durante otro año) o despedirse si desean no hacerlo, e integrar personas nuevas al equipo.<sup>27</sup> Tanto los grupos de la Iglesia Unida de Cristo como el de la Iglesia Metodista se convirtieron en pequeñas comunidades de cuidado para sus miembros incluyendo a sus capacitadores. Entre nosotros creció un fuerte nexo, fortalecido tanto por el hecho de compartir el ministerio con otros como por el cuidado mutuo que se desarrolló entre nosotros. Durante el primer año de existencia del grupo metodista, dos de los miembros experimentaron la pérdida de sus padres y una mujer descubrió que su larga lucha contra una enfermedad había empeorado. Descubrimos que sólo cuando respondemos con cuidado a las necesidades mutuas somos capaces de alcanzar con eficacia a las personas que están fuera del grupo.<sup>28</sup> Es necesario mantener equilibrado el cuidado de otras personas y el apoyo y el crecimiento personales dentro del grupo.

Si queremos que los equipos laicos para el cuidado funcionen bien, sus satisfacciones deben superar la ansiedad y frustraciones de su experiencia. Las satisfacciones que pueden obtener las personas incluyen:

El gozo de la apertura, de la franqueza y de la atmósfera en favor de la vida que caracteriza al grupo, su compromiso con el aprendizaje en equipo y con hacer cosas significativas; la satisfacción de crecer en competencia interpersonal: descubriendo que uno *puede* relacionarse de modo de ayudar más; la oportunidad de ser parte de una iglesia que emerge —una red creativa de cuidado, apoyo y crecimiento mutuos— e infiltrar a la iglesia actual con este nuevo espíritu; ser parte de un grupo de apoyo que ayuda a los capacitados y a los líderes a sobrellevar de manera constructiva su dolor y soledad personales.

Estos son algunos aprendizajes significativos que se obtuvieron de estas dos experiencias de capacitación: es importante que el «contrato» entre los líderes y los miembros del grupo sea claro y mutuamente aceptado desde un comienzo. Esto requiere una declaración explícita por parte del líder y capacitador en relación con las metas del grupo; por ejemplo, que lo primordial es capacitarse para ayudar a otros y para lograr el crecimiento personal necesario para hacer que esta ayuda sea eficaz ... Es importante amalgamar y equilibrar desde un comienzo los tres ingredientes básicos en el entrenamiento eficaz de los laicos: recibir conceptos funcionales; crecer personalmente y en experiencias en la construcción de relaciones; poner en práctica habilidades y supervisión ... La manera más eficaz de hacerlo es por medio del método inductivo de enseñanza de técnicas de ayuda. Esto significa comenzar con una experiencia de aprendizaje

de algún tipo (p. ej., el «role-playing», la demostración en vivo o la crónica de una visita) y luego, a través del grupo de reflexión, sacar como conclusión los principios del cuidado que son operativos en esa experiencia ... Es bueno utilizar solamente modelos operativos simples —por ejemplo, el método de ayuda en los momentos de crisis—, en las sesiones en las que se recibe capacitación y en las que se practican las herramientas y habilidades ... La enseñanza de la comprensión de la dinámica humana puede darse mejor enfocando algunos problemas comunes que hayan experimentado las personas que están capacitándose, como, por ejemplo, aflicción, enfermedad, envejecimiento, una mudanza... Trate de usar desde un comienzo las habilidades y las ideas de todas las personas que están capacitándose involucrándolas en la planificación de sus propias metas de aprendizaje y de sus logros de experiencias. Es importante que haya discusiones grupales frecuentes de evaluación durante la capacitación. El capacitador debe estar abierto a renegociar el acuerdo original con el grupo teniendo en cuenta las necesidades emergentes: las del grupo, las propias y las de la congregación y de la comunidad. Deberían utilizarse recursos teológicos a lo largo de la capacitación. Es importante que los líderes estén abiertos a lo que es teológicamente significativo para las personas que se capacitan en relación con el *por qué* de su cuidado, con la necesidad de encarnar verdades teológicas en las relaciones de cuidado, y con la necesidad de asociarse en favor de la vida con el Espíritu creador del universo y su trabajo de cuidado. La reflexión teológica que realiza el grupo puede ayudarle a capturar las enseñanzas que están potencialmente disponibles en los momentos preciosos en los que las verdades teológicas implícitas en todas las relaciones íntimas se hacen más transparentes; ¡momentos en los que el tiempo se detiene y uno sabe que está pisando suelo santo! Los que están involucrados en los ministerios de cuidado de personas encuentran este tipo de momentos con frecuencia; por ejemplo, cuando están con personas que atraviesan el valle de sombras de muerte o con personas que alcanzaron la cima y celebran uno de los hitos de su vida.<sup>29</sup>

### Grupos de auto-ayuda

El florecimiento de grupos de auto-ayuda es una manifestación alentadora en la escena contemporánea del cuidado y del asesoramiento. Muestra que el renacimiento de los laicos es una realidad viva, no sólo en las iglesias, sino también en todo el campo de la sanidad y de la salud.<sup>30</sup> El poder de la sanidad mutua disponible en las personas y grupos no profesionales se hace cada vez más evidente en los grupos de auto-ayuda de diversos tipos, que florecen en nuestras comunidades. Piensen en un momento en las tremendas implicaciones de lo que sucedió en Alcohólicos Anónimos, el abuelo y modelo de los grupos

de auto-ayuda. En 1980 más de un millón de alcohólicos recuperados en Alcohólicos Anónimos en alrededor de ciento diez países eran milagros vivientes, que demostraban el poder sanador de la espiritualidad centrada en grupos de auto-ayuda. Su eficiencia es una confirmación dramática de la sabiduría de llevar adelante un ministerio *mutuo* entre los laicos, por ellos y para ellos, una arremetida dominante en el programa de cuidado de una iglesia. Existe una mina de oro, por lo general no descubierta, de cuidado y ayuda que puede desarrollarse incrementando los grupos de auto-ayuda formados por laicos en cualquier iglesia. El grupo de auto-ayuda puede aplicarse en una variedad de maneras para fortalecer el programa de cuidado de una congregación.

Con anterioridad en este capítulo, se sugirió que las personas que han crecido como resultado de haber capeado problemas dolorosos en la vida deberían ser relacionadas con otras que están enfrentado problemas similares, a las que pueden darles el apoyo, la comprensión y la guía práctica de alguien que ha vivido la experiencia sobrellevándola constructivamente. Una extensión natural de la práctica de vincular a las personas para el cuidado mutuo es crear grupos cerrados informales de tres o más personas que luchan con problemas, discapacidades, pérdidas y crisis similares. Cuando estos grupos cerrados comienzan a ayudarse mutuamente, atraen a otros con necesidades similares. El liderazgo laico potencial para estos *grupos cerrados de ayuda* ya está disponible en casi todas las congregaciones. Con una supervisión mínima y continuo apoyo y sostén por parte del pastor, muchas personas que habían utilizado sus problemas como oportunidades para el crecimiento pueden aprender las habilidades para liderar un grupo de ayuda mutua. Cada vez que un pastor descubre a dos o más individuos o familias con un problema en común, puede invitarlos a reunirse informalmente para compartir lo que han aprendido.<sup>31</sup> Estas personas, por lo general, descubren que pueden ayudarse unas a otras de distintas maneras, y en algunos casos *más* que los profesionales que no han experimentado sus problemas.

La variedad de situaciones humanas en las que puede aplicarse el modelo de grupo de auto-ayuda es casi ilimitada. Cada iglesia debería tener grupos cerrados para el cuidado de personas que están atravesando el estrés del divorcio, del desempleo, de criar a un hijo minusválido, de la jubilación, de una mudanza, de vivir con un alcohólico o una persona emocionalmente perturbada (y la mayor parte de los otros problemas que aparecen en la lista de la Escala del estrés, de Holmes-Rahe). Los grupos de ayuda cerrados también deberían ser desarrollados para personas —p. ej., mujeres, miembros de grupos minoritarios, ancianos— cuyos potenciales de crecimiento están asfixiados por prácticas y por prejuicios opresivos en lo económico, lo institucional o lo social, con la finalidad de combinar el apoyo con el despertar de su conciencia.

En las congregaciones pequeñas o medianas puede formarse un solo grupo para compartir, integrado por personas que experimentan cualquier tipo de crisis o pérdida. Las congregaciones más grandes pueden encontrar que es factible y de ayuda tener grupos cerrados de cuidado por separado para aquellos que sufren pérdidas que les son comunes, como el divorcio. La congregación debería ser arrojada e imaginativa como para experimentar una variedad de grupos de auto-ayuda en su programa de cuidado, y abrir el uso de sus instalaciones a los grupos de auto-ayuda de la comunidad.

¿Cuál debería ser la función de los pastores y de otros profesionales que se dedican a ayudar en relación con los grupos de auto-ayuda en la iglesia? Deberían reconocer que no pueden ser los líderes permanentes de esos grupos a no ser que hayan experimentado el tipo de problema que hizo que el grupo se formara. Un pastor (u otro profesional) puede tener estas funciones: (1) invitar a las personas que tienen una cuestión en común a formar un núcleo del cual puede crecer el grupo de auto-ayuda; (2) dar apoyo moral permanente al grupo y a sus líderes; (3) derivar otras personas al grupo; (4) estar disponible como asesor cuando el grupo lo invita, como, por ejemplo, cuando hablan del crecimiento espiritual; (5) solicitar la guía de los miembros del grupo cuando asesora a personas que enfrentan el problema sobre el cual el grupo se está enfocando.

Entre los grupos de auto-ayuda que deberían experimentar las iglesias tendría que existir un grupo en el cual se aplicaran los doce pasos del programa de recuperación y crecimiento de Alcohólicos Anónimos a otros tipos de problemas con los que luchan algunos de los miembros. Los pasos de Alcohólicos Anónimos representan una sistematización de algunos de los preceptos fundamentales de nuestra tradición religiosa: conciencia de la necesidad, arrepentimiento (el sometimiento del narcisismo), apertura y dependencia de Dios, auto-examen, confesión sincera, restitución, renovación, profundización del contrato con Dios, y el compartir la nueva vida que uno ha encontrado con aquellos que están necesitados. Bien puede ser que estos pasos provean de un camino por el cual eventualmente se brinde un enfoque claramente religioso al asesoramiento del grupo.<sup>32</sup>

Tal como lo han descubierto grupos como Al-Anón, Jugadores Anónimos, Gordos Anónimos y Neuróticos Anónimos, los pasos de Alcohólicos Anónimos se adaptan rápidamente a los problemas de los no alcohólicos. La dificultad de desarrollar este tipo de grupos para gente normal (con problemas mejor escondidos) es que muchos no son conscientes de cuán disminuida está su vida a causa de estos problemas. Para ser eficaz, el grupo debería estar integrado por personas que tienen *heridas* en alguna parte de su vida y *son conscientes* de este dolor. El liderazgo de este tipo de grupo debería ser rotativo. Los líderes deberían tener una perspectiva laica, o sea, deberían hacer claras sus

necesidades y participar plenamente en la búsqueda de sanidad y ayuda que hace el grupo. No pueden quedarse aparte como líderes o terapeutas, sin dañar la dinámica terapéutica fundamental del grupo de auto-ayuda. Los profesionales que han experimentado y encontrado soluciones factibles a problemas similares a los que se comparten en el grupo son líderes ideales, siempre que tengan una humildad genuina y sean conscientes de sus propias necesidades para continuar creciendo. Sin estas cualidades, pueden alienar a otros con una actitud no realista de «yo lo he logrado». Los líderes deberían ser un modelo de apertura al discutir sus propias y perennes luchas, así como al compartir lo que ha sido útil para ellos. Esta apertura es contagiosa. La preparación para liderar un grupo de auto-ayuda según el modelo de Alcohólicos Anónimos debe incluir el estudio de los principios de esta organización y la asistencia a varias de sus reuniones abiertas.

Las palabras de la Segunda Asamblea General del Consejo Mundial de Iglesias todavía mantienen todo su poder y resultan importantes para el día de hoy: «La Iglesia es enviada al mundo como una comunidad que ministra, no sólo en el sentido de que las partes se sirven entre sí, sino que todas sirven al mundo».<sup>33</sup> El programa completo de cuidado a cargo de los laicos en una iglesia debería alcanzar con su ministerio a las personas necesitadas, en la comunidad amplia y en el mundo así como dentro de la misma congregación. ¡A medida que se tome en serio el pastorado de todos los creyentes y se lo lleve adelante en las iglesias, una nueva fuerza sanadora será liberada en la vida de la comunidad!

### Sesión de práctica de la realidad

EL ROL DEL MIEMBRO DE LA IGLESIA: Usted es un laico que recibe capacitación en métodos de cuidado a cargo de laicos (es ideal contar con un grupo de dos a cinco personas).

EL ROL DEL PASTOR: En la sesión de capacitación, instruya a los laicos en cómo usar el método para la intervención en momentos de crisis.

EL ROL DEL OBSERVADOR-SUPERVISOR: Haga una devolución de los métodos de capacitación que utiliza el pastor, en particular amalgamando la instrucción cognitiva y la experimentación práctica de los métodos.

## CAPÍTULO 17

### **¿Cómo lograr que continúen creciendo las capacidades para el cuidado y el asesoramiento?**

Los docentes de asesoramiento pastoral reciben ocasionalmente las preguntas de pastores y estudiantes de teología: «¿A dónde debo ir desde acá? Soy consciente de que necesito más capacitación para las tareas de cuidado y asesoramiento. ¿Cómo continúo creciendo en este arte pastoral? ¿Qué otro tipo de habilidades y de sensibilidad preciso y qué tipo de experiencias de capacitación son las que más ayudan para adquirirlas?» Este capítulo es un intento por responder a tan importantes preguntas.

#### **La clave: la personalidad del pastor**

Los estudios empíricos han identificado tres características cruciales en un asesor, que reciben con asiduidad el nombre de «tríada terapéutica».<sup>1</sup> Cuando están presentes en la persona que ayuda y son percibidas por la persona ayudada, la persona tiende a utilizar la relación para la sanidad y el crecimiento. Estas características son *congruencia*, *calidez no posesiva* (cuidado y respeto) y *comprensión empática*.<sup>2</sup>

La congruencia, en este contexto, implica ser genuino interiormente, saberse integrar y ser abierto. Rogers observa: «La enseñanza fundamental para cualquiera que desea establecer algún tipo de relación de ayuda es que es seguro ser verdaderamente transparente».<sup>3</sup> Lo opuesto a la congruencia es ser falso o vivir aparentando. En estas personas existe una incongruencia entre sus palabras y sus verdaderos sentimientos.

Las personas que han tenido que esconder de otros sus sentimientos reales por largos períodos con el fin de sentirse aceptadas, pueden eventualmente no

tener conciencia de muchos de sus propios sentimientos. Esos sentimientos reprimidos producen puntos ciegos emocionales, que se encuentran frecuentemente en las áreas de la hostilidad, la agresividad, la sexualidad y la ternura. Los puntos ciegos del asesor le impiden ser interiormente congruente en estas áreas, es decir, ser lo que verdaderamente es. Esto hace que la persona no se relacione terapéuticamente con otras en estas áreas bloqueadas. «Cada persona es una isla en sí misma... Sólo puede construir puentes hacia otras islas si está dispuesta en primer lugar a ser ella misma».<sup>4</sup>

Experimentar una consideración positiva incondicional (el término que utiliza Rogers para referirse a la calidez que no es posesiva) es experimentar el equivalente humano de la gracia en una relación. La gracia es el amor que uno no tiene que aprender porque ya está *allí* en una relación. Rogers declara:

En verdad sólo al experimentar una relación en la cual es amado (algo muy cercano, creo, a lo que los teólogos llaman *ágape*), el individuo puede comenzar a tener un respeto emergente, una aceptación y, finalmente, hasta cariño por sí mismo. En la medida en que comienza a sentirse a sí mismo como alguien digno de ser amado y valioso, a pesar de sus errores, puede empezar a sentir amor y ternura por otros.<sup>5</sup>

La consideración positiva incondicional es una mezcla de calidez, de gusto, de cuidado, de aceptación, de interés y de respeto por la persona. Un estudio significativo realizado por Julius Seeman «descubrió que el éxito en la psicoterapia está asociado íntimamente con el hecho de que paciente y terapeuta se gusten y respeten con fuerza y de modo creciente».<sup>6</sup> El asesor se convierte en un guía y un compañero en una relación humana cálida que ayuda a los pacientes a encontrar el coraje para enfrentar su situación, sobrellevar su carga o realizar una travesía temerosa por las áreas inexploradas de su personalidad. En las palabras de Buber, la consideración positiva incondicional es la capacidad del asesor por establecer relaciones yo-tú.

La comprensión empática significa entrar en el mundo interior de significados y sentimientos profundos de la persona al escuchar con una conciencia de cuidado. La oración continua del asesor pastoral bien podría ser el verso del himno «Quita la oscuridad de mi alma». Afortunadamente para la mayoría de nosotros, aun «el intento poco eficaz y lleno de errores por comprender las confusas complejidades de los significados del paciente» muchas veces ayuda.<sup>7</sup>

Una de las barreras para la comprensión empática es nuestro narcisismo defensivo. En la medida en que estamos demasiado interesados en nosotros mismos, nos resulta imposible penetrar en el mundo interior de otra persona. Estar absorbido por uno mismo y la conciencia profunda de uno mismo son

condiciones psicológicamente opuestas. Las personas que están centradas en sí mismas son conscientes principalmente de su propia inseguridad dolorosa, de sus sentimientos de inferioridad y de la necesidad que les exige afirmación y atención. La pregunta que los consume es: «¿Lograré satisfacer *mis* necesidades de aprobación?». Esta cuestión bloquea la conciencia de sus propios sentimientos más profundos y limita su capacidad de empatía.

Además de las tres cualidades para un asesor que acabo de describir, agregaría otra: tener *un fuerte sentido interior de la propia identidad* como persona. Una estudiante de teología, al reflexionar sobre una sesión de práctica de la realidad en la cual desempeñó el rol de «miembro de la iglesia», dijo al asesor: «Sentí su compasión pero no la esperanza de que su fuerza y sus conocimientos me ayudarían a recomponerme y a prepararme para una relación de trabajo en común». Para evitar esto, los pastores necesitan ese sentido firme de su identidad y de su valor personal que es el núcleo de la fuerza que tiene el ego. Los asesores son capaces de ser sensibles y de responder a las necesidades de otros en el grado en que posean una conciencia centrada de su propio valor y de su persona. Las personas que no están centradas se encuentran fuera del límite del único punto focal seguro para lograr una autoestima y una identidad estables. «Entregan su poder» (como lo dijo un terapeuta gestáltico) permitiendo que otros definan su valor de acuerdo con evaluaciones externas.

Una quinta cualidad esencial del asesor (que mencioné con anterioridad) es la actitud terapéutica que describe Henri Nouwen como la del «*sanador herido*». Esto resulta de la conciencia vivida de la afinidad que uno tiene con la enfermedad y el pecado, la soledad, la alienación y la desesperación de una persona turbada. Esta actitud comienza a surgir a medida que los pastores sentimos, en la presencia de una persona con alcoholismo, con psicosis, con impulsos suicidas, que «ahí voy yo sino fuera por la gracia de Dios (y quizá un poco de buena suerte)». Surge más plenamente cuando avanzamos más allá de esto hacia la conciencia contraída: «*¡Ahí voy yo!*». Este sentimiento de alguna manera derriba las paredes que bloquean el flujo de fuerzas sanadoras en nuestras relaciones. Casi siempre es difícil aceptar que nuestro propio quebrantamiento está parcialmente sano cuando uno es «el que ayuda». Identificarse con la humanidad esencial de una persona desesperada amenaza nuestras frágiles defensas contra nuestra propia desesperación. Reconocer que el catatónico regresivo en un hospital mental es más parecido a nosotros que diferente sacude los propios fundamentos de la imagen defensiva que tenemos de nosotros mismos.<sup>8</sup> Aceptar esta verdad en un nivel profundo requiere que se rindan internamente los sentimientos sutiles de idolatría de sí mismo y de superioridad espiritual. Uno de mis estudiantes se refirió a esto como «bajarse de la omnipotencia». Una ventaja potencial del envejecimiento es que los *golpes* acumulados en la vida pueden hacer tambalear hasta cierto

grado nuestra fachada defensiva de pseudo-omnipotencia, que era más fácil de mantener durante nuestros años de jóvenes adultos. Aun una rendición parcial de nuestros sentimientos defensivos de superioridad ayuda a abrir la puerta a relaciones mutuamente sanadoras. De alguna manera logra derretir un agujero en la helada barrera del orgullo que mantiene a las personas a distancia de nosotros, en especial, a las que están turbadas.

Una sexta cualidad esencial de los asesores es *su vivacidad personal*. Si los asesores pastorales deben transmitir vida —alentar la vida en otros en toda su plenitud— nuestra tarea más importante (y muchas veces la más difícil) ¡es aprender a mantenernos lo más vivaces posible! ¡La vivacidad es contagiosa! ¡También lo es una actitud fúnebre! Piense un momento en lo deprimido que se siente luego de pasar aunque sea un corto tiempo con ciertas personas. Compare esto con la vivacidad gozosa que lo llena luego de haber pasado la misma cantidad de tiempo con otra gente.

### La capacitación profunda para el asesoramiento creativo

¿Qué tipo de aprendizajes permiten que los pastores utilicen las muchas facetas de su compleja personalidad de manera más creativa? ¿Qué experiencias destacarán su congruencia interior, su cuidado cálido y su comprensión empática; su sentido de identidad y valía; su capacidad para utilizar su quebrantamiento como fuente de sanidad; su vivacidad? Carroll A. Wise señala algo clave cuando dice: «El pastor necesita *conocerse a sí mismo* así como comprender los procesos dinámicos de la personalidad a medida que encuentran expresión en el asesorado».<sup>9</sup> Ser capaz de tener una relación de ayuda con otros depende de la capacidad de tener «una relación de ayuda consigo mismo».<sup>10</sup> La conciencia que tengamos de nosotros mismos cataliza el proceso de aumentar la conciencia en otros. Nuestra libertad interior nos ayuda a despertar la libertad en el espíritu de los demás. Rogers resume: «El grado en el cual puedo crear relaciones que faciliten el crecimiento de otros como personas separadas es una medida de crecimiento que he logrado en mí mismo».<sup>11</sup> Los comunicadores de la gracia deben haber experimentado la gracia. Los facilitadores de crecimiento deben ser personas que crezcan. Los agentes de renovación deben conocer de primera mano las luchas, la disciplina y el gozo de una renovación personal permanente. Permanecer vivo requiere el crecimiento continuo a lo largo de toda nuestra vida, en nuestra conciencia de la experiencia aquí y ahora, particularmente de nuestras propias profundidades interiores.

Como lo observa Dag Hammarskjöld, «El viaje más largo es el viaje interior».<sup>12</sup> Podemos establecer relaciones profundas y transformadoras con los

demás sólo en el grado en que estemos en contacto con nuestras propias profundidades y nos encontremos abiertos a la continua transformación dentro de nosotros.

¿Qué tipo de experiencias están abiertas a los pastores para que estimulen su crecimiento personal con más eficacia? Los cursos académicos, los seminarios y los libros (incluyendo éste) *per se* usualmente tienen efectos limitados en este nivel, a pesar de que pueden ser valiosos en lo cognitivo y para construir capacidades. Existen seis tipos de experiencias que proveen, en grados variados, un profundo *encuentro con uno mismo* que acelera el crecimiento personal del asesor: la psicoterapia, la educación en clínica pastoral, la supervisión del asesoramiento que uno realiza, los grupos de crecimiento, la práctica de la realidad y las disciplinas espirituales. Los créditos para el aprendizaje que se obtienen de estas experiencias, para citar un verso de Shakespeare, «agregan una vista preciosa al ojo».<sup>13</sup> Aumentan la capacidad para las relaciones centradas en el «tú».

Como algo óptimo, la *psicoterapia personal* debe ser parte integral de la capacitación de todo pastor. Ella puede profundizar y enriquecer el ministerio de cualquier persona. La psicoterapia tiende a agudizar la conciencia interpersonal y, previamente, hace que facetas inusuales de nuestra personalidad estén disponibles para una relación que destaque más a las personas. La personalidad de un pastor es su único instrumento para comunicar las buenas nuevas (por medio de las relaciones). La psicoterapia significa remover los bloqueos interiores que disminuyen la habilidad que tiene la personalidad de ser un instrumento tan bueno y eficaz como sea posible. La psicoterapia no puede y no necesita erradicar todos los bloqueos y conflictos interiores. Puede hacer que estemos lo suficientemente conscientes de aquellos que quedan para reducir drásticamente su interferencia en las relaciones que están en crecimiento. Sin la terapia personal, algunos pastores distorsionan su asesoramiento proyectando, sin darse cuenta, sus conflictos interiores y sus impulsos reprimidos en las relaciones.

Para muchos pastores, la terapia grupal es más eficaz que la psicoterapia individual porque ofrece oportunidades más amplias para tomar conciencia de las distorsiones interpersonales y de los problemas de transferencia, para confrontarse con las actitudes y el comportamiento propios que no son constructivos, y para experimentar una relación más creativa en el grupo. Se recomienda la terapia individual donde las distorsiones en las relaciones brotan principalmente de necesidades insatisfechas durante los años pre-escolares. La terapia grupal es ideal para rectificar las distorsiones que se derivan principalmente de la falta de adecuación posterior en la relación con los pares. Idealmente, la terapia de capacitación para un seminarista o para un pastor debería incluir a ambas.

Es imperativo que profesionales altamente capacitados —un especialista en asesoramiento pastoral, un psiquiatra, un asistente social, un psicólogo clínico— realicen la psicoterapia, tanto individual como grupal. Ya que se requiere de una capacitación extensa, y que escasean relativamente los terapeutas calificados, el costo es, generalmente, alto. Por lo general, la terapia grupal es más barata que la individual. Pero, cualquiera sea su costo, la psicoterapia individual es una inversión valiosa en el propio futuro y en la propia capacidad de relacionarse de un modo que implique crecimiento en todas las dimensiones del ministerio. Los pastores muchas veces tienen que hacer sacrificios financieros para recurrir a la terapia. Pero aquellos que lo hacen casi siempre descubren que es una de las experiencias de aprendizaje más valiosas de todo su proceso educativo, y que paga dividendos altos en los años subsiguientes tanto en lo personal como en lo profesional.

Para ayudar a los pastores a experimentar sanidad y crecimiento, los terapeutas deberían estar bien entrenados en psicoterapia profunda. Esto debería incluir su propia terapia personal. Deberían estar capacitados para tratar con material inconsciente: sueños, fantasías, asociaciones libres, sentimientos de transferencia. A lo largo de mis experiencias a través de los años con varios terapeutas que tenían distintas orientaciones, recomiendo un terapeuta ecléctico que comprenda la teoría de la psicodinámica de los psicólogos profundos (en particular, Freud y Jung) pero que utilice los métodos más activos de las terapias contemporáneas, especialmente la gestalt, la psicósíntesis y las terapias corporales. Estos métodos tienden a facilitar una sanidad y un crecimiento más rápidos que los métodos psicoanalíticos que no han sufrido modificaciones. Al pastor que está considerando la posibilidad de hacer terapia, le diré las palabras que Fritz Kunkel escribió en la solapa de la copia que yo tenía de uno de sus libros: «¡Buena suerte en el camino hacia abajo y hacia arriba!» (No comprendí sus palabras hasta unos años más tarde.)

*La educación en clínica pastoral (ECP)* también provee de un encuentro profundo con uno mismo. En unos cuatrocientos centros acreditados en los Estados Unidos, principalmente en los hospitales generales y psiquiátricos y en los institutos correccionales (y también en algunas pocas parroquias), estudiantes de teología y pastores dedican once semanas o más a trabajar bajo supervisión (de un capellán supervisor) con personas en crisis.

La capacitación en el trabajo clínico tiene muchos valores. Obliga al estudiante a enfrentarse con cuestiones, búsquedas y preguntas perturbadoras que conciernen a la dinámica del significado de la religión en la vida de las personas con problemas. Hace surgir una pregunta sobre la relevancia de las cosas que nos confrontan: «¿De qué manera la forma en que entiendo la religión es relevante a las necesidades reales de este enfermo mental (o delincuente, drogadicto, canceroso)?». La ECP nos ayuda a revelar las fuerzas

y las debilidades de nuestra forma de relacionarnos en todos los aspectos del ministerio. Nos provee de la oportunidad de aprender a trabajar con otras profesiones dedicadas a la ayuda, y de definir la función profesional única que nos es propia y la identidad pastoral con relación a aquellas y a la luz de la tradición que tenemos. La ECP también involucra la participación es un grupo de crecimiento personal que, por lo general, es muy valioso.

Los pastores de parroquias que toman un período sabático de tres meses para dedicarse a la ECP (como yo lo hice luego de casi una década de ministerio en una congregación) por lo general encuentran que se trata de una de las experiencias de aprendizaje más ricas de su vida. Algunos centros acreditados ofrecen cuatrimestres de extensión sobre una base de dos días por semana para aquellos que no pueden realizar una capacitación de tiempo completo. La capacitación clínica, tanto de tiempo completo como de medio tiempo, ofrece oportunidades únicas para fortalecer el ministerio global hacia las personas, y no sólo los aspectos relacionados con el asesoramiento.<sup>14</sup>

Uno de los mejores recursos para alentar las capacidades interpersonales está al alcance de la mayoría de los pastores: la oportunidad de obtener *supervisión de las propias relaciones pastorales, incluyendo el propio asesoramiento*.<sup>15</sup> La supervisión competente es la manera más directa y eficiente de mejorar el nivel de las capacidades interpersonales. Al ayudar a los seminaristas y a los pastores a dar forma y fortalecer su identidad profesional, es importante que al menos una parte de la supervisión sea realizada por clérigos supervisores entrenados y experimentados que comprenden y aprecian el contexto de la iglesia, la perspectiva de fe y la función del pastor en la comunidad de fe. Cualquier pastor que vive dentro de una distancia razonable de un psicoterapeuta pastoral bien capacitado o de un capellán supervisor puede obtener este entrenamiento valioso invirtiendo una modesta suma de tiempo y de dinero. El procedimiento es simplemente coordinar con esa persona para tener una supervisión semanal o quincenal de la propia tarea de cuidado, asesoramiento, liderazgo de grupos de crecimiento y otras relaciones pastorales.

La mayor parte de los especialistas en asesoramiento pastoral y los profesionales de la salud mental acogen con agrado la oportunidad de supervisar y asesorar a pastores. Grupos pequeños de pastores (de dos a ocho) pueden coordinarse para tener una supervisión grupal, dividiendo el costo entre ellos. Como se describe en el capítulo 15, en los últimos años han surgido nuevos y significativos recursos que permiten que el pastor a cargo de una congregación incremente sus capacidades para el asesoramiento por medio de programas de capacitación desarrollados por un creciente número de centros de asesoramiento relacionados con las iglesias. ¡Sería ideal que los programas de asesoramiento relacionados con las iglesias dedicaran al menos

un cuarto del tiempo de sus funcionarios a proveer de educación continua y capacitación a los pastores!

Un centro de asesoramiento pastoral patrocina conferencias sobre casos de atención pastoral siguiendo este modelo: el grupo, limitado a diez pastores de congregaciones, se reúne una vez por semana durante dos horas. El líder es el director del centro, un pastor con avanzada capacitación en asesoramiento. En cada sesión uno de los pastores hace una presentación detallada de sus casos de asesoramiento. Se discuten problemas de asesoramiento de emergencia a medida que los miembros del grupo los presentan. Ocasionalmente el líder destaca algún nuevo avance en materia de asesoramiento pastoral. Se utilizan cintas de audio y video de sesiones de asesoramiento reales en cada supervisión, como técnicas de práctica de la realidad. Cada pastor abona una suma modesta por sesión en el centro.

La supervisión está potencialmente más al alcance que cualquier otra forma de capacitación en asesoramiento. En muchas situaciones todo lo que el pastor requiere es tomar la iniciativa de combinar con un terapeuta la realización de tal experiencia. En la supervisión constante de grupos, la interacción muchas veces se acerca al nivel de la terapia de grupo. La comprensión profunda de cualquier relación de asesoramiento ilumina tanto al asesor como al asesorado. Como en la EPC, la supervisión puede agudizar la conciencia propia del pastor a medida que fortalece su capacidad para ayudar a las personas con problemas. Los grupos de supervisión muchas veces también se convierten en grupos de apoyo entre pares, ayudando de esa manera a muchos pastores a encarar las necesidades que más los presionan.

Los *grupos de crecimiento* ofrecen otra experiencia de aprendizaje valiosa para los pastores, a pesar de que no substituyen la terapia personal, la capacitación clínica ni la supervisión profunda. Estos grupos se emplean ampliamente en talleres y laboratorios de relaciones humanas para alentar las capacidades de los participantes en el relacionarse. Durante más de una década el seminario en el cual enseñé requirió una experiencia grupal llamada «Crecimiento personal por medio de la interacción grupal» para todos los estudiantes de primer año de teología. El objetivo de estos grupos para compartir era el de destacar las habilidades de los estudiantes para comunicarse y relacionarse de modo sanador y que permitiera el crecimiento. Un proyecto de investigación que estudió estos grupos y otros similares en otros dos seminarios demostró el valor de la experiencia de por lo menos dos semestres en grupos de crecimiento como parte de la preparación para un ministerio centrado en la persona.

El pastorado puede ser una profesión solitaria y agotadora, debido a la multiplicidad de contactos con personas necesitadas. Una manera de cargar las propias energías es establecer un grupo de pares para el apoyo y la

nutrición. Para ser eficaz, los grupos de apoyo pastoral deben aprender a interrumpir los «juegos que juegan los pastores» y relacionarse con las verdaderas esperanzas y heridas, con las necesidades reales de las personas en nuestra demandante profesión. Los pastores y sus esposas deben hacer todo lo necesario para encontrar o co-crear (con otros individuos y parejas) un grupo de apoyo en el cual ellos no sean los líderes. La esposa del pastor puede ser un apoyo valioso pero también es importante tener un grupo de apoyo en el cual ambos reciban y den cuidado y nutrición. Un sistema de apoyo es especialmente de ayuda cuando se comienza a ejercer el pastorado y cuando se está atravesando una crisis en la vida personal o en el ministerio.

La práctica de las disciplinas espirituales de la oración y la meditación es vital para el permanente avivamiento del pastor. Es manteniéndonos abiertos a nuestro verdadero centro espiritual —lo más alto del Ser, que existe dentro de nosotros— que estamos en contacto con la fuente artesiana del Espíritu de Dios, la Fuente de toda vida. Aprender un método simple de meditación puede enriquecer la experiencia de la oración a través de la cual fluye la renovadora energía del amor de Dios, dentro de nosotros y por medio de nuestra relación con los demás.<sup>16</sup>

Estas son algunas sugerencias para los pastores para lograr la propia nutrición en la tarea de cuidado pastoral. (Existen formas de disfrutar evitando el agotamiento del combustible que genera el ministerio.) (1) Aparte algún momento en su agenda diaria para usted mismo, para hacer algo que encuentre satisfactorio y renovador. Permita que su Niño interior (en términos terapéuticos) juegue regularmente. Dése varias mini-vacaciones por día: unos pocos minutos para hacer algo realmente divertido (que le parezca frívolo a su Padre interior). Nadie puede ser un Padre que nutre y/o un Adulto todo el tiempo. (2) Dése a usted mismo un regalo cada día, algo que le parezca nutritivo. (3) Tómese un día completo por semana, el equivalente a un fin de semana largo por mes sin deberes profesionales y una licencia por estudios además de un período de vacaciones cada año. Puede ser que tenga que irse de su casa y alejarse del teléfono para tener estos recreos dedicados a la renovación. (4) Trate de ser realista en cuanto a las metas de su ministerio y de su vida. ¡Deje de querer ser un «pastor biónico»!<sup>17</sup> (5) Corra y/o haga algunos ejercicios de yoga todos los días (o alguna otra práctica de ejercicios que le agrade) para reducir tensiones y entonar el cuerpo, particularmente, el sistema cardiovascular. (6) Desarrolle varias técnicas para reducir el estrés y aquietar el ser interior, que le sean saludables, y ponga en práctica al menos una de ellas una vez al día. (Estas son algunas de las que me gustan: meditar, «flotar» en música, resonar ante la naturaleza mientras trabajo en mi jardín, tomar un baño de inmersión tibio leyendo un libro que me agrade.) (7) Encuentre una persona o un grupo pequeño en el cual se sienta cómodo, relajando su carácter profesional,



ventilando las frustraciones que se han acumulado, discutiendo cosas personales así como temas profesionales, y obteniendo la afirmación y la retroalimentación objetiva. (8) Permítase reír regularmente, con otros y de usted mismo. Alguien ha dicho que la risa es como «correr internamente». Sus efectos terapéuticos y reductores del estrés están bien documentados. (9) Arriesgúese permitiendo que su vulnerabilidad se muestre más. Sentarse en el sillón del pastor no sólo es solitario, sino que impide que uno reciba la nutrición mutua de las relaciones íntimas. (10) Expóngase a experiencias regulares de avivamiento, tales como un taller estimulante y cursos de educación permanente, tiempo para sumergirse en un libro excitante, o una larga y refrescante conversación con un amigo íntimo. (11) Cuando el flujo interior de energía creativa se bloquea, participe de una renovación terapéutica, con sesiones que le provean de energía y estén a cargo de un terapeuta competente.

### Comprender los conceptos básicos

He hablado del aprendizaje clínico y del crecimiento personal en primer lugar para enfatizar su importancia fundamental en cualquier enfoque de la capacitación y la renovación del asesoramiento. La profundización de la capacidad para relacionarse es esencial si queremos que sean útiles las herramientas conceptuales. De otra forma, dominar los conceptos puede convertirnos en sabios técnicos pero no en facilitadores de crecimiento. Pero a medida que los pastores crecen como personas plenas, su comprensión conceptual de la psicodinámica y de las teorías de asesoramiento es cada vez más valiosa en el ministerio a las personas con problemas. Por medio de la lectura y el estudio disciplinados, incluyendo los permanentes cursos educativos, un pastor o un estudiante de teología deberían adquirir conocimientos de trabajo sobre los siguientes temas:

- (1) *Crecimiento y desarrollo normal de la personalidad* (incluyendo psicología de la niñez, de la adolescencia y de la adultez). Las etapas, de Erik Erikson, y los estudios más recientes de los aspectos especiales de las etapas de la vida adulta<sup>18</sup> y el desarrollo singular de las mujeres<sup>19</sup> son útiles para comprender el ciclo de la vida.
- (2) *Matrimonio y dinámica familiar, enriquecimiento y asesoramiento*, incluyendo las cambiantes identidades de las mujeres y de los hombres, las relaciones y las funciones.
- (3) *Dinámica grupal*.
- (4) *Psicopatología* (psicología de lo anormal).
- (5) *Métodos para el asesoramiento individual*.
- (6) *Grupos de crecimiento y métodos para el asesoramiento de grupos*.

- (7) *Recursos de la comunidad para hacer derivaciones*.
- (8) *Personalidad y culturas* (las fuerzas socio-económico-políticas y la manera en que influyen en la salud y el crecimiento de la personalidad en la propia cultura y en otras).
- (9) *La historia y la teoría del cuidado pastoral*.
- (10) *Teología y asesoramiento* (incluyendo la teología del asesoramiento, y el rol dinámico de la religión en la plenitud y el quebrantamiento humanos).

Esta lista puede despertar la respuesta que expresa Chaucer en esta línea: «La vida es tan corta y hay tantas artes que aprender».<sup>20</sup> Pero estas son áreas temáticas fundamentales que deberían dominarse en alguna medida durante la educación que recibe el ministro —en el pre-universitario, el seminario o en la educación permanente— si ella o él quieren estar bien equipados para realizar una tarea de crecimiento con las personas en *todas* las dimensiones de su ministerio.

Como lo señaló un estudio importante sobre la educación teológica:

Cuando se considera la revitalización de mucho de lo que hay en el currículo de teología hoy en día a través de nuevos énfasis en la psicología y el asesoramiento pastoral, se debe llegar a la conclusión de que se ha logrado un nuevo y significativo cambio en la educación de los pastores. Están disponibles nuevos y poderosos recursos a lo largo del currículo debido a la tarea que se realiza en este campo.<sup>21</sup>

Muchas cosas han ocurrido en los seminarios y en la educación continua durante las últimas décadas para que estos poderosos recursos estén más disponibles para los seminaristas y los pastores. Sin embargo, se necesita hacer mucho más, en especial, en lo que se refiere a educación supervisada, antes de que los graduados de los seminarios en general entren en las congregaciones con sus conocimientos básicos de psicología y su competencia en asesoramiento que tanto necesitan. A los estudiantes de teología se les debería exigir que tomaran al menos un cuatrimestre de ECP durante sus estudios en el seminario, preferentemente durante el primer año. Los pastores que son conscientes de que necesitan más capacitación en asesoramiento deberían explorar, en los seminarios cercanos, la existencia de supervisores de clínica pastoral, o de centros de asesoramiento pastoral con programas de capacitación, y la posibilidad de establecer las oportunidades de educación permanente que precisan. La mayor parte de los doctorados en ministerio ofrecen a los pastores centrarse en psicología y asesoramiento pastoral. Los programas de doctorado en asesoramiento pastoral de los seminarios están

diseñados para equipar a los especialistas para que sean funcionarios de centros de asesoramiento pastoral (u otros ministerios especializados).

Los líderes denominacionales tienen una función clave en ayudar a destacar la cualidad del ministerio interpersonal (incluyendo el cuidado y el asesoramiento pastoral) a cargo de su clérigo. Cada vez más los pastores están dándose cuenta de que la planificación intencional de una carrera y la educación permanente para toda la vida deben incluir experiencias de crecimiento personales y profesionales que les permitan aprender los nuevos conceptos y métodos que aparecen continuamente en el campo del asesoramiento. Las denominaciones deben proveer de eventos para el aprendizaje por medio de la experiencia focalizando nuevos aspectos de este arte pastoral. Además, los que toman decisiones en las denominaciones deberían hacer que la terapia personal y el asesoramiento matrimonial estén disponibles para los pastores y sus familias cuando necesitan este tipo de ayuda.<sup>22</sup> Nueve conferencias anuales de la Iglesia Metodista Unida tienen ahora directores de cuidado y asesoramiento pastoral para servir a sus ministros proveyéndoles tanto de asesoramiento a ellos y a sus familias, como ofreciéndoles educación continua frecuente y experiencias de supervisión.<sup>23</sup> Estos especialistas en asesoramiento pastoral conocen las frustraciones, los problemas y las recompensas del ministerio desde adentro. Tienen esta ventaja distintiva por sobre los terapeutas seculares al ayudar a los pastores y a sus esposas/os a encarar cuestiones que les son comunes como la identidad de su rol y el conflicto que surge de este rol.

El asesoramiento, por supuesto, es sólo un aspecto del trabajo de los pastores. Pero si ellos se dan cuenta de la importancia crucial de estas capacidades en la vida de la gente sobrecargada, su motivación para crecer en esta área se fortalece. Muchos pastores están dándose cuenta de que estar demasiado ocupados como para participar en experiencias tales como la terapia personal, la supervisión, cursos renovadores y talleres sobre asesoramiento, es como ser carpinteros que están demasiado ocupados como para afinar sus herramientas. Afortunadamente estas experiencias de crecimiento profesional ayudan a dar importancia a las capacidades en el área de las comunicaciones y de las relaciones en general, hecho que tiende a fortalecer y a profundizar todas las dimensiones del ministerio.

Para mantenerse al tanto del nuevo pensamiento y de la investigación en el campo de la psicología y del asesoramiento pastoral, los pastores deberían leer uno o dos de las principales publicaciones en esta área.

Los pastores que enfatizan el asesoramiento en su ministerio deberían hacerse miembros de alguna asociación del tipo de la Asociación Norteamericana de Asesores Pastorales (AAPC), como pastores afiliados o como miembros, dependiendo de la categoría en la cual los habilita su capacitación

de campo.<sup>24</sup> Una de las metas primordiales de esta asociación es ayudar a elevar el nivel general de la capacitación y de la práctica en asesoramiento pastoral en todos los campos en que éste ocurra. La participación en la convención nacional y en las reuniones regionales, y la lectura del boletín de esta asociación profesional puede ayudar a que un pastor asesor se mantenga en contacto con los desarrollos innovadores en este campo. Una creciente red de programas de capacitación y de centros acreditados por la asociación ofrecen oportunidades para mantener afiladas las herramientas que cada uno tiene para el cuidado y el asesoramiento. Estos programas incluyen la supervisión individual y/o grupal, talleres, y otras experiencias de capacitación.

### Algunas ideas finales

En la práctica del arte del asesoramiento, es de gran ayuda recordar estas cuestiones:

(1) El enfoque del pastor sobre las necesidades agudas de las personas que buscan asesoramiento debería estar siempre equilibradas por el desarrollo de un ministerio amplio de cuidado pastoral, a cargo tanto de laicos como de pastores.

(2) Se puede ayudar a mucha gente con problemas sin convertirse en un especialista del asesoramiento y de la terapia pastoral. En todos los niveles del crecimiento en las técnicas del cuidado —profesionales y laicas— existen incontables oportunidades para otorgar ayuda genuina.

(3) Todo asesor pastoral, por más capacitado que esté, fracasa al querer ayudar a determinadas personas. Es bueno recordar que todos los asesores y los que trabajamos ayudando a los demás tenemos limitaciones humanas. Un ejemplo de esto es la falta de éxito que tuvo Jesús con Judas, a pesar de su relación tan cercana. Como en la parábola del sembrador, las semillas en el asesoramiento no siempre caen sobre suelo receptivo. La tarea del asesor es la de continuar sembrando, confiando en las fuerzas para el crecimiento que nos da Dios y que existen en las personas y en las relaciones, y recordando que, en el mejor de los casos ella/él es un instrumento imperfecto que puede comunicar los recursos sanadores que existen más allá de sí mismo/a.

(4) Aumentar las capacidades propias para el cuidado y el asesoramiento es un desafío continuo, que se extiende por toda la vida. Nunca se «llega». La médula del arte de asesorar sólo se aprende con la experiencia. Sin embargo, este aprendizaje se acelera inmensamente si se expone la experiencia propia a la reflexión y a la evaluación sistemática. Esto es el porqué la supervisión, la consulta y la práctica de la realidad pueden ser tan fructíferas.

(5) Habiendo examinado una variedad de teorías y de métodos de asesoramiento, es importante enfatizar nuevamente el corazón de toda esta

cuestión. Esto se expresa bien en el consejo de Jung a los psicoterapeutas: «Aprendan sus teorías tan bien como puedan, pero déjenlas de lado cuando toquen el milagro del alma viva. No son las teorías las que deben decidir, sino su propia y sola creatividad individual.»<sup>25</sup> Estas palabras deberían estar grabadas en la mente de todo pastor: *Relaciones de cuidado—¡Instrumentos para la ayuda!*

Sin una relación cálida, de aceptación, los métodos de asesoramiento que se describen en estas páginas se convierten en meras técnicas: estériles, manipuladoras e ineficaces. Pero cuando se los emplea habilidosamente *dentro de una relación de aceptación, que otorga energía y cuidado* se convierten en medios por los cuales se libera el poder sanador de esa relación.

(6) Finalmente, es liberador recordar que toda la sanidad y todo el crecimiento son dones del creativo Espíritu de la vida, a quien llamamos Dios. Cuando la sanidad y el crecimiento ocurren en las relaciones de asesoramiento, se debe a que las personas están más abiertas en su mente, cuerpo y relaciones a las energías recreadoras del Espíritu. Como siempre lo tengo presente en mi tarea de asesoramiento, la sanidad y el crecimiento ocurren a pesar de, y no a raíz de, lo que dice o hace el asesor. Tener esta conciencia no es una excusa para hacer un asesoramiento pobre. ¡Nos recuerda que en el mejor de los casos un asesor es un canal finito y muchas veces fracturado por el cual pasa el poder sanador del universo! Paul Tillich dijo en una oportunidad:

El poder que hace que la aceptación sea posible es la fuente de todo cuidado pastoral. Debe ser eficaz en quien ayuda, y debe hacerse eficaz en aquel que recibe la ayuda ... Esto significa que tanto el pastor como el asesorado ... están bajo el poder de algo que los trasciende. Podemos llamar a este poder *la nueva criatura o el nuevo ser*. El asesor pastoral puede ser de ayuda sólo si ha sido atrapado por este poder.<sup>26</sup>

El pastor que ha sido atrapado de esta manera se convierte en un canal a través del cual el poder se transforma en una *experiencia real* de la vida de una congregación, ¡y a través del ministerio compartido de esta congregación brinda libertad a los prisioneros, recuperación de la vista a los ciegos y libertad a los quebrantados!

Con todos los avances alentadores que se suceden en este campo, apenas ha comenzado a liberarse el potencial del pastor para ayudar en el cuidado y el asesoramiento. A medida que más y más de nosotros fortalezcamos nuestra competencia como asesores, esta fuente potencial de sanidad y crecimiento estará más a disposición de los millones de personas que la necesitan desesperadamente. El desafío que cada uno de nosotros enfrenta es ayudar

a liberar este potencial convirtiéndonos en *asesores encarnados* —personas cuyas relaciones imperfectas de alguna manera permiten que la Palabra liberadora se convierta en carne y habite en nosotros y entre nosotros con su poder sanador— sanándonos *a nosotros* y a aquellos a quienes pastoreamos.

¡Nuestra herencia del pasado es, sin duda, muy rica! Los avances del presente muestran que esta área de trabajo está viva y en crecimiento. El futuro está preñado con posibilidades excitantes para ejercer nuevos ministerios para la gente. El continuo renacimiento de este arte pastoral depende de la voluntad de personas como usted y yo para soñar y hacer, para usar nuestra imaginación e invertir nuestras energías en el desarrollo de ministerios innovadores del cuidado y del asesoramiento. El Espíritu vivo nos llama a participar gozosamente en la co-creación de un futuro en el cual se actualicen las tremendas potencialidades subdesarrolladas de la iglesia en el campo de la sanidad y de la plenitud.

## Planear el camino hacia el crecimiento

Recomiendo que ahora ustedes:

(1) Desarrollen una lista de metas de crecimiento personales y profesionales que quieren alcanzar con el fin de lograr el máximo de eficacia en la tarea de cuidado y asesoramiento. Escriban estas metas.

(2) Prioricen sus metas de acuerdo con su importancia.

(3) Decidan los pasos que tomarán de inmediato para facilitar el crecimiento hacia las metas que considera de alta prioridad.

(4) Comprométanse con un plan concreto, con una agenda realista para hacer aquellas cosas que permitirán que continúen creciendo sus habilidades para el cuidado y el asesoramiento.

¡Les deseo gozo y paz para continuar en este camino como facilitadores de plenitud dispuestos a crecer!

# NOTAS

^5&if=-

## *Prefacio a la edición en castellano*

1. Al escribir estas líneas, acabamos de sufrir uno de los mayores terremotos que se haya producido en el sur de California. Esto me recuerda que algunos colegas del campo del cuidado pastoral han dicho que el «modelo revisado» de cuidado y asesoramiento pastoral que se describe en este libro provoca un pequeño terremoto en la enseñanza y la práctica de esta área pastoral.
2. Harper San Francisco, San Francisco, CA, Estados Unidos, 1992.
3. Pueden solicitarse a Well Being, 780 W. 9th St., Claremont, CA 91711, Estados Unidos.

## *Capítulo 1*

1. Esta parábola apareció originalmente en el artículo de Theodore O. Wedel «Evangelism—the Mission of the Church to Those Outside Her Life», *The Ecumenical Review*, octubre de 1953, p. 24. Lo que aquí se vierte es una paráfrasis del original escrito por Richard Wheatcroft, que apareció en *Letter to Laymen*, mayo-junio de 1962, p. 1.
2. El concepto de análisis transaccional se discutirá en el capítulo 15.
3. William R. Clebsch y Charles R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, N.J., 1964, p. 79.
4. *Ibíd.*
5. Para una exposición más amplia de varias terapias, ver Howard Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, Abingdon Press, Nashville, 1981.

## Capítulo 2

1. «Paradigma», del griego *paradeigma*, que significa «mostrar lado a lado», es un patrón o modelo arquetípico.
2. Howard Clinebell, *Growth Counseling*, Abingdon Press, Nashville, 1979, pp. 17-18.
3. Herbert A. Otto estima que la mayoría de los seres humanos funcionan con un 10% o menos de su potencial. Ver Otto, ed., *Human Potentialities: The Challenge and the Promise*, Warren H. Green, St. Louis, 1968, p. 3.
4. Para una profunda exploración de estas seis dimensiones del crecimiento, ver Clinebell, *Growth Counseling*, capítulo 1.
5. Dorothy Day fue una valiente líder del movimiento obrero católico; Tai-Young Lee es la primera abogada coreana, una dedicada y valiente defensora de los derechos humanos, y de los derechos de la mujer, en particular.
6. El concepto de lo más alto del Ser proviene de la psicósíntesis.
7. Clinebell, *Growth Counseling*. Para una discusión más completa de «Growth Counseling through the Stages of the Life Cycle», ver pp. 156-181.
8. Ver James Ashbrook, «Postcritical Ministry: Beyond Critical Coolness and Uncritical Warmth», *Foundations*, enero-marzo de 1977, p. 61.
9. Clinebell, *Growth Counseling*, p. 20.
10. Ver Howard Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, Abingdon Press, Nashville, 1972, para una exposición más completa de las potencialidades de crecimiento y sanidad de todas las dimensiones del ministerio.
11. Ver John T. McNeill, *A History of the Cure of Souls*, Harper & Brothers, Nueva York, 1951, para una historia del cuidado pastoral. Don S. Browning, *The Moral Context of Pastoral Care*, Westminster, Filadelfia, 1976, incluye en los capítulos 2, 3 y 4 una historia del cuidado pastoral que destaca el lugar central de la guía moral. E. Brooks Holifield, *From Salvation to Self-Realization: Protestant Pastoral Counseling in America*, Abingdon Press, Nashville, 1983, es una amplia y crítica historia del movimiento de asesoramiento pastoral hasta cerca de 1970.
12. Russell Dicks fue mi primer profesor de cuidado y asesoramiento pastoral.
13. Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, p. 33. Los autores reconocen su deuda con Seward Hiltner por su delineación de las tres primeras funciones. *Ibid.*, pp. 8-9.
14. Ver Daniel Yankelovich, *New Rules: Searching for Self-Fulfillment in a World Turned Upside Down*, Random House, Nueva York, 1981.
15. *Ibid.*, p. 3.

## Capítulo 3

1. Paul Johnson, uno de los pioneros en el actual período del cuidado pastoral, escribió estas palabras en una ponencia intitulada «Where We Are Now in Pastoral Care», *Christian Advocate*, 23 de setiembre de 1965, p. 7. ¡Estoy perplejo e impresionado por cuan precisamente estas palabras describen aún la masiva alienación de nuestro mundo contemporáneo!
2. Estas son las palabras de un psiquiatra que también es un devoto hombre de iglesia. Invita a «una misión de un alcance más amplio» hacia las personas. C. W. Morris, «The Terror of Good Works», *Pastoral Psychology*, setiembre de 1957, p. 25.
3. Wayne E. Oates, *An Introduction to Pastoral Counseling*, Broadman, Nashville, 1959, p. vi.
4. Gerald Gurin, Joseph Veroff y Sheila Feld volcaron los resultados del estudio en *Americans View Their Mental Health*, Basic Books, Nueva York, 1960.
5. Joseph Veroff, Richard A. Kulka, Elizabeth Dorran, *Mental Health in America*, Basic Books, Nueva York, 1981.
6. *Ibid.*, p. 79.
7. *Ibid.*, p. 134.
8. *Ibid.*, p. 138.
9. *Ibid.*, pp. 147, 151.
10. David Roberts, *Psychotherapy and a Christian View of Man*, Charles Scribner's Sons, Nueva York, 1950, p. 142.
11. Ver Gerhard von Rad, *El libro de Génesis*, Sigüeme, Salamanca, 1982, p. 69.
12. Rollo May, *The Courage to Create*, Bantam Books, Nueva York, 1975, p. 134. Hay versión en castellano: *La valentía de crear*, Emecé, Buenos Aires.
13. Ver Douglas J. Harris, *The Biblical Concept of Peace: Shalom*, Baker, Grand Rapids, 1970.
14. James Cone, *A Black Theology of Liberation*, Lippincott, Filadelfia, 1970, p. 170.
15. Para una discusión de los lentes de crecimiento, ver Clinebell, *Growth Counseling*, pp. 52-55.
16. Paul Tillich, *Systematic Theology*, University of Chicago Press, Chicago, 1957, p. 60. Hay versión en castellano: *Teología sistemática 2*, Sigüeme, Salamanca.
17. Ver Clinebell, *Growth Counseling*, pp. 140-141.
18. Daniel Day Williams, *The Minister and the Care of Souls*, Harper & Row, Nueva York, 1977, p. 15.
19. H. Wheeler Robinson, *Redemption and Revelation*, Harper & Brothers, Nueva York, 1942, pp. 232-233.
20. Williams, *The Minister and the Care of Souls*, p. 13.

21. Ver Pierre Teilhard de Chardin, *The Future of Man*, Harper & Row, Nueva York, 1964. Hay versión castellana: *El porvenir del hombre*, Taurus, Madrid.
22. Ver Clinebell, *Growth Counseling*, pp. 143-151.
23. Rosemary R. Ruether, *New Woman-New Earth: Sexist Ideologies and Human Liberation*, Seabury Press, Nueva York, 1975, p. 65. Versión castellana: *Mujer nueva, tierra nueva*, Megápolis Buenos Aires.
24. Ver Leonard Swidler, «Jesús Was a Feminist», *Catholic World*, enero de 1971.
25. Richard H. Niebuhr, en colaboración con Daniel Day Williams y James M. Gustafson, *The Purpose of the Church and Its Ministry*, Harper & Brothers, Nueva York, 1956, p. 31.
26. Norman Pittenger, *Making Sexuality Human*, Pilgrim Press, Filadelfia, 1970, capítulos 2,3 y 4.
27. Williams, *The Minister and the Care of Souls*, p. 17.
28. Erich Fromm, *Psicoanálisis y religión*, Psique, Buenos Aires, 1967, p. 115.
29. Ulrich Sonnemann, *Existence and Therapy*, Gruñe and Stratton, Nueva York, 1954, p. 343.
30. Dietrich Bonhoeffer, *Letters and Papers from Prison*, The Macmillan Co., Nueva York, 1972, p. 124. Versión castellana: *Resistencia y sumisión. Cartas y apuntes desde el cautiverio*, Ariel, Barcelona.
31. Wayne E. Oates, *Pastoral Counseling*, Westminster Press, Filadelfia, 1971, pp. 11-12.
32. Mensaje a the National Conference of Clinical Pastoral Education, Atlantic City, Nueva Jersey, noviembre de 1956.
33. Antón T. Boisen, *The Exploration of the Inner World*, Harper & Brothers, Nueva York, 1936, p. 285.
34. Ver Clebesch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, pp. 4-5.
35. Transferencia es la proyección de fuertes sentimientos arcaicos de amor y odio (que proceden de las relaciones que uno ha tenido en la niñez con sus padres o con otras personas) sobre personas vistas como figuras autoritativas. En alguna medida, estas proyecciones tienen lugar en la mayoría de las relaciones con pastores, si no en todas. Pero es más probable que esta transferencia ocurra con mayor intensidad en una terapia o asesoramiento a largo plazo. Las adhesiones por transferencia, sean positivas o negativas, pueden ser exigentes emocionalmente, y difíciles de resolver. Las personas que «se enamoran» de su pastor están generalmente enamoradas de la imagen de su padre del otro sexo, con quien han tenido una relación insatisfactoria. Lo mismo sucede con las personas que desarrollan sentimientos irracionales de odio por el pastor. Reducir el peligro de las relaciones de transferencia es una razón por la que los pastores no deben intentar hacer psicoterapia pastoral a largo plazo, a menos que estén bien entrenados para esta tarea.

36. El desarrollo de clínicas que atienden casos de crisis, a las que personas angustiadas pueden ir para buscar ayuda de emergencia sin hacer cita, indica que los profesionales de la salud mental han llegado a tomar conciencia del valor de lo que ha sido parte del trabajo pastoral a lo largo de los siglos.
37. Ver Donald C. Houts, «Pastoral Initiative: Why Wait for George/Georgia to Do It?», *Journal of Pastoral Care* 37, n° 1, marzo de 1983, pp. 33-41.

#### Capítulo 4

1. Dietrich Bonhoeffer, *Vida en comunidad*, Sigüeme, Salamanca, 1992, p. 104.
2. Ver Seward Hiltner, *Pastoral Counseling*, Nueva York/Nashville, Abingdon/Cokesbury Press, 1949.
3. De la palabra griega *maieutikos*, «partera».
4. Sonnemann, *Existence and Therapy*, p. 343.
5. Cari R. Rogers, *Client-Centered Therapy*, Houghton Mifflin, Nueva York, 1951, p. 45. Hay versión castellana: *Psicoterapia centrada en el cliente*, Paidós, Buenos Aires. Para una exposición de este punto de vista, hecha por un discípulo de Buber, ver Maurice Friedman, *Martin Buber: The Life of Dialogue*, Harper & Brothers, Nueva York, 1960, p. 192.
6. William Shakespeare, *Henry IV*, parte II, acto I, escena 1,1.139.
7. Estoy en deuda con Robert L. Brizee por esta manera de describir un importante aspecto del asesoramiento. La audición indisciplinada consiste en permitir a los asesorados que divaguen por su mundo interior sin ayudarles a comenzar a relacionar los varios elementos de lo que están diciendo o a enfocar lo que parecen ser las cuestiones importantes. Para una clarificadora exposición sobre el escuchar en profundidad, ver Thomas W. Klink, *Depth Perspectives in Pastoral Work*, pp. 22ss.
8. Flanders Dunbar, *Mind and Body: Psychosomatic Medicine*, Random House, Nueva York, 1955, p. 249.
9. Parfraseado de Heinz Kohut, «Pilgrimage», *Journal of Pastoral Psychotherapy* 5, n° 1, 1977.
10. «Psychotherapists Expressions as an Index to the Quality of Early Therapeutic Relationships», tesis doctoral inédita, Universidad de Chicago, 1950. Citado por Cari R. Rogers, *On Becoming a Person*, Houghton Mifflin, Boston, 1961, p. 44.
11. Lynn Bush, Escuela de Teología de Claremont, junio de 1965.
12. Paul W. Pruyser, *The Minister as Diagnostician*, Westminster Press, Filadelfia, 1976.
13. Cari R. Rogers, *Counseling and Psychotherapy*, Houghton Mifflin, Boston, 1942, p. 131.

14. La calidez no significa efusividad, por supuesto. La gente que necesita distancia emocional y teme ser arrollada por otros se retirará de la efusiva agresividad verbal del pastor.
15. Carta de Warren A. Nyberg, 5 de julio de 1965.
16. Ver Robert R. Carkhuff y William A. Anthony, *The Skills of Helping*, Human Resources Development Press, Amherst, Mass., 1979; Gerald Egan, *The Skilled Helper*, Wadsworth, Belmont, Calif., 1975; Gerald Egan, *Exercises in Helping Skills*, Brooks-Cole, Monterrey, Calif., 1975; y Alien E. Ivey y Jr. Authier, *Microcounseling*, segunda edición, Charles C. Thomas, Springfield, 111., 1978. Para un informe sobre la notable eficacia de este método de entrenamiento contrastado con sólo mi método de práctica de la realidad, ver. H. Terry Kiesel, «Training in Basic Counseling Skills: A Comparison of a Microtraining Approach with a Skill Practice Approach», *Journal of Pastoral Counseling* 31, n° 2, junio de 1977, pp. 125-133.
17. Adaptado de Elias H. Porter, *An Introduction to Therapeutic Counseling*, Houghton Mifflin, Boston, 1950, p. 201.
18. Adaptado de Porter, p. 12. Aquí está la clave para el ejercicio anterior: (1) Interpretativas, (2) Sostenedoras (3) Evaluadoras, (4) Comprensivas, (5) Directivas, (6) Indagatorias.
19. Dale White, «Mental Health and the Poor», *Concern*, 15 de octubre de 1964, p.6.
20. *Ibtd.*, pp. 6-7. Frank Riessman, de la Universidad de Columbia, hizo el estudio.
21. *Ibtd.*, p.7.
22. Ver Charles Kemp, *Pastoral Care of the Poor*, Abingdon, Nashville, 1972.
23. Edward P. Wimberly, *Pastoral Care in the Black Church*, Abingdon Press, Nashville, 1979, pp. 20-21; *Ibtd.*, p. 84.
24. Inge K. Broverman, *et al.*, «Sex Role Stereotype and Clinical Judgments of Mental Health», *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 34, n° 1, pp. 1-7.
25. Phyllis Chesler, *Wonten and Madness*, Avon Books, Nueva York, 1973.
26. Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, p. 250.
27. Charlotte Holt Clinebell, *Counseling for Liberation*, Fortress, Filadelfia, 1976, pp. 22-23.
28. Para perspectivas adicionales acerca del asesoramiento que trasciende la cultura, ver Derald W. Sue, *et al.*, *Counseling the Culturally Different: Theory and Practice*, John Wiley and Sons, Nueva York, 1981; Elaine S. Levine y Amado M. Padilla, *Crossing Cultures in Therapy*, Brooks-Cole, Monterrey, Calif., 1980; y Paul B. Pedersen, ed. *et al.*, *Counseling Across Cultures*, edición revisada, University of Hawaii Press, Honolulu, 1981.

## Capítulo 5

1. «Charmides», *The Dialogues of Plato I*, trad. Benjamín Jowett, Random House, Nueva York, 1937, p. 6. Hay versión en castellano: *Diálogos*, Porrúa, México.
2. Morris Taggart hizo este estudio en 1972. Ver «AAPC Membership Information Projects», *Journal of Pastoral Care* 26, diciembre de 1972, pp. 219-244. Desde que muchos miembros de la AAPC hacen su trabajo de asesoramiento en situaciones al margen de la congregación, es posible que el porcentaje de personas con problemas espirituales explícitos que consultan a los pastores sea más alto.
3. Wayne E. Oates, *Religious Factors in Mental Illness*, Association Press, Nueva York, 1955, pp. 6-7.
4. Hiltner, *Pastoral Counseling*, p. 17; Geoffrey Brunn, *Saturday Review of Literature*, 5 de enero de 1957, p. 20; Hermán Melville, *Moby Dick*, The Modern Library, Nueva York, 1950, p. 1.
5. Gerald Sykes, *The Hidden Remnant*, Harper & Row, Nueva York, 1962, p. 72.
6. Cari Jung, *Modern Man in Search of a Soul*, Harcourt, Brace & Co., Nueva York, 1933, p. 269. Hay versión en castellano: *La realidad del alma*, Losada, Buenos Aires; Erich Fromm, *et al.*, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, Harper & Brothers, Nueva York, 1960, p. 91. Hay versión en castellano: *Psicoanálisis y Budismo Zen*, Fondo de Cultura Económica, México.
7. Newman S. Cryer y John M. Vayhinger, *Casebook in Pastoral Counseling*, Abingdon Press, Nashville, 1962, pp. 240-245.
8. Margaretta K. Bowers, *et al*, *Counseling the Dying*, Thomas Nelson and Sons, Nueva York, 1964, p. 2.
9. Howard Clinebell, «Philosophical-Religious Factors in the Etiology and Treatment of Alcoholism», *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, septiembre de 1963, p. 477.
10. Bowers, *Counseling the Dying*, p. 21. La fuente es Martin Heidegger, *Being and Time*, Harper & Row, Nueva York, 1962. Hay versión en castellano: *El ser y el tiempo*, Fondo de Cultura Económica, México.
11. Ver Paul Tillich, *El coraje de existir*, Estela, Barcelona, 1969, cap. 2. Tillich, *Systematic Theology I*, University of Chicago Press, Chicago, 1951, p. 193. Hay versión en castellano: *Teología sistemática I*, Sigüeme, Salamanca.
12. Ver Paul Tillich, «The Theology of Pastoral Care», *Clinical Education for the Pastoral Ministry*, acta de sesiones de la Quinta Conferencia Nacional sobre educación pastoral clínica, 9 a 11 de noviembre de 1956, Ernest E. Bruder y Marian L. Barb, eds., Advisory Committee on Clinical Pastoral Education, 1958, p. 3.

13. Ver J. F. T. Bugental, *The Searchfor Authenticity*, Holt, Rinehart & Winston, Nueva York, 1956, p. 15.
14. Tillich, *El coraje de existir*, pp. 65-66,144.
15. Bugental, *The Searchfor Authenticity*, p. 25.
16. Jung, *Modern Man in Search of a Soul*, p. 264. Hay versión en castellano: *La realidad del alma*, Losada, Buenos Aires.
17. Soren Kierkegaard, *The Concept of Dread*, Princeton University Press, Princeton, 1944, pp. 104,142. Hay versión en castellano: *El concepto de la angustia*, Espasa-Calpe, Madrid; ver Fred Berthold, Jr., «Anxious Longing», *Constructive Aspects of Anxiety*, Seward Hiltner y Karl Menninger, eds., Abingdon Press, Nashville, 1963, p. 71.
18. De Nikos Kazantzakis, *Zorba el Griego*, citado por Frederick J. Streng, *Understanding Religious Man*, Dickenson, Belmont, Calif., 1969, frente a la p.1.
19. Ver Clinebell, *Growth Counseling*, pp. 109-126.
20. Agustín, *Confesiones*, libro I, capítulo V, Espasa-Calpe, Madrid, 1962, p. 24.
21. Para una exposición de la crisis de valores y espiritual en las personas que transitan la mitad de la vida, ver Howard Clinebell, *Growth Counseling for Mid-Years Couples*, Fortress, Filadelfia, 1977, caps. 4 y 5.
22. Para un panorama histórico de la dirección espiritual, ver Kenneth Leech, *Soul Friend: The Practice of Christian Spirituality*, Sheldon, Londres, 1977, cap. 2 y p. 86.
23. *Ibid.*, p.34.
24. *Ibid.*, pp. 37-38.
25. Ver Ruth Tiffany Barnhouse, «Spiritual Direction and Pastoral Counseling», *Journal of Pastoral Care* 33, n° 3, septiembre de 1979, pp. 149-163,154.
26. William A. Barry, «Spiritual Direction and Pastoral Counseling», *Pastoral Psychology* 26, n° 1, otoño de 1977, pp. 4-6.
27. Ver James W. Fowler, *Stages of Faith*, Harper & Row, Nueva York, 1981, parte 4.
28. Adaptado de Clinebell, *Growth Counseling*, pp. 107-109.
29. Para una exposición de TRE, ver Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, pp. 124-144. Para una exposición sobre la manera de cambiar las creencias autodestructivas, ver Howard Stone, *Using Behavioral Methods in Pastoral Counseling*, Fortress, Filadelfia, 1980, cap. 3.
30. William E. Hulme, *Pastoral Care and Counseling*, Augsburg, Minneapolis, 1981, pp. 11-12.
31. John B. Cobb, Jr., *Theology and Pastoral Care*, Howard J. Clinebell y Howard W Stone, eds., Fortress, Filadelfia, 1977, p. 61; ver William B. Oglesby, Jr., *Biblical Themes for Pastoral Care*, Abingdon Press, Nashville, 1980.

32. Ver Wayne Oates, *The Bible in Pastoral Care*, Westminster, Filadelfia, 1953; ver también Carroll Wise, *Psychiatry and the Bible*, Harper & Brothers, Nueva York, 1956.
33. Donald Capps, *Biblical Approaches to Pastoral Counseling*, Westminster, Filadelfia, 1980, p. 44.
34. David K. Switzer, *Pastor, Preacher, Person*, Abingdon Press, Nashville, 1979, p. 104.
35. Ver Hulme, *Pastoral Care and Counseling*, pp. 122-124.
36. Switzer, *Pastor, Preacher, Person*, p. 133.
37. Ver Jay Adams, *Competent to Counsel*, Baker, Grand Rapids, 1970. Hay versión en castellano: *Capacitados para orientar*, Portavoz, Barcelona.
38. Hulme, *Pastoral Care and Counseling*, p. 113.
39. Ver William A. Barry, «Spiritual Direction and Pastoral Counseling», pp. 6-7.
40. Ver Herbert Benson y Miriam Z. Klipper, *The Relaxation Response*, William Morrow, Nueva York, 1975; ver Morton Kelsey, *The Other Side of Silence: A Guide to Christian Meditation*, Paulist Press, Ramsey, N.J., 1976.
41. «The Use of Religious Imagery as a Cognitive Restructuring Technique», escrito presentado a la convención de la American Psychological Association, 3 de septiembre de 1977, en la ciudad de Nueva York.
42. La primera parte de este ejercicio es una adaptación mía del método descrito en *The Relaxation Response*.
43. Thomas R. Blakeslee, *The Right Brain*, Anchor Press/Doubleday, Nueva York, 1980, da los resultados de la investigación de los dos hemisferios cerebrales, aplicándolos a la educación, la creatividad y el inconsciente.
44. Ver Carol P. Christ y Judith Plaskow, eds., *Womanspirit Rising: A Feminist Reader in Religion*, Harper & Row, Nueva York, 1979, pp. 273-287.
45. Niebuht, *et al*, *The Purpose of the Church and Its Ministry*, p. 11.
46. Bugental, *The Searchfor Authenticity*, p. 20.

### Capítulo 6

1. Don Browning, *The Moral Context of Pastoral Care*, Westminster, Filadelfia, 1976, p. 109.
2. *Ibid.*, p. 98.
3. Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, p. 63.
4. *Ibid.*, p. 66.
5. *Ibid.*, p. 81.
6. *Ibid.*, p. 82.
7. Edmund Bergler, *The Battle of the Conscience*, Associated Booksellers, Westport, Conn., 1948, p. vii.



8. Estoy en deuda con Geoffrey Peterson por la definición y exposición de varios de estos tipos de problemas de conciencia en *Conscience and Caring*, Fortress, Filadelfia, 1982.
9. Para Freud el superego era primariamente las prohibiciones *inconscientes* internalizadas, recibidas de los padres. Usó el término «ego ideal» para describir los valores positivos internalizados, recibidos de los padres.
10. Víctor W. Eisenstein, ed., *Neurotic Interaction in Marriage*, Basic Books, Nueva York, 1956, p. 15.
11. De Erich Fromm, *Manfor Himself*, Holt, Rinehart y Winston, Nueva York, 1947, p. 100.
12. Este es el término de John C. Ford para el proceso de sobreproteger a los alcohólicos. Hay versión castellana: *Ética y psicoanálisis*, Fondo de Cultura Económica, México.
13. Browning, *The Moral Context of Pastoral Care*, p. 77.
14. Para una exposición de los doce pasos, ver *Alcoholics Anonymous*, tercera edición, AA Publishing, Nueva York, 1976, pp. 58ss, y, por un co-fundador de AA, *Twelve Steps and Twelve Traditions*, Harper & Brothers, Nueva York, 1952.
15. William Glasser, *Reality Therapy*, Harper & Row, Nueva York, 1965, p. 60.
16. Philip Anderson, «A Ministry to Troubled People», *The Chicago Theological Seminary Register*, febrero de 1965, p. 5.
17. *Ibíd.*
18. Peterson, *Conscience and Caring*, p. 41; ver pp. 41-54 para una esclarecedora exposición de la conscience confundida.
19. Paul Tillich resume el impacto de nuestro tiempo: «La ansiedad que, en sus diferentes formas, está potencialmente presente en cada individuo, llega a ser general si las habituales estructuras de significado, poder, creencia y orden se desintegran. Estas estructuras ... tienen ligaduras de ansiedad ... En períodos de grandes cambios estos métodos ya no operan (*El coraje de existir*, p. 61).
20. Rollo May, et al., eds., *Existence: A New Dimensión in Psychiatry and Psychology*, Simón & Schuster, Nueva York, 1967, p. 17. Hay versión en castellano: *Existencia; nuevas dimensiones en psiquiatría y psicología*, Gredos, Madrid).
21. Peterson, *Conscience and Caring*, p. 44.
22. Freud consideraba que el lograr liberarse de la dependencia de la autoridad paternal es «uno de los logros psíquicos más significativos pero a la vez uno de los más dolorosos». *Three Essays on Sexuality: Collected Works 7*, Macmillan, Nueva York, 1953, p. 227. Hay versión en castellano: *Una teoría sexual. Obras completas*, Biblioteca Nueva, Madrid.

23. La exposición de Peterson de la dinámica de la conciencia que se autojustifica es esclarecedora.
24. *Ibíd.*, pp. 62-63.
25. *Ibíd.*, p. 10.
26. Sigmund Freud y Oskar Pfister, *Psychoanalysis and Faith: The Letters of Sigmund Freud to Oskar Pfister*, Eric Mosbacher, trad., Basic Books, Nueva York, 1963, p. 123. Hay versión en castellano: *Correspondencia 1909-1939*, Fondo de Cultura Económica, México; ver Erik Erikson, *Insight and Responsibility*, W. W. Norton, Nueva York, 1964. Hay versión en castellano: *Ética y psicoanálisis*, Hormé, Buenos Aires.
27. Howard Clinebell, *Mental Health Through Christian Community*, Abingdon Press, Nashville, 1965, pp. 232-233. Esto representa una forma de asesoramiento de apoyo en la que el asesorado sacar fuerzas del control interior del pastor para fortalecer su propio control inadecuado. Thomas Klink dice: «El pastor actual debe representar valores trascendentales para las personas que viven en un ambiente que no ha sido afectado por los controles tradicionales». *Depth Perspectives in Pastoral Work*, p. 65.
28. Stanley W. Standal y Raymond J. Corsini, *Critical Incidents in Psychotherapy*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, N.J., 1959, p. 84.
29. De una comunicación de Billy Sharp; Robert A. Bles ( *Counseling with Teen-Agers*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, N.J., 1965, pp. 65-80) describe su método de establecer límites en el asesoramiento de adolescentes.
30. Glasser, *Reality Therapy*, p. 21.
31. Standal y Corsini, *Critical Incidents in Psychotherapy*, p. 249.
32. Glasser, *Reality Therapy*, p. 11.
33. *Ibíd.*, p. 31.
34. Ver Peterson, *Conscience and Caring*, p. 39.
35. Robert C. Leslie, *Jesús and Logotherapy*, Abingdon Press, Nashville, 1965, p. 75.
36. *Ibíd.*, p. U.
37. Peterson, *Conscience and Caring*, p. 40.
38. Adaptado de Clinebell, *Growth Counseling for Mid-years Couples*, pp. 36-38.
39. James A. Knight, «Confrontation in Counseling with Special Emphasis on the Student Setting», *Pastoral Psychology*, diciembre de 1965, p. 48.
40. *Ibíd.*, p. 49.
41. *ídem.*
42. Ver Hobart O. Mowrer, *The Crisis in Psychiatry and Religion*, D. Van Nostrand, Princeton, N.J., 1961, y *The New Group Therapy*, D. Van Nostrand, Princeton, N.J., 1964.
43. Browning, *The Moral Context of Pastoral Care*, pp. 108-109.
44. Ver Capps, *Biblical Approaches to Pastoral Counseling*, pp. 131-138.

45. *Ibid.*, p. 131.
46. Ver Carol Gilligan, *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development*, Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1982; Peterson, *Conscience and Caring*, pp. 67-75.
47. Ver Jean Baker Miller, *Toward a New Psychology of Woman*, Beacon, Boston, 1976.
48. *Growth Counseling for Mid-year Couples*, p. 39.
49. Ver Jonathan Schell, *The Fate of the Earth*, Knopf, Nueva York, 1982.
50. Estoy en deuda con Edith Colé por ayudarme a tomar conciencia de estos asuntos críticos.

### Capítulo 7

1. Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, p. 80.
2. Franz Alexander, *Psychoanalysis and Psychotherapy*, Norton, Nueva York, 1956, pp. 55-56. Hay versión en castellano: *Psicoanálisis y psicoterapia*, Psique, Buenos Aires.
3. Franz Alexander emplea el término psiquiátrico «abreacción» en vez de «catarsis»; «manipular la situación de vida» fue su manera de referirse al punto 5.
4. Se puede ocupar a los miembros laicos de un equipo de cuidado pastoral (cap. 16) para tales servicios prácticos como parte de su ministerio.
5. Prescribir una actividad no ayuda, por supuesto, en casos en que la persona responde con hiperactividad a un trauma, lo cual es otra manera de intentar evitar encarar el dolor propio.
6. Sigmund Freud usó el término «defensa del ego» para describir los mecanismos inconscientes que el ego del niño adopta tempranamente para protegerse y encarar el conflicto. Estas defensas operan automáticamente fuera del control consciente. Incluyen represión, regresión, proyección, racionalización, fijación, negación de la realidad, introyección, disociación y formación reactiva. Ver Anna Freud, *The Ego and the Mechanisms of Déjà-vue*, International University Press, Nueva York, 1946. Hay versión en castellano: *El yo y los mecanismos de defensa*, Paidós, Buenos Aires.
7. Estas son las tres categorías de los desórdenes de la personalidad descritas en la nomenclatura de la psiquiatría tradicional: psiconeurótica, psicótica y problemas de carácter. El neurótico internaliza conflictos, mientras que la persona con problemas de carácter los externaliza por medio de conflictos en las relaciones. Las frágiles defensas del psicótico han caído, hasta cierto punto, de modo que permite que partes del ego sean superadas por los impulsos del inconsciente.
8. Muchas personas mayores de sesenta y cinco años tienen egos fuertes, pero egos que se han hecho menos flexibles con la edad. Por esto a menudo para

- personas mayores se recomiendan los métodos de apoyo, en lugar de los de des-cubrimiento.
9. Muchas personas obtienen fortaleza interior para hacer frente a la vida identificándose con su pastor mientras éste funciona como sacerdote (líder en la adoración), predicador, maestro y líder de su congregación. Algunas personas se sienten mucho más de cerca del pastor que él de ellas. Esta identificación con un pastor es un importante apoyo.
  10. Después de un período de sobriedad estable y de resocialización en el grupo, algunos miembros de AA buscan la psicoterapia porque están disconformes o insatisfechos con su crecimiento y desean ayuda más profunda. Algunos alcohólicos a quienes la ayuda de AA no les basta para alcanzar la sobriedad son personas con una psicopatología que exige ayuda psicoterapéutica para suplementar el trabajo de AA.
  11. El psiquiatra Lewis R. Wolberg escribe: «Un individuo impedido por un síntoma molesto frecuentemente pierde el respeto por sí mismo. Se aparta de la gente ... El síntoma llega a ser su preocupación principal... Aquí, la remoción del síntoma puede alterar todo su proceso de adaptación.» *The Technique of Psychotherapy*, Gruñe and Stratton, 1954, p. 22.
  12. Esto es similar al caso de una persona que depende de un brazo ortopédico permanentemente en lugar de hacer los ejercicios que harían innecesario dicho brazo.
  13. La capacidad de un pastor para sostener a la gente con medios para estimular el crecimiento en lugar de con medios para retardarlo depende de la resolución de sus propias luchas entre dependencia e independencia; la falta de capacidad para resistir a la gente manipuladora es generalmente una señal de baja autoestima, de la cual el temor de no ser querido es una expresión dolorosa.

### Capítulo 8

1. Wayne E. Oates, *The Christian Pastor*, Westminster, Filadelfia, 1964, p. 1. Este libro esclarece el ministerio pastoral en las crisis desde la cuna hasta la tumba.
2. Ver Veroff, Kulka, Dorran, *Mental Health in America*, pp. 228-232.
3. Víctor Frankl, *Man's Search for Meaning*, Washington Square Press, Nueva York, 1963, p. 121. Hay versión en castellano: *El hombre en busca de sentido*, Herder, Barcelona.
4. Erich Lindemann, «Symptomology and Management of Acute Grief», *American Journal of Psychiatry*, septiembre de 1944.
5. Gerald Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, Basic Books, Nueva York, 1964, pp. 26-55. Hay versión en castellano: *Principios de psiquiatría preventiva*, Paidós, Buenos Aires.

6. *Ibíd.*, pp. 40-41.
7. Para una exposición de las ocho etapas de la vida, según Erikson, ver *Childhood and Society*, W. W. Norton, Nueva York, 1950, pp. 219-233. Hay versión en castellano: *Infancia y sociedad*, Hormé, Buenos Aires.
8. Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, p. 43. Itálicas mías.
9. Thomas H. Holmes y R. H. Rahe, «The Social Adjustment Ratings Scale», *Journal of Psychosomatic Research* 2, 1967, pp. 213-218.
10. Debe subrayarse que no hay claras líneas de división entre el cuidado pastoral general, el preasesoramiento (término de Hiltner) y el asesoramiento informal. Estas actividades pastorales tienden a sobreponerse. El preasesoramiento, la edificación de relaciones con un pastor, que ayuda a preparar personas para aceptar o solicitar ayuda, a menudo tiene lugar durante el cuidado pastoral general. Las relaciones pueden moverse gradualmente de preasesoramiento/cuidado pastoral a asesoramiento informal cuando las personas llegan a ser más conscientes de su necesidad de ayuda.
11. Para una exposición sobre preasesoramiento, incluyendo el asunto de cuándo el pastor debe tomar la iniciativa e ir a la gente para ofrecer ayuda, ver Hiltner, *Pastoral Counseling*, pp. 125-148.
12. Los que sienten o reconocen sólo en retrospectiva, que frecuentemente no captan tales claves, deben hacer arreglos para recibir psicoterapia personal o educación pastoral clínica para agudizar su sensibilidad perceptiva.
13. Adaptado de Cyser y Vayhinger, *Casebook in Pastoral Counseling*, pp. 276-283.
14. Ver *ibíd.*, pp. 157-161, para un relato literal.
15. Wayne Oates, *An Introduction to Pastoral Counseling*, Broadman Press, Nashville, 1959, p. 111.
16. Franz Alexander y Thomas Morton French, *et al.*, *Psychoanalytic Therapy*, Ronald Press, Nueva York, 1946, p. 164. Hay versión en castellano: *Terapéutica psicoanalítica*, Psique, Buenos Aires.
17. Hiltner, *Pastoral Counseling*, p. 83.
18. Ver Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, pp. 49-56.
19. Adaptado de Howard Clinebell, «Ego Psychology and Pastoral Counseling», *Pastoral Psychology*, febrero de 1963, pp. 33-34.
20. Una manera de averiguar la prognosis de una persona en crisis es descubrir hasta dónde estaba funcionando adecuadamente antes de la crisis. Las personas que tienen una historia de algunos éxitos en hacerle frente a la vida generalmente pueden recibir ayuda para recobrar su equilibrio previo (o más, en algunos casos), en un tiempo relativamente breve, usando métodos de asesoramiento para el apoyo en la adaptación del ego.

- Pero aun quienes tienen una suficiencia limitada antes de la crisis pueden poseer recursos potenciales de adaptación que pueden ser movilizados.
21. W. E. Morley, «Treatment of the Patient in Crisis», Benjamín Rush Crisis Center, 5 de mayo de 1964 (manuscrito inédito).
  22. Eric Berne, *Transactional Analysis in Psychotherapy*, Grove Press, Nueva York, 1961, p. 146. Hay versión en castellano: *Análisis transaccional en psicoterapia*, Psique, Buenos Aires.
  23. Warren A. Jones, «The A-B-C Method of Crisis Management», *Mental Hygiene*, enero de 1968, p. 87. Estos pasos son comparables a las cuatro fases de actividad para los que reciben ayuda propuestas por Roberto Carkhuff: participación, exploración, comprensión y acción. Ver *The Skills of Helping*, Human Resources Press, Amherst, Mass., 1979.
  24. Clinebell, *Growth Counseling*, p. 156.
  25. Ver *Ibíd.*, cap. 6, y *Growth Counseling for Mid-Years Couples*, caps. 1 y 2.
  26. El censo de 1980 encontró que el promedio de edad en Estados Unidos era casi exactamente treinta años.
  27. Ver Morton Kelsey, *Healing and Christianity*, Harper & Row, Nueva York, 1973.
  28. Ver Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, cap. 8. Estoy en deuda con Donald B. Ardell, (*High Level Wellness*, Rodale Press, Emmaus, Pa., 1977, por su elaboración de los principios de salud integral.
  29. Adaptado de O. Cari Simonton, Stephanie Matthews-Simonton y James Creighton, *Getting Well Again*, J. P. Tarcher, Los Angeles, 1978, pp. 131-132, 135-136.

#### Capítulo 9

1. Albert Camus, *Actuelles*, 3 vols., French and European Publishers, 1950-1958.
2. Wayne Oates, *Pastoral Care in Grief and Separation*, Fortress, Filadelfia, 1976, p. 4.
3. Erich Lindemann, «Grief and Grief Management: Some Reflections», *Journal of Pastoral Care*, septiembre de 1976, 30, n° 3, p. 198.
4. Lindemann, «Symptomology and Management of Acute Grief», *American Journal of Psychiatry*, septiembre de 1944.
5. Hay una variedad de maneras de delinear las progresivas etapas del dolor. Encuentro útil focalizar las tareas esenciales que una persona debe realizar para completar la sanidad.
6. Preguntas sugeridas por William M. Clements.
7. Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, pp. 45-46. Hay versión en castellano: *Principios de psiquiatría preventiva*, Paidós, Buenos Aires.

8. William E. Hulme, *Pastoral Care and Counseling*, p. 160. El pastor era John Ornan.
9. Ver Clinebell, «How to Set Up and Lead a Grief Group», *The Christian Ministry*, noviembre de 1975.
10. *Colleague*, opúsculo que Kemper publica ocasionalmente, marzo de 1978, p.5.
11. *ídem*.
12. Lois estuvo de acuerdo conmigo en grabar nuestra conversación. La esencia de su punto de vista se incluye en «Helping and Being Helped by the Dying», cásete del curso HA en *Growth Counseling. Part II: Coping Constructively with Crises*.
13. Ver Elizabeth Kübler-Ross, *Sobre la muerte y los moribundos*, Grijalbo, Barcelona, caps. 3 y 4.
14. Lisl M. Goodman, *Death and the Creative Life*, Springer, Nueva York, 1981, p.64.
15. Prefacio de Cicely Sander a Jack M. Zimmerman, *Hospice: Complete Care of the Terminally III*, Urban and Schwarzenberg, Baltimore/Munich, 1981, p. ix.
16. Ver Paul Bohannon y Rosemary Erickson, «Stepping In», *Psychology Today* 11, n° 8, enero de 1978, p. 53; ver Gay C. Kitson, *et al*, «Divorcees and Widows, Similarities and Differences», *American Journal of Orthopsychiatry*, abril de 1980, pp. 291-301. En Estados Unidos, de la gente divorciada el 80 % vuelve a casarse, y de estos matrimonios, el 60 % incluye un padre con uno o más niños en custodia. En 1977, el 13 % de todos los niños menores de 18 años (unos quince millones) vivían con un padre vuelto a casar y un padrastro o madrastra. Ver Emily B. Visher y John S. Visher, *Stepfamilies*, Lyle Stuart, Syracuse, N.J., 1980, p. xviii.
17. Osear Dowdler, «Help for the Divorced», *The Interpreter*, septiembre de 1976, p.60.
18. Ver Mal Krantzler, *Creative Divorce: A New Opportunity for Personal Growth*, M. Evans & Co., Nueva York, 1974; y Henri Nouwen, *Reaching Out: The Three Movements of Spiritual Life*, Doubleday, Nueva York, 1975.
19. Ver J. S. Snyder, «The Use of Gatekeepers in Crisis Management», *Bulletin of Suicidology* 7, 1971, pp. 39-44; y Cooper B. Holmes y Michael E. Howard, «Recognition of Suicidal Lethality Factors by Physicians, Mental Health Professionals, Ministers, and College Students», *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 48, n° 3, 1980, pp. 383-387. Los pastores en este estudio no acertaron en reconocer a las personas con inclinaciones suicidas con más precisión que los universitarios de los primeros años que sirvieron como grupo de control.

20. Se resume esta exposición de las señales de los potenciales suicidas, de Clinebell, «The Suicide Emergency», *First Aid in Counseling*, C. L. Mitton, ed., T. and T. Clark, Edimburgo, 1968, pp. 149-151.
21. Karl A. Menninger, *The Human Mind*, Alfred A. Knopf, Nueva York, 1947, p. 122.
22. *Suicide Prevention Center: Manual for Handling Telephone Calls*, Los Angeles, 1963, p. 4.

### Capítulo 10

1. Gurin, Veroff, Feld, *American View their Mental Health*, pp. 91-92.
2. Jean Stapleton y Richard Bright, *Equal Marriage*, Abingdon, Nashville, 1976, p. 19.
3. Un estudio de 1976 —registrado en Veroff, Kulka, Dorran, *Mental Health in America*— encontró que el 57 % de quienes buscan asesoramiento pastoral lo hacen por problemas matrimoniales o familiares. Esto incluía un 45 % que pide ayuda por problemas matrimoniales, un 8 % por problemas con los chicos o los jóvenes y un 4 % por otros problemas en las relaciones familiares (ver p. 135).
4. Esta es una apropiada frase de Virginia Satir.
5. Ver Charles W. Stewart, *The Minister as Family Counselor*, Abingdon, Nashville, 1970, cap. 1; Jessie Bernard, *The Future of Marriage*, Bantam Books, Nueva York, 1972. Los capítulos 2 y 3 documentan los efectos negativos del matrimonio sobre la mujer.
6. Charlotte Holt Clinebell, *Counseling for Liberation*, p. 34.
7. Arlo D. Compaan, «A Study of Contemporary Young Adult Marital Styles», tesis para la Escuela de Teología de Claremont, 1973. Disponible en University Microfilms International, P.O. Box 1764, Ann Arbor, Mich. 48106, EE.UU.
8. Henry Stack Sullivan, *The Psychiatric Interview*, W. W. Norton, Nueva York, 1954, p. 171. Hay versión en castellano: *La entrevista psiquiátrica*, Psique, Buenos Aires.
9. Un estudio reveló que quienes vivían en matrimonios igualitarios dieron a conocer una satisfacción marital más grande que aquellos que tenían matrimonios tradicionales. Ver L. Bailyn, «Career and Family Orientations of Husbands and Wives in Relation to Marital Happiness», *Human Relations* 23, 1970, pp. 97-113.
10. Adaptado de Howard Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment, Pre-Marriage and the Early Years*, Fortress, Filadelfia, 1975, p. 24.
11. *Ibíd.*, p. 23.
12. *Ibíd.*, p. 25.

13. Una detallada descripción de cómo usar esta herramienta de comunicación con parejas se encuentra en Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, cap. 2, y con familias en *Contemporary Growth Therapies*, pp. 233-234.
14. Nathan W. Ackerman, *The Psychodynamics of Family Life*, Basic Books, Nueva York, 1958, p. 22. Hay versión en castellano: *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*, Hormé, Buenos Aires.
15. Esto se expone en *Between Man and Man*, Macmillan, Nueva York, 1947, pp. 203-205. Buber escribe: «Un alma nunca está enferma sola, sino siempre por medio de una relación, una situación entre ella y otro ser existente». Freedman, Buber, *The Life of Dialogue*, p. 191.
16. Sullivan, *The Psychiatric Interview*, p. 13.
17. Eisenstein, ed., *Neurotic Interaction in Marriage*, p. 18.
18. Ethel M. Nash, et al., eds., *Marriage Counseling in Medical Practice: A Symposium*, University of North Carolina Press, Chapel Hill, 1964, p. 278.
19. El concepto de «liberación» sana, que aprendí de Al-Anón, es útil en todo asesoramiento matrimonial. Liberar al cónyuge de uno implica hacer cuatro cosas: (1) eliminar el intento de manipular, controlar o cambiar la conducta del cónyuge; (2) No castigar al cónyuge por las consecuencias penosas de la conducta irresponsable ni sobreprotegerlo de ellas; (3) abandonar la premisa subconsciente que el mejoramiento de la propia vida depende totalmente de cambios en el cónyuge; (4) ser dueño de uno mismo y cuidarse: esto implica desarrollar una vida más plena para uno mismo y los chicos, sea que el otro cónyuge decida hacerlo o no hacerlo.
20. Hilda M. Goodwin y Emily H. Mudd, *Marriage Counseling in Medical Practice*, Ethel M. Nash, et al, eds., University of North Carolina, Chapel Hill, 1964, p. 279.
21. William H. Masters y Virginia E. Johnson, *The Pleasure Bond: A New Look at Sexuality and Commitment*, Little Brown and Co., Boston, 1974, pp. 107-108. Hay versión en castellano: *El vínculo del placer*, Grijalbo, Barcelona.
22. Para una elaboración de estas pautas, ver *Growth Counseling for Mid-Years Couples*, cap. 6.
23. Ver John R. Landgraf, *Creative Singlehood and Pastoral Care*, Fortress Press, Filadelfia, 1982, pp. 22,58.
24. Adaptado de Clinebell, *Growth Groups*, p. 111.
25. Landgraf, *Creative Singlehood and Pastoral Care*, p. 22.
2. Ackerman, *The Psychodynamics of Family Life*, p. 17. Hay versión en castellano: *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*, Hormé, Buenos Aires.
3. Nathan W. Ackerman, «Emergence of Family Psychotherapy on the Present Scene», *Contemporary Psychotherapies*, Morris I. Stein, ed., Free Press, Glencoe, 111., 1961, p. 231.
4. Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, p. 219.
5. Ackerman, *The Psychodynamics of Family Life*, pp. 21-22.
6. *Ibid.*, p.218.
7. Satir, *Psicoterapia familiar conjunta*, La Prensa Médica Mexicana, México, cap. 5.
8. Martin Grotjahn, *Psychoanalysis and Family Neurosis*, W. W. Norton, Nueva York, 1960.
9. Stewart, *The Minister as Family Counselor*, pp. 173-175.
10. Anderson, «The Family Growth Group: Guidelines for an Emerging Means of Strengthening Families», *The Family Coordinator*, enero de 1974, p.7.
11. *Ibid.*, pp. 7-8.
12. Sawin, *Family Enrichment with Family Clusters*, pp. 30-31.
13. Stewart, *The Minister as Family Counselor*, p. 176.
14. Ver *ibid.*, pp. 176-178 para una descripción más completa de este retiro.
15. Charlóte Holt Clinebell, *Encontrémonos a mitad de camino*, La Aurora, Buenos Aires, 1975, p. 131.
16. *Ibid.*, p. 139.
17. Ver Susan L. Jones, *Family Therapy: A Comparison of Approaches*, Robert J. Brady, Bowie, Md., 1980.
18. Jay Haley, «Whither Family Therapy?», *Family Process*, marzo de 1962, p. 70.
19. Ver Satir, *Peoplemaking*, Science and Behavior Books, Palo Alto, Calif., 1972, pp. 26-27. Hay versión en castellano: *Relaciones humanas en el núcleo familiar*, Pax-México, México.
20. Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, pp. 222-223.
21. El asesoramiento de parejas incluye tres ejes de interacción (pastor-esposo, pastor-esposa, esposo-esposa) que el asesor debe tener en cuenta. El asesoramiento familiar a una pareja con un niño duplica (a seis) los ejes de interacción. Una pareja con dos de sus hijos en una sesión incrementa los ejes a diez, y una pareja con tres hijos genera quince ejes de interacción.
22. He descrito las Sesiones de enriquecimiento para familias sanas y las he ilustrado con segmentos de un reportaje a una familia en cásete del curso IIIB en *Growth Counseling: New Tools for Clergy and Laity*, parte I.
23. Adaptado de Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, p. 226.

### Capítulo 11

1. Stewart, *The Minister as Family Counselor*, p. 11.

24. Stewart, *The Minister as Family Counselor*, p. 103.
25. El Método Intencional para Familias se describe más detalladamente como un ejercicio experimental en Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, pp. 233-234.
26. Adaptado de Charlotte H. y Howard J. Clinebell, *El niño con problemas*, La Aurora, Buenos Aires, 1974, cap. 2.
27. Para una exposición completa de cómo los padres pueden hacer terapia con juegos, ver Clark E. Moustakas, *Psychotherapy with Children: The Living Relationship*, Harper & Brothers, 1959, cap. 8.
28. Adaptado de Clinebell, *Growth Groups*, p. 98.
29. Anderson, *New Approaches to Family Pastoral Care*, pp. 5-6.
30. Ver Del Martin, *Battered Wives*, Pocket Books, Nueva York, 1976; Susan Brownmiller, *Against Our Will*, Simón & Schuster, Nueva York, 1975; y Diana E. H. Russell, *Rape in Marriage*, Macmillan, Nueva York, 1982.
31. Esta comprensión de las causas sociológicas de la violencia contra mujeres y niños se documenta en Martin, *Battered Wives*.

### Capítulo 22

1. Thomas W. Klink, «The Referral: Helping People Focus Their Needs», *Pastoral Psychology*, diciembre de 1962, p. 11.
2. Wayne E. Oates, *Protestant Pastoral Counseling*, Westminster Press, Filadelfia, 1974, pp. 112-113.
3. C. W. Brister, *Pastoral Care in the Church*, Harper & Row, Nueva York, 1977, p. 162. Hay versión en castellano: *El cuidado pastoral de la iglesia*, Asociación Bautista de Publicaciones, Buenos Aires.
4. J. David Arnold y Connie Schick, «Counseling by Clergy: A Review of Empirical Research», *Journal of Pastoral Counseling* 14, n° 2, otoño-invierno de 1979, p. 96.
5. Gerald N. Grob, ed., *Action for Mental Health*, Basic Books, Nueva York, 1961, p. 104.
6. Citado por Klink, «The Referral: Helping People Focus Their Needs», p. 10.
7. : Adaptado de Clinebell, *Mental Health Ministry of the Local Church*, p. 244. Ver pp. 242-260 para una discusión de «Helping the Mentally Ill and Their Families».
8. Para un sustancioso artículo sobre este tema por el psiquiatra social Minnie L. Waterman, ver «Pastoral Decisión: To Counsel or Refer», *Journal of Pastoral Care*, primavera de 1960, pp. 34-38.
9. Ver Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, pp. 212-265, para una excelente exposición sobre los tipos y métodos de la consulta de salud

mental. Hay versión en castellano: *Principios de psiquiatría preventiva*, Paidós, Buenos Aires.

10. Comunicación personal. John L. Mixon sugiere estos principios para hacer buenas derivaciones a las agencias sociales: «(a) Conseguir información básica en cuanto a la agencia. Esto debe incluir una comprensión del propósito, las funciones y la política de admisión. Las derivaciones indiscriminadas que resultan de suponer que una agencia podría brindar ciertos servicios es una pérdida de tiempo para todos y una frustración para la persona a quien se quiere servir, (b) No comprometer a una agencia a un servicio o solución específica. La agencia debe quedar en libertad para ayudar dentro de los límites de sus recursos y en relación con las necesidades reales del solicitante, (c) Proveer toda la información disponible a la agencia contactada, sea por carta o teléfono, (d) Mantener contacto respecto a todas las personas derivadas. Esto permitirá evaluar los servicios para el futuro. Comprender lo que pasó lo ayudará en consultas adicionales si la persona vuelve a Ud.»
11. Producida por *Protestant Community Services* del Consejo de Iglesias de Los Angeles, 1965. El párrafo citado viene de la introducción.
12. A. B. Hollingshead y F. C. Redlich, *Social Class and Mental Illness: A Community Study*, John Wiley & Sons, Nueva York, 1958.

### Capítulo 13

1. Paul E. Johnson, «Where We Are Now in Pastoral Care», *Christian Advocate*, 23 de septiembre de 1965, p. 8. La educación dinámica debe «conducirnos con vida a las nuevas posibilidades de lo humano» (Joseph Matthews, conferencia, Escuela de Teología de Claremont, 15 de noviembre de 1965).
2. El asesoramiento educativo también puede denominarse «educación orientada al asesoramiento». La educación orientada al asesoramiento y el asesoramiento orientado a la educación verdaderamente forman un todo continuo. El darse cuenta de esto le permite al pastor moverse libremente hacia un mayor énfasis en la dimensión educativa o en la de asesoramiento, según lo requieran las necesidades particulares de una persona, una pareja o una familia. Un sinónimo de asesoramiento educativo es «dirección pastoral».
3. Para una descripción de las terapias cognitivas o de aprendizaje teórico, ver Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, cap. 5.
4. Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, p. 50. Itálicas mías.
5. De *educare*, «extraer», «educir», «criar» (latín); Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, p. 9. La terapia centrada en el cliente es un acercamiento de educación relativamente pura. El acercamiento inductivo

- en la iglesia ha usado tradicionalmente códigos de ética, teología moral y asesoramiento.
6. Granger E. Westberg, *Minister and Doctor Meet*, Harper & Brothers, Nueva York, 1961, p. 18.
  7. Cari R. Rogers, *Counseling and Psychotherapy*, Houghton Mifflin, Boston, 1942, p. 29. Rogers estaba reaccionando ante un antiguo acercamiento al asesoramiento que consistía en exhortar, aconsejar y persuadir. Retuvo la dicotomía de «o esto o aquello», sentimiento o conocimiento, de ese acercamiento, pero optó por el sentimiento en lugar del conocimiento. El asesoramiento educativo busca ir más allá de la posición de «o esto o aquello» a la posición de «tanto esto como aquello».
  8. Lois Barclay Murphy, *The Widening World of Childhood: Paths Toward Mastery*, Basic Books, Nueva York, 1962, p. 374.
  9. Nathaniel Cantor, *Dynamics of Learning*, Henry Stewart, East Aurora, N. Y., 1946, pp. xiv-xv.
  10. *Ibtd.*, pp. xiii-xiv.
  11. Para una exposición más profunda de un acercamiento a la preparación para el matrimonio, con orientación al crecimiento, ver Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment: Pre-Marriage and The Early Years*, cap. 6.
  12. Ver Satir, *Conjoint Family Therapy*, pp. 112-135. Hay versión en castellano: *Psicoterapia familiar conjunta*, La Prensa Médica Mexicana, México.
  13. El test Taylor-Johnson está disponible en Psychological Publications, 5300 Hollywood Blvd., Los Angeles, CA 90027. PREPARE está disponible en PREPARE Inc., P.O. Box 190, Minneápolis, MN 55440.
  14. *A Pastor's Manual*, de Antoinette y León Smith, diseñado para uso con *Growth Love in Christian Marriage* (Abingdon Press, Nashville, 1981), de Joan y Richard Hunt, provee excelentes sugerencias sobre grupos de preparación para el matrimonio, la teología del matrimonio y el contenido de las cinco sesiones que recomiendan.
  15. El «Inventario de conocimientos respecto al sexo (SKI)» (revisado en 1979) está disponible (en inglés) con un manual para su uso escrito por Gelolo McHugh, en Thomas McHugh, Family Life Publications, P.O. Box 427, Saluda, N.C. 28773.
  16. Estoy pensando en disturbios emocionales graves de uno o de ambos, y en las limitaciones eclesiásticas que algunas denominaciones imponen al re-casamiento de personas divorciadas.
  17. Cantor, *Dynamics of Learning*, p. 281.
  18. Ver Clinebell, *Growth Counseling for Mid-Years Couples*, pp. 26-29, para una descripción del proceso para crear o revisar un contrato o pacto matrimonial.

19. Caplan, *Principies of Preventive Psychiatry*, pp. 84-85. Hay versión en castellano: *Principios de psiauatría preventiva*, Paidós, Buenos Aires.
20. Ver Jean Stapleton y Richard Bright, *Equal Marriage*, Harper & Row, Nueva York, 1977.
21. Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, p. 50.
22. Frecuentemente los individuos se alejan del asesoramiento pastoral cuando una parte o ambas deciden acabar el matrimonio. Las personas que se divorcian a menudo esquivan a los pastores por razón de su culpa y luego el temor a ser juzgadas. Es importante animar a estas personas a continuar el asesoramiento pese a su dolor. Un esfuerzo pastoral especial es necesario aun para mantener contacto con tales personas. El pastor debe tomar la iniciativa de ofrecerles la oportunidad de un asesoramiento que apunte a ayudarlos a lograr un divorcio no destructivo.
23. Graham B. Blain, Jr., «The Children of Divorce», *Atlantic Monthly*, marzo de 1963, pp. 98-101.
24. Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, p. 255.
25. Harriet Perl y Gay Abarbanell, *Guidelines to Feminist Consciousness Raising*, National Organization for Women, Washington, 1975, p. 2.
27. Clinebell explora estos pasos más profundamente en *Growth Groups*, pp. 150-158.
28. Ver Speed Leas y Paul Kittlaus, *The Pastoral Counselor in Social Action*, Fortress Press, Filadelfia, 1981, pp. 40-58, para una útil exposición del proceso de definir los problemas y establecer las metas.
29. *Ibtd.*, p.57.
30. Ver Peggy Way, «Community Organization and Pastoral Care: Drum Beat for Dialogue», *Pastoral Psychology*, marzo de 1968, pp. 25-36, 66.
31. Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, p. 253.

#### Capitulo 14

1. George Homans, *The Human Group*, Harcourt, Brace & Co., Nueva York, 1956, p. 658. Hay versión en castellano: *El grupo humano*, EUDEBA, Buenos Aires.
2. Robert C. Leslie, tesis para el doctorado en la Universidad de Boston (inérita), 1948.
3. Robert C. Leslie, *Sharing Groups in the Church*, Abingdon Press, Nashville, 1971, p. 19.
4. Adaptado de Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, 149.
5. Ver Mansell Pattison, *Pastor and Parish—A Systems Approach*, Fortress Press, Filadelfia, 1977.

6. En una ponencia intitulada «Theological Dimensions of Renewal through Small Groups», *Pastoral Psychology*, junio de 1964, pp. 23-32, James B. Ashbrook sostiene que la vitalidad de la vida de la iglesia depende de la presencia de un número de «unidades celulares», las que están descubriendo nueva vida en el Espíritu. El describe la manera en que su iglesia desarrolló diez grupos pequeños, paralelos a la estructura organizacional normal, pero no parte formal de ella. El propósito de los grupos era buscar la auténtica vida del Espíritu. Cada grupo tenía su propia historia de vida. Cuando un grupo había dejado de ser útil, le era permitido morir para que emergiera vida nueva. La idea de crear grupos vitales paralelos, al mismo tiempo que uno trabaja para potenciar los grupos «institucionalizados» existentes, es muy recomendable.
7. Adaptado de Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, p. 152. «Una célula creativa en nuestra sociedad de masas» se cita de Alan Walker, mensaje a Garrett Theological Seminary, agosto de 1957.
8. George Webber, *The Congregation In Mission*, Abingdon Press, Nashville, 1964, pp. 116-117.
9. Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, pp. 153-154; Tennessee Williams, *Cat on a Hot Tin Roof*, New Dimensions, Nueva York, 1955, p. vi.
10. Leslie, *Sharing Groups in the Church*, p. 14.
11. Jerome D. Franks, «Group Methods in Therapy», Public Affair Pamphlet 284, pp. 3-4.
12. Esta sección y la siguiente son adaptadas de Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, pp. 154-157.
13. Citado de Eugene Jennings de la Michigan State University en *You Can't Be Humans Alone*, p. 6.
14. John Casteel, ed., *Spiritual Renewal Through Personal Groups*, Association Press, Nueva York, 1957, p. 201.
15. Elizabeth O'Connor, *Call to Commitment*, Harper & Row, Nueva York, 1965, p. 37.
16. Thomas Gordon, *Group-Centered Leadership: A Way of Releasing the Creative Power of Groups*, Houghton Mifflin, Boston, 1955, pp. 8-9.
17. Parafraseado de Thomas Gordon, «Groups-Centered Leadership and Administration», Cari R. Rogers, *Client-Centered Therapy*, Houghton Mifflin, Boston, 1959, cap. 8.
18. El pastor de una iglesia donde mi esposa Charlotte y yo dirigíamos juntos un retiro de enriquecimiento para parejas, focalizó sus esfuerzos de alistamiento sobre sus líderes laicos clave y maestros de escuela bíblica. Esta fue una estrategia para fortalecer el apoyo a un programa continuo de enriquecimiento matrimonial y de grupos de crecimiento en su

- congregación, y también un manera de enriquecer a los líderes y maestros de su iglesia.
19. Ver Clinebell, *Growth Groups*, pp. 48-52, para una descripción de tales ejercicios.
20. Ver capítulo 9 para una descripción de grupos de ayuda en el duelo y capítulo 16 para una descripción de grupos de ayuda mutua para quienes enfrentan crisis similares.
21. Adaptado de Clinebell, *Growth Groups*, pp. 3-4.
22. Clinebell, *Growth Groups*, pp. 11-12.
23. Personas como yo mismo, que no son por naturaleza facilitadores de crecimiento, generalmente requieren de largas experiencias de crecimiento, que comienzan con alguna terapia individual profunda para eliminar las trabas internas que impiden el crecimiento.
24. Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, p. 84. Hay versión en castellano: *Principios de psiquiatría preventiva*, Paidós, Buenos Aires.
25. Adaptado de Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, pp. 167-168.
26. Padres de «niños excepcionales» (físicamente discapacitados, mentalmente desequilibrados, retardados y sumamente inteligentes) necesitan un grupo de apoyo para compartir con el fin de ayudarse mutuamente con los problemas especiales y tensiones que enfrentan.
27. Ver Clinebell, «Growth Groups for Children and Families», cap. 7 en *Growth Groups*, pp. 96-107.
28. *Ibíd.*, cap. 6: «Youth Growth Groups—Identity Formation», pp. 89-90.
29. La edad mediana se divide realmente en dos etapas de la vida: La edad mediana I, cuando los adolescentes están en casa, y la edad mediana II, los años del nido vacío previos a la jubilación.
30. Edwin C. Linberg, Temple City Christian Church (Discípulos de Cristo), Temple City, California, EE. UU.
31. Clinebell, *Growth Counseling for Mid-Years Couples*, p. 68.
32. Ver Wilma H. Klein, et al., *Promoting Mental Health of Older People Through Group Methods*, Mental Health Material Center, Nueva York, 1965.
33. Leslie, *Sharing Groups in the Church*, p. 32.

### Capítulo 15

1. Geoffrey Chaucer, *Canterbury Tales*, «The Monk's Tale», 1. 3329.
2. Carroll Wise, *Pastoral Psychotherapy*, Jason Aronson, Nueva York, 1980, p. xii.
3. Hiltner, *Pastoral Counseling*, p. 88.
4. *Ibíd.*, pp. 89-90.
5. Wise, *Pastoral Psychotherapy*, pp. 3-4,6.



6. La «psicología profunda» se refiere a los acercamientos para comprender la mente humana, que ilumina sus dimensiones subconscientes e inconscientes.
7. Para un resumen de los principios de asesoramiento para el crecimiento, ver Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, pp. 16-18.
8. Esta lista es una paráfrasis de Cari R. Rogers, *On Becoming a Person*, Houghton Mifflin, Boston, 1961, pp. 163-196.
9. Abraham Maslow, *Motivation and Personality*, Harper & Brothers, 1954, pp. 214-215. Hay versión en castellano: *Motivación y personalidad*, Arco.
10. Agustín, *Soliloquia*, libro II, cap. 1.
11. Lewis Carroll, *Alice's Adventures In Wonderland*, Viking Press, Nueva York, 1975, p. 40. Hay versión en castellano: *Alicia en el país de las maravillas*.
12. Freud y Pfister, *Psychoanalysis and Faith*, p. 92. Hay versión en castellano: *Correspondencia 1909-1939*, Fondo de Cultura Económica, México.
13. Esta es una apropiada descripción del papel del terapeuta hecha por Lewis J. Sherrill.
14. Eric Berne, *Gomes People Play*, Grove Press, Nueva York, 1964, p. 48. Hay versión en castellano: *Los juegos en que todos participamos*, Diana, México. Itálicas mías. Un juego conduce a un efecto pronosticable y da ganancia a cada jugador.
15. *Ibid.*, p. 17.
16. A menos que el asesor reconozca este juego y lo interrumpa, el asesoramiento será ineficaz.
17. Ver Clinebell, *Contemporary Growth Therapies*, pp. 178-187.
18. Sam Keen, «The Golden Mean of Roberto Assagioli», *Psychology Today*, diciembre de 1974, p. 98.
19. John Patton, «Pastoral Counseling Come of Age», *The Christian Century*, 4 de marzo de 1981, p. 230.
20. *Ibid.*, p. 231.
21. De Henri Bergson, *The Independent*, 30 de octubre de 1913. Citado por Lancelot L. Whyte en *The Unconscious Before Freud*, Basic Books, Nueva York, 1960, p. 181.
22. Antón Boisen, *The Exploration of the Inner World*, Willett, Clark and Co., Nueva York, 1936, pp. 266-267.
23. Freud y Pfister, *Psychoanalysis and Faith*, p. 24.
24. *Ibid.*, p. 116.

#### Capítulo 16

1. *The Evanston Report*, Harper & Brothers, Nueva York, 1955, p. 170.

2. Ver Howard Grimes, *The Rebirth of the Laity*, Abingdon Press, Nashville, 1962. Hendrik Kraemer ha llamado a este movimiento el «renacimiento laico».
3. Ver Niebuhr, *et al*, *The Purpose of the Church and Its Ministry*, pp. 83ss.
4. John Dillenberger, ed., *Martin Luther, Selections from His Writings*, Doubleday Nueva York, 1961, p. 75.
5. Diane Delwiler-Zapp y William Caveness Dixon, *Lay Caregiving*, Fortress Press, Filadelfia, 1982, p. 5.
6. Ver *ibid* para un exposición completa de esta y otras resistencias a entrenar a laicos y cómo superarlas.
7. Robert R. Carkhuff, *Helping and Human Relations: A Primer for Lay and Professional Helpers 1*, Holt, Rinehart & Winston, Nueva York, 1969, vol. I, p.1.
8. Para una descripción más completa ver Clinebell, *The Mental Health Ministry of the Local Church*, pp. 252-253, 278-279.
9. Ver Alan Walker, *Help Is as Near as Your Telephone*, Abingdon Press, Nashville, 1967, para una descripción de este programa.
10. Esta cita y la descripción de este programa se toman de Dick Watts (pastor entrenado en el programa), de Lakewood, Ohio, *The Pastor's Letter*, abril de 1980, n° 6. La dirección de The Stephen Series, Pastoral Care Team Ministries, es 7120 Lindell Blvd., St. Louis, MO 63103.
11. Detwiler-Zapp y Dixon, *Lay Caregiving*, p. 80.
12. Dick Watts, *The Pastor's Letter*.
13. E. Litwak y I. Szelenyi, «Primary Group Structures and Their Functions: Kin, Neighbors and Friends», *American Sociological Review* 34, 1969, pp. 465-481.
14. Estoy en deuda con Diane Detwiler-Zapp y Will Dixon por esta sugerencia; ellos exponen algunas de estas ideas en más detalle en su libro.
15. *idem*.
16. Robert A. Raines, *New Life in the Church*, ed. revisada, Harper & Row, Nueva York, 1980, pp. 126-127.
17. Ver capítulo 17 para una exposición más completa de estas características.
18. El grupo de trabajo «Samaritano» de la Iglesia Unida de Cristo (de la cual fui docente junto con mi colega Frank Kimper) fue constituido por el pastor a cargo de «Christian outreach» seleccionando una lista de unas ochenta personas que parecían tener las características personales para aprender con facilidad. De éstas, veintitrés aceptaron la invitación para participar en la capacitación. En la caso del grupo de la Iglesia Metodista Unida, una pequeña fuerza de tarea trabajó con el director de educación cristiana para elegir y reclutar dieciséis hombres y mujeres considerados por ellos como terapeutas naturales. Ambos programas se desarrollaron con

- la aprobación del pastor de la iglesia, pero habrían sido fortalecidos si el pastor hubiese participado activamente en la capacitación.
19. Howard Clinebell, «Experiments in Training for Laity for Ministry», p. 36.
  20. Estos incluían un viaje imaginario de todos en conjunto, el conocido ejercicio de dejarse caer confiadamente (cada persona se para en el centro de un pequeño círculo, con los ojos cerrados, y se deja caer de espaldas y ser sostenida por los miembros del círculo); un intercambio mutuo de «regalos» en que cada persona daba a cada miembro del grupo un regalo; por ejemplo, un toque afirmativo, un piropo honesto, un abrazo. Después de cada ejercicio los participantes tenían la oportunidad de definir sus sentimientos en detalle.
  21. Cuando trabajo solo como capacitador, voluntarios del grupo hacen la demostración de la habilidad de dar cuidado.
  22. Este nombre fue tomado del movimiento «Samaritano», un programa de ayuda en las crisis, que comenzó en Inglaterra bajo el liderazgo de Chad Varah.
  23. En lugar de establecer un equipo separado de cuidado pastoral, el grupo decidió continuar reuniéndose para capacitarse y crecer con el propósito de llevar el interés y la acción de cuidado pastoral a los muchos otros grupos de la iglesia donde sus miembros ya estaban activos. En los próximos dos años, se convirtieron en un fermento de influencia en la vida de su congregación, un grupo de apoyo mutuo dedicado a hacer todo lo posible para fomentar la centralidad de la persona y el crecimiento personal en el programa integral de su iglesia. A la larga se formaron otros grupos de capacitación en relaciones para otros que habían escuchado acerca de la capacitación y deseaban participar. Se organizaron dos grupos de crecimiento para jóvenes, conducidos por miembros del grupo de capacitación original.
  24. Charlotte Ellen y yo fuimos los encargados de la capacitación del grupo de la Iglesia Metodista Unida; en contraste con el grupo de la Iglesia Unida de Cristo, los aprendices de la Iglesia Metodista Unida habían sido convocados con la idea explícita de que el resultado de la capacitación sería un equipo laico de cuidado pastoral.
  25. Es importante no pedirles a los aprendices que visiten antes de tener suficiente comprensión y práctica de las técnicas de cuidado pastoral, de manera que no fracasen (desde su propio punto de vista) en sus primeras experiencias. En el grupo de capacitación de la Iglesia Metodista Unida cometimos un grave error al pedir a los aprendices que hicieran una visita después de la primera sesión de siete horas. Esta fue una razón por la que casi un tercio del grupo no finalizó la capacitación. Con esta tarea

- prematura sobrecargamos sus circuitos de ansiedad y no les dimos apoyo emocional adecuado.
26. La fórmula de crecimiento es útil al supervisar a los aprendices laicos. En las primeras etapas de la capacitación, el énfasis debe ponerse sobre el cuidado pastoral y no sobre el enfrentamiento. Cuando los aprendices cobren más confianza, puede ser útil un enfrentamiento más directo en las áreas en las que necesitan crecer.
  27. Los trabajadores de «Life Line» (cuerda de salvavidas) en su centro original de Sydney tienen tres conferencias de capacitación de todo el día y una conferencia residencial cada año. También toman clases semanales en la «College for Christians» (universidad para cristianos) para mejorar sus recursos teológicos para el cuidado pastoral.
  28. Un grupo de cuidado pastoral puede llegar a ser una especie de equivalente actual de las «clases» metodistas donde el cuidado pastoral era una función de los laicos.
  29. Esta afirmación es adaptada de Clinebell, «Experiments in Training Laity for Ministry», pp. 40-41.
  30. Ver Francine Sobey, *The Nonprofessional Revolution in Mental Health*, Columbia University Press, Nueva York, 1970.
  31. Ver John Drakeford, «Establishing a Group», *People to People Therapy*, cap. 9, Harper & Row, Nueva York, 1978.
  32. Ver *Alcoholics Anonymous*, AA Publishing Co., Nueva York, 1955 y *Twelve Steps and Twelve Traditions*, por uno de los fundadores de AA, Harper & Row, Nueva York, 1952.
  33. *The Evanston Report*, p. 70.

#### Capítulo 17

1. Rogers, *On Becoming a Person*, pp. 47-49. Rogers relaciona estas características con la madurez personal cuando escribe: «La relación óptima para la ayuda es la clase de relación que crea una persona psicológicamente madura» (*ibíd.*, p. 56). Hay versión en castellano: *El proceso de convertirse en persona*, Paidós, Buenos Aires.
2. Charles B. Truax y Robert R. Carkhuff, después de examinar la investigación sobre la eficacia de las psicoterapias actuales, llegaron a la conclusión de que «la investigación parece encontrar regularmente que la empatía, la calidez y la autenticidad son características de los encuentros humanos que cambian a la gente para bien». *Toward Effective Counseling and Psychotherapy: Training and Practice*, Aldine, Chicago, 1976, p. 141.
3. Rogers, *On Becoming a Person*, p. 51. Los asesores pueden escoger no verbalizar algunos de sus propios sentimientos, pero deben ser *conscientes*

- de ellos. De otra manera, estos sentimientos interferirán en las relaciones de maneras ocultas.
4. *Ibíd.*, p. 21.
  5. Reseña de la obra de Reinhold Niebuhr *The Self and the Dramas of History* en *The Chicago Theological Seminar/Review*, enero de 1956, p. 14. En ninguno de nosotros, por supuesto, es posible que la aceptación y actitud positiva hacia los demás sea totalmente *libre de condicionamientos*. Como seres humanos incorporamos amor o gracia sólo de manera parcial.
  6. Rogers, *On Becoming a Person*, p. 44.
  7. *Ibíd.*, p. 53.
  8. Una de mis mentoras, la difunta Frieda Fromm-Reichmann, una vez afirmó que la eficacia en tratar con los psicóticos depende de la conciencia que el terapeuta tenga de este hecho (conferencia en William A. White Institute of Psychiatry, 1948).
  9. Carroll A. Wise, *Pastoral Counseling: Its Theory and Practice*, p. 11. Itálicas mías.
  10. Rogers, *On Becoming a Person*, p. 51.
  11. *Ibíd.*, p. 56.
  12. Dag Hammarskjöld, *Markings*, Leif Sjöberg y W. H. Auden, trad., Alfred A. Knopf, Nueva York, 1964, p. 24.
  13. William Shakespeare, *Love's Labour's Lost*, acto IV, escena III, l. 333.
  14. Se puede obtener información concerniente a los centros ECP escribiendo a la Association of Clinical Pastoral Education, 475 Riverside Drive, Nueva York, NY10027.
  15. El número de septiembre de 1977 del *Journal of Pastoral Care* incluyó algunos artículos incisivos sobre la supervisión del asesoramiento pastoral.
  16. Para una descripción de un método de meditación y otros acercamientos a la renovación espiritual, ver Clinebell, *Growth Counseling*, cap. 4.
  17. William Rabior, «Ministerial Burnout», *Ministry*, marzo de 1979, p. 25. Algunas de mis sugerencias provienen de este artículo.
  18. Ver Roderic L. Gould, *Transformations: Growth and Change in Adult Life*, Simón & Schuster, Nueva York, 1978.
  19. Ver Carol Gilligan, *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development*, Harvard University Press, Cambridge, Mass., 1982.
  20. Geoffrey Chaucer, *The Parliament of Fowls*, l. 1.
  21. H. Richard Niebuhr, Daniel Day Williams y James M. Gustafson, *The Advancement of Theological Education*, Harper & Brothers, Nueva York, 1957, p. 128.
  22. Esto debe hacerse con la seguridad de que no se pedirá a los terapeutas que informen sobre los aspectos confidenciales de la terapia.
  23. Para la ordenación de personas en estas posiciones se requiere una capacitación académica y clínica de posgrado que los habilita para ser miembros de la American Association of Pastoral Counselors en un nivel superior.
  24. Se puede obtener los requisitos actuales para la membresía en diferentes categorías escribiendo a AAPC National Office, 9508A Lee Highway, Fairfax, VA 22031 (703-385-6967).
  25. Carl Jung, *Psychological Reflections*, Pantheon Books, Nueva York, 1953, p. 73.
  26. Tillich, «The Theology of Pastoral Care», p. 4.

# ÍNDICE GENERAL

Capítulo 1. El desafío actual del cuidado y asesoramiento pastoral . . . . .	17
El renacimiento contemporáneo . . . . .	20
Propósito de este libro . . . . .	22
Cómo obtener los máximos beneficios de este libro . . . . .	25
El uso del libro en el seminario . . . . .	27
Capítulo 2. Un modelo de crecimiento y liberación integral para el cuidado y el asesoramiento pastoral . . . . .	29
Definir los términos básicos . . . . .	30
Descripción del modelo . . . . .	30
La meta unificadora: la plenitud . . . . .	32
La esencia de la plenitud . . . . .	34
Las seis dimensiones de la plenitud . . . . .	35
La plenitud en cada etapa de la vida . . . . .	38
La iglesia como una comunidad que cuida y libera . . . . .	38
Las crisis como oportunidades para el crecimiento . . . . .	38
El uso de la autoridad y de la identidad pastoral . . . . .	39
El cuidado y el asesoramiento que abarcan los dos hemisferios cerebrales . . . . .	40
Una comprensión andrógena de la plenitud . . . . .	41
Terapias centradas en el crecimiento . . . . .	41
El cuidado pastoral y otras funciones del ministerio . . . . .	42
El modelo del crecimiento liberador a la luz de nuestra tradición . . . . .	44
Las plataformas continentales se deslizan . . . . .	47

Capítulo 3. La misión, la base bíblica y la singularidad del cuidado y asesoramiento pastoral . . . . .	49
La importancia crucial del asesoramiento pastoral . . . . .	50
El cuidado y asesoramiento pastoral hace teología . . . . .	53
Imágenes bíblicas de la plenitud . . . . .	54
Las raíces bíblicas de las seis dimensiones de la plenitud . . . . .	55
La naturaleza y el proceso de plenitud . . . . .	58
El quebrantamiento de las personas y de la sociedad . . . . .	60
El crecimiento como lucha, muerte y nuevo nacimiento . . . . .	62
Sanidad y salvación . . . . .	63
La nueva era de plenitud . . . . .	64
Una teología integral para el cuidado pastoral . . . . .	65
La iglesia: centro de plenitud liberadora . . . . .	67
La singularidad del asesoramiento pastoral . . . . .	69
Capítulo 4. El fundamento bíblico de todo tipo de cuidado y asesoramiento . . . . .	75
El crecimiento de una relación sanadora . . . . .	77
Motivación, diagnóstico, intervención, contrato . . . . .	81
Reducir las finalizaciones prematuras . . . . .	77
La mecánica: la publicidad, el ambiente, el registro . . . . .	77
El teléfono en el cuidado y el asesoramiento pastoral . . . . .	90
La aplicación de los principios del enfoque integral . . . . .	91
Las técnicas fundamentales de asesoramiento . . . . .	94
Tipos de respuestas que da el asesor . . . . .	96
Hacia un asesoramiento más inclusivo y transcultural . . . . .	98
Capítulo 5. La facilitación de la plenitud espiritual: la esencia del cuidado y del asesoramiento pastoral . . . . .	105
La dimensión espiritual en todos los problemas humanos . . . . .	108
La meta del asesoramiento sobre problemas religiosos . . . . .	112
El asesor pastoral como guía o director espiritual . . . . .	115
Diagnóstico y tratamiento de los problemas espirituales . . . . .	118
La modificación de las creencias patógenas . . . . .	121
El uso de recursos religiosos en el cuidado y asesoramiento pastoral . . . . .	123
El uso de la Biblia para el crecimiento . . . . .	125
El uso de la oración y la meditación . . . . .	129
El uso de la perspectiva feminista en el crecimiento espiritual . . . . .	132
Los recursos espirituales propios del pastor . . . . .	133
Las terapias contemporáneas . . . . .	134

Capítulo 6. El asesoramiento sobre cuestiones éticas, valorativas y conceptuales . . . . .	137
Culpa justificada vs. culpa neurótica . . . . .	140
La sanidad de la culpa justificada . . . . .	141
La ayuda a los que tienen la conciencia confundida . . . . .	148
La sanidad de la culpa neurótica . . . . .	149
La sanidad de las conciencias fariseas . . . . .	151
La ayuda a los que tienen una conciencia poco desarrollada . . . . .	153
La ayuda a los que tienen una conciencia social poco desarrollada . . . . .	156
La ayuda a personas con vacíos de significado . . . . .	157
El uso de la confrontación en otros tipos de asesoramiento . . . . .	159
La neo-moralidad: el peligro en la confrontación . . . . .	160
Alimentar una sana conciencia . . . . .	162
Capítulo 7. Cuidado y asesoramiento de apoyo . . . . .	167
Métodos de asesoramiento de apoyo . . . . .	169
¿Asesoramiento de apoyo o de descubrimiento? . . . . .	171
Variedades en el asesoramiento de apoyo . . . . .	174
Peligros del asesoramiento de apoyo . . . . .	177
Capítulo 8. Cuidado y asesoramiento en las crisis . . . . .	179
Cuidado en las crisis y asesoramiento en las crisis . . . . .	180
Naturaleza y dinámica de las crisis . . . . .	181
Las crisis y las pérdidas son acumulativas . . . . .	184
Asesoramiento informal en las crisis . . . . .	186
La transición del asesoramiento informal al formal . . . . .	190
Las metas de un asesoramiento breve en las crisis . . . . .	101
Proceso del asesoramiento breve para la crisis (formal e informal) . . . . .	193
El uso de los métodos de apoyo en el asesoramiento para la crisis . . . . .	196
El análisis transaccional (AT) y el asesoramiento en casos de crisis . . . . .	199
El modelo ABCD de capacitación . . . . .	200
Cuidado y asesoramiento en las crisis de desarrollo . . . . .	203
La salud integral y la crisis de la enfermedad . . . . .	205
Capítulo 9. El cuidado y asesoramiento en el duelo . . . . .	211
La sanidad de la herida provocada por la aflicción . . . . .	214
La herida provocada por un duelo, que no sana . . . . .	219
La conformación y el liderazgo de un grupo de ayuda en el duelo . . . . .	220
El cuidado pastoral del moribundo y su familia . . . . .	223
La crisis y el duelo del divorcio . . . . .	225
La crisis y el duelo del suicidio . . . . .	227
Las pérdidas y las crisis del pastor . . . . .	230

Capítulo 10. El asesoramiento para el enriquecimiento	
matrimonial y la crisis de la pareja . . . . .	233
Una nueva estrategia para el matrimonio. . . . .	237
Lograr que el enriquecimiento y el asesoramiento matrimoniales resulten liberadores. . . . .	238
El programa de enriquecimiento matrimonial de una congregación . . . . .	240
Una invitación a las parejas. . . . .	241
Guía para enriquecer relaciones. . . . .	244
El Método de Relaciones Intencionales. . . . .	245
La naturaleza de la interacción y del conflicto matrimonial. . . . .	247
Las metas de asesoramiento durante crisis matrimoniales. . . . .	250
La sesión inicial en el asesoramiento matrimonial. . . . .	251
Método de asesoramiento para crisis matrimoniales. . . . .	252
El rol del asesor. . . . .	262
El enriquecimiento sexual y el asesoramiento. . . . .	263
El asesoramiento de los que tienen un estilo de vida alternativo. . . . .	265
El cuidado pastoral de los solteros. . . . .	267
Capítulo 11. El asesoramiento para enriquecer la vida familiar. . . . .	271
Las familias como sistemas sociales. . . . .	272
El programa para matrimonios y familias de una iglesia local. . . . .	274
El cuidado pastoral y el enriquecimiento de la familia. . . . .	278
Terapia familiar conjunta. . . . .	282
El pastor utiliza la terapia familiar. . . . .	284
El asesoramiento en las crisis familiares. . . . .	286
Métodos que contemplan el hemisferio derecho del cerebro y se aplican en el cuidado y asesoramiento de matrimonios y familias . . . . .	291
Asesoramiento en situaciones de violencia familiar y violación. . . . .	294
Capítulo 12. Remitir a los asesorados. . . . .	297
¿A quién se debe remitir?. . . . .	298
¿Consultar o remitir?. . . . .	300
¿A dónde remitir?. . . . .	301
¿Cómo remitir?. . . . .	303
Cuando faltan recursos, ¿a dónde remitir?. . . . .	306
Capítulo 13. El asesoramiento educativo. . . . .	309
Las metas del asesoramiento educativo. . . . .	311
Las dinámicas del asesoramiento educativo. . . . .	313
Los peligros del asesoramiento educativo. . . . .	315
La metodología del asesoramiento educativo. . . . .	316

El asesoramiento educativo de alta motivación. . . . .	324
El asesoramiento educativo sobre problemas sociales. . . . .	326
Capítulo 14. El cuidado y asesoramiento grupal . . . . .	335
La función clave de los grupos en el cuidado y el asesoramiento. . . . .	335
Cinco tipos de grupos en la iglesia . . . . .	338
Las ventajas del cuidado y del asesoramiento grupales. . . . .	339
La creación de grupos para el crecimiento y la sanidad. . . . .	340
El liderazgo que nutre para el crecimiento. . . . .	342
La capacitación y el crecimiento del liderazgo. . . . .	344
La creación de nuevos grupos. . . . .	345
El asesoramiento y la terapia grupal . . . . .	346
Variedad de grupos de crecimiento. . . . .	346
El liderazgo para los grupos de crecimiento. . . . .	349
Los grupos de crecimiento en las distintas etapas de la vida . . . . .	351
Principios para grupos de crecimiento eficaces. . . . .	357
Capítulo 15. Psicoterapia pastoral . . . . .	361
La comprensión profunda . . . . .	364
Cinco corrientes de las psicoterapias contemporáneas. . . . .	365
Los objetivos de la psicoterapia pastoral de insight . . . . .	367
Los métodos de la psicoterapia de insight. . . . .	368
El análisis transaccional. . . . .	370
Panorama de otras terapias útiles. . . . .	375
El asesoramiento, la terapia y los programas de crecimiento relacionados con la iglesia. . . . .	378
Capítulo 16. Capacitar a los laicos en el ministerio del cuidado. . . . .	383
Las implicaciones del cuidado y del asesoramiento pastoral. . . . .	384
Los tipos de ministerio laico para el cuidado. . . . .	387
Cómo poner en marcha un ministerio laico dedicado al cuidado. . . . .	389
Grupos de auto-ayuda. . . . .	400
Capítulo 17. ¿Cómo lograr que continúen creciendo las capacidades para el cuidado y el asesoramiento?. . . . .	405
La clave: la personalidad del pastor. . . . .	405
La capacitación profunda para el asesoramiento creativo. . . . .	408
Comprender los conceptos básicos. . . . .	414
Algunas ideas finales. . . . .	417
Planear el camino hacia el crecimiento. . . . .	419

# ÍNDICE DE AUTORES Y MATERIAS

Abuso (cónyuge y familia) . . . . .	235,294-296
Aceptación . . . . .	80,86
ACKERMAN, NATHAN A. . . . .	247, 272
Acuerdo matrimonial. Véase <i>Contrato</i>	
ADAMS, JAY. . . . .	128,161
ADLER, ALFRED. . . . .	150,364s.
Aflicción . . . . .	
indicios de . . . . .	
Al-Anon . . . . .	195,260,302,308,393,397,402
Alcohólicos Anónimos. . . . .	59, 77,100,145,147,175s., 203,218, 256, 260s., 301ss., 336,393,397,400ss.
Alcoholismo . . . . .	145,176,183,194,195,212, 229, 299,302,407
ALEXANDER, FRANZ . . . . .	169,170,192
Análisis transaccional . . . . .	42,171,175,199,363,366,370,372,374,375
Ancianidad . . . . .	356,387,391,402
ANDERSON, DOUGLAS . . . . .	278,292
ANDERSON, PHILIP. . . . .	146
Andrógeno . . . . .	32,41,102,164
Ansiedad . . . . .	18,25, 77,80,107- 113,122,125,139,148,153,170,174, 177,181,182,196-199,205,214,215,228,255, 265,299,316,318-320,358,398s.
existencial . . . . .	108s., 110s., 114s., 133s., 218
neurótica . . . . .	109,111,

Armamentismo	165
Asesoramiento,	
de apoyo	47,168-178,197,303,306
a corto plazo	181,193,252,362s., 363,370
en crisis	71,278,286s., 290,338,346,366
remitir	297-307;
lineamientos de	124,126
familiar. Véase <i>Familia</i>	
grupala, Véase <i>Grupo, grupal</i>	
informal	73, 77,180,187-191
integral	33, 70, 91
a largo plazo	191,196,363,424
matrimonial	14,47,51,160,235-239,246,251,259, 262s., 266s., 285,320s., 363, 370,374
pastoral	11,13-50,53,59s., 66s., 71-78, 90,97-106,112-118,123-139, 147,156,162,166,169-171,184,191,205s., 220-227, 234,237,268s., 297,300-312,349s., 359,362,363s., 375-390
pre-	75, 90
prematrimonial, Véase <i>Matrimonio, preparación para el</i>	
remitir a los asesorados	297,299, 301, 303,305,307
sobre cuestiones éticas	137-139,141-165
técnicas de	23,40, 77,122,134,314
telefónico	90
transcultural	31,101
Asesoramiento educativo	14,23,47, 97,106,157,309-317,319, 321, 323-329,331s., 333, 339s., 347,351s., 356,392,400,403, 410,414
dinámica del	349
en matrimonio	414
en problemas sociales	326-333
metas del	86, 91,149,250, 311
métodos del	98,125,286
peligros del	175, 315
presunciones del	314
ASSAGIOLI, ROBERTO	107,112,135,376
Autenticidad	19,11,134, 302,392
Autoayuda, grupos de	327
Autoestima	21,55, 62, 66, 73, 87, 92,100,112,120-123,132,155,170, 173,176,188,202,225,228,247,255,257,259,284, 291, 303,309,329,331s., 362,375,392,407

BARNHOUSE, RUTH TIFFANY	117
BARRY, WILLIAM A.	117
BAXTER, RICHARD	44,115
BECK, AARON	366
BERGLER, EDMUND	140
BERGSON, HENRI	380
Bioenergética	397
BOISEN, ANTÓN	45,380
BONHOEFFER, DIETRICH	69,78,145
BRIGHT, RICHARD	233,323
BRISTER, C. W.	297
BRIZEE, ROBERT L	425
BROVERMAN, INGE K	101
BROWNING, DON	137s., 143,162
BRYANT, MARCUS	302
BUBER, MARTIN	78,247,406
BUGENTAL, JAMES F.T.	111,115,134
CANTÓN, NATHANIEL	316,322
CAPLAN, GERALD	181s., 218,351
CAPPS, DONALD	126,163
CARKHUFF, ROBERT R	94,95,386
CASTEEL, JOHN	341
Catarsis	77, 86s., 124,144,150,169,190-197, 214-219,255
CHRIST, CAROL P.	132
Ciclo de vida	30
CLEBSCH, WILLIAM A.	24,45,138S., 311
CLINEBELL, CHARLOTTE HOLT. Véase <i>ELLEN, CHARLOTTE</i>	102,223,235, 236,240,282
COBB, JOHN B. JR.	125
Comunicación	79, 87,90,103,151,173,198,209,229s., 234, 236-244-291,302,310,313,314, 318, 320-359,368,373, 392-398
Conciencia	401-418
social	156-157,164
CONE, JAMES	57
Confesión	47,86,138,141-146,402
Conflictos, resolución de	9,10,35,53, 68s., 80, 86s., 98,107,114,124, 126,135,142-194,226,234,241-287,313,314,322,361-371,409,432
Confrontación	27,59,92s., 123s., 141-170,191,257
Congregación	274s., 298,302s., 323-339,344-357,380-397



Contrato,	
de asesoramiento . . . . .	40, 77, 86,
familiar . . . . .	283s.,
matrimonial (acuerdo) . . . . .	246,251s., 260,318, 323
Crecimiento . . . . .	
asesoramiento para el . . . . .	41,131,251,365
bloqueado . . . . .	34, 61, 70, 92,106,145,212,219
espiritual . . . . .	37,39, 70,115-135,180,218,230,286,344-356,380,391,402
fórmula para el . . . . .	59, 92,143
imágenes de . . . . .	58, 64
modelo de . . . . .	29-47
terapias centradas en el . . . . .	41
Crisis . . . . .	35,159
asesoramiento en . . . . .	179-203,205-214, 286,290,338,346
de desarrollo . . . . .	204,
en familias . . . . .	294,32
en matrimonio . . . . .	260,322,325
Cuidado pastoral. Véase <i>Pastoral, asesoramiento</i>	
fundamento teológico del . . . . .	21, 65
Culpa . . . . .	18,20 43,53, 64, 70, 72, 86, 94,96,106,106s., 118-127,134,
	139-162,173s., 182,189s., 200s., 217s., 239,257,320,325,386
Dependencia . . . . .	73,99,101,122,128,132,150,169,172,177,178,196s.,
	215,228,248, 304,315s., 340s., 358,378,402
Depresión . . . . .	76,83,183,189,196s., 214,219,223,226-229,257, 259,299
DIETWILTER-ZAPP, DIANE . . . . .	388,389
Diagnóstico . . . . .	45, 76s., 81, 84s., 95,118s., 126,163,258,288,307
DICKS, RUSSELL . . . . .	45
Divorcio . . . . .	34, 76, 81,127s., 162,185,221-225,227,237,258,
	261-262,290,310,325s., 397,401s.
DIXON, WILLIAM C. . . . .	388,389
Duelo . . . . .	181
asesoramiento en el . . . . .	213-231
grupo de ayuda en el . . . . .	220
patológico . . . . .	219-220
DUNBAR, FLANDERS . . . . .	79
Ecología, ecológico . . . . .	280
Educación en clínica pastoral . . . . .	20,28,44s, 363,380,409,410,415
EGAN, GERALD . . . . .	95

Ego,	
defensas del . . . . .	170,173
fortaleza del . . . . .	300
ELLEN, CHARLOTTE. Véase <i>CLINEBELL, CHARLOTTE HOLT.</i> _____	102,223,235,236,
	240,282
ELLIS ALBERT. Véase <i>Terapia racional y emotiva.</i> . . . . .	121,366
Empatía . . . . .	52, 78, 79,93,95,168,191,201,209, 221,342,395,407
Enfermos . . . . .	33,50,59, 63, 63, 78,106,109,174,188,205,209,223s.,
	228,306,342,345,356,362,385,391s., 397
Entierro . . . . .	215s.
Espiritual . . . . .	10,18,20-34,105-118,242,375,412
crecimiento . . . . .	37-39,384,385, 392
diagnóstico . . . . .	118-121
director . . . . .	115-118,129
Esquizofrenia . . . . .	108
Estrés . . . . .	36,39,49,130s., 237,315s., 401,413s.
escala de . . . . .	184
ERIKSON, ERIK . . . . .	108,112,118,133,153,182, 203,351,364,414
Existencialismo . . . . .	78,107,364,367
Familia, familiar . . . . .	215
crisis . . . . .	212,286-291
enriquecimiento y asesoramiento . . . . .	148,223,233-296
programas para la . . . . .	274-278
sistema . . . . .	227s., 272s., 280-288
violencia . . . . .	235,294-296
FEIFEL, HERMÁN . . . . .	109
Finalización prematura . . . . .	88
Formación para cuidado y asesoramiento . . . . .	69,405-419
FOWLER, JAMES . . . . .	118
FRANKL, VIKTOR . . . . .	197,134,157,180
FRANKS, JEROME D. . . . .	339
FRENCH, THOMAS MORTON . . . . .	192
FREUD, SIGMUND . . . . .	41,60,141,153,364s., 376,380,410,430,431,432,446
FROMM, ERICH . . . . .	40,68,107,153,156,315,364s.
FROMM-REICHMAN, FRIEDA . . . . .	450
GILLIGAN, CAROL . . . . .	163
GLASSER, WILLIAM . . . . .	146,147,155,156,366
GOODWIN, HILDA . . . . .	255
GORDON, THOMAS . . . . .	107,342

GROTH, MARTIN . . . . .	273
Grupo, grupal . . . . .	414
asesoramiento en . . . . .	100,129,339-340
de acción . . . . .	329s., 336, 349
de apoyo . . . . .	390
de autoayuda . . . . .	327
de concientización . . . . .	326-332,362
de crecimiento . . . . .	338,339,346-351-358,361s., 370s., 391s., 395s., 401,411s.
en el ciclo de vida . . . . .	351-357
principios para . . . . .	154, 357
de cuidado . . . . .	101,204,286,340
de cuidado y asesoramiento . . . . .	129,3356-359,412,414
de diálogo . . . . .	44
de duelo . . . . .	221, 223, 226,230,276,339
de estudio . . . . .	338,348,352,353
de familias . . . . .	278
de juego . . . . .	291
liderazgo en . . . . .	342-346,349
de matrimonios . . . . .	238,241s., 348
de sanidad . . . . .	221,340-342
Guía espiritual o director. Véase <i>Espiritual, director</i>	
GUSTAFSON, JAMES M. . . . .	67
HALEY, JAY . . . . .	282
HILTNER, SEWARD . . . . .	107,188,192,362
HOLMES-RAHE, ESCALA . . . . .	183,212,401
HORNEY, KAREN . . . . .	364,365
HULME, WILLIAM E . . . . .	123,128
Iglesia . . . . .	18,34,38, 59,112,138,148, 205,335s., 384
centros de asesoramiento . . . . .	378-381
y ciclo vital . . . . .	203
y consejería . . . . .	89
y cura de almas . . . . .	44
y divorcio . . . . .	225-227
y enriquecimiento matrimonial . . . . .	237s., 241s.
y liberación . . . . .	38, 67
grupos en la . . . . .	335-339
ministerio a la familia . . . . .	272,274-282
ministerio a solteros . . . . .	200-209
misión de la . . . . .	32,67,158

pertinencia de la . . . . .	18,20
recuperación de espiritualidad . . . . .	65
Imagen de Dios . . . . .	54,57,60, 67,111,114,115
Imaginación activa . . . . .	129,292
Integral . . . . .	31
salud . . . . .	205s.
asesoramiento . . . . .	27-48
Integridad . . . . .	57, 66
IVEY, ALLEN E . . . . .	95
JACKSON, EDGAR N. . . . .	354
JAEGLE, CHARLES R . . . . .	24,45,138s., 311
JASPERS, KARL . . . . .	78
JOHNSON, PAUL E . . . . .	49,309
JOHNSON, VIRGINIA E . . . . .	263
JONES, WARREN . . . . .	200
JUNG, CARL G . . . . .	41,107,111,152,364,367,378, 378,410,418
KAZANTZAKIS, NIKOS . . . . .	111
KEMP, CHARLES . . . . .	1000,302
KEMPER, ROBERT . . . . .	222
KIERKEGAARD, SOREN . . . . .	111,367
KING, MARTIN LUTHER . . . . .	37,57
KIRSH, BARBARA . . . . .	366
KLINK, THOMAS W. . . . .	298,304
KNIGHT, JAMES A . . . . .	159,160
KNOX, DAVID . . . . .	366
KOESTLER, ARTHUR . . . . .	107
KOHLBERG, LAWRENCE . . . . .	118,163
KOHUT, HEINZ . . . . .	79
<i>Koinonía</i> . . . . .	56, 68,69,227, 337,384
KUBIE, LAWRENCE S. . . . .	142,248
KÜBLER-ROSS, ELISABETH . . . . .	356
KUNKEL, FRITZ . . . . .	410
LANDGRAF, JOHN R . . . . .	267,269
Laicos . . . . .	44,181,220
capacitación de . . . . .	385-386-397
desarrollo de ministerio . . . . .	389-400
en duelo . . . . .	217
eficacia de . . . . .	351,386s.

LEECH, KENNETH .!	116
LESLIE, ROBERT .	336,338,350,356
Liberación .	42,35,46, 64,102
femenina .	237,294,326
en la iglesia .	67-69
personal .	56
social .	36,56,101
LINDEMANN, ERICH .	181,212,214,215
Logoterapia .	157
LOWEN, ALEXANDER .	377
Madurez. Véase <i>Ancianidad</i>	
MASLOW, ABRAHAM .	37,112,114,158,368
MASTERS, WILLIAM H. .	263,366
Matrimonio, matrimonial .	157s., 225,233-135,414
asesoramiento/terapia .	143,163,237,250,274s.
conflicto/crisis .	235s., 247s.
contrato .	322
y dinámica familiar .	246-250,414
enriquecimiento .	143,238, 240-270,414
igualdad en el .	233,237s., 238s.
preparación para el .	275316-324
relación .	235s.
MATTHEWS-SIMONTON, STEPHANIE .	207
MAY, ROLLO .	55,107,134,148
Meditación .	124,129-131,207
MENNINGER, KARL A .	228
Metas,	
del asesoramiento pastoral .	113
del ministerio .	32
Método,	
ABCD .	200-396,214,287s., 396
de apoyo .	30,167-177
de descubrimiento, esclarecimiento .	167-169,173s., 196
Intencional para Familias .	286s.
del hemisferio derecho del cerebro .	31,40,131,291-293
Intencional para Matrimonios .	241s., 245,288s., 322
de Relaciones Intencionales .	245s., 257s, 260
MILLER, JEAN BAKER .	164
Ministerio .	162 . Véase <i>Pastor</i>
funciones .	41,218

meta del .	32
modelo de .	29
MIXON, JOHN E .	301
Moribundo, asesoramiento al .	108, 223-225,276,356
Motivación .	81-88
MOUSTAKAS, CLARK .	290
MOWRER, O. HOBART .	128,161
MUDD, EMILY H .	255
Mujer 40,66,235,402	
asesoramiento de la .	101-103
espiritualidad femenina .	65s.
feminismo .	32,41
perspectiva feminista .	132
psicología feminista .	203
símbolos (imágenes) femeninos .	65,132
teología feminista .	32,57,65-66,132s.
terapeuta .	132
terapia feminista .	364,377
violencia contra la .	294-296
MURPHY Lois BARCLAY .	315
Neurosis .	248,273
necesidades neuróticas .	247s., 250
NIEBUHR, H. RICHARD .	67
NOUWEN, HENRI .	32,227, 231,393,407
OATES, WAYNE .	50, 69,126,192,211,297,429
OGLESBY, WILLIAM B. JR .	125
OLSSON, KARL A .	128
Oración .	106,123s., 129-131,134,202, 207,215,412
Pacifismo nuclear .	165s.
Paranoia .	106,303
Pastor, pastoral .	21,118,215
asesoramiento .	18,22,39,50-73,113,123,135
como asesor .	21,23,50-52,57, 59, 71, 80-88,97,106,108,115,125, 133,157,162,179s., 191,193-195,206s., 211,233s., 284-286
autoridad .	39s., 99,142,303,315
y crisis .	227,230s.
y cuidado de laicos, Véase <i>Laicos</i>	
y duelo. Véase <i>Duelo</i>	

y educación	105,234
funciones del	38,113,118,205,336,378,384
identidad	386
presencia	78
psicoterapia	24, 362-381,408s.
definición	30,149,168,362-365
métodos	367-370
objetivos	368-370
PATTON, JOHN	379
Pecado	34,53, 60,64
PERLS, FREDERICK (FRITZ)	375
Personalidad, problemas de	154s., 174
PETERSON, GEOFFREY	148,163,164
PFISTER, OSKAR	153,369,380,381,
PITTENGER, NORMAN	67
Plenitud	32s, 35-37,40s., 48s, 91,101,121,125,137,180,238, 291,314,368,415
andrógena	41
y ciclo de vida	38
dimensiones de la	54-55
era de	64s.
espiritual	66, 70,105,118,124,377
imágenes bíblicas de la	54-55,292, 292
liberadora	67
naturaleza de la	58-60
pacto de	35,38
Pobres	59,100,153
cuidado de los	31
PORTER, ELIAS H. JR.	96
Potencialidades	19, 56, 60,306
Práctica de la realidad	25-27,395,409,418
asesoramiento de apoyo	178
asesoramiento en crisis	209s.
asesoramiento educativo	333
asesoramiento en duelo	231s.
asesoramiento de familias	296
asesoramiento en grupos	359
asesoramiento en el matrimonio	270
asesoramiento espiritual	135
cuidado de laicos	403
fundamento de cuidado y asesoramiento	103

en temas éticos	166
remidir a los asesorados	307
Predicación	43-44
PROPST, L. REBECCA	130
PRUYSER, PAUL	85,126
Psicopatología	116,414
Psicosíntesis	135,376,410
Psicoterapia	23, 34,41,45, 69, 77, 78,98,117,150,161,167,181
pastoral	8,23,46,124,134,149,
QUINN, R. D.	80
Quebrantamiento	49,54,60-62, 92,407,415
Racismo	37, 61,100,186,282,329,366
RANK, OTTO	364,365
Rapport	78,81, 93,97,154,155,160,251,255, 261,287,305,318, 319,321,341,370,390
Reconciliación	19,35,326
Recursos	63, 95,202,414
religiosos	124
Registros	88-90
REÍD, CLYDE	350
Reino de Dios	64s.
Relaciones	19,36,56, 71,94,112,120,168,218,242,244,247
terapéuticas	77,80s.
Religión, religioso. Véase <i>Espiritual</i>	
creencias	119-249
recursos	123-125
temas	112-115
tradición	70,291
Religiosidad	113
Renacimiento en el cuidado pastoral	20-22,45,384
Resistencia	63, 86
Respuestas (Sistema EISICA)	95-98
ROBERTS, DAVID	53
ROGERS, CARL R.	26,45, 78, 79, 97,169,313,365,367,405,406,408
RUETHER, ROSEMARY RADFORD	65
Salvación	63
Sanidad	18-20,22,31s., 41,44,52,54,56, 63s., 78,100,129,141, 149,151,158,205s., 212,214s, 220,223,367,368,381,401

Santificación .....	46
SATIR, VIRGINIA M .....	273,283,284,318
SAWIN, MARGARET .....	279
SCHELL, JONATHAN .....	165
SEEMAN, JULIUS .....	406
Seminario teológico, uso del libro en el .....	27s.
Sexo, sexual .....	120,128,269
asesoramiento .....	263-266,302
sexismo .....	36, 61, 65,94, 1,135,164,186,239s., 282,329,366
terapia .....	264
Sexualidad .....	276,280
Shalom .....	56,337
SIMONTON, O. CARL .....	207
SNYDER, ROSS .....	149
Social, sociales	
conciencia .....	156s., 164
problemas .....	294,326-332
Solteros, cuidado y asesoramiento de .....	266-270, 354
SPERRY, ROGER .....	40,291
STAPLETON, JEAN .....	233,323
STEWART, CHARLES W. (Y ALMS STEWART) .....	271,278,280,287,319
STONE, HOWARD W. ....	428
Sueños .....	292,410
Suicidio .....	77,227, 299
SULLIVAN, HARRY STACK .....	237,247,262,364,365
Supervisión .....	28,411s., 418
SWITZER, DAVID K. ....	127
Técnicas,	
del lado derecho .....	93,131
del lado izquierdo .....	80
psicoterapéuticas .....	115
TEILHARD DE CHARDIN, PIERRE .....	424
Teología .....	53s., 65-67,105s., 415
Terapia .....	68
de acción .....	147,161,169,197,365
cognitiva .....	122,130,310
conductista (o del comportamiento) .....	41,154,161,365
corporal .....	41,366,377,410
de esclarecimiento .....	173
feminista .....	41,366,

gestáltica .....	41,366,375,410
de integridad .....	161
lúdica .....	290
matrimonial .....	237
racional y emotiva .....	122
radical .....	41, 326,410
de la realidad .....	161
relacional .....	290
sistémica .....	41,290
tradicional .....	39,291
TIEBOUT, HARRY M. ....	177
TILLICH, PAUL .....	34, 58, 60,62,69,109,110-114,145,418
Tradición .....	54,64, 70,106,113,115,133,138,143s., 180,217
Valores .....	279s., 156s
Vergüenza .....	141
Violación .....	66,294-296
WEBBER, GEORGE .....	337
WEBEL .....	18
WESTBURG, GRANGER .....	222,312
WILLIAMS, DANIEL DAY .....	63,67,109,338
WIMBERLY, EDWARD .....	100
WINK, WALTER .....	128
WISE, CARROLL A.....	126,361, 362,408
WOLPE, JOSEPH .....	366
YANKELOVICH, DANIEL .....	47,48