

La ayuda de los otros

Llegados a este punto, nos preguntamos cómo ayudar a otra persona que sufre, cuando nosotros mismos no sufrimos por esa misma causa. Es esta una cuestión importante y sobre ella debemos meditar seriamente, pues muchas veces, debido a nuestra inseguridad, podemos ser crueles sin querer. En una ocasión, un hombre, cuya mujer había quedado ciega a causa de un accidente, me confesó: "Desde aquel día, nadie nos invita, pues para todos nuestros conocidos, somos motivo de perplejidad y confusión." ¿Qué podemos hacer para ayudar de verdad a quien sufre?

Sobre todo, me parece que a quien sufre, no debemos agobiarle con buenos consejos, con la exposición de conocimientos penetrantes, advertencias o sermones; ni tampoco con consuelos triviales, tales como "no es tan terrible", "hay cosas peores". La experiencia del dolor sí es algo "terrible". Pienso que un sentimiento compartido ayuda más que cualquier argumento. La mejor manera de ayudar a una persona que sufre es aceptar sus sentimientos, escuchar lo que nos quiere contar y sobrellevar con ella el dolor lo mejor que pueda.

Un ejemplo muy claro nos lo ofrece el Libro de Job. Al comienzo de este libro veterotestamentario, se cuenta que los amigos de Job, al escuchar de su desgracia, comenzaron a llorar en voz alta, rompieron su vestidura y cubrieron de ceniza sus cabezas. Entonces, se sentaron junto a Job durante siete días y siete noches, sin decir una sola palabra.^[12] Sus amigos no quieren cambiar, ni corregir los sentimientos de Job; sólo desean aceptar, hacer suyos y sufrir como propios la preocupación, el miedo, la duda y la ira de su amigo. Por ello se ponen en el lugar del amigo que sufre, penetran en su interioridad y desarrollan una íntima afinidad con él. Para comprender al amigo, necesitan estar con él, con tranquilidad y en actitud atenta, durante "siete días y siete noches".

Guardini señala que comprensión significa "ver, escuchar, sentir cómo, detrás de un sentimiento que se muestra, detrás de un pensamiento que se expresa, hay mucho más que permanece oculto y cuando lo que ha estado oculto es finalmente conocido, puede ser que detrás de ello exista todavía más."^[13] Ese "meterse" en el otro, compenetrarse con él, es denominado algunas veces compasión, precisamente cuando se refiere a una persona que está sufriendo. Sin embargo, si se mira un poco más allá, descubrimos que cada uno de nosotros es un sujeto sufriente; cada uno tiene que sufrir sus propios límites y fallos, los altibajos de la vida, las peculiaridades de las personas queridas. Cuanto más conocemos a una persona, tanto más sabemos de las dificultades que ella debe soportar. Y estamos dispuestos a sobrellevarlas con ella. La compasión es "la única puerta a través de la cual se puede penetrar en la interioridad de otro ser humano"^[14] y la única mediante la que se puede compartir su destino.

Me parece importante distinguir claramente esta actitud de otras, externamente parecidas, pues compasión no es sentimentalismo.^[15] Una persona sentimental se deja dominar por los sentimientos, sin que ello sea ocasión para ayudar efectivamente, por lo que, en realidad, sólo gira en torno a sí misma. Por el contrario, el hombre compasivo ordena racionalmente los impulsos de sus sentimientos, de acuerdo a las necesidades que ha reconocido en el otro, para bien del otro. "Al ver la sangre y las heridas, el quejumbroso caerá desmayado; el compasivo, se inclinará sobre el enfermo y lo cuidará."^[16] Frente a una persona que sufre, no sólo es necesaria delicadeza y comprensión, sino también energía y resolución. "El único consuelo verdadero son las obras."^[17] ¿Pero qué obras se

espera de nosotros en tal situación? Aparte, por supuesto de los servicios materiales, que deben ser siempre lo primero que se preste.

Llegados a este punto, pienso que tenemos que recurrir a nuestro ingenio, a nuestra habilidad para enfrentar situaciones nuevas. Imaginemos que nuestro hermano ha sufrido una gran desgracia: su mujer ha muerto. Supongamos que hemos sufrido y llorado con él, escuchado sus lamentos y también nos hemos lamentado nosotros; hemos recordado juntos y nos hemos preocupado de que, pese a todo, él duerma y coma. Llegará un momento en que él no pueda llorar más. Esto no es una falta de lealtad hacia la difunta, sino una señal de que él está vivo. Un determinado estado psíquico – por intenso que sea - no puede ni debe convertirse en permanente. A este estado, sigue un lento proceso de desprendimiento, pues la vida continúa. No podemos quedarnos siempre ahí, como pegados al pasado, no podemos “momificar” a los muertos. Si permanecemos en el dolor, bloqueamos el ritmo de la naturaleza; entonces, la relación hacia la persona fallecida no puede considerarse como una relación sana. Algunos se niegan a cambiar los muebles de la habitación de la persona muerta. O bien no desean escuchar una determinada melodía, porque no le gustaba al difunto. Frente a esa situación, dice Lewis acertadamente: “Es muy bueno cumplir lo prometido, tanto a los muertos como a los vivos. Pero empiezo a comprender que el ‘respeto por los deseos de los muertos’ puede ser una trampa.”^[18] El *respeto* de que se habla puede convertirse en una tiranía y detrás de la supuesta voluntad de la persona fallecida, muchas veces se oculta la propia voluntad. En realidad, existe el gran peligro de cohibir a los demás con frases como “El difunto así lo deseaba”. Lo importante no es aquello que una persona, hace diez, veinte o cuarenta años habría deseado, sino lo que desearía *ahora*. Si somos cristianos y creemos que la persona que ha muerto, está con Dios, pensamos que ella querrá lo que Dios quiere: que sigamos viviendo y que seamos felices. Aquí llegamos a una cuestión decisiva: considerar qué viene después de la muerte, cuál es el sentido de la muerte, de la separación y del sufrimiento. Me parece que es posible – y necesario - conversar sobre ello seriamente. “Quien tiene un porqué en la vida, puede sobrellevar casi cualquier cómo”,^[19] señala el psicoterapeuta austríaco Viktor Frankl. Por el contrario, quien considera que su vida no tiene sentido, no podrá escapar de la desesperación.