



LUCIANO SANDRIN

*un corazón
atento*

*Entre la misericordia
y la compasión*

DESCLÉE DE BROUWER

Luciano Sandrin

Un corazón atento

Entre la misericordia y la compasión



Desclée De Brouwer

Índice

Introducción: <i>Un corazón que ve</i>	13
1. La fragilidad nos acompaña	17
2. Rico en misericordia.	25
3. La prueba para entrar	35
4. Siete más siete.	43
5. Las obras de misericordia corporales	51
Dar de comer al hambriento.	52
Dar de beber al sediento	55
Vestir al desnudo	58
Acoger a los forasteros	60
Visitar a los enfermos y hacerse cargo de ellos	63
Visitar a los encarcelados.	66
Enterrar a los muertos, pero sin negar la muerte	69
6. La imaginación de la caridad	71
Dar de comer a los hambrientos se convierte también en tratar el problema de los obesos.	74
Dar de beber a los sedientos significa también ayudar a los bebedores a beber menos y mejor	75

UN CORAZÓN ATENTO

Vestir al desnudo nos recuerda también el deber de resistir a la tiranía de la moda	76
7. La salud de las personas	79
8. Las obras de misericordia espirituales.	89
Aconsejar a los que dudan.	90
Enseñar a quien no sabe	91
Amonestar a los pecadores	93
Consolar a los afligidos	96
Perdonar las ofensas	99
Soportar con paciencia a las personas molestas	102
Orar por los vivos y por los difuntos	106
9. La virtud de la compasión	109
10. La compasión del samaritano.	119
Conclusión: <i>Un corazón que perdona</i>	139
Bibliografía	145

Introducción

Un corazón que ve

Nuestra atención es selectiva. Seamos o no conscientes, nos atrae lo que nos interesa y nos mantenemos atentos si estamos motivados a hacerlo.

Sin embargo, algo imprevisto puede distraernos de nuestro camino: estímulos sensoriales que proceden de nuestro cuerpo o cualquier cosa externa a nosotros que atrae nuestra atención. A veces una emoción repentina nos bloquea. Debemos interrumpir el camino y pararnos para ver mejor lo que sucede. Y para decidir si debemos intervenir o pasar de largo. El sacerdote y el levita de la parábola del buen samaritano se distrajeron un instante, pero después siguieron su camino, concentrados en sus compromisos, o por otros motivos, y pasaron de largo. Quizá su atención se centraba en el hecho de que aquel pobre desgraciado estaba ya «medio muerto» y había pocas esperanzas de salvarle. Mejor gastar el propio tiempo de forma más rentable.

La atención del samaritano, en cambio, se concentró en la *parte viva* del desdichado, en aquello que aún podía hacerse. La visión de aquella escena le creó tal desconcierto emocional que lo bloqueó. Y no podía seguir adelante. Su corazón no se lo permitía. La compasión le había conmovido hasta el fondo de sus entrañas. Tenía que interrumpir el viaje, pararse y ofrecerle su cuidado, su consuelo, y abrirle de nuevo un futuro de esperanza.

Lo que vemos depende mucho del modo en que aplicamos nuestra atención y del interés que ponemos. «La atención», escribe sintéticamente Daniel Goleman, «es un recurso mental poco estimado e infravalorado, pero que tiene una importancia enorme en el modo como afrontamos la vida»¹. Todos los manuales de psicología general dedican hoy a la atención un estudio específico y la conectan con otras funciones importantes de nuestra mente, como la percepción, la memoria, el aprendizaje, la emoción y tantas otras. La atención es un *músculo vital de la mente*: si lo usamos poco se debilita, mientras que si lo hacemos trabajar bien se refina cada vez más. Ahora bien, una buena atención necesita al mismo tiempo tres tipos de concentración: la interior, la orientada hacia los otros y la dedicada al mundo exterior, que es más amplio. Solo así podremos evitar también ver no lo que está ahí, sino lo que queremos ver, inventarnos una realidad inexistente y relacionarnos con lo que nuestra mente ha creado.

Pero quizá vivimos en un mundo en el que el bombardeo de estímulos y de conexiones virtuales nos deja poco tiempo para reflexionar sobre su verdadero significado, nos «desconecta» de la realidad en la que vivimos, nos hace analfabetos para leer la comunicación no verbal en la relación cara a cara con las personas, y perdemos así la ocasión de salvar la parte viva de las personas que viven detrás de la puerta de al lado.

Una antigua canción, que a veces recuerdo a mis estudiantes antes de empezar la lección para que tomen conciencia del momento presente, dice: «Con el cuerpo estoy aquí, pero no con mi mente». El concepto de mente incluye en psicología tam-

1. D. GOLEMAN, *Focus. Perché fare attenzione ci rende migliori e più felici*, Rizzoli, Milán 2013, pp. 9-10 (ed. ingl. 2013; trad. esp.: *Focus*, Kairós, Barcelona 2013).

bién el corazón, la parte más emocional y afectiva de nuestra psique. Y es justo el corazón el que, a veces, está lejos o distraído y no ve.

Siguiendo con el ejemplo del samaritano, necesitamos «un corazón que vea», como recuerda Benedicto XVI en *Deus caritas est*. También es este el secreto que el zorro revela al principito: «No se ve bien sino con el corazón», y que él se repite a sí mismo para grabarlo bien en su memoria². Necesitamos un corazón que no tenga miedo a dejarse conmover por lo que ve, un amor que «compadece» con quien sufre y sabe encontrar los caminos respetuosos pero eficaces para expresar una compasión, que es algo más que una emoción pasajera, aun cuando esta sea valiosa.

Este libro trata de la misericordia y de la compasión, experiencias distintas pero estrechamente vinculadas. No obstante, trataré de atraer más la atención sobre la compasión.

Inicialmente se me pidió escribir un libro sobre las obras de misericordia, las corporales y las espirituales. Desde el comienzo he estado convencido de que hablar de cuerpo y de espíritu, distinguibles pero no separables, es hablar de la persona en su totalidad, inserta en contextos sociales, ecológicos y culturales diversos. Y que, si bien las listas son útiles, no deben transformarse en categorías rígidas, que encierran nuestra creatividad.

Aun con la intención de tratarlo todo, mi mirada se ha ido poco a poco desplazando: de la misericordia, y de las obras que la expresan, mi mirada se ha visto progresivamente atraída por la *compasión*, un tema que también ha redescubierto actualmente la psicología. Y me he dejado llevar de la mano. Además, *las obras de misericordia son acciones compasivas*.

2. A. SAINT-EXUPÉRY, *El Principito*, Salamandra, Barcelona 2001, p. 78.

La atención psicológica será, por consiguiente, fuerte e inmediatamente perceptible. Pero, en el desarrollo de varios temas, me he dejado provocar también, aquí y allá, por reflexiones espirituales y sugerencias bíblicas, en particular por los relatos evangélicos, interpretados, asimismo, desde una perspectiva psicológica y por lo que «in-mediatamente» inspiran, respetando, no obstante, lo que dicen los biblistas al respecto.

Al escribir este libro reconozco la deuda contraída con todas las personas con las que me he encontrado y que han afinado la sensibilidad de mi corazón, pero también con los autores que he leído y que están presentes en estas páginas, aun cuando no siempre son citados.

LUCIANO SANDRIN

1

La fragilidad nos acompaña

La fragilidad acompaña nuestra vida. Posee mil rostros para hacerse ver y mil voces para hacerse oír. Afecta a nuestro cuerpo, a nuestra mente, a nuestras relaciones y a nuestro espíritu. Es una característica del hecho de ser personas que viven en este mundo. Para la cultura que respiramos es a menudo imagen de la debilidad, que hay que eliminar o superar a toda costa, incluso con intentos de enmascaramiento que no siempre tienen éxito. Evoca significados de vulnerabilidad, pero también de delicadeza y sensibilidad, y de elegancia valiosa.

Un psiquiatra, particularmente atento a los matices más ocultos y valiosos de la vida, escribe sucintamente:

En la fragilidad se ocultan valores de sensibilidad y de delicadeza, de amabilidad extenuada y de dignidad, de intuición de lo inefable y lo invisible que existen en la vida, y que permiten identificarnos con más facilidad y con más compasión en los estados de ánimo y en las emociones, en los modos de ser de los demás¹.

Las relaciones interpersonales pueden poner al desnudo nuestra fragilidad y, no pocas veces, la hieren y la amplían. Son muchas

1. E. BORGNA, *La fragilità che è in noi*, Einaudi, Turín 2014, pp. 3-4.

las palabras que nos decimos unos a otros y que pueden tener efectos diversos: palabras que ayudan o que humillan, que confortan y que debilitan, que abren a la esperanza o a la desesperación; palabras que se escapan precipitadamente sin pasar por el corazón; palabras fugaces que no miran a los ojos del interlocutor; palabras que han olvidado el valor terapéutico que recibieron como un don; palabras que hieren en el otro sus valiosos silencios, agredidos rápidamente sin tratar de intuir sus motivos.

En el diálogo con el silencio podemos comprender las heridas invisibles e inexpresables del espíritu y curarlas sin dejar cicatrices. «Solo en el silencio se comprenden hasta el fondo los abismos de fragilidad que existen en nosotros y en los demás, y se aprende a acogerlos con sus luces y sus sombras»².

Nuestras emociones, tanto la tristeza como la alegría, son frágiles. La tristeza forma parte de la vida y es fácilmente herida por la soledad y por el abandono, por el descuido y por la indiferencia. Y por precipitadas y molestas palabras de consuelo. Y estas dejan heridas que no siempre llegan a cicatrizar. Pero frágil, y valiosa, es también la alegría, imagen y expresión de un corazón que se abre al amor del otro y a la solidaridad, y que no siempre resulta fácil compartir: a veces es más difícil alegrarse con quien se alegra que sufrir con quien sufre. Todos tenemos la tarea de buscar las huellas de la alegría, de su valiosa fragilidad, en los rostros y en los ojos, en la sonrisa y en las miradas de las personas que nos encontramos en nuestra vida cotidiana. También dentro de sus recuerdos, de sus historias y de sus nostalgias.

Frágil es también la esperanza que vive del futuro que aún no existe, suspendida entre deseos y posibles decepciones. «Cuando esperamos, cuando en nosotros nace la esperanza, advertimos su fragilidad, su vulnerabilidad y su aparente inconsistencia y,

2. *Ibíd.*, p. 17.

sin embargo, la esperanza persiste, tiene su enraizamiento psicológico y humano, que están en flagrante contradicción con su fragilidad»³.

La esperanza es una forma de vida frágil que corre continuamente el riesgo de disolverse ante los acontecimientos dolorosos de la vida, pero que no desaparece nunca. Es siempre la última en morir. Nos pone en relación continua con el mundo de las personas y crea vínculos con el futuro que hay dentro de nosotros y que abre caminos permanentemente. En la experiencia del enfermo, y de quien lo asiste y lo cuida, muestra la esperanza todo su esplendor, pero también su vulnerabilidad, que la expone a las heridas de la indiferencia y del descuido⁴. Y cuando llega a faltar, el sufrimiento es grande y abre la puerta al deseo de un final anticipado de la vida, porque ya no se poseen relaciones auténticas de amistad y vínculos significativos de amor⁵.

Y son muchas las fragilidades que se ocultan, que tienen el rostro de quien pasa a nuestro lado cada día y no lo reconocemos. Fragilidades que, a veces, vemos con los ojos, pero que no *commueven* nuestro corazón. Son fragilidades que, en los otros y en nosotros, pueden llegar a ser «morada de la gracia». Nos lo recuerdan las palabras de san Pablo (2 Cor 12,9-10):

Y me contestó: «¡Te basta mi gracia! La fuerza se realiza en la debilidad». Así que muy a gusto presumiré de mis debilidades, para que se aloje en mí el poder del Mesías. Por eso estoy contento con las debilidades, insolencias, necesidades, persecuciones y angustias por el Mesías. Porque cuando soy débil, entonces soy fuerte.

3. *Ibíd.*, p. 32.

4. Cf. L. SANDRIN, *Psicología del enfermo*, Sal Terrae, Santander 2015.

5. Cf. L. SANDRIN, «Aspetti psicologici del problema dell'eutanasia»: *Camilianum* 19 (2007), pp. 39-49.