

José Carlos Bermejo

Escucha y consuelo

La palabra que sana



Desclée De Brouwer

José Carlos Bermejo

Escucha y consuelo

La palabra que sana



Desclée De Brouwer

© José Carlos Bermejo, 2023

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2023

Henao, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclée.com

info@edesclée.com

Facebook: EditorialDesclee

Twitter: @EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Impreso en España – Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3214-0

Depósito Legal: BI-00090-2023

Impresión: Grafo S.A. - Basauri

Índice

Introducción	11
1. El consuelo	15
El desconsuelo, la desolación	19
<i>La pena y la angustia</i>	19
<i>La tristeza profunda y la amargura</i>	20
<i>La curva de la hostilidad.</i>	21
<i>La desolación</i>	22
El consuelo	25
El silencio	30
El abrazo	32
La caricia	33
El rostro	35
La palabra	37
El diálogo socrático.	39
La escritura	41
En autoconsuelo y el consuelo en Dios	43
2. La escucha que acompaña y consuela	45
Tiempos de profesionalización de la escucha	46
La escucha no es... cualquier cosa.	48
Necesitamos ser escuchados: salir y liberarnos	50
La escucha tiene verbos hermanos	52

ESCUCHA Y CONSUELO

Escuchar es una forma de humanizar promoviendo la hospitalidad	54
Difícil arte de escuchar	56
La escucha es medicina	58
Escuchar cumple diferentes funciones	61
La verdadera escucha es la del corazón	63
La escucha se aprende	64
“Escucha lo que no digo”	66
La escucha tiene un precio	69
La escucha hace eco: la propia fragilidad	71
Hay que responder: el poder de la palabra	73
Escuchar al Espíritu	76
3. Sufrimiento y humor	77
Humor y salud	78
Humor y sufrimiento	79
El humor que protege	81
Humor y relación terapéutica	83
Cuidar al que sufre como belleza	86
Cuidar al que sufre como belleza	88
4. Escucha, consuelo y virtudes	89
Justicia	92
Prudencia	94
Fortaleza	95
Templanza	97
Fe	98
Esperanza	100
Caridad	102
Generosidad	104
Paciencia	105
Bondad	106
Humildad	107
Sabiduría	109

ÍNDICE

Perdón	110
Gratitud	111
Abnegación	112
Magnanimidad	113
Perseverancia	115
Vergüenza	117
Valentía	119
Castidad.....	121
Cerrando el libro.....	123

Introducción

Si el poder de la palabra es inmenso, el de la escucha es indiscutible. Anhelamos la escucha especialmente cuando sufrimos. La necesitamos como la cierva sedienta busca el agua. Buscamos la escucha y esperamos la palabra: la palabra oportuna, comprensiva, adecuada, la que sostiene y, en su caso, orienta, ilumina, conforta, consuela.

En otros tiempos le dábamos la debida importancia a la “custodia de la boca y disciplina de la lengua”, conscientes del poder que tiene la palabra de generar mal, mentira, destrucción, si es dicha desordenadamente o con mala intención y voluntad de daño.

Pero la escucha y la palabra tienen también el poder de consolar, de aliviar poderosamente en el malestar y sufrimiento.

He escrito, anteriormente, numerosos trabajos sobre las relaciones de ayuda y algunas de sus implicaciones. Son obras como *Apuntes de relación de ayuda*, *Introducción al counselling*, *Counselling en cuidados paliativos*, así como otros de carácter divulgativo, como *La escucha que sana*, o más académicos, como *La empatía terapéutica*, *El sanador herido*, así como trabajos sobre humanización: *Humanizar la asistencia sanitaria*, *Humanizar. Humanismo en la asistencia sanitaria*. Últimamente he reflexio-

nado sobre aspectos que anteriormente no había profundizado, en *Counselling humanista. Cómo humanizar las relaciones de ayuda*, y *Humanización y counselling. Algunas cosas nuevas*, donde he reflexionado particularmente sobre el modelo centrado en la persona, el no directivismo, los límites de la empatía y la importancia de la supervisión.

¿Qué me ha llevado ahora a escribir un nuevo trabajo, un nuevo libro, sobre “escucha y consuelo?”. En realidad, las mismas palabras del título me sorprenden a mí mismo. A pesar de todo, me parecía que no había profundizado suficientemente la dimensión ética de la escucha. Como si la estuviera tratando con una atención menor, sin la mirada de la profundidad que es obligada, vinculada al mundo de las virtudes.

Pero es que también la palabra consuelo, para algunos denostada, arcaica, superada, está tomando en algunos lugares, una cierta relevancia. Como si se quisiera recuperar en su genuino poder y valor. Y me uno a este movimiento de rescate de la importancia y nobleza del objetivo y voluntad de consolar al afligido.

“Consolar tiene como primera expresión la de consolar con las palabras. Las palabras, que “una vez dichas ya no nos pertenecen, y tienen una gran importancia a la hora de abrir el corazón a la esperanza, o de encaminarlo a la desesperación”.¹

Las palabras que consuelan y confortan son las que acompañan a las miradas, a los apretones de manos, a veces a las caricias que sean capaces de atestiguar gentileza de ánimo, misericordia y compasión. Y son precisamente esas palabras que solo conseguimos encontrar si sabemos escuchar, las que logran alguna forma de consuelo.

Consolar puede ayudar a vivir, a volver a dar un sentido a la vida, pero únicamente cuando nuestro corazón está animado por

1. BORGNA, E., *L'arcobaleno sul ruscello. Figure della speranza*, Raffaello Cortina, Milano 2018, 58.

la esperanza y es capaz de transmitirla a través de las palabras, de las relaciones y de la presencia que consuela las soledades. La esperanza mantiene abierto un futuro en las personas de las que nos ocupamos.

El consuelo que abre a la esperanza es una modalidad de cuidado. Para que nosotros podamos consolar a los otros, hace falta que nosotros mismos experimentemos este consuelo.² Pero hemos de reconocer que, incluso “cuando ni siquiera nosotros mismos conseguimos perdonarnos, Dios nos consuela con su perdón”.³

En este libro encontramos, por tanto, un capítulo sobre el consuelo, otro sobre la escucha, uno sobre la palabra, uno breve sobre el humor y la salud y finalmente uno que explora la relación entre virtudes y escucha y consuelo.

He querido, con estas páginas, dar un paso adelante en mi trabajo sobre el mundo del acompañamiento en el sufrimiento. Son ya más de treinta años investigando, explorando variables y formas saludables y eficaces de acompañar a quien sufre, a quien ha perdido a un ser querido, a quien está enfermo, a quien necesita luz en su camino. Son muchos años de docencia a psicólogos, enfermeros, médicos, asistentes espirituales, trabajadores sociales, etc. En este tiempo voy presentando el modelo humanista del *counselling*, de corte Rogeriano, corregido por Carkhuff y Egan, pero me atrevo a decir que, en parte también modificado por mis convicciones y el resultado de mi experiencia.

Imagino este libro en manos de quienes se interesan por el *counselling* de manera expresa, pero también en manos de profesionales de la salud, de la psicología, de la intervención social y espiritual, buscando un modo de explorar la envergadura del poder y la naturaleza de la escucha, del uso de la palabra y del

2. SANDRIN, L., *Comunidad sanadora. De la pastoral de la salud a la salud de la pastoral*, Sal Terrae, Santander 2021, 247.

3. SAVAGNONE, G., *Consolare gli afflitti. Tra opere di misericordia e beatitudini*, Cittadella, Assisi 2016, 83.

ESCUCHA Y CONSUELO

consuelo. Pero imagino este libro también en manos del lector apasionado por humanizar este mundo: el mundo de la salud, sí, pero el mundo de nuestro alrededor, sea cual sea. Porque el mundo, ciertamente se humanizará si cultiva la ética de la escucha, si consuela al que sufre. Seremos tanto más humanos cuanto más conjugemos eficazmente estas palabras que nos sostienen: la escucha y el consuelo.