



Oficina del Diaconado

ESCUCHA SANTA

Por el diácono Tom Lambert

Traducción del diácono Enrique Alonso

Escucha Santa, es eso, escuchar en el contexto de la presencia sanadora de Dios. Significa oír lo que la persona nos está diciendo y dejar que su historia se desenvuelva al paso de ellos. Afirma el valor y la dignidad de una persona. Su historia es una historia sagrada. Nosotros respondemos y reaccionamos a su historia en una forma sin juzgar con un amor incondicional a la persona. Escucha Santa permite y anima a las personas a relatar su experiencia en una atmósfera de apoyo que los lleva al consuelo y la sanación. Escucha Santa nos trae a un mejor entendimiento del amor incondicional de Dios por nosotros a través de la aceptación del uno al otro. Nos lleva a un entendimiento mutuo que permite a la persona que está ministrando a otro a empezar a ver que nosotros somos ministrados también. Este proceso de apoyo nos lleva a la mutualidad y solidaridad que enriquece la fe y la esperanza. El que escucha también se vuelve el que aprende y ambos viajan el camino juntos a la integridad y santidad. Nosotros no estamos guiando o siguiendo al otro, vamos caminando juntos uno al lado del otro.

Tal mutualidad de entendimiento crea una atmósfera que da a la persona “permiso” de contar su historia, con la cual de otro modo pueden sentirse muy incómodos o muy avergonzados o muy estigmatizados de contar. Se trata de crear un lugar seguro para que las personas compartan su historia.

Cuando alguien viene a compartir su historia de alegría o dolor, es una conversación muy íntima. Nosotros no debemos entrometernos en su historia excepto para clarificaciones. Gradualmente el nivel de confianza se construye y las conversaciones se profundizan.

Las personas vienen a nosotros en busca de respuestas, encontrar el porqué del sufrimiento, ¿qué hice mal, está Dios castigándome, Dios me escucha? Sabemos que la enfermedad no viene de Dios, y que Dios nos ama incondicionalmente. Sin embargo, puede tomar tiempo para nosotros llegar a un mejor entendimiento de eso. Sanar toma tiempo de manera que no nos apresuramos. Nosotros permitimos que el proceso de sanación se desarrolle.

Escuchar con un sentido de santidad por la vida de la persona hace el compartir sea una experiencia Santa, permitiendo la presencia sanadora de Dios.

ALGUNAS ELEMENTOS DE COMPRENSIÓN CLAVE

- **Primero:** Nosotros estamos acompañando a las personas y no somos consejeros. Nosotros no somos profesionales de la salud mental que tratan los síntomas de enfermedades mentales al igual que tampoco somos oncólogos que discuten remedios para personas con cáncer. Nosotros somos amigos espirituales y compañeros del camino de la fe con aquellos que están en necesidad o sufriendo y frecuentemente aislados por su enfermedad. Orar con y para las personas con enfermedades mentales y sus familias es muy importante. ¿Cómo sabemos que Dios nos ama? En un modo tangible, es cuando nosotros mostramos nuestro amor del uno por el otro.

- **Segundo:** Cuando se está interactuando con personas con enfermedad mental necesitamos reconocer que cada persona tiene dignidad, cada persona tiene dones, cada persona tiene una relación especial con Dios. Algunas veces estamos ayudando a la persona a descubrir o traer a la luz los dones que ellos tienen. Las personas con enfermedades mentales viven en una sociedad que muchas veces los desprecia, o los hace sentir inadecuados, sin embargo he descubierto lo que las personas con enfermedades mentales pueden enseñarnos acerca de la vida y que los dones que ellos tienen son asombrosos.
- **Tercero:** Necesitamos reconocer en nosotros mismos cualquier imagen negativa preconcebida o prejuicios que pudiéramos tener hacia las personas con enfermedades mentales. Reconocer a estas y aprender más acerca de las enfermedades mentales mejorará la habilidad para comunicarnos con la persona con enfermedad mental.
- **Cuarto:** Es natural querer resolver el problema, pero escuchar no es resolver el problema. Escucha Santa debe de apoyar y afirmar. Mucha gente tiene imágenes pobres de ellos mismos debido al estigma. Nosotros tenemos una oportunidad para reafirmar su bondad y su dignidad.
- **Quinto:** Las personas con enfermedades mentales no deben ser definidas por la enfermedad que tienen sino por la persona que ellos son. Cuando empezamos a etiquetar a las personas como una enfermedad, los vemos como un problema más que como una persona. Es importante separar la enfermedad y los síntomas de la persona.
- **Sexto:** Cada enfermedad lleva consigo síntomas que pueden afectar cómo la persona interactúa con nosotros y nosotros con ellos. La intensidad y la severidad de la enfermedad impactan la habilidad de alguien para comunicarse. La enfermedad mental puede afectar la habilidad de una persona para pensar secuencialmente, para manejar emociones o cambios de humor y tener relaciones con los demás. Los medicamentos pueden presentar los mismos obstáculos de comunicación.

Comprender los síntomas de la enfermedad mental en particular de la persona nos ayudará a comunicar, ministrar, abogar y orar mejor con las personas con enfermedad mental. Por ejemplo, alguien con depresión puede parecer desinteresada o distante. Eso es un síntoma para ser reconocido pero no es indicativo de la persona que son fuera de la enfermedad. Una persona con esquizofrenia puede oír voces o experimentar alucinaciones las cuales son muy reales para ellos, y esa es su realidad. Es importante no negar eso que ellos están experimentando esos síntomas y que tu estás dispuesto a aprender más acerca de lo que ellos están pasando. Una persona que tiene un trastorno de pánico puede sentirse incómoda en la Iglesia o en una reunión, así que es importante ser sensible a la necesidad de la persona de espacio o la necesidad levantarse y moverse en el lugar.

- **Séptimo:** Los límites son una parte importante de escuchar. Establecer límites sobre qué tan seguido y cuánto tiempo puede uno reunirse llevará a reuniones más productivas. Como familia y como amigos necesitamos cuidar de nosotros mismos si vamos a ser cuidadores efectivos uno del otro. Necesitamos cuidar de nosotros mismos para ser cuidadores.

Mientras escuchamos la historia de una persona, un individuo puede empezar a nombrar necesidades específicas – refugio, ayuda médica, comida, transportación, consejería, ropa, ayuda financiera. Un acompañante puede sentirse rápidamente exhausto y abrumado tratando de satisfacer todas las necesidades de una persona. Pero nosotros somos acompañantes no proveedores de servicios. Nuestro papel como acompañantes es apoyar a una persona a encontrar los recursos en la comunidad y construir un círculo de cuidado estable.

- **Octavo:** Mantener un diario es un importante instrumento para ambos, para la persona que tiene la enfermedad mental y para la persona que está acompañando a esa persona. Un diario nos da un sentido de dónde hemos estado y a dónde vamos. De ese modo podemos construir sobre la base de lo que ha sido discutido.
- **Noveno:** Entender que Escucha Santa es un proceso que toma tiempo. Tenemos que comprometernos por un largo plazo ya que las enfermedades mentales con frecuencia son crónicas y persistentes.

- **Décimo:** Siempre tenga un sentido de Esperanza que está arraigada en el mensaje de Cristo. La alegría de la vida es saber que somos amados por Dios y por uno al otro. Somos un pueblo de la resurrección, expresión gozosa que viene del sufrimiento de Cristo. En lugar de estar encarcelado por el sufrimiento, podemos conocer la verdadera alegría cuando usamos nuestro sufrimiento para ayudar a otros. La experiencia que tenemos ayudando a otros puede aligerar la carga que otros están experimentando.

Nota del traductor: Muchos de los conceptos y las sugerencias se pueden utilizar en otras circunstancias de acompañamiento tomando en cuenta que aunque la persona no sufra de enfermedad mental tiene la misma dignidad y respeto como hijos e hijas de Dios. Es importante para nosotros como acompañantes tomar en cuenta cuáles son las características particulares de un acompañante y no querer tomar otras funciones que no nos pertenecen y para las cuales no estamos cualificados. Esto es lo que trata de enfatizar el autor sobre lo que significa Escucha Santa.