

Presentación

Alberto Guerrero
Secretario Ejecutivo

En el mes de octubre de 1990, y en nuestra región del Cono Sur de América Latina, donde desarrolla sus actividades A.S.I.T., estaremos compartiendo la prestigiosa visita del Dr. Howard Clinebell, quien estará presentando sus conferencias en Asunción, luego en Buenos Aires, después en Santiago, y finalmente en Cochabamba.

La idoneidad y experiencia del Hno. Clinebell está certificada en los datos biográficos que se incluyen en esta publicación, como así también la opinión del Lic. Hugo Santos, quien preside la Comisión de Psicología Pastoral, y responsable de la gestión y ejecución de estas presentaciones.

Nos llena de satisfacción llegar a nuestros colegas y amigos, a quienes invitamos a estas disertaciones del Dr. Clinebell, y a quienes también presentamos esta publicación con algunos capítulos escogidos de sus obras a modo de presentación.

Índice

- Un ilustre visitante
- Datos biográficos del Dr. Howard Clinebell
- Cuidado pastoral y liberación
- Aconsejar para crecer...
- La predicación y la salud mental
- Cuidado y asesoramiento de apoyo
- Cuidado y asesoramiento en la crisis

UN ILUSTRE VISITANTE

Lic. Hugo Santos
Prof. A.T. en ISEDET

Howard Clinebell habrá de estar próximamente entre nosotros. Dado que la mayor parte de su obra no está traducido a nuestro idioma, el objetivo central de este número de "Encuentro y Diálogo" es hacer una introducción al pensamiento y la práctica de este autor, uno de los más lúcidos en el campo de la psicología pastoral en el marco de la educación teológica, a través de una serie de trabajos suyos.

Una pequeña anécdota que aparece en su libro "Growth Counseling" revela un núcleo fundamental de su prédica e interés por la gente. Dice Clinebell: *"Algunos años atrás, mientras descansaba en la playa después de haberme sumergido en el océano, observé un hombre sosteniendo un artefacto electrónico, el cual deslizaba sobre la arena. Yo empecé una conversación con él y descubrí que su aparato era un detector de metales, un "detector electrónico de tesoros".* El lo estaba usando para encontrar monedas, relojes y otros objetos valiosos perdidos en la arena. Este detector de tesoros me impresionó como una útil, aunque perfecta imagen, para representar lo que hacen los eficaces consejeros, terapeutas y maestros, que concentran su acción en el crecimiento de la persona. Nuestra meta es poner este detector de tesoros en las manos de la gente con la cual nosotros trabajamos. Nuestro propósito es equiparlos para encontrar sus propios tesoros escondidos, la riqueza esperando ser desarrollada en su vida interior y en sus relaciones personales".

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 efectiva la tarea de consejero. Respecto a estas últimas, observamos un notorio desapego de cualquier tipo de ortodoxia que impida rescatar los valores que se encuentran en diferentes corrientes.

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

Pero Clinebell no habla sólo del counseling¹. Él tiene claro que el crecimiento del ser humano (una manera secular de hablar de la conversación) 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 la 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 aun capaces de contribuir al crecimiento de otros como así también de la misma sociedad a la cual es necesario cambiar. En tal sentido, Clinebell es consciente de los conflictos no resueltos, de las fuerzas del mal gastadas, 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 lo ve al consejero, al pastor o al maestro (sean ministros o laicos) como un animador, un liberador, un capacitador en el proceso por el cual la gente viva más plena y significativamente.

Su visión del ser humano es integral e integradora, por eso reconoce la importancia no solo de lo religioso y psíquico, sino también de lo corporal y lo social en sus múltiples aspectos, cuya acción habrá de ser decisiva en la salud de las personas. En relación con esto, su reflexión refleja una puesta al día de lo que pasa en el mundo, en la sociedad y especialmente en los peligros que se ciernen impidiendo la plenitud y la realización de los seres humanos.

No ha sido fácil hacer una selección de la producción del Dr. Clinebell. Somos conscientes que otros criterios también hubieran sido válidos. Los dos primeros trabajos que figuran en nuestra revista

¹ Esta palabra ha sido traducida en nuestra revista, como aconsejamiento o asesoramiento.

apuntan a los supuestos y fundamentos generales de la acción pastoral. En el tercero, hemos elegido una reflexión sobre uno de los ministerios de la iglesia en su relación con la salud mental. Los últimos dos, se orientan a cuestiones prácticas de la acción de los consejeros pastorales.

Nuestra esperanza es que estos trabajos sean materiales útiles para nuestros pastores y líderes; los profesionales de la salud, que cada vez son más numerosos en nuestras iglesias; y en las clases de nuestros seminarios, donde tanta falta nos hace una bibliografía sobre esta esclarecedora disciplina, la psicología pastoral.

DATOS BIBLIOGRÁFICOS DEL DR. HOWARD CLINEBELL

Cargos actuales

- Fundador y director del Instituto para la Religión y la Plenitud Humana. Escuela de Teología de Claremont
- Profesor consultor itinerante y psicoterapeuta en prácticas privadas
- Profesor emérito de asesoramiento y psicología pastoral. Escuela de Teología de Claremont

Entrenamiento académico

- Bachiller en Artes, DePauw University (Cum Laude), Phi Beta Kappa (distinción que se da en EE.UU. por el buen nivel en los estudios)
- Bachiller en Divinidades, Seminario Teológico de Garrett (Summa Cum Laude).
- Doctorado en Filosofía (Ph.D.) (Psicología y religión), Universidad de Columbia
- Certificado en Psiquiatría Aplicada, Instituto de Psiquiatría William A. White, Nueva York
- Certificado en la Escuela de Verano de Estudios sobre el Alcoholismo, Yale
- Ecuación Clínico Pastoral en los hospitales de Creedmoor y Rockland, Nueva York.
- Estudios anuales post-doctorales en asesoramiento a familias y matrimonios, Consejo Matrimonial de Filadelfia, División Estudios Familiares, Departamento de Psiquiatría, Universidad de Pensilvania y Clínica de Orientación Infantil de Filadelfia.

Experiencia profesional

1. Enseñanza:

- Profesor de psicología y asesoramiento en la Escuela de Teología de Claremont y Consejero Pastoral en la Escuela de Teología de Claremont
- Conferencista en la Universidad de Nueva York, Departamento de Educación Religiosa
- Colaborador en cursos de verano de las siguientes facultades: Seminario Teológico de Garrett, Escuela de Religión del Pacífico, Facultad de Teología de Ilif, Escuela de Utah, Escuela de Divinidades Brite, etc.
- Conferencista en universidades y seminarios, guía de Workshops y Consultant para terapeutas y clérigos en alrededor de 30 países, incluyendo Canadá, Inglaterra, Escocia, Fiji, Tonga, Isla Cook, Islas Salomón, Tahití, Singapur, Japón, Países Bajos, Nueva Zelandia, Islandia, Filipinas, Australia, Panamá, Noruega, Suecia, Nigeria, Kenia, Sudáfrica, Taiwán, Corea del Sur, Argentina, Costa Rica, Brasil, Alemania Occidental, Alemania Oriental, Polonia, Checoslovaquia, China.

2. Centros de asesoramiento:

- Fundador y director del centro de asesoramiento del Área Pastoral, Pasadena
- Fundador y director del centro de asesoramiento, Claramont
- Director clínico de los centros de asesoramiento del Valle de Pomona

3. Pastorados:

- Pastor en iglesias de Indiana, Illinois y Nueva York durante 13 años
- Ministro de aconsejamiento en la Primera Iglesia Metodista Unida de Pasadena
- Capellán del Hospital Metodista de Arcadio, California

4. Actividades y afiliaciones profesionales:

- Primer presidente de la Asociación Americana de Consejeros Pastorales
- Miembro y supervisor de la Asociación Americana de Terapeutas Matrimoniales y Familiares
- Licenciado en Aconsejamiento Familiar y Matrimonial del Estado de California
- Nombrado "Persona del año" en 1974 por la Asociación Americana de Consejeros Pastorales y "Hombre del mes" en 1962, por la revista Pastoral Psychology
- Participante de varias consultas del Consejo Mundial de Iglesias
- Miembro del Comité Editorial de la revista Journal of Pastoral Care
- Primer presidente de la Asociación de Consejeros Pastorales para la Responsabilidad Social
- Coordinador del Concilio Internacional del Cuidado para la Paz con Justicia

Publicaciones

- Editor de 18 volúmenes de la serie Creative Pastoral Care and Counseling, publicada por Fortress Press
- Understanding and counseling the alcoholic through religion and Psychology, Abingdon
- The mental health ministry of the local church, Abingdon
- Basic types of pastoral counseling, Abingdon
- The intimate marriage, with Charlotte H. Clinebell, Harper & Row. Editada en castellano con el título de "Intimidad. Claves para la plenitud de la pareja". La Aurora
- Crisis and growth: helping your troubled child, with Charlotte Clinebell, Fortress Press. Editada por La Aurora con el título: "El niño con problemas".
- The people dynamic: changing self and society through growth groups. Harper & Row. Growth counseling: new tools for clergy and laity. Colección de cassettes.
- Growth counseling for marriage enrichment pre-marriage and the early years. Fortress Press
- Personal growth and social change, with Harvey Seifert, Westminster
- Community mental health: the role of church and temple, Abingdon
- Growth counseling: hope - centered methods of actualizing human wholeness, Abingdon
- Contemporary growth therapies: resources for actualizing human wholeness, Abingdon
- Basic types of pastoral care and counseling: resources for the ministry of healing and growth, Abingdon.
- Growth through loss: a Howard Clinebell resource. Serie de videos tapes con guía de líder.
- Global peacemaking and wholeness: justice-based Theological, Psychological and Spiritual resources. Edited for Institute for Religion and Wholeness.
- Spirit - centered Wholeness, Beyond the Psychology of self. Co-editor, Edwin Mellen Press.
- Además Howard Clinebell es autor de numerosos artículos profesionales y capítulos de libros.

CUIDADO PASTORAL Y LIBERACIÓN

Dr. Howard Clinebell

Introducción

El propósito de esta conferencia es discutir el desarrollo reciente en la teoría y la práctica pastoral. El motivo unificador de este desarrollo es la percepción de que la meta central del ministerio y de la tarea pastoral es la liberación de individuos en todo el contexto de sus relaciones y su contexto institucional. Mi tarea será primero explorar algunos de los temas bíblicos – teológicos que fundamentan esta concepción del ministerio y luego discutir las seis dimensiones independientes de la liberación cristiana en términos de la práctica pastoral en la iglesia.

La liberación es una meta central en la vida cristiana. El evangelio es experimentado como buenas nuevas toda vez que libera personas para vivir el propósito de Dios para con ellas. Este propósito es descrito en Juan 10:10 como "vida abundante". El propósito de la vida cristiana es liberar personas para que desarrollen la vida en toda plenitud. La liberación es para la vida abundante. Es también de aquellas varias fuerzas opresivas en las personas, en las relaciones y en la sociedad que bloquean el desenvolvimiento de las potencialidades plenas dadas por Dios a las personas. El corazón de la liberación, en el contexto cristiano, es la libertad para llegar a ser todo lo que uno tiene como potencialidades plenas dadas por Dios a las personas. El corazón de la liberación, es el contexto cristiano, es la libertad para llegar a ser todo lo que uno tiene como potencialidad, para desarrollar plenamente la imagen de Dios en la que todos los seres humanos son creados. El motivo común de los movimientos de liberación alrededor del planeta es la insistencia en que todas las personas deben tener la más entera oportunidad posible para descubrir desarrollar sus potencialidades mentales, emocionales, físicas, espirituales y relacionales. La tarea central del ministerio es facilitar esta liberación de las personas hacia su plena personalidad de acuerdo al propósito de Dios. Para lograr esto, el ministerio debe apuntar más allá de los individuos y las relaciones estrechas. Debe también apuntar hacia las instituciones que facilitan o bloquean de manera colectiva, el desenvolvimiento personal.

La tarea pastoral es la mutua adquisición de crecimiento de las personas a través del ciclo vital. La tarea pastoral tiene lugar en la comunidad cristiana. La iglesia es la comunidad de atención mutua. La tarea pastoral es la tarea de toda la iglesia. El rol del ministro es a la vez dar sostén pastoral e inspirar, entrenar y preparar a laicos en un ministerio de atención y crecimiento mutuos.

Hacia una teología de liberación – crecimiento del ministerio

He aquí algunos motivos bíblicos que proveen un fundamento teológico para un acercamiento de liberación – crecimiento al ministerio.

La liberación es un tema común en la Biblia: Lucas 4:17-19: *"Le dieron el libro del profeta Isaías, y cuando lo abrió, encontró el lugar donde estaba escrito así: 'el Espíritu del Señor está sobre mí, porque me ha consagrado para dar buenas nuevas a los pobres; me ha mandado para sanar a los afligidos de corazón; para anunciar libertad a los presos y dar vista a los ciegos; para poner en libertad a los maltratados; para anunciar el tiempo favorable del Señor'".* Juan 8:32: *"Conocerán la verdad y la verdad les dará libertad".* Gálatas 4:31-5:1: *"Así pues, hermanos, no somos como hijos de la esclava, sino como hijos de la mujer libre, Cristo nos dio libertad, para que seamos libres. Sigán ustedes firmes, pues, en esa libertad, y no se sometan otra vez al yugo de la esclavitud".* Romanos 8:2: *"Porque la ley del Espíritu que da vida por medio de la unión con Cristo Jesús, me ha libertado de la ley del pecado y de la muerte."*

Es el sueño y el deseo de Dios que deberíamos desarrollar nuestras ricas potencialidades. Génesis 1:27: *"Y creó Dios al hombre a su propia imagen... varón y hembra los creó".* Juan 10:10: *"Yo he venido para que tengan vida y para la tengan en abundancia".*

Las imágenes del crecimiento humano son comunes en la Biblia: Salmo 1:3: *"Es como un árbol plantado junto a corrientes de agua, que da a su tiempo el fruto, y jamás se amustia su follaje".* Mateo 7:16-17: *"Más Jesús les llamó diciendo: 'Dejad que los niños vengan a mí y no se lo impidáis; porque de*

los que son como éstos es el reino de Dios. Yo os aseguro: el que no reciba el Reino de Dios como niño, no entrará en él". 1 Corintios 13.11: "Cuando yo era niño pensaba como niño, razonaba como niño. Al hacerme hombre dejé todas las cosas de niño".

El crecimiento es un don. Los recursos del universo espiritual están del lado de la creación. Romanos 8:19: *"Pues la ansiosa espera de la creación desea vivamente la revelación de los hijos de Dios...; en la esperanza de ser liberada de la servidumbre de la corrupción para participar en la gloriosa libertad de los hijos de Dios".*

La nueva cualidad de conciencia, relaciones y sociedad libertada, que es la meta última de la liberación cristiana –el Reino de Dios– está viniendo como el grano de mostaza (Mt. 13:31), como la levadura en la masa de harina (Mat.13:33), como los resultados de semillas plantadas en variedad de lugares (Mat. 13:18-26). El crecimiento hacia un nuevo ser es tanto un don de Dios como un proceso en el cual estamos invitados a participar.

El crecimiento liberador es un don de Dios, pero requiere lucha, dolor y un nuevo nacimiento para recibir el don: Romanos 6:5-8: *"Porque si nos hemos una misma cosa con él por una muerte semejante a la suya, también lo seremos por una resurrección semejante". "Y si hemos muerto con Cristo, creemos que también viviremos con él". Juan 3:3 "...el que no nace de nuevo no puede ver el Reino de Dios".*

El pecado, aquello que bloquea el crecimiento, puede ser vencido por medio del perdón de Dios y a través de la acción constructiva: Marcos 2:1-12: *"levántate y camina, tus pecados te son perdonados". Juan 8:11: "Vete, y no peques más". El crecimiento liberador es facilitado por entregarse el uno al otro. Mateo 16:25: "Porque quién quiera salvar su vida la perderá, pero quien pierda su vida por mí, la encontrará".*

La fórmula de crecimiento es expresado en el Nuevo Testamento como: *"siendo sinceros en el amor, crezcamos en todo hasta Aquel..."* (Efesios 4:15). La forma de relación facilitada de crecimiento, tal como la ejemplifica Jesús, se caracteriza por mirar a la gente a través de la perspectiva de crecimiento: v. gr. el nuevo nombramiento de Simón Bar Hona (Mat. 16:18), la relación de Jesús con María y Marta (Lucas 10:38-42).

Las seis dimensiones de la liberación en la tarea pastoral

1. Liberación institucional y de la sociedad: la debilidad de muchas tareas pastorales en los así llamados países "desarrollados" ha sido su hiper-individualismo. La tarea pastoral privatizada puede ser un tranquilizador de gente oprimida, un matadolores espiritual que corta el nervio de la denuncia y la acción profética. En las teologías de la liberación institucional y de la sociedad es central. Esto es un corrector necesario de la religión privatizada (incluyendo la pastoral privatizada) que ignora las formas masivas en las que el racismo, sexismo, la explotación económica, y el neo – colonialismo bloquean la potencialización humana en una base al por mayor, alrededor del mundo, mientras nosotros trabajamos en bases individualizadas para tratar de ayudar a las víctimas de instituciones y sistemas sociales opresivos.

Seguimos el ejemplo de uno que lloró sobre Jerusalén las cosas que hacen a la paz (Lucas 19:41-42). De este modo, el cambio social (la liberación de las instituciones) debe ser visto como otra faceta del crecimiento personal. La pastoral de sistemas e instituciones deberá tener un énfasis igual en el ministerio. Pueblos socialmente oprimidos a menudo pueden experimentar su poder y su liberación a través del compromiso en la lucha contra la opresión institucional. Uno de los objetivos de la pastoral con los individuos y con las relaciones estrechas es liberar personas para proclamar y usar su fuerza con otros para vencer las fuerzas masivas de la opresión social.

La liberación individual y la social son profundamente interdependientes. El desarrollo de los países pobres y la actitud benévola hacia la biosfera requieren una transformación significativa de la conciencia, nueva sensibilidad ética y también tipos de alternativas de crecimiento en países ricos. Pueblos que son "pobres en espíritu" continuarán bregando compulsivamente para llenar su vacío interior intentando adquirir más y más cosas. De este modo, la liberación de los ricos en creatividad humana

inusual es esencial para dar vigor a la liberación de los pobres del aplastante lazo del hombre, la pobreza y la enfermedad.

2. Liberación de nuevas mentes: la mayoría de nosotros desarrolla sólo una pequeña fracción de nuestra inteligencia potencial, creatividad y capacidad para controlar problemas y para contribuir al bienestar de la humanidad. Malgastar estas potencialidades es malgastar el don de Dios. Las ricas capacidades no descubiertas de las personas son como tesoros escondidos. La tarea es ayudar a personas a través del ciclo vital a descubrir y desarrollar este tesoro intrínseco. Las potencias mentales a menudo están atrapadas por una educación opresiva. Iglesias y escuelas deberían proveer una amplia gama de oportunidades para un aprendizaje de por vida. En pequeño grupos, personas de todas las edades pueden ser capacitadas para aprender como desarrollar sus dones creativos, para aprender a disfrutar usando sus mentes y para desarrollar los recursos de su personalidad para tener más para dar a los otros y a la sociedad.

Muchas personas son incapaces de tomar parte en la liberación de la sociedad a causa de una baja autoestima y a una carencia de educación creativa. Su potencial para contribuir al bien de los demás está limitado por la ignorancia, el prejuicio, la baja autoestima y por patrones de conducta autodestructivos. Sus vidas interiores son infelices y están marchitas. Se sienten impotentes para hacer algo respecto a su encierro y su opresión. ¡Necesitan desesperadamente experimentar la verdad que libera!

Un programa de tareas pastorales en una iglesia puede desarrollar una variedad de pequeños grupos de aprendizaje personal y crecimiento para ayudar a la gente a descubrir que son más dignos de amor y más capaces que lo que ellos mismos han pensado ser; que pueden continuar creciendo a lo largo de sus vidas, que las crisis pueden ser oportunidades de crecimiento, que pueden contribuir al crecimiento de aquellos que cuidan y de su sociedad. Cada grupo de crecimiento debería ser un grupo de entrenamiento en el que la gente descubra sus fuerzas y aprenda cómo usarlas para sí mismas y para otros en un estilo de vida cristiano. El crecimiento personal, para continuar, debe entregarse a los demás. De este modo, grupos de crecimiento y aprendizaje en una iglesia son también grupos de entrenamiento para la misión.

Algunos de los tipos de grupos de crecimiento que pueden contribuir a la liberación de la mente y la personalidad de los seres humanos son los grupos de "formación de identidad" para adolescentes, grupos de crecimiento en el dolor para personas afectadas por la muerte de allegadas y talleres de educación, y clases de todo tipo.

3. Liberación de nuestros cuerpos: muchos de nosotros estamos oprimidos por una falta de plenitud física y por un bajo nivel de energía y defensa de nuestros cuerpos. La ausencia de alimentación adecuada y asistencia médica contribuyen a esta opresión en muchas partes del mundo en los países ricos, la negligencia respecto a ejercicios saludables, descanso y nutrición, contribuyen a la disminución de la vitalidad física. Cualquiera sea la cosa que disminuya la plenitud física tiende a lesionar la creatividad mental y espiritual. Una teología de la encarnación implica que los cuerpos son importantes y que están íntimamente relacionados con mentes y espíritus. Por esto, la tarea pastoral debería atender la salud de la persona entera. Las iglesias deberían trabajar intensamente para asegurar que todas las personas en todas partes tengan adecuada alimentación y cuidado médico. Deberían alentar a las personas para respetar y cuidar sus cuerpos como templos del espíritu. Fisiólogos y demás personal médico que sean miembros de la iglesia pueden ser personas de recursos útiles en pequeños grupos de entrenamiento ofreciendo ayuda en nutrición familiar y medicina preventiva. Los centros de medicina integral, que han sido puestos en marcha en iglesias de EE.UU., son ejemplos de una aproximación innovadora a la pastoral de la persona en su totalidad.

4. Liberando nuestras relaciones: el movimiento de enriquecimiento del matrimonio y de la familia nos ha advertido acerca de las tremendas potencialidades no registradas en la mayoría de las relaciones estrechas. El propósito del enriquecimiento matrimonial es "hacer mejores los buenos matrimonios". Una relación de amor es una relación en que ambas personas se encuentran comprometidas con el continuo crecimiento del otro como persona. En el grado en que yo cuido de ti, haré todo lo que pueda para afirmar, alentar y nutrir tu desenvolvimiento en todo lo que tienes capacidad para ser. El amor florece mejor en una relación de mutuo crecimiento. Para mejor o para peor somos, como el Nuevo Testamento lo indica, "miembros el uno del otro". La calidad de nuestro pujante sistema

de relación y la calidad de nuestras vidas interiores beneficia o perjudica al otro reciprocamente. La investigación psicológica muestra que, en orden a tratar constructivamente con crisis personales y continuar creciendo, debemos tener al menos una relación profunda en la que nuestros deseos psicológicos básicos puedan ser satisfechos. Es mucho mejor tener varias relaciones de alimentación mutua. Liberar y enriquecer la vida familiar es crucialmente importante en la sociedad moderna. La personalidad va creciendo en el hogar, nace y se fortalece en una familia que es con contexto para el crecimiento mutuo.

Los programas de atención y educación pastorales de una iglesia deberían hacer una variedad de pequeños grupos, clases, talleres y retiros de entrenamiento útiles para ayudar a la gente a aprender a construir relaciones y talentos para la comunicación del amor y el fortalecimiento del mismo. Dichos grupos deberían incluir preparación para cursos acerca del matrimonio, retiros de enriquecimiento matrimonial, talleres y campamentos de enriquecimiento familiar, cursos de padres. Hay un entusiasmo real en iglesias que están descubriendo cómo ayudar a la gente a tener familias cristianas más creativas, a través de dichos grupos de entrenamiento.

5. La liberación ecológica: la quinta dimensión de la liberación cristiana consiste en liberar nuestras relaciones con toda la biósfera. Esto implica aumentar nuestra conciencia ecológica y nuestro cuidado. Como cristianos creemos que somos mayordomos del mundo natural, encargados por Dios para respetar el aire, el suelo, las plantas y los animales que, como nosotros, son parte de la creación. La crisis ecológica en el planeta tierra no se solucionará hasta que millones de nosotros desarrollemos el cuidado ecológico. Hasta que aprendamos a amar y respetar la frágil biósfera de la que nuestras vidas y las vidas de todas las personas dependen, San Francisco de Asís hablo de comunicarnos con el "hermano viento" y "la hermana ave".

En la sociedad moderna, tecnológica y urbana, es muy fácil perder ese sentido de profunda interdependencia con el mundo natural que es parte de la herencia espiritual de muchas tribus de la América nativa. Aumentar nuestra conciencia de profunda dependencia con la Madre Tierra no es una expresión de misticismos sentimentales de la naturaleza como algunos han sugerido. Se está volviendo más y más crucial para nuestra propia supervivencia de nuestros hijos en nuestro planeta nave con sus limitados recursos naturales. Como cristianos creemos que "la tierra es del Señor", que nos pertenece, que debe ser protegida y estimada para futuras generaciones. Hay evidencias que las personas se vuelven más plena psicológica y espiritualmente cuando afirman y celebran su relación orgánica con el resto de la creación.

6. Liberación espiritual: esta sexta dimensión de la liberación y el conocimiento personal, intercala las otras cinco dimensiones y es su lazo de unión. El crecimiento espiritual se ubica en el centro de todo crecimiento humano porque tiene que ver con aquellas cosas que más claramente nos definen como seres humanos. El crecimiento espiritual dirige el acrecentamiento de nuestros significados, valores, libertad, fe, momentos de trascendencia y nuestra relación con Dios. La calidad de nuestra relación con Dios, los valores que guían nuestras opciones, los sentidos que dan propósito a nuestras vidas, influyen profundamente en las otras cinco dimensiones de nuestra vida. La religión saludable o de fomento del crecimiento enriquece nuestras vidas interiores y nuestra salud física, nuestras relaciones con los otros, con las instituciones y con el mundo natural. La religión patógena o de bloqueo del crecimiento disminuye todos los aspectos de nuestra vida y nuestras relaciones. Necesitamos entender e interpretar el mensaje cristiano en forma que liberen y no opriman a las personas y a la sociedad. La clave para la plenitud humana es una llave espiritual. Relaciones abiertas, en crecimiento con el Espíritu del universo son la fuente de energía para el crecimiento. Relaciones crecientes de promoción con ese Espíritu amante que es el manantial de nuestro ser, es la tarea central de todo ministerio. Esto es lo singular de nuestro rol. Como ministros somos facilitadores de crecimiento espiritual. Nuestra preparación teológica debería darnos recursos originales para la tarea de ayudar a las personas a desarrollar y abrir; llenos de confianza, relaciones de nutrición y crecimiento con el Espíritu de Dios que es la fuente de toda vida, toda salud y crecimiento.

Cada grupo de aprendizaje y crecimiento en una iglesia, cualesquiera sean sus otros propósitos, debería buscar alimentar el crecimiento espiritual haciendo de esto su propósito principal. Grupos de estudio – crecimiento bíblicos, grupos de oración y enriquecimiento espiritual, grupos de descubrimiento espiritual y grupos de crecimiento en la fe son ejemplos de grupos que tienen al crecimiento espiritual como su propósito central.

Cada grupo de aprendizaje y crecimiento en una iglesia debería también tener una dimensión de alcanzar el exterior. El principio de "el día del Rey Gandhi" es una herramienta conceptual valiosa para prevenir a grupos de atención pastoral para no volverse de crecimiento hacia adentro y privados, si los grupos de crecimiento se tornan en el lujo privado de gente rica, son una lujuria carente de ética en un planeta donde los dos tercios de la población mundial enfrenta los embates de la desnutrición, la opresión económica y la superpoblación. Para contribuir a la supervivencia humana en un planeta apto para la vida, los grupos de atención pastoral deben ser utilizados para liberar y motivar a la gente para cambiar injusticias de crecimiento sofocantes donde quiera que ocurran en la sociedad. Mahatma Gandhi, Martín Luther King y Dorothy Day encarnaron en sus estilos de vida una pasión integrada por la justicia social y el crecimiento espiritual. Existe un área de preocupación por la injusticia implícita en todo grupo de crecimiento. Es nuestra tarea como ministros seguir luchando para unir la pastoral para individuos y familias, con la pastoral para las instituciones de la sociedad que necesitan ser liberados de la opresión. El único fundamento firme para el amor es la justicia. Unir estos dos polos de la vida cristiana en toda nuestra tarea pastoral es el desafío que enfrentamos al hacer pastoral en una nueva edad que está emergiendo.

En el contexto de un mundo de desarraigo masivo, soledad y colapso de fe y de los sistemas de valores, la iglesia está llamada a ser un centro de crecimiento humano y de preparación para la misión. La potencialización humana es una idea cuyo tiempo ha llegado, una idea con poder creciente como una imagen guía en el último cuarto de siglo XX. Para ser una fuerza máxima para el mejoramiento humano, la iglesia necesita reconocer el movimiento por la liberación y la plenitud humana, es su movimiento.

Como he intentado señalar en la sección de fundamentos bíblicos, el motivo de la liberación y crecimiento del ministerio está profundamente arraigado en nuestra herencia hebreo-cristiana. El desafío actual para el ministerio es estar abierto al renacimiento del crecimiento y la liberación que es el *Zeitgeist* de nuestro tiempo, y aportar los ricos recursos de nuestra herencia a esta oleada planetaria de esperanza y esfuerzo humano. La iglesia en nuestro tiempo es como un gigante dormido. La aproximación al ministerio orientado hacia el crecimiento es un medio de soltar el tremendo poder en potencia de la iglesia para la transformación personal y social. Por medio de la participación en el proceso de concientización y cuidado de la sociedad y toda la humanidad, podemos contribuir significativamente a la nueva edad que amanece. En la novela "Las sandalias del pescador", el personaje central declara: "*El mundo es una trágica trampa a una posibilidad*". Como cristianos afirmamos que el mundo es una gran posibilidad. Nuestra tarea es trabajar como compañeros de Dios en esta posibilidad.

ACONSEJAR PARA CRECER, UN ENFOQUE DE LAS POTENCIALIDADES HUMANAS*

Dr. Howard Clinebell

"El futuro se afirma con aquellos que creen que la salvación es más parecida a la primavera desde la imaginación de las posibilidades que desde la descripción de lo histórico... Quizás todos necesitemos que se nos recuerde acerca de las necesidades de estar abiertos a lo nuevo o a los recientemente recobrados caminos del ser"

Carolyn G. Heilbrum

"Toda época, salvo la nuestra, ha tenido su modelo, su ideal. Todos éstos han sido abandonados por nuestra cultura... Quizás pronto seamos capaces de usar como nuestra guía y modelo el pleno crecimiento y auto-realización del ser humano, en el que todas las potencialidades estén llegando a su pleno desarrollo"

Abraham Maslow

Gradualmente, a lo largo de los últimos diez años aproximadamente, mi aconsejamiento y cuidado ministerial ha cambiado de un diagnóstico y un enfoque de tratamiento basado en un modelo patológico a una aproximación al desarrollo humano y a los potenciales positivos, es decir, hacia un modelo de crecimiento. He dejado de centralizar la tarea en el qué está mal en una persona o relación interpersonal y ahora doy mayor énfasis en qué está bien y qué es posible.

Al producirse este cambio, han ocurrido mejores resultados en mi ministerio de aconsejamiento, enseñanza y trabajo con pequeños grupos. Aún más, he llegado a ver todo esto más claro al comprender que el enfoque positivo lo libera a uno en las relaciones de ayuda, permitiéndole usar de los ricos valores y recursos con los que la iglesia está relacionada y con el despertar religioso que la persona tiene disponible. Cuando he discutido estos enfoques del crecimiento en workshops para ministros y laicos, la mayoría de los participantes han respondido con interés, muchos de ellos con entusiasmo. Lo mismo ha pasado en workshops para consejeros de varias profesiones seculares. Muchos ministros y consejeros están listos y muy ansiosos por disminuir su énfasis en un enfoque destinado a reparar y rescatar e incrementar su preocupación en la prevención a través de soltar las potencialidades positivas de las personas.

La naturaleza del aconsejamiento para el crecimiento

El aconsejamiento para el crecimiento es un camino para ayudar a la gente a descubrir en ellos mismos y en los otros lo que Buber llamó "el tesoro de la posibilidad eterna y la tarea de desenterrarlo". Esto involucra dos aspectos interrelacionados: una perspectiva sobre la gente y un conjunto de métodos.

Primero, está la perspectiva de crecimiento, un camino liberador de ver a las personas (incluido usted mismo) en términos de (1) sus fuerzas presentes y sus ricas capacidades inutilizadas – intelectuales, espirituales, interpersonales, creativas-, (2) sus profundos esfuerzos interiores para realizar más de esas buenas dádivas de la vida, (3) el movimiento hacia un futuro mejor hacia el cual ellos puedan moverse a través de un uso más pleno de sus riquezas interiores. Considerar a la gente a través de la perspectiva de crecimiento es una de las cosas más importantes que nosotros podemos hacer para ayudarles a crecer.

Segundo, el aconsejamiento para crecer involucra una variedad de métodos de estimulación del crecimiento para ayudar a la gente a usar más de sus potencialidades para (1) desarrollar una mejor comunicación consigo mismo, con los otros, con la naturaleza y con Dios, las cuatro relaciones básicas dentro de las cuales todo crecimiento ocurre; (2) poner en juego, en las relaciones interpersonales, nuevas habilidades y herramientas para la afirmación mutua; (3) crecer a través de tomar decisiones constructivas y desarrollando acciones responsables; (4) usar las posibilidades de crecimiento inherentes a cada etapa de la vida; (5) aprender a usar el dolor y los problemas de la crisis inesperada como

* Capítulo 1 del libro: "Growth counseling for marriage enrichment, pre-marriage and the early".

oportunidades de crecimiento; (6) aprender mejores métodos de crecimiento espiritual –la maduración de la propia fe, trabajando los valores, el sentido de propósito, las experiencias de elevación espiritual y siendo plenamente conscientes de nuestra real pertenencia al universo.

El aconsejamiento para el crecimiento del matrimonio es sólo una de las muchas aplicaciones de este enfoque general de liberación de las potencialidades de la gente. Pero los consejeros relacionados con la Iglesia probablemente tienen más oportunidades como capacitadores en el matrimonio y en las relaciones familiares que en ninguna otra área.

El aconsejamiento centrado en la esperanza

El aconsejamiento para crecer está orientado hacia la esperanza. Esta ejerce un poderoso empuje hacia el cambio constructivo. A la inversa, la desesperanza es un poderoso obstáculo para dicho cambio. Por eso, estos métodos apuntan explícitamente a la movilización de una esperanza realista en la vida de los individuos o las parejas. Yo sospecho que la esperanza es la fuerza más descuidada para ayudar al cambio de la humanidad. Los métodos para el crecimiento no ignoran el dolor, el conflicto y los problemas –el más desordenado y sucio lado de cualquier matrimonio. Hace esto paralizaría el crecimiento por el hecho de negar la realidad. Esta ha sido la debilidad de los enfoques de “pensamiento positivo”. Los métodos de aconsejamiento para el crecimiento ayudan a la gente a manejarse con su dolor en el contexto de una esperanza basada en la realidad. Esto no sólo hace ver el dolor muy diferente sino también canaliza maravillosas energías para enfrentar constructivamente el dolor.

El aconsejamiento para el crecimiento matrimonial es un modo de ayudar a las personas a enfrentar constructivamente sus problemas y conflictos. Utiliza muchos de los métodos tradicionales de aconsejamiento de pareja, pero agrega un vigoroso y sostenido énfasis en el despertar de la esperanza creativa que recree los logros pasados de la pareja –aunque limitados-, sus fuerzas presentes y sus aptitudes para generar un futuro mejor usando más de sus valores y potencialidades.

La fe (en el sentido de la confianza), la esperanza y el amor son, como la Primera Carta a los Corintios dice tan hermosamente, dinámicas cruciales y perdurables en todas las relaciones humanas, especialmente las íntimas, como el matrimonio. Pero cuando las cosas están yendo mal y las tres están desfalleciendo, la esperanza es el poder a través del cual la confianza y el amor son revitalizados, y con estos tres el matrimonio renace.

Lo mismo pasa en los matrimonios monótonos en los cuales las parejas están resignadas a una relación rutinaria. Sólo si el poder de la esperanza es activado ellos descubrirán el matrimonio latente que les pertenece, un matrimonio con más altura y profundidad, más animado y conflictivo, más disfrutado, doloroso y con más realización de lo que hayan imaginado. El enfoque para el crecimiento apunta a ayudar a la pareja a actualizar la esperanza, aprendiendo nuevas herramientas para alimentar la relación en lugar de dejar morir de hambre su amor.

El enfoque de la tercera fuerza

La “tercera fuerza” es psicología y psicoterapia –los potenciales humanos, enfoques orientado a los valores- provee mucho del fundamento teórico del aconsejamiento para el crecimiento (la primera y la segunda fuerza son el psicoanálisis y el conductismo). La figura descollante de esta corriente, Abraham Maslow, distinguió entre necesidades a causa de deficiencias y necesidades de crecimiento. La psicoterapia tradicional, él señalaba, se concentró principalmente en el pesado sufrimiento de las personas a causa de deficiencias en el logro de sus necesidades psicológicas básicas de seguridad, amor y autoestima. En estos estudios acerca de la autorrealización de las personas, él encontró que una nueva necesidad emerge en aquellas personas que han aprendido a satisfacer sus necesidades básicas. Su nueva necesidad es continuar creciendo a través de desarrollar su creatividad y sus potencialidades inutilizables.

Yo encontró que es inmensamente útil en el aconsejamiento de aquellos que sufren de las más grandes necesidades básicas, el tener en cuenta esta constante, pero a menudo escondida lucha por el crecimiento. Por ejemplo, en parejas con vidas profundamente doloridas y matrimonios con problemas. Esta nueva visión es indispensable en el enriquecimiento de parejas normales.

La distinción entre estos dos tipos de necesidades mencionadas provee una línea guía para lograr un equilibrio en las actividades de ayuda a las personas. La distinción apunta a las dos caras de la moneda del aconsejamiento y cuidado pastoral: aconsejamiento /curación y educación / prevención. Como todo ministro parroquial sabe, el aconsejamiento matrimonial es inevitable y una forma vital de ayuda. Pero la iglesia también está llamada a ser un centro de entrenamiento para el crecimiento y la educación de la mayoría de la congregación que no necesita de una tarea personal de aconsejamiento.

Desafortunadamente, en las décadas recientes, el aconsejamiento ha tendido a ser el caballito de batalla del cuidado pastoral. Es más productivo educar a la gente "normal" a lo largo de todo el ciclo vital. Para mí, esto significa invertir, al menos, tres momentos de tiempo de cuidado y liderazgo (ministerial o laico) en la edificación personal, en actividades de enriquecimiento humano (incluido aconsejamiento de corta duración) como así también ayudando a aquellos con profundas necesidades frustradas a través de un aconsejamiento pastoral más prolongado.

El consejero que ayuda a crecer puede usar las potencialidades humanas y las perspectivas de desarrollo que se dan a lo largo de la vida como el eje de la rueda alrededor del cual los descubrimientos y métodos de las más nuevas psicoterapias orientadas al crecimiento, -por ejemplo, terapia de la realidad, análisis transaccional, terapia gestáltica, terapias de acción- pueden ser integradas. La perspectiva de crecimiento también permite la integración de los enfoques de antiguas psicoterapias como la jungianas, adleriana, rankaiana, freudiana.

El aconsejamiento para crecer une el pensamiento de la tercera fuerza con lo que yo llamo la "cuarta fuerza" en psicología y aconsejamiento -métodos de construcción de relaciones interpersonales, incluyendo el aconsejamiento para parejas matrimoniales, terapia familiar conjunta, asesoramiento de parejas en grupos y grupos de apoyo a familias. En contraste con los métodos intrapsíquicos e individuales, estos enfoques procuran liberar directamente un completo sistema de relaciones interpersonales -un matrimonio, una familia o un grupo- de modo que, en esta red, todos sean más libres para crecer. Estos métodos toman seriamente el hecho de que para mejor o para peor, somos ineludiblemente "miembros los unos de los otros" (Efesios 4:25). El crecimiento y el estancamiento resultan de la calidad de nuestras relaciones interpersonales.

Liberando el poder de la pastoral

El aconsejamiento para el crecimiento puede ayudarlo a uno a fortalecer una auténtica identidad teológica y pastoral en el trabajo de cuidado y aconsejamiento. Y cuando uso el término pastoral no quiero significar excluir, sino precisamente incluir el ministerio laico. El aconsejamiento para crecer nos puede ayudar a todos los consejeros ligados a la iglesia a usar más de nuestros siete singulares recursos:

- **Discernimiento bíblico:**

El aconsejamiento para crecer nos permite redescubrir o implantar una visión centrada en el crecimiento y liberación de la gente que está en lo más profundo de la herencia bíblica. Esta toma de conciencia, que ha sido replanteada hermosamente en la filosofía de Martín Buber, es energizante. Cuando ella toca el corazón del individuo de un grupo o de una iglesia, estimula el fluir de nuevas energías creadoras. Pensadores acerca del potencial humano como Abraham Maslow, afirman en el moderno lenguaje de la psicología, dimensiones descuidada de nuestra herencia espiritual. Miremos algunos enfoques bíblicos orientados al crecimiento.

Nuestros antepasados se dieron cuenta que los seres humanos somos hijos de Dios (Romanos 8:16) y que nuestros espíritus están formados a imagen divina (Génesis 1.27). Esto expresa que cada uno de nosotros tiene enormes posibilidades dentro de sí. La realización de estas posibilidades son esperadas con "el anhelo ardiente" de toda la creación (Romanos 8:19). ¡Piense en esto! Todo lo que tiene que ver con la vida está en el lado del crecimiento y la realización.

La parábola del crecimiento -la de la levadura (Mateo 13:33, Lucas 13:21); la del sembrador (Mateo 13:3, Marcos 4:3, Lucas 8:5); la de los talentos (Mateo 15:14-15)- tienen para mí un nuevo significado desde que fui iluminado por la perspectiva del crecimiento. Ellas hablan del camino del Reino de Dios -el nuevo mundo de amor y justicia- que está viniendo a través del crecimiento. Y estamos todos invitados a participar en este proceso de crecimiento.

El estilo básico de vida de Jesús fue creativo y estimulante de la creatividad en los demás. Esto se ha visto más claro en su constante práctica de extraer, de aquella gente llamada "común", cosas de valor. El podía "ver" en un pescador con obvia debilidad un potencial escondido para tener una fuerza "como una roca". Y por eso él llamó a Simón con un nuevo nombre –Pedro- que significa "roca". Mirando a la gente en términos de lo que podían llegar a ser, Jesús los ayudaba para llegar a ser. Esas eran "buenas nuevas", una nueva calidad de relaciones interpersonales es posible y a partir de ellas se puede desarrollar una nueva calidad de conciencia humana. Estas eran buenas noticias en el primer siglo, esto es una buena noticia hoy, noticias que son necesarias en el interior de nuestras vidas, nuestros matrimonios, nuestras iglesias y nuestro mundo. En el cuarto evangelio, el propósito de la venida de Jesús es descrito como el capacitar a la gente para encontrar la vida "en abundancia" (Juan 10:10). La vida en toda su plenitud, esto es de lo que se trata el aconsejamiento para el crecimiento. ¡Qué hermoso tema para una iglesia y un ministerio centrado en el crecimiento!

La percepción bíblica acerca de la resistencia a crecer provee una saludable limitación correctiva para el optimismo no realista que a veces aparece en el movimiento de los potenciales humanos. ¿Qué está mal en las simples y naturales analogías como, por ejemplo, "todos nosotros somos semillas convirtiéndose en plantas, llegando a ser flores"? Las fuerzas del crecimiento están en nosotros como en una semilla. Pero también hay fuerzas persistentes y complejas en los seres humanos y la sociedad que se resisten al crecimiento. El enfoque bíblico nos llama la atención al hecho de que, a menudo, nosotros usamos nuestra libertad para privarnos de aquellas relaciones que promueven el crecimiento, las cuales nuestros corazones ansían.

Esto apunta a una realidad que no puede ser ignorada si vamos a ser capacitadores para el crecimiento de la gente. Sea que llamemos por la tradicional palabra religiosa "pecado" o por la tradicional palabra psicoterapéutica "resistencia", la cuestión debe ser tratada. El enfoque iluminador que nos da la Biblia consiste en que a toda resurrección precede una muerte, que nuestra Pascua personal no puede ocurrir a menos que experimentemos en nosotros lo que significa resucitar a una nueva visión sufriendo determinadas pérdidas es decir, muriendo a algo.

De este modo, el crecimiento es a menudo doloroso y elevador del nivel de ansiedad así como también es jubiloso y energizante. Duele soltarse de algo que, aunque nos limite, al menos nos ha hecho sentir protegidos. El crecimiento involucra riesgos. Esto quiere un "salto de confianza".

La percepción bíblica acerca de los recursos para el crecimiento es también importante como la vida misma, todo crecimiento es un regalo y un misterio. El crecimiento ocurre a través de un proceso que libera las energías desde más allá de nosotros mismos como así también dentro nuestro. Podemos elegir si participaremos en este vitalizante proceso o no, pero nosotros no necesitamos y no podemos crear las energías del crecimiento. Darse cuenta que todo crecimiento es un regalo de Dios, el Espíritu creativo, nos ayuda a quitarnos el centro. El desafío que todos enfrentamos es a aprender a facilitar el fluir de las energías posibilitadoras del crecimiento, a través de nuestras relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales en la comunidad cristiana

La práctica del aconsejamiento para crecer habilita para usar más plenamente las ricas oportunidades que son inherentes al hecho (que generalmente tomamos como un don) que una iglesia es una comunidad, una red de grupos, individuos y familias. Las relaciones interpersonales son, a la vez, el lugar y el poder del crecimiento. Los consejeros vinculados a la iglesia tienen una entrada regular y directa a una amplia variedad de relaciones. Ellos pueden ayudar a las personas a "encender la vida a través de la gente". Teniendo una continuada relación interpersonal con una mayoría de familias, en casi todas las comunidades, se crea una oportunidad única para las iglesias como no tiene ninguna otra institución social. Los grupos de crecimiento, combinando una alimentación mutua y un entrenamiento en las relaciones interpersonales, proveen mejores herramientas como nunca antes para utilizar esta oportunidad. En respuesta a esta oportunidad, las iglesias están descubriendo más profundamente el significado de la imagen del Nuevo Testamento que muestra a la iglesia como el cuerpo de Cristo (1 Corintios 10:16; Efesios 4:12)

Contactos personales en todos los ciclos de la vida

El aconsejamiento para crecer nos permite ayudar unos a otros a usar la crisis de cada etapa de la vida como una oportunidad de crecimiento. Como una institución con un continuado contacto cara a cara con gente "normal" a lo largo de los ciclos de la vida, las iglesias tienen una oportunidad sin igual para ayudar a la gente a utilizar los progresos de la medicina para vivir más y mejor. Para hacer eso efectivamente, la iglesia debería llegar a hacer un centro de crecimiento y de aprendizaje para toda la vida.

Naturales contactos con personas en crisis

El enfoque que estamos presentando también mejora la habilidad del consejero para usar sus naturales contactos con muchas personas que se encuentran atravesando crisis inesperadas como enfermedad, duelo y divorcio. Los métodos de aconsejamiento de cortos periodos para épocas de crisis orientados a la acción (uno de los aspectos del aconsejamiento para crecer) son algo común para el ministerio o laico consejero. Tales métodos son a menudo efectivos, en unas pocas sesiones, permitiendo a las personas en crisis reanimar sus fuerzas interiores y aprender mejores caminos para enfrentarlas.

El estilo de vida cristiano como acción responsable

El aconsejamiento para crecer, estando orientado hacia la decisión y centralizado en la acción, trae otra idea vigorosa de la tradición: el estilo de vida cristiana es un modo de vivir, no solamente una manera de creer.

El crecimiento personal a menudo ocurre más rápidamente ayudando a una persona a tomar una decisión y a tener una acción responsable, que centrándose principalmente en el cambio de sentimientos y actitudes.

La gente "común" en el ministerio mutuo

El enfoque para el crecimiento sirve para movilizar el poder de la gente común para ayudarse unos a otros a través de un ministerio mutuo. Los individuos de cualquier congregación que tengan la capacidad para este ministerio mutuo son una mina de oro que no está siendo utilizada como recurso para esta tarea. Sus habilidades pueden ser despertadas a través de un sistemático programa de entrenamiento para el cuidado.

El enfoque en el desarrollo

Esta manera de comprender el aconsejamiento, al reconocer que el desarrollo espiritual está e el centro de todo verdadero crecimiento humano, nos permite usar los recursos sin igual de nuestra herencia religiosa y entrenamiento teológico en nuestro trabajo. Hoy, con el derrumbamiento de las viejas "certezas", mucha gente sufre de una confusión de valores, un vacío de significados, conciencias infantiles y shocks teológicos respecto al futuro. Estabilidad para hacer un facilitador del crecimiento espiritual nunca ha sido más importante.

La tarea pastoral se mueva más allá de la tercera y cuarta fuerza en aconsejamiento y terapia hacia la "quinta fuerza" por lo cual quiero significar el discernimiento y los métodos de aconsejamiento espiritual y crecimiento. Reconociendo que "lo espiritual" es lo propiamente humano, el aconsejamiento para crecer brinda los recursos de nuestra herencia religiosa aplicados a la tarea de facilitar la maduración de la fe de cada uno, la conciencia y la relación con Dios. La meta es un espíritu liberado y liberador, abierta a experimentar la verdad que nos hace libres (Juan 8:32); libres para crecer, libres para amar y cuidar, libres para hacer un impacto constructivo en la sociedad, libres para convertirnos en todo aquello que el creador soñó que nosotros lleguemos a ser.

LA PREDICACIÓN Y LA SALUD MENTAL¹

Dr. Howard Clinebell

*"Pero por supuesto, la predicación para mí ha sido, en un sentido, aconsejamiento personal. Quiero decir que mi definición de la predicación es aconsejamiento personal a nivel grupal"*²

Harry Emerson Fosdick

Cada domingo se predica más de 200.000 sermones. ¿Cuántos de estos producen una diferencia perceptible en la vida de los oyentes? ¿Cuántos tienen un efecto energizante y renovador? ¿Estimulan, la mayoría de estos sermones, el crecimiento de las personas? ¿Motivan, al menos a algunas personas, a deshacerse del caparazón que los mantiene en su pequeñez, a desarrollar sus músculos espirituales y a comenzar a vivir en dimensiones más grandes del reino? ¿Alivian la carga, fortalecen el brazo y satisfacen al hambre que la gente cansada que viene buscando ayuda? ¿Abren ventanas interiores a través de las cuales pueden entrar una nueva comprensión de la vida en el mundo de Dios? ¿Comunican las "buenas nuevas"? ¿Son canales para que fluyan las corrientes de sanidad y limpieza de la gracia de Dios?

El sermón ofrece al ministro uno de las más valiosas oportunidades para realzar la salud mental y espiritual de su gente. Al igual que al grupo de aconsejamiento, la predicación efectiva ofrece un medio eficiente para ayudar simultáneamente a una cantidad de individuos. Desde el punto de vista de la salud mental, el sermón tiene tantas potencialidades preventivas como terapéuticas. En personas relativamente sanas puede estimular su crecimiento personal y aumentar el nivel general de su creatividad. Puede liberar fuerzas dentro de aquellos que están luchando con crisis personales. Puede sostener aquellos cuya personalidad tiene bases débiles y motivar a algunos que están agobiados a buscar ayuda profesional.

Es obvio que muchos sermones no ayudan a lograr una personalidad sana, una caricatura que muestra a una mujer estrechando la mano al ministro en la salida de la iglesia, tenía esta leyenda: "¡Gracias por su sermón! Fue como arrojarle agua a un hombre que se está ahogando" aplicado a muchos sermones, el confuso cumplido de la mujer deja de ser un chiste. ¿Cómo puede evitar un predicador hacer daño a la gente? ¿Cómo puede maximizar el aporte de sus sermones en beneficio de la personalidad total?

La predicación como un acto de adoración

El sermón es una parte integral del culto de adoración. El sermón efectivo es en sí mismo un acto de adoración: de amor a Dios con la mente y el corazón. Los valores de la salud mental que se manifiestan en la adoración pueden ser aplicados particularmente a la dimensión de predicación de la adoración. Como una experiencia significativa compartida, el sermón estimula el sentido de comunidad. Mucha gente se siente apoyada al identificarse con el predicador cuando éste proclama los grandes temas de sabiduría, fe, consuelo y esperanza, tal como estos son entendidos en la tradición grupal. Escuchar un sermón es una experiencia que alimenta, siendo la comida más o menos nutritiva según la calidad del sermón. Un sermón efectivo facilita la renovación de la confianza al comunicar las verdades eternas de la fe dentro del marco de apoyo de una comunidad religiosa. El sermón debería ser un canal de gracia que reduzca el sentimiento de culpa. Debería reducir el narcisismo del oyente al aceptar la confrontación con la futilidad de las muchas y fascinantes variedades de auto-adoración, y reconocer los cálidos atractivos de una vida confiada. La predicación centrada en la persona facilita la comprensión de problemas comunes a los seres humanos y explora caminos alternativos para lidiar con ellos. Ciertamente el sermón es la parte estratégica del culto de adoración al desafiar a la persona a descubrirse creativamente a sí misma. La predicación efectiva es un instrumento invaluable del cuidado pastoral;

¹ Capítulo 4 del libro: "The mental health ministry of the local church"

² Entrevista en NBC - TV, 10 de mayo 1959

una "disciplina del espíritu humano que provee perspectiva, otorga valor y genera una comprensión creativa"³.

La predicación como obstáculo o puente

Desde el punto de vista de la salud mental, la predicación es una actividad arriesgada. Cuando un sermón distorsiona el mensaje cristiano se convierte en una traba para el crecimiento. La predicación es una forma de relacionarse. La relación predicador – oyente es, en un sentido, un vínculo de uno – a – uno: el predicador escuchado por un grupo compuesto por oyentes individuales. En un nivel más profundo se produce una red de relaciones en la que los individuos responden a los mensajes no verbales de sus vecinos, y el ministro es influenciado por la respuesta de su congregación. Los elementos constructivos o destructivos de la relación que se produce en una predicación, son los mismos elementos que hacen que cualquier relación sea de ayuda o dañina.

El primer elemento negativo en algunas predicaciones es el **autoritarismo**. Para ser efectivo, un sermón debe tener una cuota de "autoridad racional": la autoridad que da el ser competente. Si su mensaje carece de esta cualidad legitimadora, un ministro puede sentirse tentado a compensar con la fuerza de una autoridad irracional (autoritarismo). El elemento **coercitivo** en tales predicaciones es finamente disfrazado. El espíritu de una mutua búsqueda espiritual está ausente. El tono **ex-cátedra** del sermón tiende a activar la respuesta inmadura del oyente –acuerdo u oposición- antes que estimular su creatividad espiritual.

Un segundo factor negativo que suele aparecer en la predicación es la **moralización**. Esto daña la salud mental al crear culpas neuróticas y/o autojustificaciones, ambas enemigas de una moral robusta. Un ministro que se especializa en semejante predicación crea una atmósfera cargada de culpa. O, como defensa contra los sentimientos de culpa, los feligreses pueden desarrollar imágenes de sí mismos que padecen de lo que un bromista llamó "halotosis". Aquel hombre joven que comió con publicanos y pecadores en la Palestina del primer siglo, probablemente se sentiría muy incómodo en una iglesia así (a pesar de que su nombre aparecería inmediatamente en boca de todos). Un clérigo que se especializa en sermones moralistas suele ser una persona muy irritable. Puede, incluso, ser una persona muy irritable. Puede, incluso, ser una persona "exitosa" desde el momento que hay tantos adultos en nuestra sociedad cuyo "Niño" necesita ser reprendido por el "Padre", representado por una figura de autoridad⁴. Una paliza verbal periódica ayuda a mantener reducidos los sentimientos de culpa.

Un tercer factor destructivo en algunos sermones es la elevación de **temores irracionales**. El temor y la culpa son "ablandadores" efectivos por medio de los cuales un manipulador de la homilética puede debilitar la resistencia de sus oyentes a ser manipulados, estudios sobre lavado cerebral han demostrado que si se puede lograr que una persona se sienta suficientemente atemorizada o culpable, se vuelve dúctil en las manos de una figura de autoridad.

Un cuarto factor negativo es el **exhibicionismo**. El despliegue homilético del ego puede llegar a racionalizarse con la etiqueta de "confesional". Para un oyente perceptivo, el ministro está confesando su propia ansia de que se le preste atención, se lo apruebe o castigue. Está tan ocupado en alimentarse a sí mismo como para oír el mandato del Señor: "Alimenta mis ovejas".

Es importante recordar que estas cuatro formas destructivas operan, en cierta medida, más allá de la conciencia, que el ministro pueda tener al respecto. Son proyecciones de sus problemas de personalidad.

La mayoría de quienes predicamos, ocasionalmente caemos en alguna de estas conductas. Aquel que lo hace persistentemente necesita terapia, no ser condenado.

En adición a estos factores destructivos, hay otros dos que convierten a una predicación en impertinente: la **sobresimplificación** y la **teologización**. Los sermones compuestos por generalizaciones fáciles acerca de la naturaleza de los problemas humanos o sus soluciones son populares precisamente porque ignoran las ambigüedades, paradojas y complejidades de la existencia.

³ Edgard N. Jackson, *A Psychology for Preaching* (Des Moines, Iowa : Meredith Press, 1961), p.64

⁴ Eric Berne, autor de **Transactional analysis in Psychotherapy**. (Nueva York : Grove Press, 1961), sostiene que cada persona tiene tres "estados del yo", los cuales están en constante interacción con los estados del yo de los otros: Padre, Niño y Adulto.

Son agentes de una cómoda ilusión. La comodidad se acaba, sin embargo, cuando quien se encuentra cómodo debe enfrentar la obstinada realidad de la vida diaria. Cuando el mensaje simple se da frente con un problema humano enredado, la irrelevancia del mismo se hace evidente. El sermón que consiente es una forma de sobresimplificación: la gracia es barata, el fruto de la bondad es el éxito inevitable, el desafío y la confrontación están sugestivamente ausentes.

Tal como ha observado Fosdick, un ministro que está predicando un sistema teológico determinado generalmente pierde de vista el objetivo de su sermón: personas vivientes con problemas de vida⁵. Sucede exactamente lo mismo con quienes predicán sistemas de psicología.

El sistema conceptual de un ministro debe estar relacionado con el mundo en el que la gente vive y espera, llora y muere. El fallecido Halford E. Luccock contó una vez de un joven ministro a quien un feligrés le dijo: "*Hermano Conway, usted parece estar predicando a la luna*"⁶. La pertinencia no es algo fácil de alcanzar, pero es esencial para una genuina predicación pastoral. También es esencial poder traducir las ideas propias a un lenguaje comprensible. Nosotros, los ministros, tenemos una jerga especializada que inconscientemente puede ser usada para dominar a los miembros de un auditorio haciéndolos sentirse estúpidos, irritados, o ambas cosas. Algunos ministros se sienten fascinados con su estilo verborrágico. Las palabras bien articuladas se vuelven un fin en sí mismas, no vehículos de comunicación. Refiriéndose a eso, Charles Goff observó en una ocasión que algunos sermones son demasiados melodiosos, como un sonido pegajoso.

En resumen, estos seis factores mencionados dañan a las personas porque hacen disminuir la auto-estima del que está sentado en el banco, al sentirse tratado como un objeto más que como sujeto. En términos de Martín Buber, crean relaciones del tipo: "*Yo-Eso*". Incrementan la sensación de "*no ser nadie*" para usar la expresión de Martín Buber.

Algunos efectos positivos de la predicación sobre la salud mental

¿Qué es exactamente una "buena predicación? Con demasiada frecuencia esta expresión es referida principalmente a la fluidez en el uso del vocabulario religioso y/o a decir las cosas que los laicos quieren oír. En contraste, una prueba válida para la predicación es la siguiente pregunta: "*¿Qué tan bien comunica el sentido y la experiencia fundamentales del mensaje cristiano?*" El corazón del evangelio son las "buenas nuevas" del aceptante amor de Dios. Conocer el significado del evangelio requiere haber experimentado la reconciliación (con uno mismo, con otros y con Dios). El crecimiento ocurre cuando la gente experimenta el mensaje del evangelio como una realidad presente. Esta experiencia libera las bloqueadas luchas internas hacia la completud, que es un don de Dios. Un ministro haría bien en poner a prueba sus sermones con preguntas como éstas: ¿En que medida comuniqué ideas que figuren entre las verdades más profundas de la tradición cristiana? La calidad e relación establecida, ¿ayudó a que estas ideas cobren vida en la experiencias de los oyentes? ¿Fueron estas relaciones ricas en aceptación y reconciliación?

El sermón ofrece una magnífica oportunidad para comunicar el mensaje cristiano de una manera que provea sostén, afirme la vida y estimule el crecimiento. Tal como lo sugiere Wayne Oates, mensajes de consolación, confianza, inspiración y enseñanza frecuentemente pueden ser comunicados de un modo más efectivo a través de la predicación que del aconsejamiento⁷. El ministro tiene la ventaja única entre las profesiones de ayuda al tener una oportunidad semanal de afirmar su trabajo con los individuos con un mensaje a su grey congregada. Desarrollos recientes en "terapia ambiental" y el abordaje de la "comunidad terapéutica" indican que las metas terapéuticas pueden ser alcanzadas en grupos mucho más extensos de lo que se había creído posible en la teoría ortodoxa de la terapia grupal⁸.

Sería sabio que el ministro examinara frecuentemente sus sermones con los criterios de la salud mental. Aquello que escoge y enfatiza del conjunto del registro bíblico y cómo lo interpreta son acciones que deberían estar orientadas por su conocimiento de cuáles son los elementos que producen las experiencias evangélicas de reconciliación y crecimiento. A partir de todas las fuentes posibles

⁵ Simon Doniger (ed.), **The application of Psychology to Preaching** (Great Neck, N.Y. : Pastoral Psychology Press, 1952), p. 61.

⁶ Ibid

⁷ **The Christian Pastor** (rev. ed.; Philadelphia : Westminster Press, 1964).

⁸ Maxwell Jones. **The therapeutic Community**. (Nueva York : Basic Book, 1964).

(incluyendo el arte, la literatura, el pensamiento teológico, el drama, las ciencias de la conducta y su propia experiencia con relaciones humanas), necesita ampliar y profundizar su comprensión de la naturaleza y la situación humana. Necesita saber tanto *lo que hay dentro del hombre como aquello que lo rodea*.

El mensaje de la Biblia tendrá una mayor cuota de pertinencia para las personas si el ministro vincula el mensaje con sus experiencias del pasado, sus más sentidas necesidades y sus problemas cotidianos. John Dewey y otros han demostrado que el aprendizaje es un proceso que está orientado por la necesidad. El aprendizaje ocurre en la medida que ciertas ideas o actitudes son percibidas por las personas como correspondiendo a sus necesidades en algún aspecto. Sea que un sermón aborde un tema bíblico, un problema social, una doctrina cristiana, la misión mundial de la iglesia, la vida familiar del cristiano, o un problema personal como el hecho de tener dudas, tendrá sentido para el individuo sólo si toca una de las muchas áreas de necesidad interior. Un sermón le hablará personalmente sólo en la medida en que "hable a su situación". De alguna manera, en la predicación las magníficas comprensiones del camino cristiano deben encontrarse con el mundo de la frustración, esperanza y temor en el que la mayoría de nosotros vive. La predicación es proclamación de las buenas nuevas del amor transformador, pero la proclamación sólo puede ser oída si se vincula directamente con los dilemas, problemas y decisiones que la gente debe enfrentar en su vida cotidiana. La percepción más íntima de las realidades interiores de su gente la tiene el ministro en su relación cara a cara con ella a través del cuidado y el aconsejamiento pastoral.

Hay algo de verdad en la acusación tan común de que algunos sermones "responden a preguntas que nadie se está haciendo". Mucha gente, por supuesto, se está haciendo preguntas equivocadas⁹. No se hacen algunas preguntas altamente significativas porque se están inconsciente de las necesidades interiores que le llevarían a preguntarse por ellas. Una relación establecida a través de la predicación, como aquella que se establece en la relación de aconsejamiento, debería comenzar con la pregunta que la gente se está haciendo, pero debería ayudarla a aprender a hacerse nuevas preguntas que puedan conducirla hacia un crecimiento espiritual.

Algunas personas se preguntan: "¿Cómo puedo ser *consolidado*?", cuando debieran preguntarse: "¿Cómo puedo ser *confrontado*?" (por las demandas de la realidad). Es tan común como errónea la suposición de que existe un conflicto inevitable entre la pastoral y la profecía, entre la consolación y la predicación. Esta suposición resulta de la falsa dicotomía aceptación versus confrontación. En ciertas ocasiones la mejor manera de mostrarle aceptación a una persona es confrontarla con la realidad. Esto es igualmente cierto tanto en la predicación como en el aconsejamiento. Podría ejemplificar con experiencias de aconsejamiento matrimonial en las que el cambio hacia relaciones más saludables se produjo en el momento en que el consejero dijo: "me parece que ambos tienen algo que hacer en el crecimiento de su relación". Sin duda alguna, la predicación debería incluir confrontación. La predicación y el aconsejamiento que encontramos en Jesús nos ofrecen algunos ejemplos sorprendentes de confrontación creativa.

La clave de la efectividad en la confrontación se encuentra en las palabras: "siguiendo la verdad con amor" (Efesios 4:15). La confrontación es creativa sólo cuando la verdad es dicha en amor: es decir, en una relación de aceptación. Una congregación que sabe que su ministro se ocupa de sus miembros como personas, aceptará de su parte una confrontación que rechazaría automáticamente si proviniera de cualquier otra fuente. Lo mismo es verdad para una relación enérgica de aconsejamiento. La verdad es dicha en amor sólo cuando el ministro aplica la verdad a su propia vida como a su congregación. Si se refiere al pecado de su gente y su comunidad como si él mismo estuviera exento de los errores que afectan al resto de la humanidad, estará, en efecto, "sermoneando" a su gente. La confrontación será probablemente más aceptada si quien la hace dejar ver claramente que se siente involucrado en el pecado y la enfermedad de la humanidad en general.

Puedo recordar las preguntas ansiosas que atravesaron mi mente durante mi primera experiencia de predicación ante la congregación de un hospital mental: ¿Qué estarán sintiendo y experimentando?

⁹ Por ejemplo, una persona que sufre de neurosis frecuentemente se pregunta: "¿Por qué la gente no me da el amor que tanto necesito? Esta pregunta conduce, en un sentido psicológico, a un callejón sin salida. La pregunta productiva que conduce a una liberación interior y a un crecimiento personal es ésta: ¿Por qué me relaciono con otros en formas que me mantienen a cierta distancia y me previenen de participar en el proceso de dar y recibir de los vínculos de amor?"

¿Tendrá mi mensaje un efecto positivo, negativo, o no tendrá ningún efecto sobre su enfermedad? ¿Me atrevo a hablarles como si yo tuviera respuestas a sus enormes problemas?" Estoy convencido de que interrogantes como éstos son igualmente valiosos cuando uno predica a una congregación "normal".

Muy frecuentemente el tono con que un sermón es predicado tiene un peso mayor que el de su contenido en el impacto que ejerce sobre la salud mental. Dos clérigos en determinada ciudad predicaron sobre el "perdón". Ambos sermones tienen buen fundamento bíblico y son correctamente predicados. Su contenido es similar. Y aún así, cuando los feligreses se marchan del servicio del pastor "A", su estado interior es muy distinto del de aquellos que asistieron al del pastor "B". Los feligreses del pastor "A" tienen una aburrida sensación de "ya hemos escuchado esto antes", mientras que la gente del pastor "B" tiene la sensación de haber experimentado la nueva vida del perdón. Las diferencias en las respuestas que se producen se encuentran en el espíritu del hombre que predica.

El tipo de predicación que fortalece la salud mental ha sido llamado de diversas maneras. Henry Sloane Coffin y Charles Kemp lo han descrito como "*Predicación pastoral*"¹⁰. Wayne Oates usó la expresión "*Predicación terapéutica*"¹¹, y Edgard Jackson, "*Predicación centrada en la persona*"¹².

La verdad a través de la relación

La propia salud mental del ministro tiene una profunda influencia sobre el impacto que su sermón tendrá en la salud mental de los otros. Para bien o para mal, lo que él es como persona saldrá inevitablemente a luz con fuerza. El espíritu que se experimente en el culto es un reflejo directo de la personalidad del ministro. La clásica definición de Phillips Brooks de la predicación como "*la verdad a través de la personalidad*", podría ser puesta en términos contemporáneos como "*la verdad a través de la relación*" (enfaticando la interacción entre el predicador y el oyente). Estudios recientes sobre teoría de la comunicación y dinámica de grupos han confirmado la perspectiva de Brooks respecto a la importancia de la personalidad del predicador en la predicación. Roy Pearson dice: "*Si es de vital importancia que el predicador comprenda a la gente a la que va dirigido el sermón, es igualmente importante que comprenda a la persona que lo pronuncie*"¹³.

En cierta medida, todo sermón es una autobiografía –un acto de auto-revelación-. Cuanto mayor sea la carencia de autoconciencia por parte del predicador, tanto más proyectará a través de sus sermones sus imágenes y sentimientos inconscientes, con efectos distorsionantes sobre el mensaje cristiano. Siendo de la opinión que uno tiene de sí mismo la más difícil de guardar en secreto, la imagen que el ministro tiene de sí mismo aparecerá inevitablemente en sus sermones.

Las respuestas inesperadas que los ministros suelen recibir a sus sermones, pueden deberse a que sus oyentes se han "conectado", sin que el ministro se percate, con sentimientos y actitudes transmitidos entre líneas en su sermón. "El sermón que no fue mi intención de predicar", describe los mensajes que son transmitidos entre líneas de un sermón a nivel de los sentimientos. Parafraseando a Emerson, lo que uno les hace sentir a los feligreses habla tan fuerte que no pueden oír lo que uno les dice. La meta de la predicación es apuntalar el nivel sentimental del mensaje y reforzar el mensaje verbal.

La mayoría de los ministros que toman en serio el aconsejamiento, descubren que éste le da profundidad a su predicación. No que uno deba violar una confidencia usando material de casos para su sermón. Más bien es la experiencia de acompañar a las personas con problemas en su peregrinación interior, la que profundiza la predicación al realzar la "sensibilidad" del ministro hacia los problemas humanos.

Al darse cuenta de que una predicación profunda sólo puede alcanzarse por medio de encuentros profundos con las personas (especialmente las profundidades de su propia sensibilidad), algunos ministros están incrementando la conciencia de sí mismos a través de una psicoterapia personal. El reverendo Harry B. Scholefield describe el impacto de un análisis educativo sobre su propia predicación:

¹⁰ Henry Sloane Coffin, **What to Preach** (Cleveland : Church Word Press, 1926), y Charles F. Kemp, **Pastoral Preaching** (St. Louis : Bethany Press, 1963).

¹¹ **The Christian Pastor**

¹² **A Psychology for Preaching**

¹³ **The Ministry of Preaching** (Nueva York : Harper & Brothers, 1959), p. 70

"Al lograr un nivel más alto de auto-aceptación y autoconocimiento... comprendí que muchos de los usos que estaba haciendo de los sermones diferían de mis intenciones conscientes. Dejé atrás una buena cantidad de conflictos que anteriormente negaba que tuviera algo que ver con la preparación o predicación de sermones. Al dejarlos atrás... comencé a darle un nuevo y más alto valor al púlpito y sus diversos significados".¹⁴

Un laico inteligente adaptó un artículo de *Printer's Ink*, titulado "Your Copy Is You" (Su copia es Usted mismo), sustituyendo "sermón" en lugar de "copia".

Su sermón será sólo tan bueno y nunca más bueno que usted mismo como ser humano pesante, analítico, comprensivo y compasivo. Si usted es frívolo, su sermón será frívolo; si es cursi, su sermón será cursi; si es sincero, razonable y persuasivo, su sermón será sincero, razonable y persuasivo. Porque su sermón, en la medida que jamás podrá darse cuenta totalmente es usted mismo.¹⁵

Un ministro se convierte en transmisor de la gracia de Dios sólo si ha tenido una experiencia de primera mano de aquella gracia en su propia vida interior. Si su corazón ha recibido un "nuevo calor", será capaz de comunicar ese calor a otros. La apertura e integridad de su propia relación con Dios determinarán su efectividad como facilitador de relaciones saludables con Dios.

La predicación como pre-aconsejamiento

Siempre que una congregación típica escucha un sermón habrá varias personas que estarán midiendo al ministro, tratando de decidir si recurrirán o no a su ayuda por algún problema. Silenciosamente se estarán preguntando: *"Si le expongo mi penoso problema, ¿será condenatorio conmigo o me aceptará como soy? ¿Me escuchará? ¿Se escandalizará? ¿Sabe lo suficiente sobre la vida como para entender? ¿Puedo confiarle mi secreto? ¿Estará demasiado ocupado como para dedicar tiempo? ¿Se preocupa de la gente?"*

De acuerdo con la respuesta que obtengan estas preguntas, las personas tomarán el difícil paso de cruzar el umbral de la oficina del ministro en busca de ayuda. Las relaciones que se establecen a través de los cultos de adoración y el sermón constituyen puentes o barreras entre el mismo y aquellos que necesitan ayuda.

Un criterio para juzgar la efectividad de un sermón es la cantidad de personas con problemas que buscan ayuda en la semana siguiente. Cualquier ministro experimentado en el arte de la predicación pastoral ha oído palabras como éstas: *"no sabía a dónde recurrir con este problema, pero el domingo pasado, mientras usted hablaba, sentí que debía hablar con usted al respecto".¹⁶* Un sermón puede ayudar a una persona a sobreponerse a su resistencia interior a buscar ayuda, al fortalecer su sentido de necesidad y despertar la esperanza de que algo que puede hacerse en relación a su dilema.

En su autobiografía, Fosdick señala el foco de la predicación efectiva: *"Todo sermón debería, como asunto más importante, salir al encuentro directo de algún problema que estuviera confundiendo las mentes, agobiando las conciencias, distrayendo vidas, y ningún sermón que hiciera frente de esa manera a una real dificultad humana, conteniendo alguna luz que pueda ayudar a ganar una victoria sobre ella, podría de ninguna manera ser estéril."¹⁷*

Este tipo de predicación "situacional" liberará a la gente agobiada de su temor a buscar ayuda del ministro.

¿Cuáles son algunos elementos que ayudan a construir buenos puentes de comunicación (rapport) entre el ministro y los laicos en la predicación? Los modales cálidos del ministro, su contacto con el auditorio, su conciencia de las enmarañadas complejidades de la vida ordinaria y su actitud para con sus propias debilidades, son todos factores claves. Charles Goff, un magnífico predicador pastoral, le

¹⁴ "The significance of an Educative Analysis for the Parish Ministry", en **The Minister's Own Mental Health**, Wayne Oates (ed.), (DesMoines, Iowa, Meredith Press, 1961), p. 325

¹⁵ El artículo original por Walter Weir, en **Printer's Ink** (5 de mayo de 1960) fue adaptado por W. W. Reid en **Pastor's Journal** (número de julio-agosto de 1960), p. 10.

¹⁶ Por otro lado, el sermón resulta una ayuda directa para muchas personas, algunas de las cuales no vienen en busca de consolación porque ya han sido sostenidas y fortalecidas por él.

¹⁷ **Living of These Days** (Nueva York : Harper & Row, 1956), p. 94

dijo en una oportunidad a un grupo de ministros jóvenes del cual yo formaba parte: *"Hablen tal como piensan que les gustaría que otro les hablara a ustedes cuando las cosas no andan tan bien"*. En términos semejantes, Harry Emerson Fosdick dijo: *"Yo predico como un consejero personal... es decir, me esfuerzo por dirigirme a la congregación como si estuviera hablando con una persona"*.¹⁸

La calidez personal y las evidencias de competencia son ingredientes esenciales en un sermón, que abren las puertas para que las personas con problemas puedan buscar ayuda. La calidez genuina, en contraste con el "resplandor del púlpito", proviene de una sola fuente: el querer a la gente. La calidez no es, por supuesto, un sustituto de la competencia. Un ministro que generalmente predica sermones intelectualmente vacíos tendrá pocos "tomadores" de citas pastorales, por ardiente que sea su corazón.

Lo que atrae a las personas a pedir consejo es la comunicación de estos dos sentimientos: "Se preocupa por la gente" y "sabe lo que hace".

Una técnica para poner a prueba las cualidades de relevancia y empatía de la propia predicación es escuchar la grabación del sermón del último domingo, imaginando que uno es una de las personas desesperadas a las que ha aconsejado recientemente. Esto puede resultar perturbador. Aquel sermón sobre la "esperanza cristiana" que trajo abundante satisfacción al ego, puede aparecer como veinte minutos de piadosa perogrullada cuando se lo observa desde el oscuro caos del mundo interior de un alcohólico.

La predicación como aconsejamiento grupal

En su volumen sobre salud mental y la comunidad, T. A. Rennie y L. E. Woodward tratan las funciones positivas de la predicación: *"Si el predicador ha adquirido una comprensión acerca del desarrollo de la personalidad y está habituado a ver a las personas con sus historias individuales distintivas, si acepta sus hábitos y características actuales a la luz de las experiencias condicionantes de sus primeros años, podrá desarrollar un estilo y un método de predicación que le dará a la gente la sensación de ser entendida... Si el predicador habla en términos de sentimientos, hábitos y aspiraciones de todos los días, de situaciones comunes de la vida, y de escenas y dichos de la Biblia que resultan familiares, más que con formulaciones técnicas de naturaleza teológica y psicológica, podrá lograr mucho para ayudar a la gente a entenderse mejor a sí misma y a mejorar sus relaciones con los demás"*.¹⁹

Los mismos factores que hacen que un sermón genere oportunidades de aconsejamiento, también son vitales para que se convierta en aconsejamiento personal a nivel grupal. El traer comprensión para la vida, la actitud no condenativa, la calidez y la competencia son todos los factores que contribuyen a un ambiente de crecimiento sano en la experiencia de adoración. Un sermón de aconsejamiento grupal es penetrante y tiene un espíritu de urgencia. En la Universidad de Wisconsin el cuerpo de estudiantes les pidió a varios profesores que diesen una "última conferencia", incorporando lo que dirían si fuera su última oportunidad para comunicar lo más importante para ellos. Los resultados son tan impresionantes que estas conferencias siempre atraen un público desbordante. Tal vez un ministro que se encuentra empantanado en la "debilidad" de su rol como predicador podría aplicar el espíritu de la "última conferencia" al tema que ha elegido para el próximo domingo. No hay razón por la que un escalofrío no recorra ocasionalmente las espaldas de los miembros de la congregación si un sermón se vuelve vívido para ellos. Historias impregnadas con el drama de la vida, incidentes impresionantes tomados de biografías e interpretaciones dinámicas de las Escrituras, tienen la capacidad de alcanzar a los oyentes de maneras poderosas.

Para transmitir vitalidad, un sermón debe involucrar al ministro. El peligro del exhibicionismo no debería llevar a la pérdida del auténtico poder comunicacional del testimonio personal. Piense en la motivante influencia de los testimonios personales de Alcohólicos Anónimos. El foco central de un sermón saludable debería estar en las percepciones del cristianismo relacionadas con los problemas concretos de la vida. Usadas con moderación, las experiencias subjetivas del ministro de sus propias luchas por vivir la vida cristiana pueden reforzar la comunicación de la experiencia evangélica.

¹⁸ J. R. Spann (ed.), **Pastoral Care** (Nashville : Abingdon – Cokesbury Press, 1951), p. 53

¹⁹ Thomas A. C. Rennie y Luther W. Woodward, **Mental Health in Modern Society**, (Nueva York : The Commonwealth Fund, 1948), p. 262-263

Los sermones pueden ser aconsejamiento individual a nivel grupal si ayudan a la gente a descubrir la Palabra viva a través de las palabras de la Biblia. Es cierto, desafortunadamente, que el acercamiento histórico a la Biblia ha tocado a la mayoría de los laicos. Si la mayoría de las personas de la iglesia deben descubrir aún las ideas de cambio de vida de la Biblia, deben ser ayudadas a crecer para ir más allá del literalismo ingenuo. El sermón puede ayudarles a entender el acercamiento a la Biblia desde la perspectiva del desarrollo histórico como un enfoque que abre nuevas ventanas en sus vidas espirituales, esto requiere lo que Paul Tillich llama "desliteralización", o en otras palabras, ir más allá de los relatos simbólicos (como el mito de la creación y el de Jonás) para descubrir las ardientes y autolegitimantes verdades-para-la-vida que se hacen visibles sólo cuando uno escapa del duro legalismo. La desliteralización (o "desmitologización", para usar la expresión de Rudolf Bultmann) no debería privar a las congregaciones de la oportunidad de participar de los símbolos universales de nuestra tradición religiosa. Desliteralizar no quiere decir destruir, sino avanzar más allá del literalismo para encontrar niveles más profundos de significado en los símbolos tradicionales de la Cena del Señor, el bautismo, la cruz, el relato de la Navidad y así siguiendo. Los símbolos tienen un lugar muy importante en la predicación.

En un artículo sobre "El impacto de la Psicología Pastoral sobre el pensamiento teológico", Tillich enfatiza el siguiente punto: "*La predicación intelectual y moral falla en alcanzar aquellos niveles de la vida personal que pueden ser abiertos, sin embargo, por auténticos símbolos: símbolos que tengan raíces en las profundidades inconscientes de las personas y los grupos*"²⁰. Señala que los "símbolos vivientes" (aquellos que tienen vida por el significado que tienen para la persona) son instrumentos de gracia, vehículos para el impacto de la presencia divina sobre la vida inconsciente tanto como consciente de las personas. Los símbolos litúrgicos, sacramentales, bíblicos y artísticos a menudo tienen un impacto sobre la totalidad de la vida de una persona, alcanzando dimensiones de su mundo interior que no son alcanzadas por expresiones no-simbólicas. Como dice Tillich, los símbolos vivientes tienen un poder tanto revelador como sanador.

Para tener una forma de aconsejamiento grupal, el sermón debe involucrar la participación y respuesta por parte de los oyentes. Algunos experimentados en el campo del aprendizaje han demostrado que a menos que haya un compromiso afectivo, lo que se aprende es relativamente poco y se olvida al poco tiempo. La comunicación unidireccional es notablemente ineficiente como método de enseñanza. La participación es la clave para lograr el compromiso personal.

La escucha activa es, por supuesto, una forma de participación. Sería una experiencia de gran provecho (aunque tal vez desconcertante) que un predicador pudiera activar una perilla y escuchar los pensamientos de su congregación durante el sermón. Algunos de los oyentes podrían estar pensando: "*¿Cómo puede estar tan seguro?*" "*Ah*", "*¿Sí?*", "*¿Y entonces qué?*" "*Quisiera poder creer esto, pero no puedo*". "*¿Qué diablos quiere decir escatológica?*" "*Me pregunto si apague la estufa*". "*¡Usted lo ha dicho, reverendo!*" "*Nunca se me había ocurrido*". "*¡Deje de gritar!*" "*¡Pero yo acabo de perder mi empleo!*" "*¿Pero por qué permitió Dios que Bill se muriera de cáncer?*" "*No debí haber hecho trampa en mi impuesto a las ganancias*". "*Amén*". "*Usted lo hace parecer tan sencillo*". "*¡Este asiento parece una piedra!*" "*Es un suplicio tratar de permanecer despierto*". "*¿Pero cómo hago para amar a mi insoportable vecino?*" "*¡Hoy sí que tiene cuerda!*" "*Oh Dios, ayúdame a encontrar una salida*". "*¡Esa idea me llega!*"

En *The Miracle of Dialogue* (El Milagro del Diálogo), Ruel L. Howe habla de la "ilusión del monólogo": la errónea suposición de que la comunicación ocurre cuando se le dice a la gente lo que tiene que saber. A través de sus experiencias en el Instituto Superior de Estudios Pastorales, observa que muchos ministros jóvenes están desilusionados con la predicación porque no conocen alternativas al ineficiente monólogo homilético²¹. La predicación en forma de diálogo, en la que la relación predicar – escuchar es tomada en serio, da nueva vida a esta función pastoral. Fosdick sostiene que un sermón debería ser un "*diálogo co-operativo en el que las objeciones, preguntas, dudas y confirmaciones de la congregación son adecuadamente planteadas y sostenidas*".²² En sus conferencias en Yale, Gene Bartlett

²⁰ *Pastoral Psychology*, XI (febrero de 1960).

²¹ *The Miracle of Dialogue* (Nueva York : Seabury Press, 1963), p. 32

²² *Living of These Days*, p. 97

afirmó que *"el pastor – predicador se une a una conversación que ya está teniendo lugar dentro de cada hombre."*²³

La experiencia en el aconsejamiento tiene una relevancia directa en este tipo de predicación. Por ejemplo, el predicador puede reflexionar y trabajar mucho con sentimientos, actitudes y dudas que sabe que la gente tiene frecuentemente en ciertas áreas problemáticas. Esta técnica es usada en el aconsejamiento para ayudar al aconsejado a saber que el consejero tiene una comprensión empática de sus sentimientos. Esta es aún más importante en la predicación porque el oyente tiene pocas posibilidades de expresar abiertamente sus propias objeciones, dudas, sentimientos y reacciones.

La predicación puede aprender del aconsejamiento (y de una educación creativa) en otro aspecto: que a largo plazo es de mucha menos ayuda para la gente darle respuestas que proveerle de los recursos para que encuentre sus propias respuestas. Desde el punto de vista de la salud mental, el espíritu de la predicación deber ser: *"Aquí hay muchos recursos de diversas fuentes, incluyendo nuestra tradición religiosa. Yo les invito y desafío a que los usen en su búsqueda de sentido."* Ofrecer formas alternativas de entender las cuestiones doctrinales (por ejemplo, la resurrección) y dejar a las personas la decisión (que de todos modos tomarán en un análisis final) es consecuente con el tipo de enfoque. Este mismo principio se aplica a cuestiones éticas complejas. El predicador debería compartir sus propias convicciones en este espíritu: *"Esta es la manera en que yo lo veo a través de la lente de mi experiencia, tal vez de un modo no tan claro. Pero les invito a pensarlo, y respeto su responsabilidad en la búsqueda de otras posturas propias."* Si su sermón ha de estimular la lucha personal en las complejidades de la existencia, debería, en todos los casos, plantear más preguntas que respuestas.

Muchos ministros han experimentado técnicas para crear un diálogo homilético, una retroalimentación (feed back) directa, y para involucrar a la gente común en la congregación. Por varios años, Leslie Weatherhead tenía un tiempo de preguntas y respuestas después de su sermón el domingo por la mañana. Otros medios usados con frecuencia son los grupos de discusión sobre el sermón inmediatamente después del culto o durante la semana. Para mí ha sido de utilidad, durante una serie de sermones sobre creencias cristianas, dejar cinco minutos inmediatamente después del sermón para que la gente escriba preguntas. Las preguntas formuladas el domingo eran contestadas al comienzo del domingo siguiente. Desafortunadamente la mayoría de las congregaciones están empapadas de "espectadoritis" respecto al sermón que responden muy lentamente a estímulos de interacción de este tipo.

La "clínica" pre-sermón, en sus diversas formas, es un procedimiento con posibilidades muy ricas. Dietrich Ritschl sugiere que el ministro se reúna con un selecto grupo de laicos para estudiar el pasaje de las Escrituras sobre el cual se predicará el domingo siguiente. Esto tiende a hacer del sermón una función de la congregación. Otra manera es que el ministro comparta con un grupo de laicos sus ideas clave sobre un tema varios días o semanas antes de predicar un sermón. Las críticas, sugerencias y discusión le serán de ayuda invaluable para la preparación de su sermón. Estos procedimientos no solo incrementan la relevancia de los sermones, sino que también les dan a los laicos un sentido de auténtica participación en su preparación²⁴.

Desde el punto de vista de la salud mental, un sermón debería estimular la acción tanto como la interacción.

Halford Luccock llama la atención al hecho de que la respuesta al sermón de Pentecostés fue: *"¿Qué haremos?"* Permítanme sugerir dos pasos en el abordaje a la fase de acción en respuesta a la predicación: **a) Motivación**, una motivación saludable mueve a la gente no por la culpa, sino por la cálida experiencia de la reconciliación. La desafía a vivir en el reino que está presente entre nosotros en forma embrionaria, y a trabajar para que éste permeabilice las relaciones interpersonales y la estructura de la sociedad. Todo esto es una alegre respuesta al don del aceptante amor de Dios. **b) Modus operandi**, una vez que se logró inspirar a la gente a cambiar su conducta, servir a los necesitados o unirse a la acción social, el próximo paso es ayudarlo a descubrir una manera de implementar sus nuevas intenciones. El impacto de muchos sermones se desperdicia porque no incluyen una sección de cierre en la que

²³The Audacity of Preaching (Nueva York : Harper & Row, 1962), p. 84ss.

²⁴ Para una discusión acerca de diversas formas de estimular el diálogo, vea Clyde H. Reid, "Preaching and Nature of Communication", *Pastoral Psychology* XIV (octubre de 1963); también Gene E. Barlett, *The Audacity of Preaching*, que contiene sugerencias para incluir a la congregación en la preparación de sermones

preguntas como: "¿Y entonces qué?" y "¿Qué puedo hacer yo al respecto ahora?", sean contestadas en términos de *próximos pasos* que los oyentes puedan dar de una manera realista. Algunos ministros preparan un formulario de trabajo – reflexión que se distribuye al final del sermón, y que tiene títulos tales como "¿Ayudará usted?", "Lo que puedo hacer acerca de la discriminación racial", o "Sugerencias para la reflexión y la acción". Como dice Gene Bartlett, los sermones deberían finalizar con R.S.V.P., no con L.Q.Q.D.²⁵ Hay sabiduría de sólida salud mental en la frase tan familiar: "*La inspiración es para ser disfrutada, luego empleada*".

Un sermón es aconsejamiento grupal cuando comunica los valores saludables de la tradición en el marco de un grupo religioso contenedor. Mucha gente cuyos controles internos no son confiables necesita este reforzamiento periódico de su estructura de valores para ayudarla a mantener los límites constructivos de la conducta. Esto subraya la importancia de que el ministro sostenga algo de una manera firme y confiable, y que sea simplemente permisivo y tolerante. Es crucial que aquello que sostiene no sean trivialidades moralísticas sino los principios centrales de la tradición judeo-cristiana: justicia, respeto por la gente, confiabilidad, amor y una relación fraternal bajo la paternidad de Dios. Ser un transmisor de los más importantes valores de la cultura es algo más que apuntalar los débiles controles de una conducta antisocial. Es uno de los roles esenciales del ministro en la sociedad.

Peligros y posibilidades del "sermón psicológico"

Un somero recorrido por los servicios religiosos anunciados en los boletines eclesiásticos de los sábados revela que algunos ministros están tomando en serio la idea de Fosdick acerca del aconsejamiento a nivel grupal, pero presumiblemente ignorando su advertencia contra el convertirse en "Psiquiatras de púlpito amateurs". Temas tales como "Tres secretos para superar los sentimientos de inferioridad" y "Domine sus temores por medio de la fe", son muy frecuentes. El sello de un sermón psicológico es su focalización sobre un problema emocional y el uso de conceptos psicológicos en la discusión de soluciones. Al igual que muchos clérigos que están impactados por el valor de las comprensiones que vienen de la psicología profunda y la psicoterapia, también yo he predicado frecuentemente tales sermones. Tengo la impresión de que cualesquiera hayan sido los beneficios resultantes, podría haber sido alcanzados de otras maneras sin los efectos negativos que tales sermones producen.

La falacia de esos sermones es la superposición de que el conocimiento intelectual acerca de un problema emocional puede ser de ayuda para una persona con problemas. Un ministro entrenado en el aconsejamiento sabe que el conocimiento intelectual no es lo mismo que "darse cuenta" (insight), que el "darse cuenta" involucra una autoconciencia profunda (revivir sentimientos bloqueados) que eleva la autoestima y rectifica las relaciones distorsionadas. Personas inteligentes y cultas suelen usar la habilidad para conceptualizar, lo que se convierte en una resistencia a la autoconciencia y en una defensa que les impide reconocer su necesidad de una ayuda más profunda. Los sermones que estimulan la conceptualización psicológica sin una experiencia terapéutica tienden a favorecer en el oyente la construcción de paredes más elevadas alrededor de sí mismo. Lo que necesita no son teorías (no obstante su validez) acerca del amor, sino una experiencia de amor. Si el espíritu del sermón (incluyendo un sermón psicológico) comunica esta experiencia, tenderá a robustecer la salud mental.

Desafortunadamente, lo que inconscientemente suele motivar la predicación de sermones psicológicos del tipo "cómo lograr esto o aquello", es un moralismo oculto. El lenguaje es diferente: las dinámicas son las mismas. Un sermón semejante puede ser una manera camuflada de darle a la gente una paliza por sus culpas, temores, sentimientos de inferioridad y así siguiendo, invocando la pretensión de brindar ayuda. Es moralista en tanto fomenta el equivalente psicológico de la justificación por obras en la doctrina de la salvación: es decir, fomenta el intento de elevarse a uno mismo mediante sus propios esfuerzos racionales, más bien que abrirse a los recursos para un crecimiento sano disponible en las buenas relaciones. Quien intenta el método del esfuerzo racional y fracasa, ha añadido otra capa de sufrimiento a su ya pesada carga. Puede que ahora se sienta culpable de sus culpas y temeroso de sus temores.

²⁵ N. del T.: R.S.V.P.: Respondez s'il vous plait; L.Q.Q.D.: lo que queda demostrado

Recuerdo un sermón psicológico sobre el tema: "No dejes que el sol se ponga sobre tu enojo". Tenía estos puntos principales: un enojo injustificado es signo de inmadurez; el enojo es malo para la salud física y mental; no deje que su enojo permanezca latente, sino reemplácelo por el amor y el perdón. Era evidente que el ministro había leído mucho de la literatura popular religioso-psicológica. Muchos de sus comentarios acerca de las raíces del enojo eran válidos. Pero sospecho que el objetivo del sermón, además de transmitir ciertas ideas intelectuales acerca del enojo, era hacer sentir culpable a la congregación por sus hostilidades no resueltas y hacer surgir enojos escondidos hacia el propio ministro. El ministro estaba equivocado en su creencia de que el enojo en sí es malo para la salud. Sólo el enojo crónico o el enojo que es expulsado de la conciencia para engrosar un "pool" de culpas en el inconsciente, tienen una influencia deletérea sobre la salud. El remedio sobresimplificado para el enojo que ofrecía el ministro mostraba la superficialidad del sermón. Reemplazar el enojo (especialmente el enojo inapropiado e inmaduro) por amor y perdón es una meta válida, pero sólo puede lograrse a través de una maduración personal.

No hay razón alguna para excluir de la predicación comprensiones sobre la vida humana de ninguna fuente, menos aún de las ciencias del hombre...²⁶ Personas relativamente sanas tienen la suficiente libertad interior para utilizar dichas comprensiones de una manera constructiva. Aquí algunas pautas para reducir los peligros en el uso de conceptos psicológicos en la predicación:

1. Revise dos veces la exactitud de sus enunciados

Seward Hiltner recomienda que los ministros que tienen profesionales psicoterapeutas en su congregación interactúen con ellos antes de predicar un tema psicológico²⁷. Una breve consulta de sobremesa de un capellán con entrenamiento clínico, un psiquiatra, un trabajador social, un psicólogo o un ministro con un largo entrenamiento en aconsejamiento, es una manera excelente de confirmar los propios conceptos.

2. Traduzca los términos psicológicos a un español comprensible y, si es posible, a un vocabulario religioso

Con excepción de un auditorio inusualmente sofisticado, los términos psicológicos tienden a bloquear más que a facilitar la comunicación. Muchos de los términos producen asociaciones cargadas de temores. Los conceptos psicológicos deberían ser usados con poca frecuencia y ser presentados en yuxtaposición con las ideas paralelas de la Biblia y la tradición cristiana. Por ejemplo, una cita de Erich Fromm haciendo énfasis en la importancia de un maduro "amor propio", bien podría ser seguida por la indicación de que la misma idea está implícita en las palabras de Jesús: "Amarás a tu prójimo como a ti mismo" (Mt. 19:19). O Podría citarse esta afirmación de Sören Kierkegaard: "*Si alguno, por lo tanto, no aprende del cristianismo a amarse a sí mismo de un modo correcto, entonces tampoco puede amara a su prójimo... Amarse a uno mismo de un modo correcto y amar al prójimo... son en el fondo una y la misma cosa... Por consiguiente la ley es: 'Te amarás a ti mismo como a mas a tu prójimo cuando lo amas como ti mismo.'*"²⁸

3. Evite todo aquello que pueda ser tomado como una respuesta fácil

En efecto, es sabio ir más allá de esto y decir con franqueza que la mayoría de los problemas humanos son complicados, que algunos de ellos requieren terapia profesional, que muchos no pueden ser resueltos del todo, y que a menudo lo mejor que podemos hacer es modificar nuestras actitudes hacia ellos.

4. Balancee los elementos introspectivos en la predicación con aquellos que apuntan hacia arriba y hacia afuera

Tal como ha observado Víctor Frankl, mucha gente intensifica sus problemas mediante una "hiperreflexión". Cuando más se concentran sobre la introspección, más ansiosos se vuelven con sus ansiedades. Se convierten en tomadores del pulso psicológico. Antes que animar a tales personas a

²⁶ Estos son los títulos de algunos de los grandes sermones de Fosdick sobre problemas personales que hacen uso de las percepciones psicológicas: "Sacando provecho de un problema", "Cuando la vida se rompe en pedazos", "Cómo levantarse y andar", "La conquista del temor".

²⁷ Robert Bretall (ed.), **A Kierkegaard Anthology** (Princeton : Princeton University Press, 1946), p. 289

²⁸ "Editorial", **Pastoral Psychology**, IX (marzo de 1959).

profundizar la introspección, en ocasiones resulta más saludable ayudarles a encontrar un centro desafiante exterior a ellas mismas.

En general, es mucho mejor incluir perspectivas psicológicas en cada sermón que predicar sermones principalmente psicológicos. Es la correlación de la sabiduría de nuestra tradición religiosa con la más recientes perspectivas de las ciencias psicológicas que le da a la predicación la vitalidad y el poder para alcanzar a la gente en esta "era de la psicología".

5. Siempre acentúe la importancia de recurrir a ayuda profesional cuando los problemas no responden a los procedimientos de autoayuda

El mencionar regularmente en los sermones los recursos comunitarios que están disponibles, ayuda a la gente a implementar estas recomendaciones.

6. Cree canales para una retroalimentación (feed-back) evaluativa

La importancia de esto no puede ser sobrevalorada. El ministro debería solicitar a varios laicos perceptivos que escuchen con un oído agudo y le señalen las fortalezas y debilidades de un sermón determinado. "Formularios E.P.S." (Evaluación Pos-Sermón) estimulan la franqueza al formular preguntas específicas acerca del contenido, la exposición, la reacción de la congregación y sugerencias para fortalecer sermones futuros sobre el mismo tema. El privilegio de servir como "evaluadores de sermones" debería rotarse entre los miembros maduros de una congregación. Este procedimiento debería manejarse de un modo informal y como al pasar, sin publicidad ni estridencia.

Aliados: la predicación y el aconsejamiento pastoral

En las conferencias que pronunció Phillips Brooks en Yale acerca de la predicación, hace unos noventa años, decía: "*El trabajo del predicador y el del pastor van realmente juntos y no deben ser separados*".²⁹ Se han discutido diversas facetas de la naturaleza complementaria del aconsejamiento y la predicación: la forma en que una predicación efectiva acerca a las personas con el problema al aconsejamiento, la función de las experiencias en aconsejamiento para ayudar a mantener la relevancia de la predicación para los verdaderos problemas humanos, y las formas en que la experiencia en aconsejamiento puede ser usada en la predicación.

Un último punto en que la predicación y el aconsejamiento se necesitan mutuamente es cuando el predicador inadvertidamente amenaza o hace daño a la salud mental de una persona. Una mujer de mediana edad no podía volver a casarse después de una trágica muerte de su marido, a pesar de que se le habían presentado varias oportunidades. Algo que escapaba de su control la llevaba a alejarse de cualquier relación que comenzara a insinuarse en dirección al matrimonio. Las raíces de su problema se hallaban en sentimientos de hostilidad reprimidos hacia su fallecido marido, sentimientos en relación con los cuales ella sentía una intensa culpa inconsciente. Para expiar sus sentimientos de culpa, se negaba a sí misma la satisfacción del matrimonio. Después de unos años, logró sobreponerse parcialmente a este bloqueo y estaba a punto de volver a casarse. Entonces, un domingo en su sermón, su ministro usó una ilustración que hundió a la mujer nuevamente en su culpa. La ilustración era un relato que elogiaba a una viuda de un guarda – faro que no volvió a casarse pero que, en cambio cuidó fielmente la luz del faro durante muchos años. Cuando se le preguntó de dónde sacaba fuerzas para perseverar, ella respondió que cuando miraba hacia el otro lado del agua, hacia las montañas verdes donde su marido estaba enterrado, le oía decir: "María, cuida de la luz". Afortunadamente, la mujer que estaba a punto de volverse a casar fue capaz de pedir una entrevista a su ministro para hablarle de su angustia. El matrimonio se pospuso y a través de una profunda experiencia de aconsejamiento ella descubrió y trabajó con su ambivalencia subyacente hacia su primer marido. Afortunadamente la ilustración del sermón sacó un problema a la luz donde se pudo trabajar con él por medio del aconsejamiento. De cualquier manera, si la mujer no se hubiera sentido libre para buscar consejo, pudo haberse retraído definitivamente en su patrón de auto-penitencia, haciendo imposible un nuevo matrimonio.

Todo sermón involucra riesgos de este tipo. Una afirmación necia, inadecuada o mal construida puede tener efectos negativos serios sobre el bienestar mental de alguna de las personas presentes. Por

²⁹ Phillips Brooks, *Lectures on Preaching* (Nueva York : E. P. Dutton & Company, 1877), p. 75

esta razón, al igual que por otras tantas, es imperioso que la congregación sienta que el ministro es sumamente accesible para el aconsejamiento individual. Su disponibilidad para el aconsejamiento debería ser publicitada periódicamente en el boletín de la iglesia. Además, debería hacer saber que le da la bienvenida a la oportunidad de conversar individualmente con cualquiera que desee discutir algún asunto que se desprenda de sus sermones. Esto contribuirá a una atmósfera de diálogo en la congregación y también ayudará a transformar los efectos negativos no deseados de la predicación en oportunidades de aconsejamiento. A través de estas experiencias, el ministro podrá avanzar hacia niveles más profundos de comunicación en la predicación.

En su autobiografía, Fosdick recuerda el punto de transición decisivo en su predicación. Había sabido por algún tiempo que el aconsejamiento podía dar resultados. El dice: *"Fue un gran día cuando comencé a sentir que un sermón podía ser inmediatamente creativo y transformador"*³⁰. No es de extrañar que después de esto la predicación se volviera excitante para él y una experiencia de aconsejamiento grupal para su congregación.

³⁰ *Living of These Day*, p. 99

CUIDADO Y ACONSEJAMIENTO DE APOYO¹

Dr. Howard Clinebell

“La función de apoyo de la cura de almas en nuestro día 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 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 tal sostén a la población urbana y suburbana recae pesadamente sobre el clero”

W. A. Clebsch y Charles R. Jaekle²

La teoría y la práctica de la psicoterapia establecen una distinción entre los métodos de terapia de descubrimiento y esclarecimiento por un lado, y los métodos de apoyo por el otro. Esta distinción es de suma importancia para la efectividad de los pastores que asesoran. La comprensión de sus implicancias 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 a 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 que no responden a los enfoques que asesoran para el descubrimiento.

En el cuidado y asesoramiento de apoyo, el pastor emplea métodos que estabilizan, que 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 resulta cuando se lo contrasta con los enfoques para ayudar descubriendo y esclareciendo (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.

Tales métodos tratarán de ayudar a las personas a evitar los modelos autohirientes 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 feligrés. 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 al pastor, tales 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.

¹ Capítulo 7 del libro: “**Basic types of pastoral care and counseling. Resources for the ministry of healing and growth**”. Traducción, Julio R. Sabanes.

² Clebsch y Jaekle, **Pastoral Care in Historical Perspective**, p. 80

La distinción entre los enfoques de descubrimientos – esclarecimientos y de apoyo es, en la práctica corriente, más bien una cuestión de énfasis y de elecciones de metas iniciales, antes que 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 crecientes pueden derivar de los enfoques de apoyo. En general, los métodos de apoyo están más orientados hacia la acción e implican un mayor grado de actividad de parte del consejero 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 son empleados en muchos otros tipos de asesoramiento pastoral. Su rol es clave en la atención pastoral de las crisis y en el asesoramiento a los afligidos.

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

Método de asesoramiento de apoyo

El psiquiatra Franz Alexander describe cinco procedimientos empleados en la psicoterapia de apoyo³. Estos son también herramientas básicas del cuidado y asesoramiento pastoral:

1. Gratificación de la necesidad de dependencia

El dador de apoyo es la figura del “buen padre” (o “madre”) sobre quien el feligrés puede descansar. Hay 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 emocional⁴

Como lo enfatiza 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 sus vidas sustentadas.

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 lo que puede y debe hacerse.

4. Ayuda a las defensas del ego

Metodológicamente, esto es lo opuesto del descubrimiento, la confrontación y el sondeo. Un viajante de comercio manejaba su auto cuando aconteció un accidente que tuvo como consecuencia la muerte de su esposa. Al atenderlo durante el periodo 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 que el hombre tenía de defensa de su ego mediante la represión (del

³ Franz Alexander, *Psychoanalysis and Psychotherapy*, New York, Norton, 1956. p 55-56

⁴ Franz Alexander ha empleado el término psiquiátrico “apertura” en vez de “catarsis”.

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 ayuda del ministro, elaborarlas constructivamente.

5. Cambios en la situación

El pastor puede ayudar a su feligrés a efectuar cambios o, si esto no es posible, hacer 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 su familia muy preocupada, al hallar una residencia geriátrica adecuada para un padre anciano y senil. También les ayudó a enfrentar la tristeza y 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 le lleve en su auto a un centro de rehabilitación, tiene un fuerte efecto de apoyo⁵.

Yo 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, de autoestima herida, de pérdida trágica, es útil que se aconseje alguna actividad que mantenga a las persona operando y en contacto con la gente. Esto disminuye la tendencia a encogerse depresivamente o a apartarse de sus relaciones⁶. 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 que sean pertinentes los problemas de la persona. De hecho, el empleo de la "libro-terapia" como elemento adjunto a diversos tipos de asesoramiento pastoral es algo sumamente recomendada.

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 son empleados adecuadamente pueden proveer a las personas asistidas de una renovada toma de conciencia de que sus vidas 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.

¿Aconsejamiento de apoyo o de descubrimiento?

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

El yo (adulto en términos de análisis transaccional) es el poder ejecutivo de la personalidad. Su función es 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 t de dignidad personal. Las personas que tienen un yo robusto 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 con responsabilidades con efectividad.

⁵ Miembros laicos de un equipo pastoral pueden ser empleados para prestar tales servicios prácticos como parte de su ministerio

⁶ Está claro que recetar una actividad no ayuda en los casos en que una persona reacciona ante un trauma mediante la hiperactividad, que es otro intento de evitar tener que enfrentar el dolo que se siente

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

1. La incapacidad 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 hay 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 facto que hay contra las mujeres y de las minorías deben tenerse en cuenta al evaluar el desempleo crónico y otros elementos que pudiera indicar debilidad del yo).

2. La incapacidad de tolerar las frustraciones y de controlar los impulsos

Las personas con un yo débil tienden a ser empujadas a dar rienda suelta a sus impulsos. Su tolerancia para la frustración y su voluntad de posponer las gratificaciones a favor de metas de largo alcance son limitadas.

3. Un grado muy bajo de capacidad de organizar la vida propia, planificar para el futuro con realismo, o aprender de la experiencia

Las personas con un yo débil sufren de un caos económico crónico, de errores repetitivos y de desorganización general. Su "poder ejecutivo" no se equipara con las demandas de la realidad económica o de las relaciones interpersonales. Padecen lo que Roger Price llama "incapacidad de manejo".

4. Dependencia pronunciada y crónica

Tienden a establecer relaciones parásitas con cualquiera que se preocupa por ellos, 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 un juez severo o a un protector mágico cuando, de hecho, él o ella no son ninguna de ambas cosas? Si bajo las tensiones corrientes de la vida, una persona recae en una negación severa de la realidad, es porque tenemos en funciones un yo defectuoso. El individuo psicótico padece de una debilidad extrema del yo y de 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 se está ahogando y se aferra a una ramita, aparecen con frecuencia. Las personas que se aferran obsesivamente a determinada religiosidad o a una ideología de "paz mental" pueden estar usando este mecanismo represivo para frenar su caos interior. Los esfuerzos para cambiar los puntos de vista de esas personas por medios racionales y lógicos son generalmente fútiles. 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 impulso y fantasías atemorizantes.

La gente tiene defensas del yo porque las necesita⁷. 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

⁷ Sigmund Freud empleó "defensa del ego" para describir los mecanismos inconscientes que el ego de niño adopta en la temprana infancia para protegerse y lidiar con el conflicto. Tales defensas operan automáticamente, fuera del control consciente, e incluyen la represión, la regresión, la proyección, la racionalización, la fijación, la negación, la disociación y la formación reactiva. Ver Ana Freud, *The ego and the Mechanisms of Defense*, International University Press, 1946.

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 soñé...”), 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 su autoestima se recupera gradualmente, a menudo toman conciencia de lo que ellos mismos 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 duras, tales como la proyección o la negación de la realidad.

7. Incapacidad de beneficiarse de un asesoramiento orientado al esclarecimiento

Ello 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 pudiese conducir 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 efectividad 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 más apoyatura. 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 corrientemente 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; por ejemplo, presiones interiores y circunstancias exteriores.

La terapia del esclarecimiento y descubrimiento es una apta para beneficiar a personas que usan más bien modos neuróticos antes que psicóticos o de actuación irreflexiva (acting out) para manejar sus problemas internos⁸. A diferencia del tipo acting out (personalidad sociopática), la persona neurótica experimenta un grado muy doloroso de culpa y de 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, los depresivos crónicos, los dependientes o delincuentes, y los que padecen problemas psicossomáticos crónicos y 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 sustentación y de crecimiento. El asesoramiento de apoyo en medio de la crisis constituye una oportunidad pastoral de suma importancia (ver el capítulo 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 sustentación 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

⁸ Hay tres categorías de desórdenes de la personalidad descriptos en la nomenclatura psiquiátrica tradicional: psiconeuróticas, psicóticas y problemas del carácter. El neurótico internaliza los conflictos, en tanto que la persona con problemas de carácter los externaliza mediante el acting out de los conflictos en las relaciones. Las frágiles defensas del psicótico entran en colapso, hasta cierto grado, permitiendo que algunas porciones del yo sean dominadas por impulsos provenientes del inconsciente.

emocionalmente son capaces de continuar funcionando debido al apoyo de un ministro y/o de los miembros de una congregación solícita⁹.

El corazón de este método es la relación continua de apoyo que tales personas establecen con un pastor y una congregación¹⁰. 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 de lejos el poco tiempo invertido. En muchos casos, muy poco puede hacerse para la situación de 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 les quebrantarían. Periódicamente, el pastor puede constatar con esas personas, ya sea que por teléfono o personalmente, para ponerse al tanto de su situación y hacer que ellos vuelvan a experimentar su preocupación por ellos sobre una base individual. Esta charla ocasional e informal puede ser para ellos más útil que una sesión formal con otro consejero. Por causa del rol simbólico del ministro y de la relación de cuidado pastoral continua, los contactos de asesoramiento breve pueden ser sumamente útiles.

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

En el aconsejamiento de apoyo es frecuentemente importante ayudar a los feligreses a adquirir una actitud de aceptación para con los aspectos inmodificables de sus problemas. Cuando la aceptación reemplaza a la actitud de empollar amarguras o de auto-conmiseración, acontecen cambios notables en la capacidad 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 auto-conmiseración tornase 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 es empleada. Una relación de apoyo de corta duración capacita a algunas personas a utilizar su propia fuerza con mayor eficacia.

La recuperación de alcohólicos en AA 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 de Análisis Transaccional, el Adulto se halla mayormente desactivado, mientras que el Hijo, exigente y asustado, y el Padre punitivo se han trabado en combate.

AA provee una relación clave de apoyo (un padrino) y gradualmente una red de relaciones sustentadoras (el grupo AA). El padrino funciona en un rol de apoyo conductivo que, en relación con el grupo puede compararse a la relación entre el pastor consejero 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 autopropetuator de la adicción compulsiva por beber. Entonces, sin preocuparse por las causas subyacentes del alcoholismo, AA proporciona relaciones de apoyo y

⁹ Muchas personas con más de sesenta y cinco años tienen un yo fuerte, pero que se vuelve menos flexible con la edad. Es por esa razón que, en caso de personas ancianas, muchas veces se recomienda métodos de apoyo y no de descubrimiento.

¹⁰ Muchas personas adquieren fuerza interior para enfrentar sus problemas identificándose con el pastor, en la medida en que él actúa como sacerdote (dirigente del culto), predicador, maestro y líder de la congregación a la cual pertenecen. Algunos miembros de la iglesia se sienten más próximos al pastor de lo que él mismo se siente en relación con esos miembros. Hay algo muy sustentador en esa identificación con el pastor.

aceptación que pasan a ser un ámbito de crecimiento dentro del cual el yo vacilante del alcohólico recupera su capacidad de funcionar constructivamente. Así, AA ayuda a los alcohólicos a engranar nuevamente el motor de su personalidad, y así adquirir fuerza al identificarse con y buscando consejo de su padrino y otros miembros estables de AA. Los métodos alcoholcéntricos de vérselas con los problemas son substituidos por métodos centrados en las personas. Descubren que puede enfrentar sus miedos y sus sentimientos de culpa. Al enfrentar y resolver sus 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 de establecer amistades fortalece su autoestima y sus capacidades de enfrentar los problemas. Sus egos previamente debilitados y paralizados recobran gradualmente la habilidad de enfrentar las responsabilidades y relaciones de un adulto. Generalmente, sin ninguna terapia profunda, sus personalidades y su estilo de vida crecen en este ambiente mutuo de solicitud y de apoyo 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 AA que logran éxito alcanzan sus recuperaciones plenamente, a un nivel de adaptación del yo, mediante el enfoque de apoyo para el crecimiento de AA¹¹.

El ministro tiene 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, le llevaron a apartarse del grupo de sus pares. Cuando más se retiró, más atrasado quedó en las posibilidades de adquirir las aptitudes sociales que otros adolescentes estaban aprendiendo mediante la interacción con sus pares. Cuantas 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, hubiera 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 más su retraimiento vino a ser 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 comprendió 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 desarrolló una amistad que sirvió como puente para la afiliación de Jack al grupo. Ambos muchachos fueron incluidos en un grupo para el crecimiento de adolescentes un 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 capaz de asesorar grupos. Esto ayudó a Jack a salir de su "tirabuzón" de miedo y retraimiento y comenzar a crecer en su capacidad de relacionarse. Sin un enfoque de apoyo para el crecimiento no hubiera logrado esto, se hubiera necesitado probablemente una psicoterapia individual o grupal para ayudar a Jack a interrumpir su círculo vicioso de sentimiento de culpa y de apartamiento 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 "síntoma de fuga". Lo que se comienza como síntoma de un problema subyacente se transforma en un proceso patológico que se autoperpetúa y que es necesario interrumpir. Si es interrumpido, a menudo es innecesario tratar la fuente original de la ansiedad¹². En el asesoramiento pastoral, frecuentemente se encuentra a personas con "síntomas de fuga".

Peligros del asesoramiento de apoyo

¹¹ Después de un periodo de sobriedad estable y de resocialización en el grupo, algunos miembros de AA buscan la psicoterapia porque no se sienten bien o porque están insatisfechos con el crecimiento que han obtenido o porque quieren una ayuda más profunda. Algunos alcohólicos que no obtienen la sobriedad ni siquiera mediante AA son personas con una psicopatología subyacente, que necesitan de asistencia psicoterapéutica, además de la ayuda prestada por AA.

¹² El psiquiatra Lewis R. Wolberg escribe: "El individuo que sufre de un síntoma perturbador, muchas veces pierde el respeto de sí mismo. Se retrae de las personas (...) El síntoma se transforma en su preocupación principal (...). Aquí, la remoción de un síntoma puede ser alterar todo su patrón de ajuste" (The Technique of Psychotherapy, New York, Grune and Stratton, 1954, p. 20)

Una relación de asesoramiento de apoyo es como un artefacto ortopédico que tiene dos usos válidos: proveer sustentación temporaria mientras se sana un hueso roto y como un instrumento que permite 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 la dependencia continuada¹³. Esto acontece cuando el ministro hace cosas a 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 aconsejamiento de apoyo, de manera que el asesorado pueda ser gradual pero firmemente liberado de toda dependencia.

¿Cómo pueden los ministros proteger la 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 asesoramiento de apoyo? Las personas altamente dependientes abundan en nuestra sociedad. Se adhieren como sanguijuelas a las figuras paternas disponibles. Los ministros pueden reducir este riesgo mediante: a) tomando conciencia de y resistiendo a las necesidades neuróticas que necesariamente conduzcan a "coleccionar" relaciones de dependencia; b) aprendiendo a decir "No" cuando sea necesario y adecuado; y c) distribuyendo la dependencia de tales personas a grupos de apoyo, dentro de la iglesia y a miembros laicos de grupos de apoyo pastoral¹⁴. 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 ensayo de la realidad

Rol del feligrés:

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 una clavícula. Usted vive con su hijo y su nuera. Su fe ha sido seriamente puesta a prueba por este accidente. Usted no puede entender por que Dios parece estar tan lejos. Muchos de sus amigos han fallecido y usted se siente sumamente sola. Usted sabe que no va a vivir mucho tiempo más (acuéstese para asumir este rol).

Rol de 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 profundos. Mientras ella habla durante la visita, usted recibe la oportunidad de poner en práctica un asesoramiento de apoyo como parte de su solicitud 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 descrito en este capítulo, en cuanto éstos sean apropiados. Sea sensible ante la posible presencia de tensión entre los miembros de la familia.

Rol de observador – monitor:

Su función es ayudar a la Sra. V. y al ministro a aumentar la forma de conciencia de lo que está ocurriendo entre ellos y el tono de los sentimientos que se dan en la relación de asesoramiento. Siéntese libre para interrumpir el asesoramiento ocasionalmente para dar sugerencias acerca de cómo el mimo podría ser más útil. Sea franco. Como observador, usted podrá percibir cosas de importancia que ellos pueden pasar por alto.

¹³ Esto es similar al caso de una persona que se apoya permanentemente en un aparato ortopédico, en vez de hacer los ejercicios que tornarían innecesario el aparato.

¹⁴ La capacidad del pastor de apoyar a las personas en una manera que estimule el crecimiento, en vez de anularlo, depende de la resolución de su propia lucha entre dependencia e independencia. La incapacidad de resistir a las personas manipuladoras es generalmente un indicio de autoestima muy pobre, de lo cual el miedo de que los otros no gusten de nosotros es una dolorosa expresión.

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

CUIDADO Y ACONSEJAMIENTO EN LA CRISIS¹

Dr. Howard Clinebell

"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 los 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 tienen 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. Oates²

A través 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 dar atención y consejo 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 de su rol y posición; su red de relaciones continuas con la 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. Es en el marco de estas ventajas naturales que los pastores llevan a cabo su tarea de crisis, incluyendo los rituales con que nuestra herencia religiosa ha rodeado las crisis máximas de nacer y crecer, vivir y morir.

Un estudio nacional sobre los recursos a los cuales acuden los norteamericanos cuando necesitan ayuda, reveló que un 39% buscan ayuda profesional para una crisis personal o familiar yendo a ministros. En busca de ayuda para las crisis relacionadas con la muerte de una persona allegada el 54 % había acudido a ministros³. 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 tiempos de luto y pesar y en tiempos de 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 la 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 sus hambres espirituales, la vacuidad de sus vidas y la pobreza de sus valores y sus relaciones. Reflexionando sobre su experiencia en los campos de la muerte, Viktor Frankl declara: *"Ay de aquel que dejó de ver sentido en su vida, no más objetivo, no más propósito... Pronto estará perdido"*.⁴ En el ministerio de 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 la crisis a descubrir la plenitud de significado de una vida vivida en relación con Dios cuyo amor inmovible está siempre disponible aún en medio de una terrible tragedia.

1. Cuidado y asesoramiento en casos de crisis

La ayuda pastoral a los que padecen crisis y pérdidas tienen cuatro aspectos: el ministerio general del cuidado pastoral, el asesoramiento informal en casos de crisis, el asesoramiento formal de

¹ Capítulo 8 del libro: **"Basic types of pastoral care and counseling. Resources for the ministry of healing and growth"**. Traducción, Julio R. Sabanes.

² Wayne E. Oates, **The Christian Pastor**, Philadelphia Westminster Press, 1964, p. 1. Este libro ilumina el ministerio del pastor en casos de crisis, y se extiende desde el nacimiento hasta la muerte

³ Ver Verf, Kulka y Dorran, **Mental Health in America**, p. 228-232

⁴ Viktor E. Frankl, **Man's Search for Meaning**, Nueva York, Washington Square Press, p. 121

crisis en plazo breve (de una a cinco sesiones), 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 casos de 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. Sólo 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 de pastoral pueden y deben compartir la responsabilidad con el pastor en este ministerio tan importante y exigente. El asesoramiento de plazo breve para la crisis, sea esta formal o informal, es necesario para personas que pueden movilizar sus recursos para enfrentarla más rápidamente, y manejar sus crisis más constructivamente con alguna ayuda para ponderar la realidad y para planificar enfoque más eficaces de la nueva situación creada por la crisis. El asesoramiento formal a largo plazo es necesario para las personas que están tan traumatizadas e inmovilizadas por pérdidas abrumadoras o por crisis múltiples que se hallan incapacitadas de ejercer sus capacidades de enfrentar la crisis sin una ayuda terapéutica. A menudo es acertado derivar a las personas cuyas vidas han sido de tal manera quebrantadas a psicoterapeutas (pastorales o seculares) que tienen el tiempo y la capacitación requerida para llevar a cabo la psicoterapia reconstructiva necesaria.

Porque el asesoramiento para la crisis y el asesoramiento en casos de luto y pesar se superponen, voy a considerarlo en este capítulo y en el próximo. Los métodos modernos de asesoramiento para la crisis y para el luto y pesar se derivan del trabajo pionero de Erich Lindemann, mediante el estudio que hizo en 1943 acerca del luto y la aflicción de los sobrevivientes y los familiares del fallecido en el trágico incendio de Coconut Grove, en Boston⁵. Durante los años transcurridos desde ese estudio, los métodos de intervención en la crisis han sido perfeccionados dado que han sido empleados por consejeros 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 luto y pesar es el sentido de pérdida. Una pérdida o la amenaza de una pérdida están siempre presentes 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.

2. 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 sus *Principios de Psiquiatría Preventiva*, señala que todos enfrentan constantemente situaciones que demandan una actividad para resolver problemas⁶. Normalmente, el desequilibrio o tensión causados por los problemas es reducido rápidamente mediante el empleo de aptitudes 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.

⁵ Ver Erich Lindemann, "Symptomatology and Management of Acute Grief", *American Journal of Psychiatry*, Set. 1944

⁶ Gerald Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, Nueva York: Basic Books, 1964. P. 26-55

“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”.⁷

De esta manera, el problema puede ser solucionado o puede ser evitado por renuncia. El asesoramiento de crisis se propone ayudar a las personas de esta tercera etapa estimulándolos 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, psicosomática, interpersonal o espiritual) tiene lugar.

Caplan distingue dos clases de crisis: de desarrollo y accidental. El crecimiento humano es el resultado de haber enfrentado una serie de crisis de desarrollo exitosamente. Como lo muestra Erick 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 periodos 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.⁸

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, eventualmente, 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, y ser precipitadas por pérdidas inesperadas de lo que uno considera como fuentes esenciales para satisfacer sus necesidades. Las experiencias precipitantes incluyen todos los acontecimientos de la vida enumerados en la escala de Holmes – Rahe incluidas más adelante, además de muchas otras, 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. Todas estas situaciones 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 que simplemente un momento de peligro, sufrimiento y tensión que ha de ser sobrellevado. Es importante que el consejero cuide que sea un momento de cambio, una oportunidad de crecimiento en la cual las personas se dirigen a, o se aparten de, una plenitud y fortaleza personal mayores. Esto hace que el asesoramiento de crisis sea una oportunidad estratégica para ayudar. Caplan escribe acerca de la persona en crisis:

⁷ Ibid., p. 40-41

⁸ Para una exposición de los ocho estadios de la vida según los conceptos de Erikson, ver **Childhood and Society**, Nueva York, Basic Books, 1964, p. 26-55

"Su nuevo equilibrio puede ser mejor o peor que en el pasado, en cuanto al realineamiento de fuerzas tanto en el interior de su personalidad como en las relaciones con gente significativa... ello puede llevar a mayor o menor satisfacción de sus necesidades. Puede manejar los problemas de la crisis desarrollando nuevas técnicas, socialmente aceptables, basadas en la realidad, para resolver los problemas, técnicas que aumenten su capacidad de manejar de una 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".⁹

El asesoramiento de crisis de corto plazo puede ser a menudo de mayor ayuda si sencillamente conduce a las personas lejos de respuestas de mala adaptación y hacia 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 y 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.

3. Las crisis y las pérdidas acumulativas

La crisis o pérdida particular que motiva a una persona a 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 produce más que dos unidades de tensión en una persona. Es bueno preguntar a las personas que están 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. Rahr, profesores de psiquiatría de 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 las vidas de las personas estudiadas, y causadas por otros cambios y pérdidas. Su escala es útil para el asesoramiento pastoral de crisis.

Todos estos acontecimientos de la vida producen tensión y pesar. Holmes y Rahr 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 psicósomáticamente. Alrededor del 80% de aquellos cuyo cociente de tensión supera 300 se enferman. Esta escala puede alertar a los consejeros pastorales o a los consejeros laicos para casos de crisis acerca de la importancia de buscar seguidillas de cambios en la vida por los cuales las personas padecen sobrecargas acumulativas de tensión. Es importante notar que otros cambios importantes causantes de tensión no están incluidos en esta escala: cambio de roles femeninos/masculinos; apaleamiento de hijos o cónyuge, la pérdida de los sueños, valores, fe o idealismos personales, 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.

Escala evaluativa de reajuste social¹⁰

Acontecimiento (valor medio)

Tensión

⁹ Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, p. 43

¹⁰ Thomas H. Holmes y R. H. Rahe, "The Social Adjustment Ratings Scale", *Journal of Psychosomatic Research*, 2: 213-218, 1967

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. Cambios 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. Adquirir una hipoteca o un préstamo para una adquisición de importancia	31
21. Cancelación de 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 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, hábitos, 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 a una nueva escuela	20

34. Cambio de importancia en el tipo acostumbrado o en la cantidad de recreación	19
35. Cambio de importancia en la actividad de la iglesia (mucho más o mucho menos que de costumbre)	19
36. Cambio de importancia en las actividades sociales (clubs, bailes, cine, visitas, etc.)	18
37. Tomar una hipoteca o préstamo para 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	15
42. Navidad	13
43. Transgresiones menores en la ley (tránsito, etc.)	11

4. Asesoramiento informal en casos de crisis

La posición y el rol de los pastores les permiten 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, los deberes educacionales y administrativos. Mucho asesoramiento pastoral tiene lugar en situaciones informales que no han sido planeados 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 aptitudes para el asesoramiento impregnen sus muchos encuentros informales y causales, los ministros pueden ayudar a un número muchas veces mayor de personas que las que alcanzarían mediante el asesoramiento formal solamente. Es esencial mantener periodos de tiempo cuando la propia privacidad (para estudiar, pensar, meditar, descansar y recrearse) esté protegida de quienes buscan asesoramiento inesperadamente para preservar el filo creativo del ministerio propio y protegerse a sí mismo de una sobrecarga de atención pastoral. Pero también es importante tener feligreses que sepan que su pastor está normalmente disponible cuando una crisis severa golpea inesperadamente. Al aprender los ministros a reconocer y utilizar las oportunidades de atención pastoral que están presentes en muchos contactos interpersonales, ello viene a ser 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 callejera, un almacén, una pieza de hospital, la sala de la iglesia, la oficina o la sala del feligrés, en un avión u ómnibus, o en 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. Él o ella probablemente lo consideren como "charlar sobre el problema con el pastor" más bien que 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 un asesoramiento cuando dos factores –el sine qua non del asesoramiento están

presentes: **(a)** cierto grado de toma de conciencia del problema de parte de feligrés, 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 mínima. 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 una ayuda pesan más que el temor al autodescubrimiento y la satisfacción neurótica procedente de la situación, las personas generalmente no procuran ayuda. Pero este subibaja motivacional frecuentemente oscila por un tiempo considerable hasta que las personas buscan ayuda activamente. Puede que estén abiertos 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 como admitir su fracaso, lo cual incrementaría sus sentimientos de pobre autoestima y de impotencia. Esta es la razón porque la capacidad de los pastores de ir a la gente, estar emocionalmente disponible, ofrecer ayuda y establecer relaciones informales de asesoramiento es un activo profesional invaluable, ¡que ha de ser utilizado al máximo!

¿Cómo pueden los pastores, durante sus contactos pastorales, crear oportunidades para mantener conversaciones que proporcionen cuidado y asesoramiento formal e informal?¹¹ 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 la 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 deberían recibirla pero no lo reciben), los recién casados, los recientemente 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 solicitud 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 ellos. 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. La construcción de puentes de relación con aquellos que probablemente necesiten ayuda pero aún no se sienten motivados como para procurarla, es descrita por Seward Hiltner como "pre asesoramiento".¹² 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 para con las señales de aflicción es una ventaja para detectar oportunidades potenciales de asesoramiento. Muchos ministros pasan de largo por la mano opuesta del camino de Jericó de sus feligreses simplemente porque carecen de esa percepción¹³. Las antenas de radar emocional del pastor deben estar en sintonía con la longitud de la onda de su gente, para poder así captar los clamores sutiles en busca de ayuda y las señales codificadas pidiendo auxilio. He aquí algunas señales típicas de aflicción:

1. Desconcierto ante la visita pastoral

¹¹ Es necesario enfatizar que no hay líneas divisorias nítidas entre la atención pastoral en general y el pre-acompañamiento (la expresión es de Hiltner) y el asesoramiento informal. Estas actividades pastorales tienden a sobreponerse. El pre-asesoramiento, la construcción de la relación con el pastor, que ayuda a preparar a las personas para aceptar o procurar ayuda, ocurre muchas veces durante la atención pastoral en general. Las relaciones pueden pasar gradualmente de pre-asesoramiento, atención pastoral, a un asesoramiento informal a medida que las personas se vuelven conscientes de su necesidad de ayuda.

¹² Para una exposición sobre el pre-asesoramiento, incluyendo la cuestión de cuándo el pastor debería tomar la iniciativa de ofrecer ayuda a las personas, ver Hiltner, **Pastoral Counseling**, p. 125-148

¹³ Quien siente o reconoce solamente retrospectivamente que con frecuencia no percibe estas señales o pistas dadas por las personas, debería tomar providencias para tener psicoterapia o educación pastoral clínica para desinhibir su sensibilidad perceptiva.

2. El intento frenético de mantener la conversación en la superficialidad, evitando así el encuentro profundo
3. Depresión, incluyendo tales como insomnio, pérdida de interés en los placeres habituales, ansiosa agitación o pesada pereza, sentimientos de indignidad, vaciedad / pérdida de significado o desamparo, una sonrisa estereotipada
4. Un antagonismo velado entre los cónyuges, a veces escondido detrás de una conducta superficialmente azucarada
5. Niños emocionalmente perturbados, incluyendo los que tienen problemas de conducta, los cuales a menudo reflejan una infelicidad matrimonial escondida
6. Frecuentes intoxicaciones, particularmente 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 de tal manera que sea respetado el derecho que ellas tienen de rehusarla.

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 andan sus asuntos en esta situación tan difícil? "Lo que usted dice resulta bastante pesado..."; "¿Cómo van realmente sus cosas?" "Se lo ve a usted muy desalentado (excitado, colérico, arrepentido)"; "Tengo la impresión de que estuviera mentalmente sobrecargado". Aunque tales "llaves de apertura" pueden 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 tornarse asesoramiento informal de una 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 feligrés 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 decís al pastor que es lo que estábamos discutiendo? Quizás el pueda ayudarnos

Hija: (Dorotea): Bueno, si, quizás usted pueda ayudarnos, aunque no me decido a molestarlo con mi problema, me encuentro tan confundida...

Pastor: si me lo decís, 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 Eduardo¹⁴.

Mientras el pastor escuchaba, la confusión de la chica y el predominio del padre se evidenciaron. El pastor percibió que debía prevenir al padre para que no empujara a su hija a casarse, sin poner en peligro su recuperación quirúrgica, y que él debía entrevistarse personalmente con la chica para ayudarla

¹⁴ Adaptado de Cryer y Vayhinger, **Casebook in Pastoral Counseling**, p. 276-283

a tomar su propia decisión. Esto ilustra el tipo de asesoramiento informal del cual una relación de asesoramiento formal continua ha de ser establecida o bien la derivación a un terapeuta de familia bien capacitado. Las visitas hospitalarias deben tener una alta prioridad en la agenda de un pastor, porque ponen al pastor en contacto con la gente en crisis.

Elas 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 lo están descubriendo los terapeutas de familia. También hay valor para la formación de relaciones mediante los contactos informales con los feligreses mediante el teléfono, en su trabajo y en sus tareas en la comunidad.

5. 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 ayudó 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 haber continuidad en el asesoramiento y así enfrentar el 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 tan pronto volviera a casa.¹⁵

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 ser interrumpidos*". La mujer indicó que una obligación urgente le impedía entonces una conversación adecuada, de modo que concertaron una entrevista para esa tarde a las 3:00. A menudo, las personas pasarán del asesoramiento informal al formal si se los alienta a ello y se les ofrece una entrevista determinada.

Las metas de un asesoramiento breve para la crisis

La mayoría del asesoramiento que hace un pastor es de plazo breve, a menudo una o dos sesiones, y rara vez más de cuatro o cinco sesiones. Por esta razón, un pastor necesita desarrollar sus aptitudes 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 claves, requieren un grado considerable de experiencia como consejero 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 aptitud 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 se puede aportar una ayuda significativa. Aquí 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

¹⁵ Ver *ibíd.*, p. 157-161, para una transcripción del asesoramiento

5. Acompañar a las personas en el logro de una perspectiva más amplia y constructiva de su situación mediante una revisión objetiva de la misma.
6. Interrumpir las reacciones de pánico y el alud regresivo ayudándoles a enfrentar y a 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 que el asesoramiento termine.
10. Estimular la confianza en sí mismo de la persona y su competencia funcional sugiriendo un número limitado de sesiones.
11. Establecer una relación cálida y de aceptación que facilite a la persona regresar 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"*¹⁶
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 consejeros 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 y la impresionante evidencia obtenida mediante la observación requieren que abandonemos la antigua creencia de que los cambios permanentes en el yo no pueden ser alcanzados mediante métodos más cortos e intensivos"*.¹⁷

Muchas personas acuden al pastor en busca de ayuda para tomar decisiones específicas o solucionar problemas concretos. Cuando estos son resueltos, o se descubre que son insolubles, esas personas frecuentemente no desean más asesoramiento. Una o tres sesiones a menudo bastan en tales casos. Algunos asesorados pueden "dar vuelta a la esquina", para usar una frase de Seward Hiltner, en unas pocas sesiones:

"Dar vuelta la esquina significa que se cambiado de dirección. Muchos problemas que requiere atención pastoral son relativos a situaciones de la vida... Ellos son empeorados porque el punto de vista de la persona, que ella asume que es el único con que se puede enfocar la situación, es estrecho e inadecuado. Si puede dar vuelta 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, alternando por tanto el enfoque de la situación y dando la oportunidad para un manejo espontáneo y exitoso de la misma por parte del feligrés".¹⁸

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 que senda conduce a la meta deseada. El asesoramiento en la encrucijada es frecuentemente tanto breve como fructífero. Un joven brillante, como resultado de una orientación vocacional breve 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, recuerdan la señal que se hallaba al final de un camino de tierra barroso: "Elija su huella cuidadosamente. Permanecerá en ella por un largo tiempo". Algunas

¹⁶ Wayne Oates, **An introduction to Pastoral Counseling**, Nashville, Broadman Press, 1959, p.11

¹⁷ Franz Alexander y Thomas Morton French, et al., **Psychosomatic Therapy**, Nueva York, Ronald Press, 1946, p. 164

¹⁸ Hiltner, **Pastoral Counseling**, p. 83

decisiones son así. Tener una orientación de esta clase es una parte venerable de nuestra tradición pastoral¹⁹.

6. Procedimiento 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 este proceso:

1. Escuchar atentamente y reflejar los sentimientos con solicitud

La presión del tiempo, en el asesoramiento de corto plazo tienta al miramiento de corto plazo al ministro a emplear muy poco tiempo escuchando. Si cede a esta tentación, priva a las personas de los saludables efectos de la 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 las 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, consultó al ministro solicitando ayuda para decidir dejar o no a su marido alcohólico. Escuchando disciplinariamente, el pastor comenzó a captar el esquema amplio de la situación: muchos años de exceso de bebida por parte del esposo, una serie de pérdidas de trabajo, y promesas repetidas y quebrantadas de no beber más excesivamente. Para servir de ayuda, el pastor necesitaba saber si ese hombre tenía o no conciencia de su necesidad de ser ayudado, la naturaleza de su 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 eventualmente al esposo, acerca de las cuestiones que apuntaban a estos temas claves.

3. Ayudar a las personas a examinar el problema en su totalidad

Esto les ayuda a 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 pantano de su propia desesperanza, descuidando aquellas cosas que necesitan hacer para enfrentar a 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 conducción 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 tratamiento del alcoholismo, el ministro ayudó a la sra. D. a abandonar sus fútiles 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 ve usted 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 cometer suicidio. ¿Podía dar la cara a estas posibilidades? Por otro lado, la conmoción del abandono podía confrontarlo con las

¹⁹ Ver Clebsch y Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, p. 49-56

consecuencias de su hábito, lo cual podía ser una apertura para buscar ayuda. ¿Cuáles podían ser los efectos destructivos en los hijos si ella no se iba y él continuaba bebiendo? Sin abandonarlo, ¿podía ella 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 y decidir sobre el próximo paso a dar, y darlo

Conseguir que las personas actúen constructivamente, aún 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 poder tomar una decisión más grande. Como fue anteriormente descrito, la personalidad humana es como un músculo. Al emplearla en el pensamiento y la acción constructivos tiende a fortalecer sus aptitudes para enfrentar problemas. Dar aunque sea pequeños pasos comienza a enaltecer 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 Alcohólicos Anónimos (AA) 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 a ella le fuera permitido rechazarlas sin rechazarlo a él. El respetaba el derecho de la sra. D. a no implementarlas y la estimuló a manifestar su reacción ante ellas. Todo esto es radicalmente diferente a dispensar consejos facilistas e improvisados. El rol del pastor que asesora está modelado más a la imagen del guía o el entrenador que a la del psicoterapeuta de 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 suavemente porque cada persona que encuentres lleva una cruz”, es ilustrado vívida y repetidamente en la experiencia de un asesor. Muchas cruces están escondidas. Si las personas vienen buscando consejo, es acertado suponer que su cruz es pesada, desde su perspectiva. Necesitan a alguien que camine junto a ellos y que, provisoriamente, le ponga el hombre 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 a la relación humana. ¡Los asesores pastorales también confronta, pero también confortan! Desafían, pero también cuidan y se preocupan. Los que produce crecimiento en el asesoramiento es precisamente reunir esas dos dimensiones paradójales: el juicio y la gracia.

9. Trasladar a un asesoramiento a largo plazo, si el asesoramiento no resulta adecuado

Este puede significar un asesoramiento permanente con el pastor o con el referente.

7. El uso de los métodos de apoyo en el asesoramiento para la crisis

El sr. P., 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 vino después 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 de otros grupos 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-feligres provee al sr. P. con una clave para sus relaciones generales con figuras de autoridad. El pastor comienza a darse cuenta que el sr. P. está terriblemente asustado de aquellas cosas que su nuevo

cargo demanda: competitividad, agresividad, y estar en una posición de la cual otros dependen de él. El sr. P. está atrapado en su necesidad de permanecer dependiendo de un capataz con figura paterna y la demanda de su trabajo de que él mismo sea una figura paterna.

Con un método de asesoramiento orientado hacia el esclarecimiento se podría ayudar 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 fortalecimiento del yo en ese hombre. Al tener la oportunidad de sacar a luz sus sentimientos y experimentar que los acepta, P. podría darse cuenta 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 tener que tomar decisiones para otros que están bajo sus órdenes.

Cualquier otra comprensión de porque le incomoda 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 transferirse 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 jefe de departamento enérgico. El pastor continúa viendo al hombre varias veces mientras se integra al nuevo departamento. 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 problema. Su ansiedad y su depresión retroceden, ahora puede crecer en su capacidad de manejar su vida constructivamente.²⁰

La mayoría del asesoramiento de crisis utiliza los métodos básicos de asesoramiento de apoyo descritos en el capítulo 7. En el caso de P., apoyarse en el ministro gratificó la necesidad de dependencia y disminuyó su ansiedad, lo cual lo ayudó a liberar su capacidad de razonar y usarla así en resolución de sus problemas. Una auto-comprensión mínima (que dio como resultado su decisión de transferirse de nuevo al trabajo del torno) siguió a la catarsis emocional que redujo al sufrimiento paralizante de sus sentimientos negativos. La relación de asesoramiento le permitió obtener suficiente distancia emocional de su subjetividad remolinante 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 eran mantenidos 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" (Salmo 46:1).

La ayuda del pastor en pocas sesiones ayudó a P. a salir de su tirabuzón emocional. Si P. hubiera usado las defensas de la negación y retraimiento cuando su crisis golpeaba, si no hubiera estado abierto a la ayuda, hubiera quedado atrapado en un círculo vicioso, autoalimentado, de ansiedad, fracaso y retraimiento de las relaciones personales. Su ansiedad paralizante le hubiera llevado a fracasar como capataz, y este fracaso hubiera desmenuzado su confianza en sí mismo, ya tambaleante, haciendo que su fracaso en el próximo trabajo fuese casi seguro. Fracasos y retraimientos en espiral hubieran magnificado de manera creciente la misma ansiedad que las producía inicialmente. Sus respuestas inadaptadas podrían haberse constituido en parte permanente de su equipamiento defectuoso para enfrentar las crisis

²⁰ Adaptado de Howard Clinebell, "Ego psychology and pastoral counseling", *Pastoral Psychology*, febrero 1963, p. 33-34

futuras. Acudir al ministro fue una respuesta orientada hacia la realidad, que le capacitó para evitar el círculo vicioso.²¹

Más específicamente, ¿Cuáles son las respuestas no constructivas a las crisis que conducen a tirabuzones emocionales y a crecientes 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 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 consejero de crisis debe estar alerta para con 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 mismo
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 cambios 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 sean pequeños, para manejar el problema constructivamente

El cuerpo creciente de experiencias en los centros de tratamiento de crisis está proveyendo valiosas comprensiones acerca de la metodología de asesoramiento de crisis. He aquí algunas de las técnicas empleadas en Los Ángeles en el "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 ayudarle 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 tercer técnica es poner en juego modelos de comportamiento aprendidos previamente que por ahora no son utilizados. 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

²¹ Una manera de determinar el diagnóstico de una persona en crisis es descubrir al adecuación relativa de su funcionamiento antes de la crisis. Las personas que poseen una historia de cierto éxito en el enfrentamiento de las dificultades generalmente pueden ser auxiliadas a recuperar su equilibrio anterior (o aún mejor, en algunos casos), en un espacio de tiempo relativamente corto, empleando métodos de asesoramiento de apoyo, de adaptación al yo. Con todo, también las personas con una adecuación limitada anterior a la crisis, pueden tener recursos latentes que han de ser movilizados.

medida que el tiempo pasa y tiene lugar la esperada reducción de la ansiedad y la aptitud creciente para enfrentar el problema, se hace un resumen de los cambios que han acontecido, reforzando así los comportamientos de adaptación que se están desarrollando. Así se da ayuda al consultante 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".²²

8. El análisis transaccional (AT) y el asesoramiento en casos de crisis

El enfoque terapéutico de Eric Berne es útil para la comprensión de la crisis y para hacer asesoramiento de 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?". Tomando conciencia interior de que es el Hijo interior, no el yo total, que tiene miedo, libera a la persona de la parálisis del pánico. El efecto de esta toma de conciencia es ayuda al Adulto a recuperar el control. En el asesoramiento de AT, el Adulto es fortalecido 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 están en marcha, se espera que el paciente practique el control por parte del Adulto. Debe aprender a mantener al Adulto a gobernar las cosas durante periodos 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".²³

El asesoramiento para la crisis, en el lenguaje de AT, consiste en reducir el temor y el sentimiento de culpa del Hijo interior permitiéndole a él o ella extraer fuerza temporariamente del asesor como Padre alimentador y, al mismo tiempo, activar y fortalecer al Adulto estimulando a la persona a enfrentar la realidad y comenzar a actuar. El Adulto del asesor establece una alianza con el Adulto asesorado en una estrategia conjunta orientada a poner al Hijo bajo control y liberar al Adulto para que pueda enfrentar los problemas con realismo. Un enfoque adulto firme ayuda al asesorado a controlar su Hijo interior. El asesor puede decir, en efecto: "En usted hay un Adulto que puede aprender a obtener el control". Una postura firme ayuda a las personas atemorizadas y desorganizadas a recomponer su personalidad, y a movilizar sus capacidades de Adulto para enfrentar la crisis.

9. Modelo ABCD de capacitación

He aquí un modelo que he hallado muy útil para introducir a seminaristas, pastores y miembros de equipos laicos de cuidado pastoral a los pasos básicos en el proceso de ayudar a gente en crisis.

El método ABCD de ayuda para la crisis fue desarrollado por el psiquiatra Warren Jones para preparar al personal laico de un centro comunitario para personas en crisis en Pasadena, California. Su método utiliza la esencia de la teoría de la intervención en la crisis. Este modelo incorpora mis agregados e interpretaciones en su enfoque original.

Asesoramiento de esperanza y acción: como ayudar a personas en crisis

Este método de ayuda en la crisis consiste en hacer cuatro cosas:

1. Lograr una relación de confianza y cuidado solícito:

1. Escuche con solicitud y sin enjuiciamiento a lo que la persona está sintiendo y experimentando ("amor oyente"). Controle lo que usted comprende que la persona está diciendo para ver si usted está en la misma longitud de onda que él o ella.

²² W. E. Morley, "Treatment of the Patient in Crisis", Benjamin Rush Center, mayo 5, 1964, manuscrito no publicado.

²³ Eric Berne, **Transactional Analysis in Psychotherapy**, Nueva York, Grove Press, 1961, p. 146

2. Deje que la persona experimente la calidez y su preocupación escuchando atentamente y respondiendo con empatía
3. Pida a la persona que le relate la crisis: cuando comenzó, cómo se desarrolló, qué siente ahora acerca de ella
4. 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
5. Afirmar a la persona siempre que sea posible; señalar que usted tiene conciencia de la fuerza que se necesita para llevar la carga de la crisis y para pedir ayuda
6. Considere a la persona como capaz de enfrentar la crisis y de aprender y crecer a partir del manejo productivo de la misma, y permite que la persona sepa que usted la ve de ese modo.

2. Reduzca el problema a sus partes primordiales:

1. A medida que la persona examina su 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 se puede hacer (no desperdiciar energía en estas últimas).
2. Ayudar a la persona a escoger aquella parte del problema con la cual trabajar primero.
3. Estimular al individuo a que describa los esfuerzos previos que ha hecho para solucionar esa parte del problema (no sirve repetir cosas que no dan resultado).
4. Alentar a la persona a pensar en otras soluciones posibles: quizás sugerir enfoques que ella pueda considerar.
5. Ayudarle a examinar cada enfoque en términos de sus probables consecuencias: "¿Qué sucedería probablemente si usted...?"
6. Ayudar a la persona a decidir cuales alternativas desea probar ahora.
7. Conversar acerca de todos los recursos de la persona ("las cosas que le dan ventaja..."): fuerzas interiores, amigos, familia, recursos espirituales, que le ayuden a enfrentar el problema.
8. Seguir afirmando los esfuerzos de la persona para tratar su crisis, manifestando aprecio por cualquier pequeño paso que la persona dé para actuar responsablemente

3. Desafiar al individuo a emprender una acción constructiva con respecto a alguna parte del problema

1. Estimular a la persona a planificar cómo enfocar esa parte del problema que ella ha decidido tratar; el plan ha de ser realista, con metas pequeñas y alcanzables.
2. Estimularle a que se dedique plenamente a implementar el plan de acción, comenzando pronto y siguiendo un cronograma realista, previamente acordado.
3. Si la persona se resiste actuar sobre el problema, ayúdele a explorar y resolver esas resistencias
4. Asegure a la persona que usted estará disponible como persona preocupada y solicita mientras tiene lugar su lucha para implementar el plan.
5. 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.
6. No acuerde hacer algo que la persona puede hacer por sí misma
7. Señale que cuando uno comienza a hacer algo, aunque sea poco, para mejorar la situación, sus sentimientos probablemente van a mejorar: se sentirá menos deprimido, más esperanzado, y ganará en autoestima.

8. Haga que la persona le llame entre las sesiones para que usted conozca cómo va resultando el plan de acción, concerte una entrevista para verle nuevamente.
9. Aliente a la persona a movilizar activamente sus recursos para enfrentar la crisis: recursos espirituales, interpersonales, interiores y prácticos.
10. Siga afirmando a la persona manifestando aprecio por cualquier cosa que él o ella haga para manejar la crisis responsablemente.
11. Discuta las posibilidades de crecer en la capacidad de enfrentar exitosamente los problemas.
12. Establezca día y hora para encontrarse pronto de nuevo

4. Desarrolle un plan de acción y crecimiento continuos:

1. En los próximos encuentros, pida a la persona que describa qué ha sucedido al implementar el plan de acción, destacando los éxitos, por pequeños que sean.
2. 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 B y C que sean necesarias para ayudar a la persona a proseguir la acción eficaz.
3. Dígale a la persona que cuánto más uno enfrenta eficazmente el 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.
4. Estimule a la persona a buscar otros que atraviesan crisis similares, para ayudarles y recibir ayuda.
5. Ayude a la persona a unirse a un grupo permanente de apoyo (un grupo de personas enlutadas, AA, un grupo de oración para el apoyo mutuo, etc.)
6. Ayude a la persona a reconocer el crecimiento que tiene lugar mediante el enfrentamiento constructivo de la crisis
7. Después que disminuye el pico de la crisis, estimule a la persona a reflexionar sobre la experiencia de crisis y aprender de ella.
8. Ayude a la persona a colocar la crisis en el contexto de su fe, y así crecer espiritualmente.

10. Cuidado y asesoramiento de las crisis de desarrollo

Una comprensión de los problemas y posibilidades 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 través de las distintas fases de la travesía de sus vidas:

"Cuando uno 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 de 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.²⁴

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 desarrollo²⁵.

Tal 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, 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 parte²⁶.

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 "oportunidades". ¡Cuán cierto es esto de las crisis en general, pero más particularmente de las crisis en 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 si 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 sus vidas. 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 la mayoría en los Estados Unidos. La edad promedio de nuestra población se eleva cada año²⁷. 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 para capacitar a las personas en dichas edades a desarrollar más y mejor sus recursos no utilizados.

Las iglesias tienen una oportunidad sin paragón de desarrollar programas estimulantes de cuidado mutuo, de aprendizaje, de misión, porque tienen tanta gente de edad adulta y jubilados en su membresía. Sin menoscabar las importantes necesidades de atención de los niños, los jóvenes y los adultos jóvenes, las congregaciones que definen su misión como la de ser centros de integralidad para toda la vida, están siendo ahora desafiados a ministrar más creativamente a quienes están en la segunda mitad de sus vidas.

En el programa de la iglesia dirigido a ministrar a las necesidades de la comunidad, las personas mayores de 40 años constituyen una mina de oro, escasamente explotada, de conocimientos, habilidades, influencia y sabiduría obtenidos en el diario vivir.

11. 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 bíblica²⁸. En el Nuevo Testamento, la búsqueda de la salvación está entrelazada con la búsqueda de la sanidad. En su gran mandamiento misionero, Jesús envió a sus seguidores a sanar así como a predicar las buenas nuevas y bautizar (Marcos 16:15-18), Jesús ha sido llamado "el gran

²⁴ Warren A. Jones, "The ABC Method of Crisis Management" *Mental Hygiene*, Enero 1968, p. 87. Estos pasos son comparables a las cuatro fases de actividad por parte de quien recibe ayuda, elaboradas por Robert Carkhuff: Involucrarse, examen, comprensión y acción. Ver *The Skills of Helping*, Amhest, Mass., Human Resources Press, 1979.

²⁵ Clinebell, *Growth Counseling*, p. 156

²⁶ Ver Clinebell, *Growth Counseling*, cap. 6 y *Growth Counseling for Mid-Years Couples*, caps. 1 y 2.

²⁷ El censo de 1980 constató que la edad promedio era de casi exactamente 30 años

²⁸ Ver Morton Kesley, *Healing and Christianity*, Nueva York, Harper & Row, 1973.

médico”, desde los primeros siglos de la era cristiana. Los escritos de la iglesia primitiva incluyen instrucciones específicas para sanar a los enfermos (Santiago 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 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 fuerte importante de la vitalidad del movimiento. Pero el mismo ha contribuido también 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) son todas derivadas 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 del hospital, me sentí a menudo frustrado por algunos miembros del personal del hospital 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 tradicionalmente muy valiosas, sentía que el rol del ministro para con 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 importancia de este segundo aspecto del rol del ministro para con 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 sus cuerpos, mentes y espíritus y en sus relaciones.

Cuando estas aptitudes de asesoramiento tienen una dimensión vertical y emplean los recursos religiosos correctamente puede ser particularmente útiles para capacitar a las personas a ayudar a otros a que estén abiertos y así experimentar las energías sanadoras del amor de Dios, siempre presente y fuente original de toda sanidad.

El movimiento de salud integral (holística), un movimiento floreciente 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 enfoque de la sanidad de la persona total. Este movimiento puede potencialmente acelerar el proceso de recuperación y ampliación de la visión de la herencia cristiana en cuanto a la sanidad. Cuatro principios claves son fundamentales en el pensamiento y la práctica de la salud holística:

1. La salud es mucho más que la ausencia de la enfermedad: es la presencia de un bienestar de alto nivel, un concepto afín a “la vida en toda su plenitud” (Juan 10:10). Hay muchos grados de bienestar así como los hay de enfermedad.
2. El bienestar de alto nivel implica en 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 bienestar 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.²⁹

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 integrándolo con las enseñanzas y métodos del movimiento en pro de la salud “holística”.

Los pastores que asesoran pueden tener un rol estratégico en este estimulante desarrollo. He aquí algunas enseñanzas en cuanto a la promoción de la salud que los ministros integrados hacia la integralidad pueden practicar y enseñar a sus laicos claves para que las practiquen en su cuidado y

²⁹ Ver Clinebell, **Contemporary Growth Therapies**, cap. 8. Estoy en deuda con Donald B. Andell, **High Level Wellness**, Emaus, Pa., Rodale Press, 1977, por su elaboración de los principios de la salud holística.

aconsejamiento holístico, en su enseñanza y en los grupos de crecimiento. Ellos pueden enseñar a la gente a:

1. Asumir la responsabilidad prioritaria por su propio bienestar antes que seguir proyectando tal responsabilidad sobre los profesionales de la medicina.
2. Ser amigos de su propio cuerpo, aprendiendo a respetar y a cuidar amorosamente este aspecto de sus personas, como buenos padres – madres para consigo mismos
3. Alimentarse para el bienestar, aprendiendo qué es una nutrición saludable.
4. Practicar un ejercicio vigoroso que a la vez les sea placentero, varias veces a la semana: caminar, andar en bicicleta, correr, nadar, para así mantener sus cuerpos, mentes y espíritus bien afinados.
5. Evaluar su estilo de vida y los valores que refleja, y revisarlo para promover así el bienestar y no la enfermedad
6. Aprender una o más técnicas de relajación del cuerpo, de modo de reducir la tensión y uno pueda centrarse en su “zona de seguridad” por cierto tiempo cada día
7. Vivir de una manera ecológicamente sana, ambientalmente alerta y cuidadosa, y así ayudar a proteger y mejorar la biósfera para sí mismos, para sus hijos y para toda la familia humana.
8. 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)
9. Revitalizar las relaciones entre sus cuerpos, mentes y espíritus, 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 sus vidas.
10. Compartir con otros, incluyendo a sus hijos y amigos, su comprensión y sus experiencias en cuanto al bienestar y la santidad. Un bienestar es contagioso. Aumenta a medida que compartimos el que ya tenemos.
11. Usar la imaginación creativa regularmente, para activar las energías auto-curativas y los sistemas de inmunidad del cuerpo, participando así en la propia recuperación y en la prevención positiva de la enfermedad.

He aquí un resumen de un método imaginativo desarrollado por el médico O. Carl Simonton y la psicóloga Stephanie Matthews – Simonton en su trabajo con pacientes de cáncer. Este método puede ser empleado por los pacientes 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 suavemente 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, diga cada vez la palabra: “Relájate / ... Tensione los músculos de su rostro y alrededor de los ojos, apretando firmemente, y luego relájalos y sienta que la relajación se expande por su cuerpo. / Mueva lentamente esa relajación, en sentido descendente, tensionando y aflojando: 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 mentalmente 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 usted 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 su cuerpo y de los procesos naturales de curación eliminando la fuente de malestar o dolor (por ejemplo, imagine a los millones de glóbulos blancos como pequeñas aspiradoras o como componentes de un equipo de limpieza que están limpiando 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 suyo, la energía curativa del amor de Dios. / Imagine esa luz inundando 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 y 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 de relajamiento mental tres veces al día, permaneciendo despierto y alerta al hacerlo.³⁰

Algunas personas hallan que es útil grabar estas instrucciones, dejando intervalos de tiempo adecuados entre los distintos pasos, y así pueden mantener sus ojos cerrados mientras practican el ejercicio.

Un ejercicio de imaginación como éste puede también ser utilizado 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 ser presentado describiendo a la persona, brevemente, cómo el uso regular del mismo puede mejorar la auto-curación física y (o psicológica), preguntándose luego si les agradaría probarlo. En caso de enfermedades importantes 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 curativo 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 ser integrados 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 auto-curación de las personas. El movimiento de salud holística 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 esa dimensión de la santidad.

Sesión de ensayo de la realidad

Rol del feligrés

Recuerde una crisis significativa de su propia vida y revívala ahora. Busque la ayuda de un ministro para poder 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 pueda ser tal persona, con toda la empatía posible. Usted hallará que es muy útil desempeñar el rol de alguien a quien ha estado tratando de ayudar sin mucho éxito.

Rol del pastor o pastora

³⁰ Adaptado de O. Carl Simonton, Stephanie Matthews-Simonton, James Creighton, **Getting Well Again**, Los Angeles, J. P. Tarcher, 1978, p. 131-132, 135-136.

Al asesorar a esa persona, emplee el “Método ABCD” de ayuda en casos de crisis. Ponga atención en los modos en que sus propias experiencias de crisis y pérdidas influyen en su asesoramiento, positiva o negativamente.

Rol del observador – monitor:

Ayude a su pastor a utilizar el método ABCD efectivamente.