

LECTURA 2: J. Barbero, R. Giró, C. Gomis, El acompañamiento espiritual, <http://fundacionmetta.org>

EL ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL

Hecho este preámbulo quizás conviniera plantearnos que NO es acompañamiento espiritual:

- Acompañar no es dirigir, no se trata de la clásica Dirección Espiritual. El hecho de hacer exploración focalizada no significa que el enfoque sea directivo, sino que nos acercamos específicamente a la dimensión espiritual.
- No es adoctrinamiento, ni ningún tipo de inoculación de creencias.
- No es psicoterapia, pues no aborda específicamente los distintos y posibles trastornos cognitivos, emocionales o conductuales; eso sí, el acompañamiento utiliza estrategias validadas de comunicación terapéutica.
- No es ayudar a huir de la experiencia de sufrimiento no objetivable como problema de por sí consustancial a la condición humana, desde su profunda fragilidad sino en todo caso facilitar el que pueda ser integrado y trascendido. Cuando se pretende huir de este tipo de sufrimiento, suele acabar retornando.

¿Y qué sería, entonces, *el acompañamiento espiritual*? Puede haber múltiples definiciones y perspectivas. Nosotros hemos elegido la siguiente: el acompañamiento espiritual es la práctica de reconocer, acoger y dar espacio al dialogo interior de aquel que sufre, para que el mismo pueda dar voz a sus preguntas y dar vida a sus respuestas. Es decir, ayudar a la persona a despertar o a sacar a la luz el anhelo, la búsqueda interior que toda persona puede tener.

Para acompañar no sirven todos los modelos de relación terapéutica. Nosotros proponemos como más idóneo el *modelo* desarrollado por Henry Nowen (1) conocido como *Sanador Herido*, en el que tanto el acompañante como el acompañado están en condiciones de simetría, desde la perspectiva espiritual, como encuadre para el encuentro terapéutico. El acompañante sabe de sus capacidades y recursos, pero también de sus heridas y por eso no las proyecta en el otro; más bien le sirve para reconocer su propia fragilidad, lo que le va a hacer mucho más tolerante con la que presenta el otro. además, cree profundamente en los recursos del otro sin negar por ello sus dificultades. Se trata de basar la relación desde lo común de la condición humana, no desde el dominio. En este sentido, todo el proceso de acompañamiento intenta conectar tanto con las necesidades como con los satisfactores (potenciales o reales) y las posibilidades.

A partir de este modelo de relación, podemos ahora describir los ingredientes esenciales del acompañamiento espiritual. A saber:

- Un *vínculo* basado en la *confianza*, como primera y necesaria herramienta.
- La *presencia* y la *atención* activas. Se trata de no huir de las preguntas y de las ansiedades y miedos que hay detrás. Se trata de conjugar el verbo estar, de saber estar presentes como testimonio silencioso de su dolor y de su proceso.
- La *escucha activa*. Supone el desarrollo de las distintas estrategias de escucha activa que proporcionan metodologías como el *counselling*.
- La *compasión*. Según Ekman existe una empatía compasiva y sería el grado más alto de empatía, denominado por Goleman preocupación empática. Con este tipo de empatía no solo acogemos y entendemos el problema de la otra persona, sino que

LECTURA 2: J. Barbero, R. Giró, C. Gomis, El acompañamiento espiritual, <http://fundacionmetta.org>

además nos sentimos espontáneamente movidos a ayudarlo. Es lo mismo que compasión.

La palabra compasión no está de moda. En el pasado reciente y aun actualmente presenta unas connotaciones caritativo-asistenciales. En nuestro contexto se trata de algo muy distinto. Se refiere a la actitud que nos mueve desde la conmoción interna ante la necesidad o el sufrimiento del prójimo hacia la acción eficiente para acompañar al paciente y ayudarlo a salir de su situación.

La compasión precisa de la *empatía*, que nos permite percibir y entender la necesidad en el otro; requiere además el *deseo* de ayudar y aliviar el sufrimiento del otro; a veces el *coraje* de acercarse al mundo interior tempestuoso del que sufre; y siempre la *acción* orientada a mejorar la situación del que es visto como alguien cercano (Rimpoche). La compasión conlleva compromiso, intencionalidad, en este caso el de afrontar las contradicciones y el miedo del otro que sufre.