

AUTOCONOCIMIENTO Y AMOR DE DIOS. 6ª charla

Monasterio de Santa María de Sobrado. P. Carlos G. Cuartango. 8-2-2014

Fraternidad de Laicos Cistercienses

Continuando nuestro viaje, vamos a proseguir con la investigación de la conciencia de nuestro niño interior, porque en ella se encuentran los cimientos de la curación y del regreso a casa. La inocencia infantil, la confianza y la espontaneidad con la que todos nacemos se ha encubierto debido a los traumas que sufrimos. Ahora, lo que encontramos cuando nos dirigimos dentro, hacia nuestra vulnerabilidad, es un núcleo de miedo; un mundo de miedos, a veces muy, muy profundos, de pánico e incluso terror.

Para poder sobrevivir, aprendimos desde una muy temprana edad a encontrar formas de compensación para esos miedos profundamente asentados, pero eso no los hizo desaparecer. Por el contrario, se asentaron más profundamente en nuestro inconsciente.

Nuestro niño interior herido tiene una mente propia que funciona de forma totalmente independiente de la de nuestro adulto compensado. El o ella viven en su propio mundo; un mundo tantas veces inconsciente, basado en experiencias y recuerdos del lejano pasado que son aún muy vívidos y afectan de manera importante al presente. Lo importante es ser más conscientes de cómo siente, de por qué siente, lo que siente y de cómo funciona.

Pero antes de meternos de lleno en ello, para conocerlo con mayor profundidad, quisiera hacer un inciso -que prácticamente nos ocuparía la charla de hoy- sobre un principio básico de la teología que establece que la Fe y la Sagrada Escritura contienen la respuesta a las inquietudes más profundas del corazón humano. Es decir, antes de adentrarnos en una visión fundamentalmente psicológica de nuestro niño interior, quisiera anticipar que su sanación, en definitiva, va a ser una cuestión de fe, de espiritualidad.

Como sabemos, la fe atañe a la vida, a mi vida. La fe viene a ser como una radiografía de mi existencia humana. Me ayuda en la tarea de vivir una vida mejor, de ser más humano, más integrado. Creer es descubrir que existe una sola unidad: Dios es el fundamento más profundo de mi ser.

Nuestra inquietud profunda

Una de las más hondas necesidades del corazón humano es la de ser apreciado. Todo ser humano desea que le valoren. Y no es que todos queramos que los demás nos tengan por seres maravillosos. A lo mejor esto resulta ser la pura verdad, pero no es lo fundamental. Podríamos decir también que toda persona quiere ser amada, pero eso también resulta algo ambiguo, pues se da tanta variedad en los tipos de amor como en las especies de flores. Para algunos, el amor es, ante todo, apasionado; para otros, es más bien romántico; otros, en fin, lo consideran como meramente sexual. Pero existe un amor mucho más profundo, que podemos llamar *amor de aceptación*. Todo ser humano ansía vivamente que los demás le acepten y que le acepten verdaderamente por lo que él es. Nada hay en la vida humana que tenga efectos duraderos y tan fatales como la experiencia de no ser aceptado plenamente. Cuando no se me acepta, algo queda roto dentro de mí. Un bebé no recibido con agrado está arruinado desde las raíces mismas de su ser. Un estudiante no aceptado por su profesor no llegará

nunca a aprender. Una persona no aceptada por sus colegas de trabajo padecerá de úlceras y hará la vida imposible a los de su hogar. La historia de muchos presidiarios demuestra que la experiencia de no haberse sentido aceptados constituyó el motivo principal de sus extravíos. De igual manera, en la vida religiosa, cuando una persona no se siente aceptada en su comunidad, no puede ser feliz. Una vida sin aceptación es una vida en la que deja de satisfacerse una de las necesidades humanas más primordiales.

Ser aceptado quiere decir que las personas con quienes vivo me hacen sentir que realmente valgo y soy digno de respeto. Son felices porque yo soy quien soy. Ser aceptado significa que me permiten ser como soy y que, aunque es verdad que todos tenemos que desarrollarnos, no me obligan a ello a la fuerza. ¡No tengo, pues, que pasar por alguien que no soy! Y tampoco me tienen fichado por lo que he sido en el pasado o por lo que ahora soy. Por el contrario me dejan campo libre para desplegar mi personalidad, para enmendar mis errores pasados y progresar. En cierto sentido podemos decir que la aceptación constituye un descubrimiento.

Toda persona nace con un gran número de potencialidades, pero si éstas no son estimuladas por el toque caluroso de la aceptación de los demás, permanecerán dormidas para siempre. La aceptación, pues, libera todo lo que hay dentro de mí. Sólo cuando soy amado, en ese sentido profundo de la plena aceptación, puedo llegar a ser realmente yo mismo. El amor y la aceptación por los demás hacen posible que yo llegue a ser esa persona verdaderamente única e inédita que estoy llamado a ser. Cuando se estima a un hombre por lo que hace, no se le trata como a un ser único, porque siempre habrá otro que pueda hacer su mismo trabajo o incluso hacerlo mejor. Pero cuando uno es amado por lo que uno es, sólo entonces se convierte en una persona única e insustituible. Queda claro, por consiguiente, que necesito de la aceptación de los demás para alcanzar la plenitud de mi personalidad. Cuando no soy aceptado, no soy nadie. No puedo alcanzar mi plenitud. Un hombre que es aceptado es un hombre feliz; porque ha sido descubierto y podrá desarrollarse.

Aceptar a otro no quiere decir que tenga que aceptar sus defectos, ni tratar de encubrirlos. Tampoco significa que todo lo que él haga sea “genial” o “perfectamente hecho”. Todo lo contrario. Al negar los defectos de una persona estoy demostrando justamente que no la acepto. Todavía no he llegado a la profundidad de su persona. Sólo cuando acepto a alguien totalmente y sin reservas puedo hacer frente a sus defectos.

De manera negativa podemos decir que aceptar a una persona significa no darle nunca motivos para que se sienta poca cosa. No esperar nada de alguien es como matarlo o hacerlo estéril. Ya no puede hacer nada. Cuentan que, en ciertas regiones, los niños atacados de raquitismo arañan las paredes de las casas para obtener cal. De manera semejante podemos decir que el hombre que no es aceptado “araña las paredes” para obtener caricias, para obtener aceptaciones.

Ahora bien, ¿cuáles son los síntomas del hombre que no es aceptado?:

- Jactancia: de manera sutil o manifiesta, buscan la manera de obtener la alabanzas y estima que tanto necesitan.
- Rigidez: la falta de aceptación produce falta de seguridad en el camino de la vida y, a fortiori, falta de coraje para arriesgarse a dar un paso fuera de lo trazado.
- Complejo de inferioridad: que simplemente define las condiciones ya mencionadas.
- Masturbación o cualquier otra compensación ó placer superficial: le falta tanto profundidad en su ser, que hace todo lo posible para sobrevivir, para sacar de la vida lo que pueda de manera fácil.
- Deseo de hacer valer en todo sus propios derechos: terrible poder de imponerse sobre los demás, excesiva necesidad de que los demás le hagan caso, tendencia a sentirse amenazado, a exagerar las cosas, a murmurar y sospechar de los demás... son algunos de los tantos síntomas de no sentirse aceptado.

La persona realmente equilibrada no tiene necesidad de gratificarse en esa medida. Es bueno recordar aquí a Erik Erikson. Él elaboró una *Teoría del desarrollo de la personalidad* a la que denominó *Teoría psicosocial*. En ella describe ocho etapas del ciclo vital o estadios psicosociales, que no son sino crisis o conflictos en el desarrollo de la vida, a las cuales han de enfrentarse las personas:

- 1.- *Confianza Básica vs. Desconfianza*. La virtud que está en juego es la *Esperanza*. Va desde el nacimiento hasta aproximadamente los 18 meses.
- 2.- *Autonomía vs. Vergüenza y Duda*. La virtud que está en juego es la *Voluntad*. Va desde los 18 meses hasta los 3 años aproximadamente.
- 3.- *Iniciativa vs. Culpa*. La virtud que está en juego es el *Propósito*. Va desde los 3 hasta los 5 años aproximadamente.
- 4.- *Laboriosidad vs. Inferioridad*. La virtud que está en juego es la *Competencia*. Va desde los 5 hasta los 13 años aproximadamente.
- 5.- *Búsqueda de Identidad vs. Difusión de Identidad*. La virtud está en juego es la *Fidelidad*, y va desde los 13 hasta los 21 años aproximadamente.
- 6.- *Intimidad vs. Aislamiento*. La virtud está en juego es el *Amor*, y va desde los 21 hasta los 40 años aproximadamente.
- 7.- *Generatividad vs. Estancamiento*. La virtud está en juego es el *Cuidado*. Va desde los 40 hasta los 60 años aproximadamente.
- 8.- *Integridad vs. Desesperación*. La virtud que está en juego es la *Sabiduría*. Va desde aproximadamente los 60 años hasta la muerte.

La primera etapa, que es la que aquí nos interesa, tiene que ver con la sensación física de confianza. El bebe recibe el calor del cuerpo de la madre y sus cuidados amorosos. Se desarrolla el vínculo que será la base de sus futuras relaciones con otras personas importantes; es receptivo a los estímulos ambientales, y por ello sensible y vulnerable a las experiencias de frustración. Estas son las experiencias más tempranas que proveen aceptación, seguridad, y satisfacción emocional y están en la base de nuestro desarrollo de individualidad. Depende entonces del sentimiento de confianza que tengan los padres en sí mismos y en los demás, el que lo puedan reflejar en sus hijos.

Erik Erikson escribe al respecto: *Hay algo que el ser humano adquiere en su primera relación interpersonal, algo que la mayoría de los que sobreviven y mantienen sano el juicio pueden creer que lo tienen ya asegurado. Sin embargo, sólo los psiquiatras, los sacerdotes y los filósofos natos, llegan a darse cuenta de la forma tan penosa como esto puede faltar, de hecho, en la vida de los individuos. Yo he llamado “confianza básica” a este tesoro temprano, primer rasgo de la psicología humana y base de todas las demás.*

Esta “confianza básica” en la reciprocidad aparece como un “optimismo” original, como la percepción de que “alguien hay aquí” sin el cual no podemos vivir. En determinadas circunstancias, esta confianza básica no logra desarrollarse -por algún defecto del propio niño, o por el ambiente materno-, y los niños mueren mentalmente. No son capaces de responder ni de aprender: no asimilan ni sus alimentos, ni pueden defenderse frente a una infección, llegando con frecuencia a morir, no solo mentalmente sino físicamente.

La respuesta de Dios

Dios me acepta tal como soy -¡tal como soy!- y no tal como debería ser. Decir esto es, en cierta forma, afirmar algo obvio, pero lo cierto es que yo nunca soy lo que debería ser. Yo sé muy bien que nunca, en realidad, sigo fielmente el camino recto. Ha habido muchas curvas, muchas decisiones equivocadas que, en el curso de mi vida, me han conducido al lugar donde actualmente me encuentro. Pero, he aquí que la Escritura me dice: *el lugar en que estás es tierra sagrada* (Ex. 3,5). Dios me conoce por mi propio nombre: *Mira cómo te tengo grabado en las palmas de mis manos* (Is. 49,16). Lo cual quiere decir que Dios nunca podrá mirarse la mano sin ver mi nombre. . . Y mi nombre, eso soy yo... El mismo Dios garantiza que yo puedo ser quien soy. San Agustín dice: *Un amigo es alguien que sabe todo de ti, no obstante, te acepta*. Todos aspiramos, anhelamos el encuentro con la persona con quien realmente pueda hablar; con la persona que me comprenda a mí y a las palabras que hablo; que me pueda escuchar y logre comprender aun lo que no puedo decir y que realmente me acepte tal como soy.

Saco ahora a colación un cuento -probablemente conocido de todos- que es una auténtica joya:

Durante años fui un neurótico. Era un ser angustiado, deprimido y egoísta. Y todo el mundo insistía en decirme que cambiara. Y no dejaban de recordarme lo neurótico que yo era.

Y yo me ofendía, aunque estaba de acuerdo con ellos, y deseaba cambiar, pero no acababa de conseguirlo por mucho que lo intentara.

Lo peor era que mi mejor amigo tampoco dejaba de recordarme lo neurótico que yo estaba. Y también insistía en la necesidad de que yo cambiara.

Y también con él estaba de acuerdo, y no podía sentirme ofendido con él. De manera que me sentía impotente y como atrapado.

Pero un día me dijo: “No cambies. Sigue siendo tal como eres. En realidad no importa que cambies o dejes de cambiar. Yo te quiero tal como eres y no puedo dejar de quererte”.

Aquellas palabras sonaron en mis oídos como música: “No cambies. No cambies. No cambies... Te quiero...”.

Entonces me tranquilicé. Y me sentí vivo. Y, ¡oh maravilla!, cambié.

Ahora sé que en realidad no podía cambiar hasta encontrar a alguien que me quisiera, prescindiendo de que cambiara o dejara de cambiar.

¿Es así como tú me quieres, Dios mío?

Pues sí, Dios es así. Dios me quiere con mis ideales y con mis fallos, con mis sacrificios y con mis alegrías, con mis éxitos y con mis fracasos. Dios es el fundamento más radical de mi ser entero.

*Una cosa es saberme aceptado; pero sentirlo vivamente es otra cosa completamente distinta. Este es el *quid* de la cuestión. No basta haber palpado una sola vez el amor de Dios. Se necesita mucho más que eso para construir la vida sobre el amor de Dios. Hace falta mucho tiempo llegar a creer que Dios me acepta tal como soy.*

Siempre se nos ha dicho que es importante amar a Dios y, por supuesto, es la pura verdad. ¡Pero es mucho más importante el que Dios nos ame a nosotros! Nuestro amor a Dios es algo secundario. Primero es el amor de Dios a nosotros: *El amor consiste en esto: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que El nos amó a nosotros* (Jn. 1, 4-10). Esto es lo fundamental. Karl Rahner decía cierta vez que estamos viviendo en una época en la que se presta mucho interés a la

“política” de la Iglesia, como los temas de la píldora, la reforma de la Curia Romana, el celibato sacerdotal, etc. Ahora bien, esto puede ser señal de una fe profunda, pero también puede ser señal de una falta de fe profunda. Lo fundamental de la fe es saber que Dios me acepta: *Así hemos llegado a saber que Dios nos ama* (1 Jn. 4,16). Este es, pues, el contenido de nuestra fe: el amor de Dios hacia nosotros.

La noche antes de su muerte, Jesús pidió a su Padre: *Tú, que los amas tanto como me amas a mí... que el amor que me tienes esté en ellos* (Jn. 17,23. 26). Parece increíble que Dios nos ame tanto como a su propio Hijo Jesús. Y, sin embargo, esto es precisamente lo que nos dice la Escritura.

Todos los seres humanos nos hallamos separados, divididos de múltiples maneras, por ejemplo:

- En cuanto al tiempo: para nosotros, un minuto sigue a continuación de otro y así va transcurriendo el tiempo. Pero para Dios las cosas no son tan así. Dios vive constantemente un “ahora” siempre actual. Para El no hay división. La “eternidad” significa que la totalidad del tiempo se halla presente en ese momento que perdura para siempre.
- En cuanto al espacio: contamos con ciertas extensiones delimitadas, vivimos fragmentados. Pero para Dios no es así. Dios es totalmente uno.
- En cuanto al amor: nos dividimos en nuestro amor. A unas personas las queremos muchísimo (90%), bastante (50%), o muy poco (20%). Dios, en cambio, no mide su amor. Dios no puede sino amar plenamente: 100%. Si pensamos que Dios puede dividir su amor, no pensamos en Dios sino en nosotros mismos. Dios es perfectamente uno, la perfecta Unidad. Nosotros tenemos amor; Dios es amor. Su amor es una actividad: es todo su ser. Si pudiéramos aceptar algo de esto, comprenderíamos, pues, que Dios sería incapaz de dar el 100% de su amor a su Hijo y sólo un 70% a nosotros. Si fuera capaz de eso, no sería Dios. Al leer los diálogos de algunos santos y santas, místicos y

místicas, como Santa Catalina de Siena, sacamos la impresión de que Dios no tiene otra cosa que hacer sino preocuparse de Catalina. Y es la pura verdad. Toda la atención individualizada de Dios está concentrada en ella y en cada uno de nosotros.

Paul Tillich define la fe como *el coraje de aceptar la aceptación*, refiriéndose a la aceptación nuestra por parte de Dios. Tal vez no nos demos cuenta de que la fe exige mucho coraje de nuestra parte. Es esa “confianza básica” de la que hablábamos más arriba y que, de alguna manera, no depende de nosotros pues este *coraje de aceptar la aceptación, es un don de Dios*. Quizás incluso, la fe nos parezca algo muy fácil y suave. Pero, en realidad, el coraje es un requisito indispensable y es el valor, justamente, lo que nos falta con demasiada frecuencia. ¿Por qué es tan indispensable tener coraje para aceptar la aceptación?

- En primer lugar, porque, cuando nos ocurre algún acontecimiento adverso, casi siempre nuestra primera reacción es la de quejarnos “¿Cómo es posible que Dios permita tal cosa?”. Ponemos en duda el amor de Dios. Hay que tener valor, pues, para creer en la aceptación de Dios pase lo que pase. De esta forma, el acto de fe trasciende mi experiencia personal. La fe es, pues, una interpretación de la vida que yo acepto.

- En segundo lugar, porque el amor de Dios es infinito. Jamás podemos agarrarlo, ni comprenderlo, ni mucho menos controlarlo. Lo único que podemos hacer es lanzarnos a su profundidad insondable, pero tenemos que lanzarnos así. Nos da miedo soltarnos. Evan Stolpe, un sueco convertido, dice que tener fe significa subir a una escalera portátil muy alta y allí, en el escalón más alto, escuchar una vez que me dice: “Lánzate, que yo te agarraré!”. El que da el salto es el hombre de fe. Y hay que tener coraje para lanzarse.

- Por último, hay un tercer motivo que, aunque parezca sutil no deja de ser verdadero. Resulta más o menos fácil creer en el amor de Dios en general, pero es muy difícil creer en el amor de Dios para conmigo, personalmente. ¿Por qué a mí? En realidad son poquísimas las personas capaces de aceptar la aceptación. Raras veces podemos encontrarnos con una persona capaz de enfrentar la pregunta: “¿Por qué a mí?”. La autoaceptación no puede fundamentarse en mi propia persona, en mis propias aptitudes. Basar la aceptación de mí mismo en tal fundamento produciría un desastre. La autoaceptación es un acto de fe, un don de Su Gracia. Si Dios me ama, yo tengo que aceptarme a mí mismo. No puedo ser más exigente que el mismo Dios ¿verdad?.

Preguntas para la reflexión:

- 1.- ¿Qué puedo compartir de cómo vivo o experimento eso que hemos llamado la *confianza básica*?
- 2.- ¿Qué puedo compartir de mi fe entendida como *el coraje de aceptar la aceptación*?