

Enfrentar la ansiedad: Un aporte desde la poiménica

por Ekkehard Heise

1. Introducción

La poiménica como una materia de la teología práctica refleja sobre y apunta a la acción. Por ende, el tema de la ansiedad se convierte para ella en la pregunta: ¿Cómo se puede enfrentar la ansiedad en la cura de almas? Porque de esto se trata si hablamos de ansiedad: de un alma afligida, dañada. Preguntamos por el instrumental del que dispone la cura de almas al enfrentarse a la ansiedad. Son herramientas teológicas, poiménicas, que colaboran con otros enfoques de ayuda procedentes de la psicoterapia, la filosofía la sociología y otros.

La diagnosis de ansiedad, en un primer plano, puede remitir a varias causas. Puede haber problemas médicos, de la salud, puede que se vive una situación económica ardua o una inestabilidad emocional. Hay varias razones que causan ansiedad. Pero muy en lo profundo, la ansiedad es un problema teológico o religioso. Es el resultado del enfrentamiento con la muerte, con el poder, que, por último, pone en peligro nuestra relación con Dios. No siempre se habla en este momento de Dios. A veces se expresa con otros nombres hablando de la vida, del sentido de la vida, del futuro, del amor, de la solidaridad entre los seres humanos, que están puestos en peligro por este poder destructor que es la muerte. Pero en el fondo se trata de la relación con de Dios, que se nombra con todos estos conceptos que son amenazados por la muerte. Por eso decimos que es el alma que fue dañada y lleva a la persona a sentir esta ansiedad que a veces ni siquiera tiene nombre. Con el concepto del alma nos referimos al ser humano entero en cunado es llamado por Dios. La ansiedad es una enfermedad del alma. La persona afectada no está más segura de su ser llamada por Dios. La percepción de la relación con Él ha sufrido daños. Un ser humano pierde el contacto con la fuente de la vida, con un futuro prometedor y, por ende, es invadido por una ansiedad radical.

Enfrentándonos a esta tristeza existencial somos acompañados por «una gran nube de testigos» encabezada por Jesucristo que sabía convertir la ansiedad en alegría porque venció a la muerte como causante último de toda ansiedad. La poiménica reflexiona y enseña este saber de curar las almas tristes: vencer la ansiedad por la comunicación de la victoria definitiva sobre la muerte, en Jesucristo.

2. La tristeza se convertirá en alegría - Una meditación sobre Juan 16: 20 y 221

Tal vez una de las cosas más importantes para vencer la ansiedad es recordar la alegría significativa para una vida cristiana. Leemos en el Evangelio de san Juan, en el capítulo 16: 20 y 22:

Jesús jijo a sus discípulos: —Les aseguro que ustedes llorarán y estarán tristes, mientras que la gente del mundo se alegrará. Sin embargo, aunque ustedes estén tristes, su tristeza se convertirá en alegría.

Así también, ustedes se afligen ahora; pero yo volveré a verlos, y entonces su corazón se llenará de alegría, una alegría que nadie les podrá quitar.

La leyenda, borroneada con pintura blanca sobre un puente de mi ciudad, dice «*bonjour tristess*» (buen día tristeza). Ridículo resto de una época que solía coquetear con el lujo de los sentimientos tristes. Me acuerdo de las noches llenas de dolor dulce, no comprendido, solo, en una soledad suave, alimentada por una tristeza de azúcar. «*Sin embargo, aunque ustedes estén tristes, su tristeza se convertirá en alegría*». Muy cerca quedaron, uno junto al otro, estos dos sentimientos, y cuando el corazón rebosa, la boca habla no solamente de la alegría sino también de la tristeza comunicada, compartida. Esos sentimientos dulces se reflejan en la frase pintada sobre aquel puente: «*bonjour tristess*». «*Les aseguro que ustedes llorarán y estarán tristes, mientras que la gente del mundo se alegrará*».

Se alegra de un mundo sin complicaciones, de un desarrollo sin restricciones, que sobrepasa y deja atrás al que queda sumido en su dolor, despidiéndose. ¿Adónde ir con toda tristeza, todo el dolor, el odio ante el propio fracaso? Los que quedan atrás sienten la desesperación frente a un mundo que avanza sin piedad. Me pregunto si curará todo lo que se ha roto en la vida. «... *su tristeza se convertirá en alegría*».

Odio las palabras superficiales sobre la alegría. Muy cuidadosamente, muy en serio, voy a escuchar este dicho de Jesús; auscultarlo para saber a qué se refiere, si se puede creer en esto: «... *su tristeza se con-*

¹ Esta meditación se basa en un texto del autor que fue publicado por primera vez en la *Revista Parroquial de la Iglesia Evangélica del Río de La Plata*, Buenos Aires en septiembre del año 1989, N° 9, pp.3-4.

vertirá en alegría». ¿De dónde lo sabe? Quiero creer que no lo dice sin responsabilidad, que no se trata de una charla sin profundidad. Entonces ¿de dónde? ¿De dónde vendrá esa alegría, que debería ser mayor que la dichosa tristeza? «Así también, ustedes se afligen ahora; pero yo volveré a verlos, y entonces su corazón se llenará de alegría, una alegría que nadie les podrá quitar».

Habla de la despedida y el reencuentro. Al decir el último adiós a sus amigos, Jesús habla de volver a verlos. Con esto aparece una realidad que es más grande y más amplia que el horizonte de la tristeza mortal. El reencuentro lo abarca todo.

Me hace bien cuando Jesús habla del reencuentro; me da alivio y consuelo. Es más, me parece que aquí está la razón de la alegría: en la afirmación de que no vamos a perdernos. Ni la vida, ni el amor, ni todo lo valioso de esta existencia va a desaparecer con la muerte; todo lo que tiene valor, lo que hicimos por amor, lo reencontraremos. Y lo perdido, lo que tuvimos que ceder, lo sacrificado, lo que resultó imposible, lo vamos a vivir otra vez. Las vidas imperfectas serán completadas, y van a cumplirse los sueños frustrados de los seres humanos. Entre ellos figura el sueño de Jesús, un sueño por el que dio su vida. El nombre de este sueño es «Reino de Dios», un reino en el que los seres humanos viviremos juntos con Dios en plenitud. «...y entonces su corazón se llenará de alegría, una alegría que nadie les podrá quitar».

Al matar a Jesús en la cruz no se pudo matar ese sueño tan suyo, ni la alegría que evocaba. Más aún, los amigos, después de haber dejado a Jesús, se dieron cuenta de que con ese sueño y con la alegría, a ellos les quedaba más que un recuerdo del pasado, les quedaba la presencia del Señor en una forma muy intensa. Sintieron hasta lo palpable esa presencia del Cristo resucitado, que no les permitía hacer otra cosa que festejar la victoria de la alegría sobre la tristeza. Sintieron una alegría que nadie les pudo quitar a los cristianos hasta hoy en día.

Yo creo que al no haber dejado perder a su hijo en la muerte, Dios quería enseñarnos a soñar, mantener el sueño de su hijo, el sueño de un «Reino de los cielos», un reino en el que nadie tendrá que contentarse con una dulce sustitución, sino que va a gozar la vida completa. La ansiedad, anticipo y consecuencia de una tristeza incrustada, no va a tapar la verdadera fuente de las lágrimas, que es la alegría.

Jesús no solamente era un hombre que sabía soñar, sino que sabía realizar sus sueños. Los hombres y mujeres que tenían contacto con él sentían que en la vida de esas personas se hacían realidad los deseos y an-

helos humanos. Y creo que es esto lo que hasta ahora hace a la vida tan dolorosa a veces: que tenemos la sensación de que podría ser linda y feliz y plena, pero muchas veces no lo es; y justamente por eso conocemos también la otra sensación: lloramos y estamos tristes mientras la gente del mundo se alegra, porque no comparte esta sensibilidad por los sueños cristianos.

La alegría en la que se convertirá mi tristeza y la que llenará mi corazón, abriendo brecha en toda ansiedad, la alegría que me promete Jesús, no es solamente una cosa del futuro o un consuelo para la eternidad —estos consuelos me parecen pobres e indignos ante los que lloran hoy—; creo que Jesús está hablando de un futuro que siempre está con migo, presente como una posibilidad que no me deja aunque tenga muchas razones para estar triste hasta la muerte, cayendo en la ansiedad más paralizante.

El reencuentro con todo lo que hubiéramos estimado muerto puede tener lugar en cualquier momento. Todo está, resucita, el reino de Dios es la otra posibilidad de vivir que siempre tenemos. Lloramos, estamos tristes, ansiosos, pero en el fondo, en la profundidad de nuestra existencia, queda la alegría. Y aunque nuestras fuerzas a veces sean demasiado débiles, la alegría ya ahora nos atropella, dejándonos sorprendidos.

Sin embargo, aunque ustedes estén tristes, su tristeza se convertirá en alegría. ¿Para qué sirven estos pensamientos en las situaciones que hoy estamos viviendo? ¿No tenemos todos, incluso la gente del mundo, mil razones para preocuparnos? ¿Dónde queda la alegría cristiana, mientras la gente del mundo está triste y sin esperanza?

Creo que somos realistas y nos preocupamos, plenamente solidarios con todos los seres humanos. Lloramos y nos afligimos, pero como cristianos realistas no vamos a dejar que la ansiedad se incruste en la vida y que la desesperación tenga la última palabra. Conocemos una realidad que es más real y más presente que la más cruda evidencia del mundo, inclusive la muerte misma.

Debemos ser cuidadosos. Dije al principio que odio cada palabra superficial sobre la alegría. Muy en serio quiero escuchar las palabras de Jesús: «...que ustedes llorarán y estarán tristes, mientras que la gente del mundo se alegrará. Sin embargo, aunque ustedes estén tristes, su tristeza se convertirá en alegría».

Al creer a este hombre, Jesús, al creer lo que dijo, toda tristeza pierde no solamente su dulzura, que le daba una resignación inútil, sino que también la tris-

teza; y todo lo malo, hasta la muerte misma, pierde en este último sentido radical su cara amenazadora, pierde su realidad y su seriedad. La ansiedad tiene que dar lugar a la alegría, radicada en lo profundo de la existencia humana; la alegría de los seres humanos, amados por Dios, una alegría que nadie nos podrá quitar.

Vivamos como seres liberados para esta alegría divina, alegres con una sonrisa que vence al mundo y que gana el mundo.

3. Se siente ansiedad cuando el alma fue dañada

La meditación que reprodujimos arriba es cura de almas. Una cura de almas en forma de un texto que facilita a sus lectores la buena noticia vivificante del Evangelio. Lo hace a partir de un versículo bíblico del Evangelio de san Juan, haciendo una relectura de aquel relato joánico sobre como Jesús mismo intenta consolar a sus amigos frente a la perspectiva de la separación cercana, forzada por su muerte anunciada. En esta situación de despedida Jesús es un verdadero curador de las almas para con sus amigos y seguidores. Toca el tema más profundo de la existencia humana, que es el tema de la separación de todo lo que significa nuestra vida, es el tema de la muerte como la amenaza última de todo porvenir y por ende, causante último de todo tipo de ansiedad.

La respuesta de Jesús se concentra en esta frase «yo volveré a verlos», y por ende «su corazón se llenará de alegría» y esta vez no habrá más separación, no hay más muerte, por eso será «una alegría que nadie les podrá quitar». Como la muerte es la raíz de toda ansiedad, el anuncio de la victoria sobre la muerte, una victoria que Jesús comparte con los suyos, es el antídoto que cura la ansiedad, la vence.

En poiménica trata de la pregunta: ¿Cómo aplicar este antídoto? —es decir: ¿Cómo curar las almas dañadas por esta ansiedad causada por una supuesta separación de Dios con la que la muerte amenaza? Es una amenaza que aparece bajo una multitud de caras y apariciones diferentes, pero en el fondo está siempre la muerte, la ausencia de Dios que quita la vida. Los salmos lo expresan, cada ser viviente depende de la presencia de Dios:

Escondes tu rostro, se turban; les quitas el hálito, dejan de ser y vuelvan al polvo. Envías tu espíritu, son creados... (Sal 104, 29s).

Al hablar del alma nos referimos al ser humano entero en su carácter como ser al que Dios dirige la palabra. Donde este llamamiento divino no se escucha más, por diversas razones, el alma es dañada y ganó

terreno la muerte. La cura de almas cristiana es el arte de reparar este daño, y la metodología es vencer la ansiedad a la muerte por el anuncio de la victoria en Jesucristo sobre este enemigo, con todo el instrumental que esté al alcance.

Los teólogos de la Teología Dialéctica en la Europa central después de la Primera Guerra Mundial, eran muy puristas en este asunto. No profundizaron mucho sobre preguntas metodológicas. La palabra de Dios se impone sola y entonces basta con proclamar el evangelio desde el púlpito, al igual que en los encuentros cara a cara que caracterizan la cura de almas. Eduardo Thurneysen explica: Cura de alma es «alcanzar la palabra de Dios al individuo»², acercar la «proclamación... a la vida del individuo». En la cura de alma la proclamación toma «la forma del diálogo que persigue caso por caso a la persona individual y se dedica a ella»³. Estos teólogos dialécticos entendieron la vida amenazada por la muerte —y la de ahí resultante ansiedad— con el concepto del pecado. Cada ser humano como pecador está en una situación muy seria, preñada de ansiedad y susto frente a la ira de Dios, y por último es condenado a la muerte. La cura de almas básicamente es la comunicación del perdón de los pecados al individuo y la de ahí resultante posibilidad de la conversión y de empezar una vida nueva.

Lo que todavía marcaba la biografía del joven Martín Lutero y lo que le llevaba a decisiones decisivas al principio de su vida, el percibir la propia vida como una vida de pecador, lleno de ansiedad frente a un Dios de una justicia sin piedad, ya no es más la manera como se percibe la existencia hoy en día. El concepto de pecado, con el que los teólogos del siglo pasado todavía pretendían explicar la existencia humana y la ansiedad radical que a veces la domina, la mayoría de la gente, que por uno u otro camino llega a la cura de almas, no lo entiende más. La cura de almas de la segunda mitad del siglo XX cambió entonces su metodología. En lugar de puramente «predicar» el evangelio, aún en los encuentros íntimos de pastor y consultante se ofrece todo el espacio en el diálogo pastoral al individuo. Su historia de vida conflictiva y de ansiedad llega a ser el centro de la atención en la cura de almas, que, de esta manera, se vuelve una especie de terapia. Muy parecido, y más o menos con el mismo instrumental como los psicoterapeutas, los curadores

² Thurneysen, Eduard, *Die Lehre von der Seelsorge*, Zollikon-Zürich 1946, p. 9. («Ausrichtung des Wortes Gottes an den Einzelnen», la traducción de todas las citas es mía).

³ Thurneysen, Eduard, 1946: 58.

y las curadoras de almas ofrecen un espacio amplio a la narración del cliente y lo guían a encontrar su camino de salida de la ansiedad y sus soluciones para reducir los síntomas del sufrimiento.

La discusión sobre si la cura de almas tiene que ser terapéutica o kerigmática, si es un acto de predicación del evangelio, de misión, o más bien una ayuda profesional concentrada en reducir los síntomas de la ansiedad existencial, tiene muchos aspectos. Y no se va a resolver inclinándose hacia uno de los dos extremos. Más bien se trata de encontrar la manera más adecuada de aportar lo mejor al proceso de enfrentamiento de las personas con esta ansiedad existencial que amenaza su vida. La cura de almas no está vinculada a una metodología definida, sino que lo importante es no perder el mensaje. La buena nueva, que redime de la ansiedad. La cura de almas encuentra sus herramientas en función de este mensaje y dependiente del marco de referencias vivencial del que busca ayuda.

4. Maneras de curar las almas ansiasdas

Ya conocimos arriba la meditación de un texto bíblico como herramienta de la cura de almas. Los lectores de aquella meditación, a lo mejor, salen fortalecidos de la lectura a la que les invitó el autor. En la Biblia misma se encuentran textos que ya como tales tienen este efecto ansiolítico. Mencionamos los salmos. A veces un enfermo o una persona muy angustiada pide a su pastor leerles un salmo de aquellos que conocen bien. La ayuda que ofrecen los salmos frente a la ansiedad, consiste en ofrecer las palabras para que una persona pueda expresarse. Estos viejos textos bíblicos son palabras de vida en el doble sentido de hablar **de la vida** y de ser palabras **para la vida**. Relatan la vida humana también en sus momentos teñidos por la ansiedad, la exponen frente a Dios y son palabras que dan vida porque hablan de la presencia de Dios, que es la fuente de toda vida. Los salmos dan las palabras para expresar las situaciones de alegría pero también de tribulación y ansiedad. La angustia más grande es la que no tiene todavía ningunas palabras.

Los salmos ayudan a expresar desesperaciones, miedos y aflicciones, pero su cura de almas no se acaba en esto. Saber expresar su ansiedad es el primer paso, es importante tener palabras y con ellas entrar en un diálogo con alguien para así vencer la ansiedad. Por ejemplo el Salmo 23. La cura de almas de este texto llega a su culminación, cuando no solamente ha tomado de la mano a su lector alcanzándole las palabras para expresar su ansiedad, «*anduve en valle de sombra de muerte*», y las expresa frente a Dios, sino que

en un momento preciso, el salmista suelta la mano del lector y le hace hablar solo, dirigiéndose a Dios:

tu vara y tu cayado, ellos me sosiegan.

Tú preparas ante mí una mesa frente a mis adversarios; unges con óleo mi cabeza, rebotante está mi copa.

El idioma de los salmos es el idioma de las almas. Donde alguien lo domina y un otro lo entiende, este lenguaje del alma es una herramienta fuerte contra la ansiedad.

Pero ya no todas las personas entienden las palabras bíblicas de sí solas. Necesitan de la meditación como en el ejemplo arriba, donde hicimos una relectura de la cura de almas de Jesús con las palabras de Juan 16: 20 y 22.

Y es más. Aunque la muerte y la de ahí resultante ansiedad son condiciones existenciales de los seres humanos, no se expresan de una sola forma, o sea por un solo género de síntomas. Las caras de la ansiedad son legión y por ende la cura de almas tiene que encontrar mil y una maneras de aplicar el antídoto. Este antifármaco que al menos para los cristianos es uno solo, la victoria sobre la muerte en Jesucristo, en lo cotidiano de los encuentros de cura de almas tiene que tomar formas muy diferentes. Y no se trata sólo de cambiar las palabras y conceptos hermenéuticos. A veces hasta hay que encontrar en la cura de almas formas no verbales o para-verbales, para consolar y animar a alguien con la buena noticia de la victoria sobre la muerte.

Como la ansiedad en sus tantas formas diferentes es un fenómeno antropológico, un daño del alma que también es parte de la humanidad de cada persona, la cura de almas no puede limitarse a un grupo de personas, por ser cristianos, creyentes o, de alguna manera, perceptibles para conceptos religiosos. En nuestras sociedades modernas y, más bien, posmodernas, la cura de almas tiene que prepararse para una dedicación a todas las personas en su carácter como almas, es decir como personas llamadas por Dios. Otra es la pregunta con qué vocabulario dirigirse a personas con muy diferentes trasfondos culturales e ideológicos, que a veces no incluyen ninguna forma de religión.

De este carácter multifacético de la praxis de la cura de almas, la poiménica recibe su tarea de velar sobre el rigor de sus herramientas. No todos las palabras y gestos que se expresen, aun con buena intención, son consoladores y ayudan a vencer la ansiedad. Hay conceptos superficiales como el consumismo o la distracción, que carecen de las fuerzas y la perseverancia como para ser realmente consoladores y vivificantes. Hasta peligrosos pueden resultar el contacto o la en-

trega a ideas de asumir una cierta cercanía con el poder de la muerte, coquetear con los sentimientos de tristeza como lo aludimos en la meditación de arriba sobre Jn 16. La cura de almas tiene que velarse de un instrumental que realmente sea firme lo suficiente como para resistir a la muerte. Por eso la poiménica pone énfasis en que la cura de almas, enfrentándose a la ansiedad en sus múltiples apariencias, se base — en la forma que sea — en el concepto, conocido de la poiménica luterana, del *extra nos*. Es decir que la parte más importante en la lucha contra la ansiedad no la tienen que asumir ni el practicante de la cura de almas, ni el afligido que viene en busca de ayuda. La parte más seria del enfrentamiento con la ansiedad, que es la ofensiva contra la muerte, ya la asumió Dios en Jesucristo y salió vencedor. La amenaza con que se alimenta la ansiedad perdió su derecho de ser, objetivamente (esto es lo que quiere decir: *extra nos*). Lo que falta y queda como tarea de la cura de almas es hacer entrar este dato objetivo — la victoria sobre la muerte — a la subjetividad de las personas. En esta labor, que por nada es algo fácil, la cura de almas se puede apoyar en una realidad *extra nos* — independiente de nosotros — y por ende no tiene que depender de las fuerzas subjetivas de las que disponen ni el practicante de la cura de almas ni la persona a la que está acompañando. Lo que significa este concepto *extra nos*, se puede estudiar muy bien en la poiménica de Martín Lutero.

La cura de almas de Martín Lutero, como la conocemos muy bien por la gran cantidad de cartas que se conservaron, parte de los relatos de los problemas de los consultantes, pero no se limita al escuchar y al acompañamiento, sino que Lutero siempre da un consuelo, que el afligido no se puede dar sólo. Este consuelo viene de Cristo, es decir viene de afuera ni del consejero ni del consultante, proviene del *extra nos*, y por ende no depende ni de la fuerza ni de la fe; tampoco se apoya en las experiencias o en las convicciones de uno de ambos. El consuelo *extra nos* viene de Dios y por eso merece toda la confianza que una vida ansiada anhela depositar en la solución de sus problemas.

El aporte *extra nos* que forma parte de la cura de almas de Martín Lutero toma además la forma de la absolución aun sin que el otro lo haya pedido directamente. Consolar significa para Lutero perdonar pecados. Este perdón viene de Dios. No se lo puede dar uno mismo. Pero en su procedencia divina — *extra nos* — este perdón tiene su firmeza, estabilidad y resistencia que aguante la muerte y vence la ansiedad humana.

Ya arriba concedimos que el hombre del siglo XXI frente a su ansiedad puede tener dificultades con algunos conceptos de antes y no son pocos los contemporáneos que rechazarían plenamente la idea de una cura de almas en forma de una confesión buscando la absolución en el sentido clásico católico. Pero de esto aquí no se trata. Por cierto no vamos a volver a introducir conceptos jurídicos medievales a la relación que establece Dios con los seres humanos. Pensamos más bien en el principio que está detrás de la idea de la confesión y que es la existencia de un alguien que como tercera persona en cada conversación de cura de almas, se ofrece como depósito de todos los relatos de sufrimientos y expresiones de ansiedad y que escucha, aguanta, no condena, sino que ofrece fuerza y dirección para salir de la tristeza agobiante. La estructura de una conversación de cura de almas frente a la ansiedad, según este concepto luterano del consuelo *extra nos*, toma la forma de un triángulo. El curador o la curadora de almas pueden compartir con el afligido la situación existencial de ansiedad. Nadie tiene que pretender ser libre de la tentación de desesperar frente a ella. Pero ambas partes pueden entregar su vida en las manos del que tiene fuerzas suficientes para vencer la ansiedad por haber vencido la muerte misma. En el encuentro de cura de almas puede valerse de la oración o de la bendición como herramientas especiales. Acá está la diferencia de la cura de almas con cualquier forma de psicoterapia o consejería mundana, que se ofrece a combatir la ansiedad, pero, por último, no tiene de donde sacar las fuerzas y la autoridad de enfrentarse con una situación que pone en peligro no solamente la vida del consultante sino también la del consejero.

Dijimos arriba que la ansiedad es una constante antropológica o sea algo que puede tocar a todos los seres humanos independiente de sus denominaciones o creencias. Hablar del alma de una persona significa tratar de la persona en cuanto a su relación con Dios, o sea a su ser expuesta a las experiencias de límites que marcan la vida terrena. La muerte es el ejemplo más fuerte que caracteriza el destino terrenal de cada ser humano. Hablamos de cura de almas donde una persona intenta acompañar a otra en el trasfondo de esta dependencia humana de Dios. Si puntualizamos de esta manera la cura de almas, llegamos inclusive a incluir en nuestras deliberaciones la posibilidad de una ayuda en el enfrentamiento a la ansiedad que traspasa los límites culturales y religiosos.

De la teología pluralista de las religiones se sabe de la importancia que tienen las narraciones en el entendimiento transcultural y entre las religiones. En la poiménica también se subraya el valor en la cura de

almas que poseen los relatos personales de los clientes. Por un lado describen el marco de referencia en el que la persona ubica su problemática y que el curador o la curadora de almas tienen que respetar en el momento de formular sus aportes. Por otro lado estas narrativas ofrecen a menudo los símbolos por los que se expresan los conflictos subyacentes. La ansiedad tiene muchas caras y uno de los métodos de enfrentarla en la cura de almas es escuchar empáticamente el relato que una persona hace de su situación dominada por la ansiedad con la intención de que se perfile una imagen que sirve como símbolo para todo lo expresado. «Mi vida es como un árbol talado». «Me siento como una bolsa de agua vacía». «Me hundo en el cieno del abismo, sin poder hacer pie; he llegado hasta el fondo de las aguas y las olas me anegan». No es casualidad que nos hemos servido también de algunos ejemplos del salterio. Ya sabemos que allá se expresa la lengua del alma. En toda la Biblia se encuentran símbolos para la vida humana en lo bueno como en lo malo. Símbolos que expresan la alegría, el futuro abierto, la vida plena, al igual que símbolos que halan de la ansiedad y dibujan la angustia y la tristeza por un porvenir supuestamente cerrado. Lo que se hace en la cura de almas para vencer la ansiedad que domina a una persona es algo que en psicoterapia se llama «operación del símbolo angustiante». Se pide a la persona que exprese su ansiedad en las formas más concretas que le tocan. Luego se invita a representar toda la situación en un símbolo, algo como la representación la más fiel posible de su estado de ansiedad. A veces en el relato mismo de la situación ya se han ofrecido imágenes o fórmulas que sirven como simbolización del todo. Después que la persona se haya identificada con este símbolo (la imagen del árbol cortado, la vida por ahogarse, etc.) se efectúan cambios en estas imágenes en el sentido de eliminar lo angustiante y perfilar lo positivo. Del árbol talado puede brotar una rama nueva. La persona que se siente echada al agua a ahogarse, puede aprender a nadar, etc. En estas operaciones de los símbolos se pueden utilizar como material las imágenes y narraciones vivificantes de la Biblia. Pero el curador o la curadora de almas tiene toda la libertad, siempre fieles al mensaje bíblico de la victoria de Dios sobre la muerte, a desarrollar imágenes propias o, más bien, en colaboración con la persona que está acompañando, representaciones suyas que corresponden mejor a las del relato original de la situación preñada de ansiedad. Pueden ofrecerse imágenes nuevas o solamente pequeños retoques a la imagen original o, en el mejor de los casos, encuentran ya en el relato del cliente una pista de cómo el símbolo tiene que ser tra-

tado para que sea vivificante en lugar de penoso y hasta fatal.

En la homilética de Martín Lutero, que tiene muchos elementos narrativos, Klaus Winkler detecta algo que también vale para la poiménica. Winkler escribe que la homilética luterana abarca un programa que se puede denominar: activar «imágenes alternativas ansiolíticas»⁴. Los oyentes de la predicación al igual que la persona que busca la ayuda de un curador o una curadora de almas, son invitados a desarrollar imágenes de salvación. Se apela a su capacidad de proyectarse un futuro alternativo. Y donde no se animan o sienten que no tienen el derecho de hacerlo, ahí se recurre a la voz de *extra nos* que anima y alienta a imaginarse y, a base de estas imaginaciones, a realizar y poner en práctica la salvación en la vida concreta, es decir, vivir la victoria sobre la muerte de Jesucristo según el significativo personal y de esta manera celebrar la victoria sobre la ansiedad. La idea de esta facilitación de generación de narrativas alternativas es, entonces, que una persona acepte una alternativa encontrada en el proceso de cura de almas y luego la incorpore a la narración de su vida, de manera que forme parte de la historia de su vida y la libere del dominio de la ansiedad.

5. Mi alma rehúsa el consuelo – cuando no se puede vencer la ansiedad

No siempre, más bien raras veces se presta atención en lo cotidiano a la voz del alma que se expresa en un lenguaje, como la conocemos de los salmos y ciertos textos bíblicos, un lenguaje que se caracteriza por el uso de imágenes, emociones y sentimientos. Estamos acostumbrados a un lenguaje más directo, profano, sobrio. Poco escuchamos entre líneas y a menudo falta el tiempo para escuchar y descifrar los símbolos por los que se pronuncia nuestra alma. Cuántas veces en el correr de un día violamos el alma de alguien o de nosotros mismos por suprimir y pasar por alto algo que se nos dice en este lenguaje alegórico. Hay alegrías que son tan maravillosas y verdades tan imperiosas que nos faltan palabras. Entonces recurrimos a dichos, citas y cuadros populares. Un curador o una curadora de almas tiene que estar muy atento porque el enfrentamiento con la ansiedad no siempre es una batalla a la vista de todos. A menudo las personas se callan por vergüenza o por falta de confianza

⁴ Winkler, Klaus, *Die Zumutung im Konfliktfall. Luthr als Seelsorger in heutiger Sicht*. Hannover 1984, p. 66. La cita se encuentra en Heise, Ekkehard, *Manual de Homilética Narrativa*, Colección Seminario, Terrassa (Barcelona) 2005, p.58.

en la ayuda de otros. Se quedan solas con la ansiedad que domina su vida. Se encierran y sufren en soledad. A veces el alma dañada se rebela contra este encierro y manda señales que saltan por el control de la conciencia de la persona. Se la escapan palabras, gritos de socorro, en este idioma suya que los curadores y las curadoras de almas intentamos escuchar y aprender.

Aun más importante es la escucha y la atención con una persona que se expresa en el sentido de las palabras del Salmo 77,3 cuando alguien dice «...*mi alma rehúsa el consuelo*». Una de las características de la cura de almas es que su tarea nunca termina. La cura de almas se dedica al ser humano justamente ahí, donde éste sabe y experimenta dolorosamente sus limitaciones y su fragilidad. A menudo, la tarea del curador o de la curadora de almas empieza cuando el médico ya no puede hacer nada más. Es tal vez lo más pesado de esta labor de curar almas, que no es una empresa que apunta a un éxito palpable. Por más seguro y fidedigno que sea el mensaje bíblico de la victoria sobre la muerte en Jesucristo, no siempre se logra transmitir este dato objetivo a la percepción subjetiva de una persona. *Mi alma rehúsa el consuelo* y entonces el curador y la curadora de almas siguen acompañando a la persona, solidariamente en la situación de ansiedad, sin otra posibilidad que aguantar el enfrentamiento con la muerte, a veces hasta que ésta haya terminado con la vida de una persona de la manera más cruel, con dolores y desesperación. Después de una experiencia así el curador o la curadora de almas mismos necesitan la atención de alguien que les ayude en reencontrarse con las fuerzas vivificantes. Es cuando el curador o la curadora de almas mismos necesitan curar sus almas. Cuando la buena nueva del evangelio, de la que se alimenta nuestra cura de almas se esconde hablamos teológicamente del *Deus absconditus*, del Dios que se ha escondido, y no nos queda otra cosa que esperar hasta que vuelva a revelarse. En la cura de almas la única posibilidad que tenemos en estos momentos es apoyarnos en la solidaridad entre consejero y aconsejado, entre el pastor y su visita, frente a nuestro destino común marcado por la muerte y por la ansiedad resultante. Pero esta solidaridad no se basa solamente en el destino común de los mortales sino también en la situación compartida de ser llamados por Dios aun en momentos cuando todos o algunos de nosotros no podemos escuchar esta llamada. La solidaridad en estos momentos de ansiedad no es solamente una solidaridad de cuerpos expuestos a lo efímero y pertenecientes a lo transitorio, sino que es una solidaridad de almas, de seres que son destinatarios de la palabra de Dios. En este sentido el ser humano frente a la ansiedad encuentra el

consuelo más profundo en su ser un alma, en su carácter como ser llamado por Dios.

6. Conclusiones poiménicas

La poiménica es la materia de la teología práctica que se dedica al estudio de la praxis y teoría de la cura de almas. Desde una perspectiva poiménica la ansiedad es un malestar, una enfermedad, si se quiere emplear este término médico, del alma. El ser humano se da cuenta de su distanciamiento frente a Dios, de su pecado original, en la terminología clásica de la teología sistemática. No escucha más la llamada de Dios que fundamenta y posibilita su vida. La tarea de la cura de almas es ayudar al alma herida a ganar de vuelta la certeza de ser llamada por Dios (a pesar del pecado original) y a fortalecer, promover y renovar esta certeza donde esté afectada; y de esta manera vencer —aunque fuera por un tiempo limitado— la ansiedad. Lo que la teología sistemática nos enseña como un saber teórico y que Juan Sánchez Núñez resume en la frase: «Dios no nos salva de la muerte, nos salva en la muerte»⁵, esta afirmación de la fe cristiana tiene que traducirse en el lenguaje del afligido concreto. Tiene que tomar la forma de palabras que el necesitado puede entender y asumir en su situación específica de vida. El instrumental poiménico para esta tarea de la cura de almas va desde la lectura bíblica, la oración y la bendición hasta la escucha empática de relatos personales, la operación al símbolo angustiante y el activar imágenes alternativas ansiolíticas.

⁵ Sánchez Núñez, Juan, «Dios, el mal y la ansiedad», en *ENCUENTRO*, Boletín del SEUT, N^o 4, El Escorial 2007, pp35 – 41, la cita en la pág. 35.