

# LOS EXCLUIDOS RECLAMAN ESPIRITUALIDAD

**Romà Fortuny**

## 1. Introducción

1. Una descripción general de los pobres actuales 2. ¿de qué espiritualidad hablamos?

2. El yo profundo

3. La espiritualidad

4. Balance y final de estas reflexiones

## Anexos

1. Para la educación de los sentimientos 2. Tercer taller

## Notas

---

El objetivo de esta pequeña publicación es compartir con aquellos que sean sensibles y cercanos a los pobres la reflexión de unas cuarenta personas. Es el fruto del trabajo de dos años (1997 y 1998) en unos seminarios de eides.

El origen de estos seminarios se remonta al mes de septiembre de 1995, cuando en el libro *exclusos... Per què?*<sup>1</sup> empezábamos a darnos cuenta del cambio experimentado por las características de la pobreza y decidimos interpretar qué pasaba, disponiéndonos a escuchar el grito de los pobres, un grito que no podíamos eludir.

Un año más tarde, en el libro *els coixos caminen*<sup>2</sup>, titulamos al capítulo quinto *espiritualidad*, convencidos de que dar trabajo a los pobres y satisfacer sus necesidades no aplacaba, ni aplacará, este nuevo grito. Esta convicción suscitó la siguiente pregunta: este lamento evidente, este lamento que procede de lo más hondo de las personas, ¿es también un lamento del espíritu...?

El p. Josep m. Rambla, s.j., Revisó aquel texto. Fue él quien propuso que, partiendo de nuestra intuición, que entonces era tan solo una sospecha o una hipótesis, hiciésemos un taller en eides para personas que trabajan en el campo de la exclusión y la marginación, con el objetivo de reflexionar juntos y de descubrir si verdaderamente nos hallamos ante una acción del espíritu santo.

Compartimos estas reflexiones con el deseo de despertar una inquietud y para que más gente se pregunte si es honrada la constatación siguiente: por un lado, compartimos con

los pobres una vida que nos alimenta el espíritu, de la cual a menudo decimos que recibimos de ellos más de lo que damos, pero, al mismo tiempo, observamos que los pobres no pueden disfrutar de esta vida, que permanecen ajenos a su mundo interior y que reclaman a gritos satisfacer esta carencia, desde un vacío existencial, sin saber muy bien qué quieren.

Hemos formulado el objetivo de nuestra reflexión de la manera siguiente:

*Los participantes somos personas que, de uno u otro modo, estamos vinculados al mundo de la marginación. Comprendemos lo que puede significar un camino espiritual y queremos hacerlo desde los excluidos. A partir de una discusión participada, de la exposición clara y de la reflexión personal, pretendemos averiguar los elementos de esta experiencia espiritual tan concreta, con el fin de abrir caminos para que los excluidos puedan asumir protagonismo en esta dimensión esencial de la vida humana.*

Agosto de 1999

---

## **1. INTRODUCCIÓN**

Los años de convivencia y de relación con personas con una historia de marginación, de exclusión social y de exclusiones de todo tipo nos ha llevado a preguntarnos:

— *las expresiones de vida o de no vida de estas personas ¿qué significan?*

— *¿es adecuado y legítimo preguntarnos únicamente qué podemos o qué tenemos que hacer por ellos?*

Durante mucho tiempo hemos creído que la preocupación por los pobres pertenecía a la esencia de la vida cristiana, razón por la cual hemos intentado estar ahí. Ciertamente, en los años 80, nuestra manera de acercarnos a la población marginal respondió a la intuición de no hacer cosas *por los pobres*, sino a querer hacer camino *con los pobres*.

Si los no-pobres nos encontramos con los pobres, unos para ayudar y los otros para ser ayudados, comprobamos que las relaciones personales pueden resultarnos gratificantes a nosotros, los no-pobres. Pero pensamos que pueden ser mucho mejores cuando son gratificantes para ambas partes, cuando buscamos y encontramos un interés común; porque se puede crear una plataforma que posibilite una relación más horizontal y un espacio más de todos.

Para nosotros, la plataforma común es el trabajo, trabajar juntos; sólo el hecho de llevar adelante el objetivo propuesto nos permite establecer unos vínculos más fuertes, más de tú a tú y más de igual a igual.

La experiencia de más de quince años con gente marginada, haciendo camino juntos, nos ha hecho descubrir y vivir de cerca la evolución de las consecuencias de la pobreza en las personas. En los últimos años, podemos constatar la evolución siguiente:

1. Los pobres de "hasta hace poco", es decir, más adultos, pueden estar muy deteriorados físicamente; pero, poco o mucho, son capaces de trabajar; y las relaciones con ellos son del mismo estilo que las que podemos mantener con cualquier otra persona. Tanto en el trabajo como en la convivencia, son hijos de su tiempo. A pesar de la marginación y de su comportamiento antisocial, que continúan marcando su vida, y que sin duda han contribuido a la situación en la que se encuentran, el trasfondo interno es como el de la mayoría; nos atreveríamos a decir incluso que es parecido al nuestro, pero con historias diferentes.

2. Desde que ha llegado al grupo gente más joven, los parámetros de vida no se parecen a los de los marginados anteriores, ni en el trabajo ni en la convivencia. La intuición y el intento de querer hacer camino con estos *nuevos pobres* no son nada satisfactorios; no sabemos del todo cómo hacerlo, no sabemos caminar juntos.

La experiencia adquirida en este proceso –captar los rasgos más significativos de estas personas, observar la evolución de las manifestaciones de la pobreza en nuestro país– nos ha llevado a hacernos preguntas como las que encabezan este escrito: ¿qué significan las expresiones de vida o de no vida de estas personas? ¿se trata únicamente de preguntarnos qué podemos o qué debemos hacer con ellos y por ellos? ¿o se nos pide un tipo de implicación más profunda?

No tienen miedo de casi nadie, ni de su entorno, pero tenemos la impresión de que viven en un pánico permanente de sí mismos

Nuestra experiencia más reciente nos da la sensación de que *los nuevos pobres* no nos piden que hagamos nada por ellos, y tampoco les motiva hacer cosas con nosotros. Parece que no pidan; más bien reclaman, exigen, protestan, no se fían, se presentan con una actitud que percibimos como desafiante y, con frecuencia, agresiva.

Estas manifestaciones en las personas nos dan a entender que, en nuestro país, la pobreza avanza más por una destrucción del mundo interior de la persona que por la falta de recursos económicos.

## **1. UNA DESCRIPCIÓN GENERAL DE LOS POBRES ACTUALES**

Proponemos la siguiente descripción de lo que observamos, de cómo vemos a muchos de los pobres de hoy.

Los jóvenes que sufren la exclusión presentan mucha inestabilidad, se cansan en seguida de casi todo, van desorientados; quieren, pero no saben muy bien qué quieren, viven sin motivación, con una insatisfacción tremenda, con mucha desconfianza y una agresividad fácil. No tienen sentido de culpa, a pesar de que incurran en comportamientos antisociales; más bien creen que la culpa de todo lo que les pasa la tienen los demás, la culpa está más fuera que dentro. No tienen miedo de casi nadie, ni de su entorno, pero tenemos la impresión de que viven en un pánico permanente de sí mismos, porque experimentan un vacío tan profundo que les hace dudar de su propia existencia.

Son adultos cronológicamente, de veinte a treinta años, pero parece que todavía no han nacido, les faltan casi todas las referencias para vivir, y, si tienen alguna, la viven como

una disfunción, sin relación armónica con su yo. Son grandes por fuera y parecen pequeños por dentro. Describiremos con su lenguaje las referencias de que hablamos: "soy una persona, tengo mis derechos y tienen que respetarme; soy libre, ¡nadie tiene que meterse en mi vida!", Etc.

El hecho de pensar o saber que él o ella es una persona y a la vez, dudar profundamente de su existencia, conocer sus propios derechos, desear la libertad, comprobar que le niegan estos derechos (que considera esenciales) y, además, no conocer la responsabilidad y, por tanto, no poder ejercerla... Todo esto le lleva a sentirse más que excluido; es un pánico, es un desgarramiento existencial, es una terrible soledad, es el vacío del no ser, pero existiendo en su cuerpo y en medio de una sociedad con la cual ni se aviene ni puede avenirse; porque le promete la felicidad y no se la da. Lo que a menudo le da es un placer transitorio, que le aumenta el vacío y la sensación de no ser. Viven una tristeza disimulada, sufrida por dentro. Esta no es una descripción que nos hayamos inventado, sino que la hemos contrastado a menudo con otras personas que están y trabajan en el ámbito de la marginación. Parece bastante claro que lo que más afectado queda en estas personas es su *mundo interior*.

Lo que a menudo le da es un placer transitorio, que le aumenta el vacío y la sensación de no ser.

La experiencia de convivir con esta juventud nos lleva a buscar y a querer encontrar una respuesta a las preguntas de antes, que eran: ¿qué significan estas expresiones de vida o de no-vida? ¿qué tenemos que hacer por ellos? Y la respuesta es una nueva pregunta: "*los excluidos, ¿reclaman espiritualidad...?*"

## **2. ¿DE QUÉ ESPIRITUALIDAD HABLAMOS?**

Antes que nada, debemos hacernos las siguientes preguntas:

Cuando hablamos de espiritualidad,

- ¿hablamos de algo optativo, que puede ser o no ser, de algo que se puede elegir?
- ¿hablamos de una experiencia de consuelo, de paz, de la necesidad de un refugio?
- ¿hablamos de encontrarle un sentido a la vida?

No podemos olvidar que el marco en el que nos hacemos estas preguntas es el de la gente marginada y excluida que conocemos y de la que tenemos noticia. Queremos partir del perfil de las personas descritas anteriormente y relacionar nuestra experiencia espiritual con la realidad humana de los excluidos.

Cuando pensamos en los pobres, y hablamos de espiritualidad, ¿de qué hablamos...? Para saberlo, nos formulamos esta pregunta:

- cuando escuchas la palabra espiritualidad y piensas en la experiencia de la gente en general y, más concretamente, en los excluidos ¿qué te sugiere esta palabra?

A modo de ejemplo, copiamos algunas de las expresiones de los participantes:

- dejar actual al espíritu.
- todo y todos en dios.
- la columna vertebral de la propia vida.
- la parte más humana del ser humana.
- lo que está presente en todos los momentos de la vida.

El grupo manifestó que cada una de las expresiones se debe entender en sentido dinámico y de proceso.

A partir de aquí, dejamos sentado que, para nosotros, hablar de *espiritualidad* significa hablar de una dimensión esencial de la persona humana. Afirmamos que todo ser humano es trascendente, que el ser espiritual es tan constitutivo como el ser corporal.

Formulamos esta convicción con la pregunta: ¿puede alguien vivir la amistad o el enamoramiento sin conocer y disfrutar el mundo interior propio y el del otro?

Todo ser humano es trascendente, el ser espiritual es tan constitutivo como el ser corporal

## **2. EL YO PROFUNDO**

### **1. EL YO PROFUNDO**

La persona que ha hecho una opción por los pobres, pronto se da cuenta de que no podemos establecer unas relaciones verdaderamente humanas a partir de los comportamientos habituales que tenemos. Estos comportamientos son señales de la historia personal y colectiva de cada grupo: la del marginal y la del que no lo es.

Si nuestros comportamientos se entienden como los de la "buena gente" y los de los marginados como los de la "mala gente", simplificamos de tal manera que cualquiera comprende que ello no ayuda a hacer camino juntos ni a establecer unas relaciones de amistad; hacemos una reducción que invalida la denominada *opción por los pobres*.

Valorar a las personas pobres por sus comportamientos crea distancia y rechazo. Disimular los comportamientos negativos y querer cubrirlos con generosidad y más donación personal por parte de quien se entrega a los pobres es un engaño que los mismos pobres pueden pagar muy caro.

¿cuál es, pues, el referente para una relación humana y gratificante para todos? Nosotros lo llamamos "*el yo profundo*". Es el "yo único, definitivo y por siempre positivo, donde reside el potencial infinito, trascendente e indestructible..."<sup>4</sup>. Este es el referente esencial, a partir del cual se posibilita una relación humana de crecimiento y de experiencia espiritual.

"en el yo profundo está –y de él puede surgir– toda la energía, toda la fuerza, la vida, la luz –el nombre es lo de menos–, lo que denominamos la dimensión trascendente que ha de llevarnos a la plenitud"[5](#).

El primer paso para una espiritualidad con los pobres es el de creer, *creer* con mayúscula, porque creer en el yo profundo de cada persona y en el de todas las personas es creer en dios. Esta experiencia de fe también ha de tenerla el excluido, ha de empezar por creer en sí mismo para iniciar el proceso de creer en los otros. Pensemos que se trata del primer momento, tal vez un momento largo, para una espiritualidad de los pobres y con los pobres: aprender a creer y a mantener la fe en las personas, más allá de los comportamientos es un paso en profundidad, un paso que no admite superficialidad.

Es el paso de jesucristo que el espíritu ha encarnado en el corazón de la humanidad y de la creación. Encarnación, ¿verdad que es el misterio de dios en el corazón de las personas? Encarnación, ¿verdad que es la humanidad inmersa en el misterio de dios? El nuevo testamento nos lleva a creer que la persona, por mucha historia negativa y de marginación que lleve encima, tiene y mantiene íntegro lo más profundo de sí mismo, su yo personal, único e irrepetible[6](#) por el cual es merecedor de su dignidad inviolable y que mantendrá por siempre.

Pensamos que aquí reside el fundamento de una experiencia de vida espiritual, porque es la que sigue Jesús conducido por el espíritu. No debemos olvidar que los pobres de nuestro tiempo, a pesar de la dignidad que les da su yo profundo, viven, como ya hemos dicho, un vacío existencial, viven un desgarramiento vital, viven un pánico de sí mismos que les hace difícil adentrarse en su mundo interior y en el de otras personas.

## **2. GEMIDOS HUMANOS, GEMIDOS DEL ESPÍRITU**

Los pobres y excluidos, para ejercer como personas, actúan con conductas consideradas socialmente negativas, porque van muy ligadas a expresiones de rabia y de violencia. Violencia consigo mismos (droga, alcohol, riesgos innecesarios, etc.) Y violencia hacia otras personas y cosas (agresividad verbal y física, destrucción de mobiliario urbano, no respeto a la propiedad, etc.).

Es muy importante prestar atención a lo que acabamos de decir: que estas acciones agresivas, violentas y de rabia son, ni más ni menos, expresiones de su yo profundo, son expresiones de lo más íntimo y definitivo que tienen.

Decimos, pues, que estas acciones surgen del ámbito donde convive el misterio de dios. La encarnación no esquiva ninguna situación humana, ni siquiera éstas. La encarnación es el empuje de la aportación de jesucristo a la humanidad, precisamente para salvar al que está perdido y lograr que la humanidad alcance una dimensión de plenitud.

No estamos educados para entender que dios pueda manifestarse "mezclado", "encarnado" en unos hechos negativos. Nuestra educación nos da a entender que donde no encontramos el bien, no está dios. ¿sabemos de algún lugar de la tierra donde sólo quede bondad? ¿dónde se encuentra dios? Si la encarnación fuese incompatible con el mal, pocos espacios le quedarían a dios...

Nos preguntamos si la "maquinaria que genera pobres" destruye casi todos los referentes humanos para poder ejercer de persona de manera gratificante para uno mismo y para los demás.

Nosotros pensamos que, efectivamente, la actual maquinaria social resulta muy destructiva. Conocemos muchas personas que no saben por qué están en el mundo, que expresan una fuerte insatisfacción de vivir y que se hallan al margen de la sociedad, enfrentados con ella y excluidos de todas partes.

Ahora bien, esta maquinaria que genera pobres, ¿es capaz de destruir la encarnación, la expulsa del mundo?

Nosotros, sinceramente, creemos que no tiene este "poder". Si el espíritu que encarna cristo habita en el corazón de todas las personas, también habita en los malparados. Es más, la biblia y jesucristo manifiestan rotundamente que dios toma partido a favor de los pobres y desvalidos. Lo que ocurre es que estos pobres, de ahora y de aquí, nos rompen la imagen y la percepción que tenemos de ellos desde hace muchos años. Y no vale decir que "ellos se lo han buscado". Afirmamos rotundamente que ellos no han elegido la situación en la que se encuentran.

Estos son, pues, los excluidos. Nosotros, individual y colectivamente, no queremos considerarlos como un problema, sino que queremos contemplar y escuchar su grito, su grito que es : ellos mismos y sus vidas.

Dios nos ama, y cuando decimos que nos ama no podemos dejar afuera a los excluidos, porque él no lo hace, no puede hacerlo, dejaría de ser dios.

Si dios nos ama y está en todos y todos estamos en él, habla desde todos para que todos podamos escucharlo; desde esta escucha, seguro que se puede iniciar un camino de espiritualidad, si nos dejamos llevar por el espíritu.

He aquí dos fragmentos que nos han ayudado a reflexionar. El primer texto es:

*"y si el espíritu de aquel que resucitó a jesús de entre los muertos habita en vosotros, aquel que resucitó a jesús de entre los muertos dará también la vida a nuestros cuerpos mortales por su espíritu que habita en vosotros" (rom. 8,11).*

¿necesitamos una descripción más clara de la realidad de vida que nos ocupa? ¿no son también los excluidos cuerpos mortales, cuerpos heridos de muerte por la soledad y la angustia, que están en proceso de resurrección por el mismo espíritu que resucitó a jesús, el cristo?

Dos afirmaciones categóricas impactan nuestra contemplación:

— una, que el espíritu de dios habita en los excluidos y en todos.

— la otra, que el mismo espíritu nos vivifica a todos, nos da vida y nos incorpora al proceso de resurrección.

Cuando escuchamos un texto bíblico, a menudo queremos interpretarlo para buscar una aplicación en nuestra vida. Pero, también a menudo, la palabra nos interpreta la vida y nos habla desde sí misma.

El segundo texto que nos ha ayudado es:

*"pues sabemos que la creación entera gime hasta el presente y sufre dolores de parto. Y no sólo ella: también nosotros, que poseemos las primicias del espíritu, nosotros gemimos en nuestro interior anhelando..." (rom. 8,11)*[7](#).

Escuchar el grito de los pobres, escuchar sus gemidos nos lleva a preguntarnos:

— *las violencias, las agresiones, las rebeldías, los comportamientos negativos, la rabia de los pobres... ¿son gemidos del espíritu?*

Son gemidos de un espíritu que se encuentra cercado en el yo profundo de los excluidos, en el vacío existencial que padecen y que no tiene otra manera de expresarse porque a las personas excluidas les faltan los elementos para ejercer humanamente, es decir, para poder ejercer con armonía consigo mismas y con el entorno.

El proceso de degradación de las personas pobres afecta a lo más íntimo y personal de las víctimas y, por lo tanto, hiere su dimensión espiritual de tal manera que nos atrevemos a sospechar que los gemidos de los pobres son gemidos del espíritu santo.

El texto de la carta a los romanos explica que toda la creación gime y sufre dolores de parto hasta ahora. Y no solamente ella: nosotros también gemimos, anhelando... Los gemidos de los excluidos son gemidos de quien sufre dolores de parto... Si son gemidos de parto, son gemidos de vida y no de muerte. Son gemidos de posibilidad y de futuro. Son gemidos de quien, con toda la creación, gime anhelando...

Escuchar estos gemidos, compartir de cerca la vida de los excluidos ha hecho que admitamos la pregunta que motiva nuestra reflexión: *verdaderamente ¿los excluidos reclaman espiritualidad...?*

Esto nos lleva a plantear un marco más amplio para nuestra reflexión: los excluidos, lo pobres y marginados, los ricos, los poderosos y toda persona que habita la tierra, forman parte del universo. Somos del mundo, somos de este mundo, de un mundo, de un universo que está en proceso de evolución, que se está haciendo cada día y que, como afirma la descripción de romanos, gime y anhela... Pensamos que, para una contemplación positiva de las realidades que generan los gemidos del espíritu, puede ser conveniente que nos abramos a un marco más amplio y global. No quedarnos en el detalle doméstico y particular, aunque sea el que nos despierte a escuchar y a contemplar. Por ello, queremos proponer un marco para la reflexión: comprender la espiritualidad como un proceso evolutivo hacia la unidad utópica.

### **3. LA ESPIRITUALIDAD**

#### **1. UN PROCESO EVOLUTIVO HACIA LA UNIDAD UTÓPICA**



Proponemos el siguiente marco interpretativo que englobe todo lo que la exclusión y la marginación pueden sugerir y aportar a la sociedad:

*Consideramos que todos los acontecimientos, todas las situaciones, todo lo que nos afecta, personal y colectivamente, forma parte de un proceso evolutivo del universo, en el cual la persona, en comunidad, en sociedad, también como "especie" central y en evolución, busca conseguir la armonía ecológica. Dicho de otro modo, queremos mirar, contemplar, considerar y reflexionar todo como conjunto interdependiente del proceso hacia una globalidad que quiere apuntar a la unidad utópica.*

Este es el enunciado del marco. Hagamos, ahora, unas precisiones a la propuesta general:

### **1.1. Proceso evolutivo**

Decimos proceso *evolutivo* para indicar que consideramos al mundo como parte de un conjunto, de un todo, en evolución. Nada está del todo acabado y nada es para siempre, sin que ello signifique que todo tiene que desaparecer; pero sí que todo avanza para alcanzar la plenitud. Llevamos millones de años en proceso; nadie puede decir cuántos faltan, si es que el universo tiene un final.

Si aprendemos a contemplar el mundo y su dinamismo como una permanente actividad de lo que es, pero que no lo es todavía del todo, nos daremos cuenta de que hay cosas y situaciones que son relativas, que hay muchas que no resultan tan negativas como parecen, porque la acción de lo que entendemos por bien y por mal también forma parte del proceso. Nos daremos cuenta de que nos dejamos llevar por la inmediatez, por el aquí y ahora mismo, que todo lo que pasa y lo que vivimos está impregnado de algo trascendente que va más allá de lo que configura el presente.

*Aplicación:* las estridencias de vida de los pobres y la capacidad humana para escuchar su grito, sus gemidos, son parte del proceso evolutivo del mundo. El proceso no se detiene, tenemos que ser diligentes para escuchar y darnos cuenta de que depende de nosotros que lo que ahora es negativo se convierta en impulso que nos ayude a avanzar a todos en el proceso, porque todo está impregnado de algo trascendente.

Nada está del todo acabado y nada es para siempre

### **1.2. Persona y sociedad**

Decimos *persona y sociedad* porque las personas como individuos nos construimos por un proceso que no llega a su destino si no lo hacemos en comunidad. Colectivamente, también avanzamos por un proceso evolutivo, el que corresponde a la especie humana. Y cada uno tiene que aprender a considerarse único e irreplicable y con un potencial que se acerca al infinito. De aquí que cada persona, y todas en conjunto, seamos el valor máspreciado que hasta ahora conocemos en el universo. Las dificultades y contradicciones, las luchas y los desequilibrios, los avances y los retrocesos forman parte del aprendizaje de cada persona y del conjunto, que camina hacia un fin que no sabemos si es fin.

La meta que nos imaginamos y por la cual trabajamos con esfuerzo e ilusión no es definitiva, le seguirán otras, estamos siempre en un proceso y avanzamos manteniendo un equilibrio inestable y precario.

Todas las personas, las de todas las generaciones, tenemos nuestra responsabilidad individual y colectiva en el proceso evolutivo, aunque la fuerza que nos empuja va más allá del papel positivo y negativo de cada persona. Tanto es así, que los indicadores del momento histórico actual nos llevan a pensar precisamente que crece la necesidad de concienciar y de ejercer la responsabilidad colectiva para favorecer el proceso.

*Aplicación:* los excluidos, los pobres, los marginados también son un valor absoluto. Los excluidos, con su historia estridente e incómoda, también hacen avanzar el proceso. Los pobres y los no pobres llevamos a nuestra espalda la historia del mundo, somos la generación actual que conecta con el pasado y la que se abre al futuro. Los gemidos de los excluidos nos hacen caer en la cuenta de que el futuro reclama aprender a ejercer la responsabilidad colectiva.

### **1.3. Armonía ecológica**

Decimos *armonía ecológica* porque precisamente las actuaciones que han propiciado el progreso del sistema productivo atentan contra el equilibrio natural; todo el conjunto ha entrado en una situación de riesgo que amenaza ruina. La ecología supone el reconocimiento del misterio de la vida, de su entidad irrenunciable y, al mismo tiempo, la interdependencia entre los seres vivos que piden el mismo trato que aprendemos a tener con las personas, por entender que lo merecen. Nos proponemos una contemplación global, precisamente porque descubrimos la complejidad y la interdependencia de las relaciones, tanto personales como biológicas, porque todas son naturales y todas intervienen en el proceso evolutivo del universo.

Desde una perspectiva ecológica, desde una visión global del universo y de la naturaleza, desde la necesidad de armonía y equilibrio entre los seres vivos y los diferentes ecosistemas, la persona en sociedad es el centro y todo se mueve hacia la unidad utópica.

Lo que en el nuevo testamento se expresa como gemidos de la creación, como gemidos del espíritu, ¿no deben ser también gemidos de la naturaleza... Del verdadero potencial creador y transformador del universo?

Es la percepción de una fuerza única, del espíritu, del dinamismo, de la energía, del potencial –¡qué más da llamarlo de una u otra manera!– Que trasciende toda realidad abarcable y que va siempre más allá y en tensión hacia la unidad. Por mucha clarividencia que una persona o toda una generación de humanos tuviese respecto del futuro, siempre se quedaría corta sobre lo que realmente ha de ser. Por no tener en cuenta esta limitación –que, por otro lado, tiene el aspecto positivo de forzarnos al aprendizaje– seguramente nos equivocamos al querer juzgar o evaluar cada paso histórico con los patrones aprendidos en el paso anterior. El proyecto global del universo es más grande de lo que pueda abarcar la comprensión de cualquier generación.

*Aplicación:* los excluidos y marginados ponen de manifiesto la debilidad humana, la precariedad y la provisionalidad de nuestras acciones. Pero es desde la debilidad como el mundo ha avanzado, porque el alma, la fuerza cósmica, la que nosotros identificamos con el espíritu que llena el universo ha sido y es insobornable.

Desde una visión de la unidad utópica, ¿se vislumbra una espiritualidad que supera el intimismo y un cultivo espiritual llevado entre dios y cada uno de nosotros? Abrámonos a una espiritualidad vivida entre muchos a partir de los pobres, adentrémonos en la espiritualidad de la inclusión.

## **2. UNA ESPIRITUALIDAD DE LAS RELACIONES**

Proponemos un camino que pueda llevarnos a la unidad utópica. No podemos pretender llegar a ninguna meta, el proceso no tiene metas, sólo admite sintonizar con una orientación que no dificulte, sino que favorezca el proceso. Para iniciar el camino, creemos que, además de las actitudes señaladas hasta ahora (creer en la persona, creer en uno mismo y en la dignidad de todo) hay que mantener dos convicciones:

— una, que la espiritualidad es algo profundamente humano y esencial a la persona, independientemente de sus creencias.

— otra, que los excluidos son y han de ser protagonistas de su vida y de su historia. No son destinatarios de la caridad de la sociedad.

Desde estos presupuestos, formulamos la reflexión para una espiritualidad de las relaciones.

### **2.1. Tres modelos distintos de relación, con los correspondientes sentimientos que generan**

Empezamos diciendo que no conocemos otra manera de entrar o de establecer una comunicación a fondo, que llegue a nuestro yo profundo y al de los excluidos que a través de los sentimientos. En las relaciones habituales con los excluidos queremos centrar particularmente nuestra atención en cuáles son nuestros sentimientos y cuáles creemos que son los suyos. De hecho, las relaciones humanas siguen tres modelos distintos. Los tres pueden coexistir en una misma relación y puede darse la predominancia de uno de ellos. Cada tipo de relación genera un tipo de sentimiento. Los modelos son:

#### *A. Relaciones de dominio/sumisión*

Estas relaciones son las que suelen establecer los amos o encargados en el trabajo, los representantes de la autoridad, los adultos con los niños, etc. Es un modelo que a menudo aplicamos a las relaciones con los pobres, especialmente en tiempos pasados, cuando los pobres mendigaban "por el amor de dios". Este modelo no favorece el protagonismo de los pobres.

El sentimiento del que se impone es de superioridad y el del sometido es de dependencia, de mala suerte en la vida, de fatalidad.

### *B. Relaciones de simetría*

Son las que suelen tener las personas que se relacionan a partir de un interés o de una tarea común: practicar un deporte, coleccionismo, escuchar o tocar música, etc.

Son unas relaciones que promueven sentimientos de igualdad, de tú a tú, hasta de amistad. Si pensamos en posibles relaciones de simetría con los pobres, parece que no son tan habituales como sería deseable.

### *C. Relaciones de comunión*

Son las relaciones que genera el cariño mutuo. Las de ser amigos que se quieren y pueden llegar a sentirse como hermanos.

Los sentimientos de unos y de otros son iguales, se parecen a los de una relación de simetría, pero mucho más gratificantes para los que se quieren y utilizan el lenguaje del corazón. Si pensamos en posibles relaciones de comunión con los pobres, la verificación es difícil. No nos preocupemos por no saber si las tenemos; más bien reconozcamos que es una de las aspiraciones del proceso, y que un itinerario que lleva a relaciones de comunión es un itinerario espiritual porque pone en contacto, vincula y conecta con el yo profundo de cada persona.

El amor es el sentimiento central de la persona, es el centro emocional más hondo y profundo. Amar y ser amado genera armonía y plenitud. El amor integra los otros sentimientos que se despiertan en la complejidad de las relaciones humanas. Como son: sorpresa, alegría, gozo, interés, angustia, rabia, tristeza, miedo y el largo etcétera de sentimientos.

No olvidemos que reflexionamos para una espiritualidad de la marginación, de los excluidos. Algunos de ellos pueden haber sufrido maltrato físico o psíquico, tal vez ambos, y es frecuente encontrarse con personas que han sido abandonadas por los padres.

Si escuchamos sus gemidos convencidos de que son gemidos del espíritu, el gemido ha de ser un inicio del camino espiritual de los pobres y de quien quiera caminar con ellos.

## **2.2. Escuchar los gemidos de parto**

El gemido puede parecer algo negativo, pero es expresión de lo más positivo que lleva el excluido en su interior; el gemido surge de lo que es él, y no de otro: son el yo profundo y el espíritu los que gimen con "*gemidos de parto...*".

Por aquí se nos abre un horizonte para una espiritualidad de la inclusión. Profundicemos un poco más:

Los gemidos y los gritos de los excluidos expresan, casi siempre, una necesidad ("no tengo trabajo", "duermo en la calle", "me han echado de casa", etc.). Eso es lo primero que nos llega. Puede que confundamos el grito con la necesidad y queramos centrar la atención en satisfacer la necesidad.

Esta puede ser una confusión que impida el camino espiritual, porque debemos tener en cuenta que:

- detrás de la necesidad palpita un anhelo.
- detrás del anhelo palpita un sentimiento y
- detrás del sentimiento palpita el yo profundo y el espíritu.

Si nos obsesionamos con la necesidad, dejamos de lado la verdadera fuente de vida del que gime y grita, dejamos de lado el yo profundo y el espíritu. ¿acaso no tenemos la experiencia de haber satisfecho muchas necesidades de excluidos sin que se hayan apagado los gemidos? Los gemidos se mantienen porque hay unos sentimientos que permanecen en el vacío existencial del que gime, porque todavía sufre la insatisfacción del sentimiento que no hemos escuchado, ni la víctima ha expresado.

Por esto, el camino para iniciar el proceso espiritual es llegar a compartir los sentimientos de unos y otros. La espiritualidad de las relaciones nos lleva a comunicarnos sentimientos.

Habitualmente, nuestro sentimiento será de impotencia y el del excluido será de rabia o insatisfacción. Hablemos de los sentimientos, comuniquémonos en este nivel, los dos yos profundos se encontrarán: podrá empezarse a romper el círculo que impide al excluido actuar de una manera humana y humanizadora y reducirá el obstáculo de la distancia que circunda nuestra historia. Compartamos rabia e impotencia que son sentimientos que entroncan con el yo profundo.

Hablemos de la rabia como expresión del potencial de yo profundo del excluido. Hablemos de ella como de algo positivo; porque sufrir por sentimientos de rebeldía es aprender a encarrilar una energía de posibilidades para la persona.

La entrega de esta energía, de este potencial será lo que ha de llenar el vacío existencial de cada uno, lo que ha de romper la coraza que ha cercado al yo profundo.

Cuando el excluido se ve afectado por sentimientos de dependencia y sumisión es mucho más difícil emprender un camino de autonomía y libertad. Con una persona rebelde podemos hacer un proyecto. Con una persona sometida, el proyecto es poco viable.

Se trata de conseguir cambiar el signo de la energía que genera la rabia y la rebeldía. Pasar, poco a poco, de ser fuerza destructora para uno mismo y para los otros a ser fuerza constructora, a ser gratificante para uno mismo y para los demás.

Iniciamos el camino espiritual cuando ambos, por las relaciones y por la comunicación, nos abrimos a nuestro mundo interior, cuando descubrimos nuestro potencial, cuando constatamos –y nos estrenamos para disfrutar juntos– que no hay que esperar soluciones que vengan de afuera, que podemos nosotros mismos, que somos capaces, que dentro de cada uno hay un mundo desconocido hasta ahora. Comentar y relacionar la vida con todos los sentimientos ayuda a hacer este descubrimiento.

Podrá llegar el día en que a este potencial del espíritu podamos llamarlo dios. Tal vez tendrá que pasar mucho tiempo, pero, lo que ha de ser inmediato es aprender a sentir y a compartir, no nombres o palabras, sino hechos de vida que son amor<sup>9</sup>.

### **3. HACIA UNA ESPIRITUALIDAD INCLUSIVA**

Una pregunta más: ¿los pobres necesitan espiritualidad o eso pensamos nosotros?

En 1996, unesco publicó el libro *la educación encierra un tesoro*, informe que había elaborado la comisión internacional sobre educación para el siglo xxi para dicha organización. En un lugar determinado leemos:

"tenemos que hacer frente, para vencerlas, a las principales tensiones que, sin ser nuevas, estarán en el centro de la problemática del siglo xxi... La tensión entre lo espiritual y lo material: muchas veces sin darse cuenta, el mundo siente un deseo, a menudo inexpresado, de ideal y de valores que podríamos denominar "moral", para no herir la sensibilidad de nadie. Por lo tanto, la educación tiene la noble tarea de alentar a cada uno de acuerdo con sus tradiciones y convicciones y respetando plenamente el pluralismo, a elevar su mente y su espíritu al nivel de lo universal y, en cierta medida, a trascenderse. No exageramos lo más mínimo al afirmar, por parte de la comisión que de ello depende la supervivencia de la humanidad."

Esta comisión, que aporta orientaciones para la educación en el siglo xxi, se refiere a la "dimensión espiritual", habla de que "el mundo siente un deseo a menudo inexpresado" y reclama de manera contundente "educar en la trascendencia porque de ello depende la supervivencia de la humanidad".

El grito de los excluidos no es un grito particular, son los gemidos de la población mundial que padece una crisis en el cambio de siglo, una crisis de valores que se deja sentir en la parte más débil y más víctima de nuestro mundo. Se puede ser feliz sin la referencia a un dios, pero creemos que no es posible serlo sin la referencia a la propia vida interior y a la valoración de la interioridad de los demás.

Así pues, tendremos que iniciarnos en una *espiritualidad inclusiva*, en la que se puedan encontrar también los marginados y los excluidos que sienten pánico de su interioridad, que desconocen su potencial. Si desconocen su potencial, ¿cómo podemos establecer una relación con el mundo interior de alguien, hombre o mujer, y todavía menos con dios?

El grito de los excluidos no es un grito particular, son los gemidos de la población mundial que padece una crisis en el cambio de siglo

Tenemos que buscar caminos para iniciarnos en una espiritualidad arraigada en la vida, para aprender a descubrir la dimensión trascendente en uno mismo y en todas las cosas, la dimensión que se desprende de los hechos de cada momento, para que todo pueda llegar a ser una posibilidad para la misma vida.

Pensamos que es desacertada una espiritualidad inspirada en lo que se cree que será lo definitivo, *el cielo*, intentando hacer aplicaciones de ello a la vida. Creemos más bien

que el proceso espiritual va de dentro afuera, hacia el más allá, y no a la inversa: un más allá desconocido, pero que atrae, y en el cual todo ha de confluir.

En este sentido, esta es otra lección que debemos aprender: las espiritualidades que conocemos de las diferentes tradiciones se nos muestran exclusivas, porque suponen y dicen que para cultivar la vida espiritual hay que ser un iniciado.

Desafortunadamente, constatamos que nosotros no tenemos una espiritualidad entendida y vivida con los excluidos. Más bien hemos hecho de ellos un punto de referencia para nuestra espiritualidad. Nos preguntamos si podemos dar por bueno este camino. Constatamos que los pobres nos hacen vivir una experiencia espiritual intensa, cambian la vida de muchos, y que, por ahora, los pobres no participan de esta vivencia espiritual. Estamos lejos, no porque queramos, ya nos gustaría encontrarnos en esta dimensión, pero llegamos a pensar que ellos no quieren o no pueden seguir el camino.

Queremos pensar y averiguar si una espiritualidad difícil de compartir con los pobres y extraña para ellos es verdaderamente una espiritualidad fruto de la sintonía con el espíritu de Jesús. Porque no podemos admitir o suponer que la espiritualidad sea algo para vivir en un grupo selecto; y no parece nada cristiano utilizar a los excluidos para alimentar nuestro espíritu<sup>10</sup>. Esta contradicción es lo que promueve la reflexión y la búsqueda para emprender un camino de vida, desde y con los pobres.

Para emprender el camino, sospechamos que, si queremos seguir a Jesús, nosotros tenemos que sintonizar con los pobres y no viceversa. Si entendemos que los pobres no han elegido ser pobres, si entendemos que hay que promover un proyecto social que no genere pobres, la opción por los pobres no puede ser cosa de los ricos que quieren justicia y solidaridad, la opción por los pobres tendrán que hacerla también los mismos pobres. Porque ni unos ni otros optamos por la pobreza –que es un mal y un fruto de la injusticia–, ambos optamos por los mismos valores: amor – justicia.

Cuando encontremos una plataforma en la cual pobres y no-pobres orientemos la vida y la acción inspirados por el amor y la justicia, podremos soñar con una espiritualidad para todos.

#### **4. LAS DIFICULTADES DE UNA GENERACIÓN PARA UNA**

##### **ESPIRITUALIDAD INCLUSIVA**

En los encuentros de reflexión con personas sensibles a la realidad social y que han decidido hacer un voluntariado en entidades civiles o de iglesia, cuando en el diálogo explican las dificultades con las que se tropiezan, de vez en cuando sale alguien que dice: "no hay quien entienda a esta gente. Reclaman, protestan, se quejan y a veces nos insultan... Nos desvivimos, nos esforzamos... Y ya ves el resultado, no los entiendo..." Y esta persona acaba diciendo: "bueno, todo esto lo hago por dios, si no fuera por el, no lo haría...".

Reacciones como ésta nos invitan a constatar lo siguiente:

1. En primer lugar, caemos en la cuenta de que todavía hay personas que suponen que los pobres tiene que ser agradecidos.

Nosotros creemos que la perspectiva tiene que ser otra: ¿nos ponemos realmente en la piel del pobre? Porque el pobre de ahora no pide limosna, sino que está convencido de tener el derecho y que no hace otra cosa que reclamar y exigir lo es suyo. Tal vez, o sin tal vez, no se expresa con educación. Esta es otra cuestión para trabajar en etapas sucesivas. El que quiera entender el camino de espiritualidad que aquí proponemos tiene que situarse donde está el pobre; de lo contrario, no podrá establecer con el la empatía necesaria para una relación gratificante para ambos, cosa imprescindible para una espiritualidad inclusiva.

2. En segundo lugar, lo que quieren decir estas expresiones es que lo que motiva a aquella persona es su fe en dios, que le empuja a dedicar tiempo, esfuerzos y recursos, o lo que sea, a los pobres y excluidos, incluso a no querer pasar cuentas de los inconvenientes.

Precisamente el hecho de estar cerca de cómo viven los afectados por la pobreza y la exclusión hace que nos demos cuenta de que los pobres de ahora son muy conscientes – en medio de muchas contradicciones– de su propia dignidad.

¿verdad que cuando alguien se acerca a nosotros interesadamente, nos ponemos en guardia? ¿cómo reaccionarías si tu marido o tu esposa, en un momento de sinceridad, te dijese: "¿sabes? Yo te quiero porque quiero a dios..."? ¿acaso no quedaríamos helados y decepcionados? Y posiblemente con una decepción difícil de superar. Porque nos sentiríamos heridos en nuestra dignidad.

Por suerte, los pobres de ahora, más difíciles y más conflictivos que los de otros tiempos, nos ayudan a corregir el paternalismo y lo que podemos denominar "obras de caridad" que son dos expresiones que no tienen nada que ver con el cariño o el amor. Si la persona excluida percibe que lo que nos interesa y nos motiva para estar a su lado es la coherencia con nuestras convicciones o creencias, si se da cuenta de que nuestro cariño es a dios y de que por él queremos a miguel o a maría, miguel y maría se sentirán decepcionados. Si no nos rechazan, será por el "beneficio" que les proporciona nuestra "amistad".

Es difícil entender que una relación entre "interesados" pueda ser seriamente evangélica. Que los intereses de uno sean espirituales y los del otro sean materiales no legitima la relación, porque lo que cuenta es la actitud, es la vivencia y las expresiones del yo profundo de las dos personas. Seguramente no somos culpables de que nos haya ocurrido esto. La educación recibida lo ha favorecido, la puesta en práctica continuada de unos comportamientos correctos, mantenidos por el esfuerzo, por la virtud y para ser educados nos ha hecho "maestros" en el arte de disimular. Tanto, que nos atrevemos a llamar *hermanos* a otras personas, sin haber puesto las condiciones imprescindibles para que estas personas puedan llamarse también, sin disimular y de verdad, *hermanos*.

Ahora bien, ¿nos hemos preguntado alguna vez si los pobres quieren ser *hermanos* nuestros? Dudamos de que su respuesta sea afirmativa si no hemos construido juntos un espacio real que posibilite unas relaciones profundamente humanas, que puedan hacernos crecer a todos en el amor.

Repetimos que no somos culpables de estas incoherencias, porque muchos de nosotros venimos de un tiempo en que la relación con dios más cercana ha sido la que hemos



tenido con el Jesús de la eucaristía en el sagrario y la de las horas de oración. Hasta los años cincuenta, más o menos, no se empezó a hablar de la presencia de Cristo en las personas. En la formulación anterior, la presencia de Dios en las personas llevaba el nombre "gracia", una presencia incompatible con el pecado.

Con estos principios cultivamos la espiritualidad entre Dios y nosotros, aprendimos a practicar las virtudes para unas buenas relaciones con los hermanos, pero la presencia de Dios se saboreaba en la eucaristía y en la oración. Vinieron tiempos de acercarnos más a la Biblia que a los libros de ascética, nos alimentamos de la palabra de Dios y de la vida comunitaria, categorías que el Concilio Vaticano II confirmó como un camino para ampliar horizontes y traernos hasta donde estamos los que hacemos esta reflexión.

Es difícil entender que una relación entre "interesados" pueda ser seriamente evangélica. Que los intereses de uno sean espirituales y los del otro sean materiales no legitima la relación.

Pues bien, en este itinerario se confirmaron dos elementos para vivir seriamente la vida cristiana: uno, la presencia de Cristo en la humanidad, al profundizar vivencialmente en el misterio de la encarnación; el otro, la referencia a los pobres y la necesidad de una opción a su favor.

La lectura, la reflexión, la oración y la voluntad de llevar a la práctica las propuestas de Mateo 25 han ayudado mucho a recorrer este camino. Pero con frecuencia, lo que hemos hecho los que venimos "de antes" ha sido únicamente incorporar a nuestra percepción lo que habíamos descubierto en la eucaristía y en la oración, sólo que ahora aplicándolo a las personas. Es decir no todos han cambiado el paradigma o el arquetipo de relación con Dios y con Jesús: para muchos, el arquetipo sigue siendo el de contemplar a Dios en las personas, como si estas fuesen un estuche o el sagrario de la presencia divina. Aplican la vivencia subjetiva de Dios o de Cristo a la realidad de las personas. Tal vez por esto tengan dificultades para mantener una relación espiritual y personal con un sagrario que se muestra agresivo y violento.

Dicho esto, hay que decir también que para aquellos y aquellas que, durante tantos años, su relación con Dios ha sido vivida especialmente en el sagrario y en la oración, el trato con las personas ha supuesto un enriquecimiento extraordinario. En este sentido, podemos entender que la expresión "todo lo hago por Dios", surja de "todo lo que hagas a uno de éstos, a mí me lo haces". Insistimos, no obstante, en decir que este paradigma o arquetipo supone la lógica siguiente: partir de la "idea" que nos formamos de Dios, para aplicarla a la realidad. Para este tipo de vivencia, la experiencia intimista de Dios ocupa el primer momento y todo el resto se interpreta y se integra a partir de ahí.

Nosotros creemos que el nuevo Testamento propone otro arquetipo: el que parte del desconocimiento de Dios. "a Dios nadie le ha visto, nadie le ha conocido" (1 Jn 4,12). Su lógica es la siguiente: la relación con las personas, y muy especialmente con los pobres, es arquetipo para relacionarnos con Dios. En Mateo 25 preguntan: "¿cuándo mantuvimos una relación con Dios?" La respuesta es: "en verdad os digo: en la medida en que lo hicisteis a uno de estos hermanos míos más pequeños, a mí me lo hicisteis" (Mt. 25, 40). El arquetipo coloca en primer lugar a las personas y desde ellas (por el espíritu hecho hombre) Dios se manifiesta y posibilita las relaciones con él y su pueblo.

Centramos nuestra atención en las personas que dicen que no conocen a dios y que tienen la sorpresa de encontrarse con él en una experiencia tangible impregnada de amor. La relación entre personas no admite la actitud de "por dios", porque el amor es dios igual que dios es amor (1 jn. 4,7). Y es que no es lo mismo *ser amor* que *querer estar en el amor*. *Ser amor* es una actitud integral, espontánea, casi inconsciente, mientras que *querer estar en el amor* supone una actitud construida, tal vez forzada y demasiado consciente de sí misma.

Pensamos que comprender la experiencia de dios como la sustancia misma de la relación con el otro fundamenta la *espiritualidad de la inclusión*, que ha de posibilitar una espiritualidad *desde los pobres y con los pobres*.

Esta *espiritualidad inclusiva* es la misma que la *espiritualidad de las relaciones*. Unas relaciones iniciadas de una vez por todas por el espíritu santo que encarna jesucristo: es un movimiento de vida que le hace pasar por la muerte, lo lleva a la resurrección, incorporando en él a toda la humanidad.

#### **4. BALANCE Y FINAL DE ESTAS REFLEXIONES**

Hasta aquí llega nuestra reflexión, una reflexión que empezó para buscar respuesta a una cuestión que es todavía una intuición o una sospecha, al menos en lo que se refiere a indagar cómo ha de ser el proceso de continuidad y de crecimiento espiritual de los pobres y de los que se comprometen con ellos.

Llegados a este punto, intentemos evaluar con el lector o lectora si hemos logrado los objetivos de la reflexión. Hemos supuesto que el lector o lectora es una "persona vinculada al mundo de la marginación" o, por lo menos, siente una preocupación por esta realidad humana que afecta a tanta gente. Nos habíamos propuesto comprender el significado de una espiritualidad desde los excluidos (p. 3), mediante tres elementos:

A. "*una discusión participada*". El lector o lectora tiene que decir si en su opinión esta reflexión ha sido "dialogada", si se ha tropezado con preguntas y respuestas que coinciden con las suyas o si ahora tiene otras nuevas.

B. "*una exposición clara*". Así lo hemos querido, pero sólo la persona que ha leído estas páginas puede contestar.

C. "*una reflexión personal*". Deseamos que lo que se ha expuesto como reflexión colectiva se haya convertido en reflexión personal.

Por nuestra parte, creemos haber intentado que discusión, exposición y reflexión hayan partido, tal como menciona la presentación, de la experiencia concreta a fin de abrir camino para que los excluidos puedan asumir protagonismo en esta dimensión esencial de la vida humana (p. 3). Por otro lado, recordemos que el primer objetivo de la publicación es "compartir la reflexión... Para despertar inquietud, para que pueda haber más gente que se pregunte" acerca de su espiritualidad a partir de los pobres y se implique con ellos. Queda en vuestras manos entrar en complicidad con los pobres si verdaderamente reclaman espiritualidad.

Por nuestra parte, parece que podemos decir que hemos comprobado que los pobres formulan la demanda; no le dan el nombre de *espiritualidad*, pero lo que significan las palabras "conocimiento propio" y "autoestima" es bastante aceptado y, para muchos, deseado.

No podemos decir que los excluidos manifiesten entusiasmo por el conocimiento propio. Ya hemos dicho y repetido que los marginados tienen pánico de entrar en su mundo interior, pero decimos con convicción que hemos escuchado de ellos expresiones como éstas: "al menos ahora sé por qué me pasa todo lo que me pasa", "ya no puedo dar la culpa de todo a los demás", "ya no soy una mierda..." (sic) etc.

Lo que sí decimos es que querer incorporar a los excluidos a nuestra antigua espiritualidad, al menos a partir de nuestra experiencia, no ha resultado positivo para nadie, ni siquiera para aquellos que parecía que se adaptaban con ganas. Comprobamos, en cambio, que las relaciones sanas, cuando llegan al yo profundo, generan satisfacción interna. Cuando los marginados prueban y confirman que los que están a su lado no rechazan, no perdonan la vida, sino que los valoran y creen en ellos, se nota un cambio que a menudo se manifiesta en la expresión del rostro, en el tono de voz, en un apretón de manos y, hasta hay alguno que lo expresa con palabras.

Ciertamente no podemos explicar, y menos aun adivinar, las secuencias de un camino espiritual hecho así con los pobres. Pero todo camino tiene un comienzo y este es el que nosotros proponemos. La cuestión reside en ver si la reflexión que ahora acabamos de compartir hará que otras personas se decidan a admitir nuestras preguntas. Deseamos que más gente se anime a promover unas relaciones con los pobres que conecten con el yo profundo y a probar y comprobar si, cuando los excluidos se erigen protagonistas de su vida, son más libres y más felices.

Esta es una de nuestras utopías, y toda utopía hace de lo imposible algo posible. Invitamos a los lectores y lectoras a nuestra utopía deseando que llegue a ser la de muchos.

Comprobamos, en cambio, que las relaciones sanas, cuando llegan al yo profundo, generan satisfacción interna

## **ANEXOS**

### **1. POR UNA EDUCACIÓN DE LOS SENTIMIENTOS**

Para quien quiera profundizar en el tema de los sentimientos, ofrecemos una descripción técnica y profesional. La copiamos del libro "*els coixos caminen*" editorial claret 1997, páginas 111-119. El autor es el amigo y psicólogo j.j.genovard.

Parece que las personas excluidas con las que convivimos experimentan un vacío existencial profundo. Comprobamos su dificultad y la nuestra para intimar, para descubrir su mundo interior. Creemos que un camino adecuado es el de conocer, educar los sentimientos y tomar conciencia de ellos.

#### **1. La ignorancia del propio mundo interior**

Lo primero que descubrimos es que entramos en un tema muy delicado, que casi todos desconocemos.

Cuando confesamos ignorancia respecto de la persona nos referimos, sobre todo, al desconocimiento que tenemos de sus aspectos emocionales.

Por otro lado, constatamos que la armonía interior no se produce en la persona si en ella no florece la autoestima, y ésta, sin duda, va íntimamente ligada al equilibrio de los sentimientos.

En relación a los sentimientos, el problema principal de la persona herida frente a la vida es la confusión que siente por pura incapacidad de separar unos de otros, la inconciencia y la negatividad con que vive su vida emocional, la máscara tras la cual ha de esconderse habitualmente para su disimular su confusión.

Todo ello tiene consecuencias negativas para la propia realización como persona y para la convivencia con los demás, que, por su lado, también experimentan la misma confusión, es decir, el desconocimiento casi absoluto de lo que son y de cómo se orientan las energías emocionales de la persona. Podríamos decir que en nuestra sociedad hay multitud de analfabetos emocionales. Intentemos dar un poco de luz en medio de esta oscuridad para mejorar la carencia que nos preocupa.

## **2. Punto de partida: el amor como sentimiento central**

El centro emocional de la persona es el amor. La persona nace, crece y se desarrolla armónicamente en la misma medida en que se siente amada, acogida y aceptada incondicionalmente.

Esta experiencia de amor ilimitado marca a la persona con un sello de vitalidad y de optimismo, es como un permiso para vivir en plenitud. La persona que ha sido amada desde el principio y constantemente, posee todas las capacidades emocionales para vivir una vida plena y cuenta con más probabilidades de conseguirlo.

No hablamos de un amor cualquiera. Hablamos de un amor desinteresado que busca en todo momento el bien del otro, especialmente cuando todavía es una persona tierna y manipulable.

Este amor, y sólo este, promueve las capacidades para un crecimiento consistente y sólido. Este amor es el que despierta las ganas de vivir y la energía necesaria para hacerlo.

Este amor ayuda también al aprendizaje de los propios límites con el mínimo de angustia, para lograr seguridad como persona y el sentido de dirección en la vida. Ambos elementos son necesarios para un desarrollo saludable.

Este amor centra a la persona que, desde este centro, aprende a regular toda la gama de sus emociones de una manera adecuada y oportuna, aprende a experimentar sus sentimientos aquí y ahora, sin arrinconar recuerdos y malentendidos, sin vivir ansiedades malsanas, sin guardar celosamente rincones secretos de odio y de rencores para utilizarlos a la primera ocasión que se presente.

Este amor fundamental, hecho hábito, es el que integra los otros sentimientos que se despiertan en la complejidad de situaciones de la vida: sorpresa, alegría, interés, angustia, rabia, enfado, tristeza, miedo, gozo y el largo etcétera de tantos sentimientos.

Este amor hace que los sentimientos negativos no incuben respuestas enfermizas, sino que el estímulo que provoca cada uno hace que vuelva al amor central de la vida.

Hemos querido señalar estos rasgos de la personalidad saludable para tener un punto de referencia que nos ayude a entender las heridas y las desviaciones provocadas por las historias deshumanizadoras de marginación y de exclusión, con la esperanza de que este punto nos ayude a encontrar posibles caminos de solución.

### **3. Papel de la vergüenza**

Consideramos a la vergüenza como un sentimiento fundamental para el ser humano, la vergüenza-humillación como contraposición a la confianza-autoestima.

La palabra castellana vergüenza no dice tanto como su equivalente inglés "shame".

En el libro *exclosos... Per què?* A este sentimiento lo denominamos "sentimiento de culpa"; en consecuencia, ahora, en esta reflexión, cuando nos refiramos a vergüenza queremos expresar lo mismo que ya decíamos hace años, pero con las matizaciones y variantes que ofrece esta línea de pensamiento.

La vergüenza nos da una conciencia de nuestra persona, ya que queda abierta y se expone a la reacción de los demás. Técnicamente, la culpa tiene que ver con la actuación y las acciones, mientras que la vergüenza tiene que ver con la persona y su centro. La vergüenza ocupa los espacios más profundos de nuestro ser; pero sufrimos un tipo de culpabilidad, reforzado por las instituciones, que mantiene, y a menudo agrava, un sentimiento de vergüenza negativa. La persona se siente psicológicamente culpable, tiene vergüenza de ser quien es.

#### *Una vergüenza positiva*

*Vergüenza* es un término en sí indiferente, que puede tener diversas acepciones. En sus versiones saludables, la vergüenza conforma y forma el corazón, da fundamento a la conciencia moral, protege la intimidad y califica el amor a los demás; despierta el tacto, la sensibilidad hacia los demás y el aprecio por los valores que compartimos con ellos.

Una vergüenza saludable que refuerza el amor central es el fundamento para una buena autoestima. Como tal, ayuda a construir la propia imagen y a modificar positivamente el carácter, la estructura misma de la personalidad. Tal vez, en algunos momentos, esta vergüenza nos manifiesta un sentimiento de desaprobación para indicarnos que lo que hacemos nos hace menos respetables de lo que desearíamos. Es la ocasión de cambiar para mejorar ciertos aspectos de nuestra vida.

#### *Una vergüenza distorsionada*

En sus formas distorsionadas, la vergüenza puede crear una identidad falsa, un "yo" enmascarado que intenta sobrevivir en condiciones negativas. Su elemento central es la *vergüenza-humillación*.

La *vergüenza-humillación* tiene lugar, normalmente, en el contexto de una relación personal, cara a cara; se dispara cuando, en el intercambio entre personas, pasa alguna cosa que se experimenta como rechazo, desaprobación o exclusión; nos hace sentir un conjunto de impresiones afectivas que nos llevan a prestar más atención al otro que nos observa y que nos provoca la sensación de incomodidad, de no estar bien a causa de la impresión que nos parece que el otro tiene de nosotros. Finalmente, la *vergüenza-humillación* levanta un conjunto de sentimientos que provocan confusión y duda, hasta llegar a sentir desprecio por uno mismo.

En lo que respecta a personas marginadas y excluidas, podemos decir que estos sentimientos ya están presentes de entrada en cualquier relación que establezcan y que, por lo tanto, dificultan la relación y el intercambio saludables.

Debemos tener en cuenta lo que decíamos de los rincones escondidos, que en el caso de los excluidos son muchos y de raíces profundas, cuyo origen tiene una historia antigua. El encuentro actual es una ocasión para aliviar cargas emocionales celosamente guardadas desde hace tiempo.

#### **4. Diversos grados de la vergüenza negativa**

En el abanico de formas de la *vergüenza negativa* hay grados de intensidad correlativos con las experiencias originales de la infancia de cada persona. A continuación describimos los más significativos: empezamos por las formas aprendidas en la época más tardía de la vida, que son las más superficiales; continuamos por las que aprendemos cuando tenemos 3-4 años, para llegar a las formas más profundas, que arraigan en los primeros meses de la vida, en el mismo nacimiento; hasta pueden llegar a afectar al tiempo de la gestación. Ni que decir tiene que cuanto más prematura la afectación, más negativa será la vergüenza.

##### *La vergüenza perfeccionista*

Es la de aquellas personas que crecieron en la educación del "hacer" y que nunca se les ha reconocido por el simple hecho de ser. Cuando no han recibido la respuesta adecuada en lo que respecta al existir, se han encontrado a sí mismas como distorsionadas en el espejo de los adultos que las han acompañado. Si además, estos "educadores" ha sido personas obsesionadas con sus problemas, con depresiones y ausencias físicas y emocionales, el mensaje que llega al niño es tremendamente inconsistente para llenar la necesidad de ser reconocido y amado: el niño no puede percibir su valor como persona.

Todo el esfuerzo de este tipo de persona, ya desde la infancia, va dirigido a "quedar bien", a cumplir lo que los mayores esperan de ella. El precio que paga a cambio es el olvido de las propias necesidades y el desconocimiento de un sentido interno y de conducción de la propia vida. Así puede nacer una falsa identidad, a menudo reforzada por modelos e imposiciones religiosos de perfeccionismo moral.

Será preciso que esta persona descubra que, detrás de una falsa personalidad, se esconde un yo auténtico que desea y merece ser reconocido y amado.

### *La vergüenza tóxica*

La *vergüenza tóxica* va más allá y afecta al centro mismo del ser. El niño, desde una concepción mágica, se percibe a sí mismo como el centro de lo que ocurre a su alrededor. Cuando a su lado se produzcan hechos y palabras que reflejen actitudes negativas de los adultos, él se atribuirá inconscientemente la responsabilidad; su percepción y su sentimiento consistirán en creer que es él quien está y actúa mal.

A partir de este momento, que puede empezar antes de cumplir los dos años, algo se rompe dentro de este niño. La vergüenza se instala en el lugar del amor y, a partir de este momento, la experiencia de vivir se vuelve insoportable.

El niño, a medida que crece, gasta el contingente de su energía psíquica en suprimir de la conciencia y de la memoria la experiencia del propio sufrimiento y tiene que invertir otro tanto en montar y mantener un sistema de defensa que le permita continuar viviendo.

En esta situación conviven, en una misma persona, dos centros vitales: uno, el verdadero, se esconde para no sufrir; el otro, el falso, se presenta como fachada.

Esta dualidad, vivida por un solo ser humano, se denomina "corazón partido". El centro del amor personal queda sustituido por una vergüenza insoportable a la cual uno mismo aplica la negación y la proyección como mecanismos de defensa para poder vivir.

Entre las formas de proyección más frecuentes, podemos citar la culpabilización constante por parte de los demás y la codependencia que empuja a la persona a formas de relación simbiótica y de adicción que puede ser: a una sustancia, a rituales esotéricos, a comportamientos significativos, todo lo que para ella suponga un medio de desconectarse de la desgarradora realidad, todo lo que sea un instrumento para olvidar el sufrimiento por las propias heridas.

Cuando hablamos de un corazón roto nos referimos a este grado de distorsión interna que la persona vive con motivo de la vergüenza que experimenta. El corazón del niño se rompe casi siempre que se encuentra en situaciones de abuso físico, emocional o sexual. Cuanto más intenso, más frecuente y más prolongado sea el abuso, el centro personal quedará más distanciado de la fachada, del yo aparente que utiliza la persona. La distorsión interna puede aumentar hasta niveles de alienación porque uno se ve a sí mismo como un desbarajuste imposible que no podrá aceptar nunca si quiere seguir viviendo.

### *La desvergüenza*

Entendemos por *desvergüenza* el estado psicológico que se genera en el extremo opuesto de la vergüenza saludable. La *desvergüenza* tiene sus orígenes en unas distorsiones muy graves, provocadas por los malos tratos sufridos durante la infancia. Lo que tendrían que haber sido unas relaciones de intimidad, de cuidado y de amor recíproco entre la criatura y los que tenían que atenderlo, fueron todo lo contrario.

Esta situación puede empezar en los primeros meses de vida y tal vez antes de nacer. El primer gran reto que encuentra el niño en su proceso de crecimiento es la construcción de relaciones de mutua sintonía emocional, es decir, lo que se denomina "confianza básica".

Los padres en situación normal ofrecen una actitud de acogida que manifiesta al bebé el amor con el que se le recibe y que hace que se sienta reconocido y amado. Esto le permite una primera experiencia de unidad y de identidad. Esta sintonía inicial, que va madurando a lo largo de todo el primer año, establece las bases de una comunicación emocional que se desarrolla mediante gestos y vocalizaciones. Se crea lo que se denomina "urdimbre", es decir, el lazo inicial entre la madre y el hijo que poco después incluirá al padre.

Cada ser humano necesita un mínimo de sintonía con los suyos para que este lazo adquiera consistencia. En caso de que falte o se rompa de manera prematura, se reducen las futuras capacidades de la persona para relacionarse, para sentir y pensar con los demás.

La herida que provoca la *desvergüenza* se halla muy adentro de la persona; cuanto más honda, más nefastas las consecuencias. La herida o heridas de los malos tratos físicos sufridos al inicio de la vida hacen que la persona no pueda establecerse en su propio cuerpo. No conoce, no sabe cuáles son sus propias fronteras o los propios límites materiales, vive un descentramiento. Las heridas de los malos tratos emocionales dejan a la persona a merced de cualquier corriente de influencia emocional. El entorno de las emociones tiene más fuerza que él, y de ahí puede salir el narcisista, el ser centrado en sí mismo, pero sin saber realmente quién es.

Esta es la *desvergüenza* que el niño aprende cuando ha sido abandonado o maltratado desde que era un bebé. La memoria de esta situación se adentra más allá de sus primeros recuerdos, de la primera infancia. El niño no ha podido entrar en la más mínima sintonía con los suyos. En esta situación de desamparo no tenemos el antídoto para que una personalidad afectada de *desvergüenza* pueda crecer y sanar sus heridas.

En el grupo anterior, el de la *vergüenza tóxica*, todavía queda un hilo que mantiene a la persona en contacto con su interior, vive en dualidad. Este hilo podrá aprovecharse para conectar con los sentimientos reprimidos y disimulados, que están ahí. En cambio, en el grupo afectado por la *desvergüenza*, el hábito de negar los propios sentimientos y sufrimientos viene de tan lejos que se ha convertido en una segunda naturaleza, y esto hace que la cura sea todavía más difícil.

Con mucha frecuencia, en la vida de estas personas, no solo falta la sintonía fundamental con los demás, sino que además se producen situaciones repetidas de abuso y de descalificación. La supresión de todo sentimiento de afecto, de tristeza o de angustia puede ir entonces acompañada de una rabia profunda.

De todo esto surge un corazón endurecido que, en las formas extremas, resulta una personalidad sociopática: una persona sin empatía ni compasión, una persona que alberga un odio tan intenso que puede destruir o herir a los demás sin ningún sentimiento de culpa, de vergüenza o de remordimiento.



También en estos casos se puede enmascarar la condición propia escondiéndola bajo una capa de cierta respetabilidad que actuará tanto de cara a los otros como a uno mismo. En este caso, como en el anterior, la persona construye las defensas intentando protegerse del dolor que le provoca la experiencia de sus sentimientos; sin embargo, los recursos que se inventa para ocultar a todo el mundo la propia vulnerabilidad y las heridas tienen como consecuencia que se las oculta también a sí mismo, y se convierte en otra persona.

## 2. TERCER TALLER

Una vez preparado este cuaderno, tuvimos la oportunidad de organizar un taller con personas que habían participado en uno de los anteriores. Hemos compartido juntos la experiencia de lo que hayamos podido verificar, y tal vez descubrir, en el intento de promover una espiritualidad con los excluidos. Presentamos un breve resumen para actualizar nuestra reflexión.

La metodología que hemos seguido ha sido poner en común las vivencias personales y las de nuestras relaciones con los excluidos. Hemos definido tres partes:

*la primera parte*, para responder a la pregunta de si tenemos experiencias que confirmen la pregunta que encabeza el taller: "los excluidos ¿reclaman espiritualidad?"

La experiencia de esta parte es que, efectivamente, los excluidos reclaman y expresan: ser respetados, ser valorados, ser amados; reclaman dimensiones humanas que no son simplemente las necesidades materiales. En cuanto a nosotros, todos aprendemos a situarnos de otra manera en la relación con los excluidos. De ambas cosas se desprende: que las personas cambiamos y que las relaciones llevan a una mayor igualdad; que el paternalismo nos perjudica a unos y a otros.

*la segunda parte*, para profundizar desde un marco bíblico, hemos leído los pasajes de mt.20, 1-16 (los trabajadores contratados a distintas horas para ir a vendimiar) y lc.10, 25-37 (la parábola del samaritano).

En esta parte, intentamos escuchar, no tanto para llevarlo a la vida práctica, sino para acoger la palabra indagando nuestros sentimientos con el convencimiento de que el texto habla *de nosotros*, no solamente se dirige *a nosotros*.

La identificación con los trabajadores de los cinco horarios y la identificación con el dueño; la identificación con el maestro de la ley, con el sacerdote, con el samaritano y con el desconocido de la cuneta, nos ha ayudado a compartir nuestros sentimientos y los de los excluidos para vivir con mayor unidad una misma vida.

*la tercera parte*, partimos de los elementos fundamentales del taller y queremos aplicarlos a la vida y a nuestra acción.

De esta parte, los elementos: yo profundo, creer en la persona, gemidos humanos, gemidos del espíritu, nos hacen descubrir y disfrutar referentes esenciales para vivir unos y otros.

Estamos más por lo que somos y podemos ser –excluidos y nosotros– que por lo que hacemos o por lo que nos falta.

*En resumen:* la experiencia y la vivencia de todos coincide en las siguientes expresiones:

— "la espiritualidad con los excluidos nos lleva a modificar las relaciones con ellos y así se da un cambio sustancial en la gente marginal, porque de una relación afectada por problemas pasamos a una relación entre personas".

— "de vivir como cercados por los problemas y de buscar soluciones, pasamos a vivir una realidad profundamente humana e interpersonal".

— "nuestra experiencia de dios experimenta una especie de deslizamiento: pasamos de vivir del dios que nos llevó a los pobres a vivir más del dios que se revela en los pobres".

— "iniciamos el camino espiritual que lleva a la inclusión".

— "los excluidos encuentran y avanzan en el reconocimiento de su dignidad y en el descubrimiento de lo que son, de lo que valen; a menudo se lamentan de la frialdad de mucha gente".

— "cuando nuestras relaciones con los excluidos tienen una duración, entramos y estamos en un proceso que nos permite avanzar hacia el mundo interior de las personas".

— "tenemos también la experiencia de rupturas, porque se acaban las relaciones a veces de manera repentina y sin explicaciones".

— "queremos continuar profundizando en este camino espiritual y deseamos que más personas puedan descubrirlo y seguirlo".

---

## NOTAS

1. Ed. Claret, barcelona 1996, pp.77-86

2. *Els coixos caminen*, r. Fortuny - j.j. Genovard, ed. Claret 1997, pp. 161-173.

3. *Ibíd*em, pp. 161-162.

4. *Ibíd*em, pp. 17.

5. *Ibíd*em, pp. 164.

6. *Ibíd*em, pp. P. 23.

7. *Rom.* 8, 11, 22-23.

8. *Ibíd.*, pp. 18-20.

9. Para quien quiera profundizar en la educación de los sentimientos, incluimos un apéndice que transcribe la aportación que el psicólogo j. Genovard, hizo al libro *els coixos caminen* sobre este tema.

10. *Ibíd.*, pp. 167-168.