

El arte de ayudar. Actitudes fundamentales en el acompañamiento espiritual

P. Alexandre Awi Mello
Ed. Patris Argentina
Buenos Aires, 2023
146 págs.



La vida humana es esencialmente vincular.

La importancia de vincularse con otras personas se fundamenta en razones biológicas, psicológicas y sociales.

Desde el punto de vista evolutivo, el ser humano ha aprovechado su capacidad de vincularse como mecanismo de supervivencia, mejorando la defensa y aumentando las probabilidades de supervivencia al estar junto a otros.

La psicología ha corroborado cómo el desarrollo de la identidad personal está intrínsecamente unido a los vínculos personales: me conozco y me construyo a través de la relación con otros; además de que las relaciones cercanas y significativas son cruciales para el desarrollo emocional y constituyen el soporte para enfrentar dificultades.

Y desde la perspectiva social, ser parte de una comunidad, integrarse y ser aceptado por otros genera una pertenencia que proporciona seguridad, oportunidades para conseguir objetivos comunes y redes de apoyo.

Es tan inherente a nuestra condición humana que John Bowlby definió el concepto de “apego” como los lazos profundos que desarrollamos desde el momento de nacer con las personas significativas, normalmente la madre, afirmando que ese estilo de apego marcará de alguna manera nuestra manera de vincularnos en otras etapas posteriores. Bowlby fundamenta su teoría en que el ser humano tiene biológicamente la predisposición a buscar proximidad.

En el libro *El arte de ayudar*, el autor, actual Superior General de los Padres de Schoenstatt, desarrolla los fundamentos pedagógicos y psicológicos del vínculo que se establece entre dos o más seres humanos en una relación de ayuda.

Similar a la definición de *counseling*, el concepto de acompañamiento espiritual dice relación con “el arte de ayudar a otra persona a ayudarse a sí misma”⁶ siendo esta relación de ayuda prestada por agentes pastorales y abarcando a la persona de manera integral en sus dimensiones espiritual y psicológica.

Es arte porque tiene una expresión única y particular en cada ser humano y, al igual que el arte en su expresión más amplia, requiere del desarrollo de actitudes y habilidades propias de quien establece una relación de ayuda o acompañamiento.

6 Cf. Cazarotto, José Luiz; “Psicología do acompanhamento espiritual”. *Vida Pastoral*, n 240 (2005), pp. 3-11.

El libro toma las certezas de este arte que definiera, a partir de su experiencia, el sacerdote José Kentenich (1885-1968), y las complementa con las definiciones terapéuticas necesarias en toda relación de ayuda del psicólogo Carl Rogers (1902-1987), uno de los principales exponentes de la psicología humanista.

El libro desarrolla un interesante diálogo entre psicología, pedagogía y teología pastoral, abriendo puntos de contacto entre dichas ciencias, de manera descriptiva y simple, para ser comprendidas por todas aquellas personas que desde una vocación de servicio a los demás, aspiran a perfeccionarse en la habilidad de ofrecer un acompañamiento centrado en el crecimiento del otro.

Desde la perspectiva de las actitudes fundamentales en toda relación de ayuda, Kentenich y Rogers coinciden en la importancia de técnicas que componen el arte de la conducción.

Podemos mencionar: (1) el arte de Abrir; (2) el arte de Escuchar; y (3) el arte de Guiar con lucidez.

Abrir posibilita al otro mostrar su interior con confianza; sin apertura no se generará un proceso educativo; sin embargo, los límites de la apertura son siempre el respeto y el amor. No se fuerza ni se exige. Se basa en el respeto al otro y a su proceso.

Escuchar activamente, totalmente dispuesto a comprender al otro, captando

todos sus lenguajes: corporal, verbal, emocional. Escuchar con empatía captando lo que no está verbalizado, sin pretender dar soluciones o consejos.

Guiar con lucidez se conecta con principios de la pedagogía, desde el origen latino de la palabra educación (*educere*), sacar a relucir lo que está adentro hacia afuera, sacar a relucir. La lucidez se concreta en la actitud del consejero de esperar los tiempos del otro, facilitar procesos de toma de conciencia, respetando su autonomía.

Desde la perspectiva de las creencias centrales que guían toda relación de acompañamiento, Rogers define un desafío al terapeuta, acompañante o *counseling*. Sostiene como fundamental transmitir la aceptación positiva incondicional en el otro: “veo” en el otro su valor intrínseco, confío en su capacidad de desplegarse desde lo mejor de sí mismo y se lo transmito. Ahora bien, para que sea real, debe existir autenticidad, el acompañante no finge, sino que descubre realmente el valor de cada persona y desarrolla de verdad la confianza en cada ser humano.

Un libro profundo, desafiante, escrito con paz y con una propuesta sencilla para abrir, a muchas personas que trabajan en relaciones de acompañamiento, un camino de crecimiento personal.

Alejandra García-Huidobro