

SOBRE LA DIRECCION ESPIRITUAL

LUIS NOS MURO

PROFESOR DE TEOLOGIA DEL CENTRO DE
ESTUDIOS TEOLOGICOS DE LA LAGUNA

RELIGION Y PSICOLOGIA

Religión y Psicoterapia no deben confundirse ni identificarse, pero tampoco han de disociarse tanto que aparezcan como antagónicas. La Psicoterapia tiene como objetivo propio el equilibrio psíquico de la persona, mientras que la Religión trata de situar al hombre en una buena relación con Dios. En caso de perturbaciones psíquicas, la psicología intenta devolver el equilibrio psíquico mediante curas psicoterapéuticas. Y en el caso de perturbaciones espirituales, la religión intenta devolver el equilibrio espiritual mediante el rito, llámese confesión sacramental o dirección.

Sin embargo, a pesar de poseer intenciones distintas, psicoterapia y ritos sacramentales se entremezclan e influyen por los efectos. Y no podía ser de otra manera si admitimos que la realidad humana es un psico-organismo donde lo orgánico es psíquico y lo psíquico es orgánico.

Así, la Psicoterapia trata directamente de restablecer el equilibrio psíquico de un paciente, pero, por efecto, puede desencadenar la salud espiritual, al paso que la Religión intenta devolver o conservar la salud del alma y, por efecto, puede desencadenar la curación psíquica ⁽¹⁾.

(1) Víctor E. FRANKL, *La presencia ignorada de Dios*, edit. Herder, Barcelona, 1977, pp. 57-69.

Las ciencias del espíritu nos enseñan a considerar al hombre como una unidad compleja y rica. En consecuencia, mal haríamos en disociarla, so pena de caer en una esquizofrenia angustiosa. Y en algo de esto hemos caído al introducir tantos distingos entre lo carnal y lo espiritual, natural y sobrenatural.

El director o acompañante, sea hombre o mujer, sacerdote o laico, debe actuar como una persona coherente, sin dejar a la puerta del confesionario o despacho sus conocimientos en psicología y experiencia de fe. Ojalá que todo director o agente de pastoral, además de creyentes, fueran expertos en el conocimiento del fenómeno humano y sus mecanismos. Lo que está claro es que difícilmente pueden desempeñarse estos ministerios sin la posesión de esos requisitos.

Jesús de Nazaret jamás dijo en el Evangelio: Hoy actuó como Dios, mañana, como hombre. Jesús actuó, en todo momento, como lo que era: la visibilidad y blandura humanadas de Dios.

Al ser la Religión una realidad que ha informado tan densamente la historia humana, no está de más que la Psicología, entre otras ciencias, se ocupe de los resortes psíquicos que la Religión ha provocado:

“En virtud de que la religión constituye, ciertamente, una de las más tempranas y universales exteriorizaciones del alma humana, sobrentiéndose que todo tipo de psicología que se ocupe de la estructura psicológica de la personalidad humana, habrá por menos de tener en cuenta que la religión no sólo es un fenómeno sociológico o histórico, sino, también, un importante asunto personal para crecido número de individuos” (2).

¿Es necesaria la dirección espiritual? La dirección espiritual no es un sacramento, pero sí un taller en el que la gracia de Dios y la destreza humana trabajan en favor de la persona. Pero, ¿por qué la dirección necesita de una tercera persona, cuando la tarea principal recae sobre el Espíritu Santo y el interesado? ¿Es que Dios no puede actuar sin intermediarios? Dios puede actuar directamente sobre una persona, pero lo ordinario es que esa actuación pase por un tercero, porque ésta es la economía inaugurada por Dios en Jesucristo.

Hecha esta aclaración, creo que, también, podemos estar de acuerdo en otro par de cosas: parte de la dirección de un pasado no remoto es obsoleta

(2) C.G. JUNG, *Psicología y religión*, edic. Paidós, Barcelona-Buenos Aires, 1981, p. 19.

y no volverá a resurgir. Tampoco creo que deba ser substituida por una terapia aconfesional, porque el creyente, por serlo, constituye, si no una psicología diferente del resto de los mortales, sí un tipo característico de ser persona. A este respecto, dice Jung:

“En mi profesión he tratado individuos con esa experiencia inmediata que, o no querían someterse a la decisión de la autoridad eclesiástica, o no podían hacerlo. Debí acompañarles a través de sus crisis y violentos conflictos, a través del miedo a la locura, de desequilibrios y depresiones a un tiempo desesperadas, grotescas y horribles, de modo que estoy plenamente persuadido de la extraordinaria importancia del dogma y del ritual, al menos como métodos de higiene espiritual. Si el paciente es un católico practicante, aconséjole, sin excepción, que se confiese y comulgue para resguardarse contra una experiencia inmediata, acaso superior a sus fuerzas. Con los protestantes la tarea no es de ordinario tan fácil, porque dogma y rito se han decolorado y debilitado tanto que han perdido en alto grado su eficacia. Por lo común la confesión no existe, y los pastores comparten la general antipatía hacia los problemas psicológicos y, por desgracia, también de la extendida ignorancia psicológica. El sacerdote católico que hace de consejero, por lo general exhibe mayor habilidad psicológica, y acaso, asimismo una más profunda comprensión. Por otra parte, los pastores protestantes han pasado por el entrenamiento científico de la Facultad de Teología, que con su espíritu crítico mina la ingenuidad de la fe; al paso que en la educación de un sacerdote católico, una grandiosa tradición histórica habitualmente fortalece la autoridad de la institución”⁽³⁾.

Lo que sí creo que hace falta es un buen aprendizaje para autodirigirse o para echar mano del experto cuando se juzgue conveniente. Así como el buen psicólogo enseña al cliente a prescindir de sus servicios, el director espiritual también debe orientar por ese camino, una vez que la persona esté iniciada, detectados sus problemas y los objetivos de su vida. Este aprendizaje, a mi juicio, debe impartirse en pequeños grupos, y que cada uno opte por la dirección que crea más conveniente, así como su periodicidad.

Lo que de ningún modo veo razonable es que el aprendizaje vaya encaminado a originar ya rechazo total de la dirección o dependencia absoluta de ella. Cada uno es persona, y cada uno debe conocer lo que necesita:

(3) C.G. JUNG, Ibid, pp. 75-76.

“El que quiere salir a la búsqueda de Dios tiene un guía experto, un guía que es la verdad, la vida, y el camino que hacia El conduce. Los demás guías espirituales ni han podido ni podrán jamás poder hacer algo que no sea señalar el camino, o un recodo del camino, pero no son el camino desde que se empieza hasta que se llega. A pesar de saber que los guías humanos no son más que esto, es casi obligado tener uno. Precisamente porque El desea que los que le buscan no se lancen solos a los abruptos senderos que conducen a las profundidades de sus misterios” (4).

La dirección espiritual no debe crear ni dependencia ni contradependencia. Es cierto que tanto la naturaleza, como la psicología y el dogma, nos aconsejan cautela y desconfianza, pero cuando son excesivas pueden originar neurosis, ya que *“el hombre es neurótico en la medida que ha perdido la confianza en sí mismo”* y busca un *“sustituto del sufrimiento legítimo”* (5).

En algunos sectores eclesiaísticos y religiosos existen muchas reservas contra la incorporación de prácticas de psicoterapia en la dirección espiritual. Ahora bien, yo creo que se debe huir, por igual, tanto del espiritualismo como del psicologismo. Pero es penoso que se exhiba la nebulosa de la transferencia, con sus románticas o incestuosas, cuando, por otra parte, se ve más que urgente la necesidad de equipar al experto espiritual de profundos conocimientos en psicología. Ya sabemos que la transferencia es un fenómeno que puede darse lo mismo en medicina que en dirección, pero también se ha dado, y se dará en la confesión sacramental, y no por eso dudamos de la eficacia del sacramento.

La naturaleza de la Iglesia es una constante paradoja. Y es la misma Iglesia la que desencadena explosiones que ella misma se encarga de neutralizar. Es el caso de la psicología aplicada a la pastoral. Los principios están de sobra contenidos en los documentos del Vaticano II, pero luego, a la hora de las concreciones, vendrán los distinguos e interpretaciones, cuando no la distorsión y marcha atrás.

Quien conozca un poco el Cristianismo, sabe que la psicología y discernimiento de espíritus son congénitos con él, por obra de los Padres del desierto, san Agustín, san Ignacio de Loyola, santa Teresa de Jesús, san Francisco de Sales, san Vicente de Paúl y san Juan Bosco, aunque la sistematización la hayan hecho grandes psicólogos de nuestros días.

(4) Yves RAGUIN, *Caminos de contemplación*, Narcea, Madrid, 1971, p. 48.

(5) C.G. JUNG, *Ibid.*, pp. 26-123.

EN QUE CONSISTE LA TRANSFERENCIA

Por transferencia se entiende, grosso modo, la actitud o actitudes que se transfieren sobre el terapeuta, de la clase que sea, y que originariamente se dirijan a un pariente próximo. Estas actitudes pueden ser de amor, odio, dependencia, sexuales, incestuosas, etcétera. Normalmente, son actitudes de personas neuróticas. No se fundamentan en una situación real, sino que derivan de sus relaciones con las personas más familiares, como padre, madre o hermanos. La transferencia es una prueba de que los adultos no han superado su dependencia infantil. Algunas actitudes transferenciales suelen seguir este curso: 1. Enojarse con el experto porque no da al cliente la ayuda que esperaba. 2. Actitud cálida a medida que el experto se interesa por el cliente. 3. Afecto profundo hacia el consejero. 4. Deseo de dependencia. 5. Temor hacia el consejero, relacionado con el que se tuvo o se tiene a los propios padres o familiares más próximos. 6. Deseo de una relación de amor entre cliente y consejero ⁽⁶⁾.

Un desarrollo exhaustivo de la transferencia, así como su utilización terapéutica, lo hallará el interesado en Jung ⁽⁷⁾.

COMETIDO DE LA DIRECCION ESPIRITUAL

Con estas notas sobre la dirección espiritual sólo pretendo plantear el problema. El interesado por este asunto puede acudir a otras fuentes, ya tradicionales o más actuales ⁽⁸⁾.

-
- (6) C.R. ROGERS, *Psicoterapia centrada en el cliente*, edit. Paidós, Buenos Aires, 1977, pp. 176-194.
- (7) C.G. JUNG, *La psicología de la transferencia*, Paidós, Buenos Aires, 1983. (Todo el libro).
- (8) Luis M. MENDIZABAL, *Dirección espiritual*. BAC, Madrid, 1978; Bruno GIORDANI, *El encuentro de ayuda espiritual*, Atenas, Madrid, 1985; Luis NOS MURO, *San Vicente de Paúl*, edic. Paulinas, Madrid, 1984, pp. 89-122; Raúl PLUS, *La dirección Espiritual*, edit. Librería religiosa, Barcelona, 1955; Karlfried GRAF DÜRKCKHEIM, *El maestro interior*, edit. Menajero, Bilbao, 1984; Ives RAGUIN, *Maestro y discípulo*, Narcea, Madrid, 1986; Tomás MERTON, *Dirección y contemplación*, S.E. Atenas, Madrid, 1975; José Ramón URBIETA, *Bajo el impulso del espíritu*, edic. SM, Madrid, 1986; José María CASTILLO, *El discernimiento cristiano*, edic. Sígueme, Salamanca, 1984; César VACA, *Guías de almas*, edit. Senén Martín, Avila, 1949; *Vocación Común y vocaciones específicas* (Agustín FAVALE y AA.VV.). S.E. Atenas, Madrid, 1984, 3 volúmenes; Arnaldo PIGNA, *La vocación*, Atenas, Madrid, 1983; Abundio CIRUJANO, *Pastoral Vocacional*, Atenas, Madrid, 1983; Luigi M. RULLA, *Psicología profunda y vocación* (2 volúmenes), Atenas, Madrid, 1985; Benedict J. GROESCHEL, *Crecimiento espiritual y madurez psicológica*, Atenas, Madrid, 1987; Comunidades Núm. 56, enero-marzo 1987, de la revista Confer (posee un buen elenco de bibliografía sobre este tema).

La dirección espiritual debe centrarse en la reordenación de la persona, y no sólo en una parcela, ya que es la persona completa a la que hay que facilitar un encuentro de ayuda, incluso para encajar las propias dolencias como parte de la vida. En consecuencia, difícilmente pueden desligarse materialidad y espiritualidad, psicología y religión, natural y sobrenatural.

Así como la persona será tanto más ella misma cuanto más rompa sus barreras y se apodere de sus zonas consciente e inconsciente, el hombre cristiano debe integrar en su personalidad la zona de la gracia o del Espíritu, porque el Espíritu de Dios obra en el creyente mediante los mecanismos psico-orgánicos.

La comunicación interpersonal tiene sus leyes. La comunicación humano-divina también tiene las suyas, y la ascética cristiana debe ofrecer medios positivos en orden a no obstaculizar la acción del Espíritu de Dios en el hombre, ya que la integración de naturaleza y gracia consiste en la plena armonía entre espíritu y carne, Dios y Hombre. En el momento en que desaparezcan las barreras, es decir, que el Espíritu invada la carne y la carne el Espíritu, más armónico será nuestro ser de hombre creyente.

Todo esto se consigue en un contexto de libertad y aceptación. Si no se puede comunicar con el director mientras no se han superado los obstáculos, tampoco es posible la relación con el Espíritu Santo de Dios en tanto no hayan desaparecido los obstáculos que la moral llama pecados.

La búsqueda y encuentro de mi yo más profundo, con apoyo de psicología y religión, constituye el mejor cumplimiento de la voluntad de Dios sobre mí, pues lo que Dios quiere es que yo sea yo.

CLIENTE Y DIRECTOR:

A estas alturas, ¿quién es cliente y quién director?:

... *“es cliente quien sabe qué es lo que le afecta, hacia dónde dirigirse, cuáles son sus problemas fundamentales y cuáles sus experiencias olvidadas”*⁽⁹⁾.

Esta definición de cliente procede de una mentalidad respetuosa y yo creo que precise albardas de otra connotación.

(9) C.R. ROGERS, *El proceso de convertirse en Persona*, edit. Paidós, Buenos Aires, 1977, p. 22.

El director, por su parte, según Rogers, debe ser una persona integrada y unificada, dotada de una fuerte capacidad de relación interpersonal. Debe ser, en suma, lo que es, y nunca un disfraz. Sus sentimientos deben estar en correspondencia con su persona, y su propia vida debe ser el mejor exponente de que se ha aceptado como persona.

En su versión hacia el cliente, el director debe huir de la fachada, pues si el director la ofrece, el dirigido responderá con el mismo mecanismo. En cambio, si el director es auténtico en sus sentimientos más profundos, el otro responderá con la misma moneda.

ITINERARIO DEL DIRECTOR Y DEL CLIENTE

El itinerario del director debe transcurrir por estas coordenadas:

- 1.— **RESPETO INCONDICIONAL.** Por respeto incondicional se entiende el interés cálido por el cliente, interés que excluye toda pasión. Porque no es igual que el cliente tenga los mismos sentimientos que el director, a que el cliente experimente los suyos y los exprese con naturalidad.
- 2.— **ACEPTACION PLENA.** Es difícil aceptar a otra persona, pues cada uno es diverso, pero las diferencias son una de las realidades más ricas de la vida. Cuanto más se acepta a una persona, menos ganas se tienen de moldearla según unos objetivos o manipularla.
- 3.— **COMPRESION EMPATICA.** Por comprensión empática se entiende la capacidad de ver el mundo interior del cliente y experimentarlo tal y como lo ve el cliente, de tal manera que éste advierta, en cierta medida, la coherencia, aceptación y empatía del director. Pero la empatía no consiste en decir: Te comprendo porque yo también he pasado por lo mismo y reaccioné así. La comprensión empática se da cuando el ayudante es capaz de captar la experiencia que se celebra en el interior del cliente y sentirla, pero sin perder de vista la disparidad de la propia personalidad. Por la empatía comprendemos el modo subjetivo de los demás “como si fuéramos esa persona”, sin olvidar el “como si”. Si falta esta condición, ya no se da empatía sino identificación.
- 4.— **NO JUZGAR.** Esto supone superar las barreras de los hechos, pues todo suceso es un acercamiento a la verdad y, por tanto, nunca impedimento ni hostilidad.

- 5.— **DETECTAR LO MAS PERSONAL DEL CLIENTE.** Hay personas que piensan que, por expresarse de una manera muy personal, nadie las entiende, y resulta todo lo contrario. Se es persona cuando se es más personal, lo mismo que se es artista cuando las creaciones se vierten con originalidad.
- 6.— **PERCIBIR LA ORIENTACION POSITIVA DE CADA PERSONA.** Por más hundido que uno esté, puede orientarse positivamente. Para ello, el experto debe captar con atención el proceso verbal del cliente, ya que en el propio proceso se suele comunicar el remedio, y esto es lo que debe captar el ayudante.
- 7.— **FACILITAR EL DESARROLLO PERSONAL.** Que no es lo mismo que proceso intelectual: Haz esto, luego aquello, etcétera.
- 8.— **RELACION DE AYUDA.** El director puede ayudar al otro cuando esta ayuda se transmite con tal interés que sea advertida por el otro.
- 9.— **DINAMICA DE CAMBIO.** Cuando el cliente advierte que alguien puede escucharle y atenderle en sus sentimientos, descubre que también puede escucharse a sí mismo y recibir las comunicaciones de su interior sin rechazarse.
- 10.— **EL ENCUENTRO DE PERSONA A PERSONA.** El experto, ante todo, tratará de presentarse en presencia de su cliente como una persona, en orden a que el cliente se experimente, también, persona, y no cosa sentada en una silla. Dicha experiencia interpersonal hace que el cliente supere sus ansiedades en la comunicación, aunque dicho resultado requiera tiempo⁽¹⁰⁾.
- 11.— **SINTESIS.** Aun a riesgo de repetir, podríamos resumir la función del director, acompañante o agente de pastoral, en las siguientes conclusiones: 1) Advertir en la persona que pide ayuda si se da o no una relación de dependencia. 2) Ayudar al cliente a reflexionar por sí mismo. 3) Aceptar al cliente tal y como es y por lo que puede llegar a ser. 4) No reemplazar. 5) Descartar el principio de autoridad, pues origina dependencia. 6) Preguntar sin curiosidad, intuyendo aquello que el cliente quiere comunicar para sentirse liberado. 7) Omitir toda agresión. 8) No jugar a

(10) C.R. ROGERS, *Ibid.* (las páginas corresponden a la ordenación tal y como yo la he efectuado). 1), pp. 4-42; 2), pp. 284-285; 3) pp. 30-31; 4) pp. 246-251; Cfr. C.R. ROGERS y G.M. KINGET, *Psicoterapia y relaciones humanas*, edit. Alfaguara (dos volúmenes), Madrid-Barcelona, 1971) (1, pp. 216-217; 5) pp. 28-29; 6) pp. 33-34; 7) pp. 34-35; 8) p. 40; 9) pp. 55-57; 10) p. 66; 11) pp. 70-71.

9) Ser consciente de la distancia que va de director a dirigido, a pesar de que haya sido allanada por la comunicación. 10) Ayudar al cliente a que admita su finitud y diferencia. 11) Sentir la problemática del cliente "como si fuera propia", pero sin olvidar el "como si". 12) Percibir y respetar la soledad ajena. 13) Favorecer que el otro sea otro. ⁽¹¹⁾.

En el proceso de ayuda se ha de tener en cuenta tanto la estructura psíquica de la persona como el funcionamiento del consciente-inconsciente, pero este tema exigiría su desarrollo y un abuso imperdonable del amable lector.

DISTICOS PARA LOS PASTORES DE LA PALABRA

1

Un Dios herméticamente cerrado como una olla exprés, sería real, pero inaccesible al hombre. Más aún. Un Dios únicamente apresable por la razón nos dejaría fríos y congelados en el Dios glacial de los filósofos. Por eso, el Cristianismo constituye la oferta histórica de un Dios arrancado de su olímpica soledad, de su YO Absoluto, para servirlo en la ternura de la carne humana de Jesús de Nazaret. Es decir, que Dios, para hablar con la raza humana, se ha visto obligado a la graciosa necesidad de humanarse. Dios se ha hecho Palabra Humana y ha roto en conversación por la boca de Jesús de Nazaret. A su vez, el hijo de María y de José, conversó con Pedro y Juan, Andrés y Santiago, les acompañó en su andadura hacia Dios, al tiempo que les dejó el mandato de que acompañaran y transmitieran a los hombres cuanto habían experimentado de Dios, del Hombre-Dios, en los estrechos límites de la persona humano-divina del Judío Universal.

2

Pues bien, así como Dios rompió su poblado silencio para contrastar su YO con el TU de la Humanidad por medio de Jesucristo, también las personas estamos llamadas a dialogar con Dios por medio de Jesucristo y de los demás hombres. Lo que hace falta es que la persona no se asfixie en su soledad por un exceso de egoísmo, y que se anime a salir, para mejor centrarse en sí misma, cuando un otro igual le facilite ese empujón de confianza.

(11) André de PERETTI, *Libertad y relaciones humanas*, edit. Marova, Madrid, 1976.

3

Ahora bien, si hablar es difícil, más lo es escuchar al hermano. De ahí la necesidad del experto, y su obligada multiplicación, para hablar ante él, descubrir la interioridad y escuchar respuesta, no de una piedra, ni de un osito de peluche, sino de una persona que puede decir: Te he oído y escuchado.

4

Sin unos padres que nos hablaran, rieran, acariciaran y jugaran con nosotros, cuando apenas si éramos un esquema de persona o, como dice Zubiri, una personidad, nosotros seríamos ahora una bola de carne cerrada más herméticamente que una piedra, incapaces de hablar, amar y enamorarnos.

5

Si el gran Don Miguel de Unamuno fue un yoísta, según los estudiosos de su obra, esto fue debido a que no hubo en la Europa de su tiempo un hombre de su categoría con el que poder conversar. Ciertamente se pasó las horas muertas dialogando con pastores y labradores de la Península e Islas Canarias. Ciertamente se acercó a eclesiásticos cualificados, pero le dieron tal cerrojo que casi lo sumen en el desequilibrio más brutal. Pero, a pesar de todo, rompió a hablar con tal sinceridad con Dios, de Dios, con el Jesucristo de Dios y de los hombres que nos ha dejado, entre muchas cosas, el mejor libro español de Cristología en su magnífico y largo poema sobre el Cristo de Velázquez. De haber encontrado un eclesiástico que lo escuchara, Don Miguel de Unamuno hubiera sido el mejor teólogo seglar del panorama religioso español (que lo es, a pesar de sus bravatas heterodoxas), pues, en su condición humana más pura, fue un hombre herido por Dios y mordido por los afanes de lo humano.

6

Si encontramos un hombre o mujer con quienes poder conversar de lo divino y humano, bien en la casa, escuela, universidad, seminario, trabajo, despacho parroquial, discoteca, playa, calle o montaña, aprovechémoslos, pues es más que seguro que Dios y lo Humano pasan, para nosotros, por la tangente de esa persona.

7

Si no hablamos, ni nos escuchan, ni nos responden, enfermamos, pues la persona, fundamentalmente, es una palabra viva que puede enfermar. De

ahí que la medicina humanista detecte las enfermedades del paciente a través del análisis del proceso verbal del cliente, y que nuestro Don Gregorio Marañón pudiera afirmar que más enfermos había curado con su palabra que con la medicina.

8

En la medida en que, desde nosotros mismos, y desde nuestro entorno social, político, laboral, religioso, universitario, nos enganchemos con la pluralidad compleja de lo humano, el paraíso aún es posible en esta tierra en la que el Hijo de Dios, según la Biblia, se hizo Nuevo Adán para que pudiéramos auparnos a él libres del moho que envejece, cierra y oxida en un pseudo paraíso artificial. Ahora bien, esto sólo es posible si devolvemos la palabra a su primitiva originalidad, pues anda tan devaluada que, con un simple “buenos días”, lo mismo deseamos suerte que un “ojalá te pudras”.

9

Si Dios salió de su soledad por medio de la Palabra de su Hijo, y tanto nos habló que, al decir de los teólogos, se quedó literalmente mudo (pues no ha podido decirse más ni mejor), que de tal modo nos digamos, ante un hombre o mujer, plantados por las circunstancias o por Dios a nuestra vera, que nos pueda decir: Por tu Palabra he descendido a los cimientos de tu ser y casi te he comprendido y comprendido. Vete en paz porque, Dios y Tú, Tú y Dios, sois una pieza tan férreamente soldada como Jesucristo con el Dios-Padre, suyo y nuestro.

Luis Nos Muro