



UNOS EUROS PARA MUCHOS SUEÑOS

La campaña "Unos euros para muchos sueños", que vamos a llevar a cabo durante el mes de febrero, es el primer paso para cubrir las necesidades de tanta juventud que, como en tiempos de Don Bosco, ya no pueden esperar al mañana. Nuestro sueño ya se está haciendo realidad a través de diversos Programas y Proyectos socioeducativos (Pisos de acogida de menores, Centros de día de atención a menores en riesgo, Fondo Don Bosco de becas de estudio,...) que ya están en marcha y para los que se necesita ayuda. Pero no podemos quedarnos ahí; nuestros sueños van más allá, quieren llegar a muchos más niños, niñas y jóvenes de nuestro entorno y más allá de nuestro entorno" (De la carta del Inspector en la presentación de la Campaña).

ÍNDICE

1. Retiro	3-9
2. Formación.....	10-15
3. Comunicación.....	16-19
4. El anaquel.....	20-33
□ Domadores del tiempo.....	20-22
□ La ansiedad 1.....	22-31
□ Reseñas.....	31-33

Revista fundada en el 2000

Edita y dirige:

Inspección Salesiana "Santiago el Mayor"

Avda. de Antibióticos, 126

Apdo. 425

24080 LEÓN

Tfno.: 987 203712 Fax: 987 259254

Maqueta y coordina: José Luis Guzón.

Redacción: Segundo Cousido.

Depósito Legal: LE 1436-2002

ISSN 1695-3681

LA VIDA RELIGIOSA ANTE EL TERCER MILENIO

AGUSTÍN IGLESIAS, sdb

Justificación del tema.

1. Referencias eclesiales.

1,1. Al concluir el Gran Jubileo del año 2000, Juan Pablo II publicó la Carta Apostólica **Novo Millennio Ineunte**, (NMI). En ella son muy frecuentes los verbos que invitan a retomar, a volver a comenzar, a partir de nuevo... “Al Final del jubileo”, dice el Papa, “a la vez que reemprendemos el ritmo ordinario llevando en el ánimo las ricas experiencias vividas durante este período singular, la mirada se queda más que nunca fija en el rostro del Señor”.

“Es cometido de la Iglesia reflejar la luz de Cristo en cada época de la historia y hacer resplandecer también su rostro ante las generaciones del nuevo milenio”. (NMI 16).

1,2. El 19 de Mayo 2002 la Congregación para los Institutos de Vida Consagrada publicó una Instrucción con el título *Ripartire da Cristo*, no del todo fielmente vertido al castellano como **Caminar desde Cristo**, (CDC), y que lleva como subtítulo “Un renovado compromiso de la vida consagrada en el tercer milenio”.

“Contemplar el rostro de Cristo y testimoniar su amor en el mundo” son la invitación reiterada que Juan Pablo II dirige a la Iglesia y a la Vida Consagrada al comienzo del nuevo milenio para “remar mar adentro en la esperanza y el deseo de una más intensa vida evangélica”. (cfr. NMI 16, CDC 1).

Los últimos números de la Instrucción (33-46) llevan por título “Testigos del amor de Dios” y recuerdan el subtítulo “Epifanía del amor de Dios” que la Exhortación VC había dado al capítulo III dedicado a la misión de la vida consagrada.

2. Referencias salesianas.

2,1. **La FSDB 2000** inicia el capítulo II citando el artículo 196 de las Constituciones: “Nuestra regla viviente es Jesucristo a quien nosotros descubrimos presente en Don Bosco que entregó su vida a los jóvenes”.

Y enseguida añade: “Esta afirmación de las Constituciones expresa en síntesis la vocación del salesiano:

-configurarse a Jesucristo

-y, como Don Bosco, dar la vida por los jóvenes. (FSDB 25).

Luego, al tratar la dimensión espiritual de la formación, dirá: “El salesiano asume la forma de vida obediente, pobre y virginal que Jesús eligió para sí en la tierra. Es este un modo radical de vivir el Evangelio y un camino seguro para donarse totalmente a los jóvenes”. (FSDB 91)

2,2. **El CG XXV, módulo II**, al plantear el tema del testimonio evangélico señala el seguimiento de Cristo obediente, pobre y casto (cfr. 23) como uno de los compromisos de la

comunidad que garantizan la transparencia de la gratuidad, la ofrenda incondicional de la vida y el amor sin medida y sin reservas.

Referencias todas que subrayan las dimensiones a tener en cuenta para un relanzamiento de la vida religiosa en la perspectiva del tercer milenio.

1. La Vida Religiosa en la Iglesia y ante el mundo: dificultades y retos.

2,1. Dificultades eclesiológicas. (cf. CDC 12,13)

Entre las dificultades que experimenta hoy la Vida Consagrada y que reseña CDC están:

- “la disminución en el número de las personas consagradas”
- “la falta de consideración e incluso una cierta desconfianza frente a ella”.
- “la impresión de pérdida de estima por parte de algunos sectores de la Iglesia” .

Sin embargo,

+“estas dificultades e interrogantes pueden interpretarse como un nuevo kairós, un tiempo de gracia, una llamada del Espíritu a redescubrir las riquezas y potencialidades de esta forma de vida, un signo providencial que invita a recuperar la tarea esencial de ser levadura, fermento, signo y profecía”.

+”la vida consagrada no busca las alabanzas y las consideraciones humanas; encuentra su identidad en la llamada del Señor, en el seguimiento, en el amor y el servicio incondicionales, capaces de colmar una vida y de darle plenitud de sentido”

2,2. Desafíos socioculturales.

a) Desafíos al hacer.

+ A la sociedad actual no le parece mal lo que hace la Vida Religiosa: enseñanza, sanidad, obras sociales...

-Sin embargo, cada vez son más los que hacen eso a nuestro lado y en nuestro lugar.

*La sociedad nos desafía a que desempeñemos nuestras tareas con profesionalidad.

*El Espíritu nos desafía a abandonar criterios selectivos y a optar por los más necesitados.

b) Desafíos al ser.

En relación con la cultura dominante, la Vida Religiosa es una contracultura.

Lo que parece mal a la sociedad son las dimensiones constitutivas de nuestro mismo ser de religiosos: la fe, la fidelidad al Evangelio, la pobreza, la virginidad, la obediencia...

1. La increencia.

+ Hemos hecho de Dios el centro de nuestra vida y, en ella, prima la gratuidad.

-Para nuestros contemporáneos prima lo útil, lo rentable.

*La sociedad nos desafía a demostrar que eso tan aparentemente inútil, es lo que, de verdad humaniza y crea fraternidad.

2. La anomía.

+Hemos apostado por los valores evangélicos.

-Como consecuencia del pluralismo ideológico han desaparecido las certezas de ayer.

*La sociedad nos desafía a demostrar que es posible vivir de acuerdo con convicciones razonables, libremente asumidas, capaces de forjar personalidades humanas realizadas y maduras

3. El cambio.

+La opción por la Vida Religiosa es un compromiso de por vida.

-Pero la fidelidad no es hoy un valor.

*La sociedad nos desafía a demostrar que los valores evangélicos que encarna la Vida Religiosa no tienen fecha de caducidad.

4. El consumismo.

+Elegimos vivir en pobreza.

-Pero la nuestra es una sociedad consumista, insaciable, en la que el hombre guarda su vida para sí.

*Esta sociedad nos desafía a demostrar que somos dichosos por ser señores, no esclavos de las cosas, disponibles para el servicio.

El pansexualismo.

+Hemos optado por vivir en virginidad.

-Pero esa no es una virtud de hoy.

*La sociedad nos desafía a demostrar que no tenemos reprimida sino potenciada la afectividad.

5. La autonomía.

+Profesamos vivir en obediencia.

-Pero la sociedad considera la heteronomía como minoría de edad y alienación.

*La sociedad nos desafía a demostrar que en la teonomía está la verdadera libertad.

Todos estos retos , más que una amenaza para la Vida Religiosa, son otras tantas llamadas a vivir con hondura el seguimiento de Jesús y la fidelidad al carisma propio.

2. Fidelidad al Evangelio y fidelidad al carisma.

-¿Cómo deberá ser la Vida Religiosa del tercer milenio ante los desafíos que le llegan de la matriz sociocultural?

-En un intento de significatividad cultural la Vida Religiosa podría optar por recorrer varios caminos:

-cerrarse a la cultura para evitar contaminaciones extrañas. Opción que reduciría la Vida Religiosa a un ghetto y la haría insignificante

-simpatizar con la cultura y, desde esa simpatía, sacrificar elementos esenciales. Opción que conllevaría la pérdida de identidad;

-añorar tiempos pasados. Actitud paralizante que frustraría el carácter profético;

-escrutar los signos de los tiempos y procesarlos evangélicamente. (GS 4). Es el camino adecuado; pero es una opción costosa de permanente conversión; es estar siempre teniendo que empezar intentando conjugar tres realidades clave: la cultura, el Evangelio y el Carisma.

-Nadie puede poner en duda que, en algunos aspectos, la Vida Religiosa del tercer milenio tendrá que cambiar para responder adecuadamente a las cambiantes circunstancias del mundo y de la Iglesia, sobre todo, teniendo en cuenta que los cambios de la cultura son rápidos y profundos. (GS 4-5).

-Pero, los cambios que habrá que introducir consciente y responsablemente no pueden implicar romper con el pasado evangélico ni con el pasado carismático; porque no hay más que un único evangelio, válido para todos los tiempos; y no hay más que una identidad carismática.

-No se deberá eliminar el fundamento último de toda vida cristiana que es Cristo; porque tanto en la Iglesia como en la vida consagrada “nadie puede poner otro fundamento que el que ya está puesto, Jesucristo”. (1 Cor 3, 11)

-Y tampoco se deberá cambiar el carisma que ha sido dado por el Espíritu para utilidad de la Iglesia y del mundo.

-La Vida Religiosa es re-presentación viva del modo de ser de Jesús y recuerdo permanente de los fundadores. Lo que tienen que hacer los Religiosos es “reavivar la gracia recibida” (2 Tim 1,6) en fidelidad al Evangelio y al propio carisma.

a) Fidelidad al Evangelio: Caminar desde Cristo.

¿Por qué la exhortación programática que Juan Pablo II ha dirigido a toda la Iglesia al comienzo del nuevo milenio insiste en la necesidad de “Contemplar el rostro de Cristo” (NMI. Parte II)? ¿Por qué la invitación de la reciente Instrucción de la CIVCSVA a los consagrados y consagradas a “Caminar desde Cristo?”.

- “Es necesario adherirse cada vez más a Cristo, centro de la Vida Consagrada, y retomar un camino de conversión y de renovación

-porque de Cristo han partido los primeros discípulos en Galilea;

-y porque de El, a lo largo de la historia de la Iglesia, han salido hombres y mujeres de toda condición y cultura que, consagrados por el Espíritu, se han hecho disponibles para el anuncio del Reino y para hacer el bien a todos”. (cf. CDC 21)

-“Toda la vida de consagración sólo puede ser entendida desde este punto de partida:

-los consejos evangélicos en cuanto rasgos característicos de Jesús;

-la vida fraterna en cuanto experiencia de con-vocación;

-la misión en cuanto mandato y búsqueda del rostro del Señor en aquellos a los que es enviada”. (cf. CDC 22)

-Cristo es y será la opción fundamental de la Vida Religiosa, el núcleo dinamizador de su historia, la clave interpretativa en la que releer los acontecimientos.

-Pero la persona de Jesús es inseparable de su causa. Por lo que optar por la Vida Religiosa es “dedicarse por entero a la causa de Jesús” (Hch 15,26).

Esto significa que la Vida Religiosa Apostólica del tercer milenio deberá evitar dos escollos:

-perder su densidad cristológica, diluyéndose en un mundo secularista y embotando su dimensión teológica;

-rehuir la encarnación por miedo a contaminarse con lo humano.

b) Fidelidad al carisma.

Los religiosos vivimos el seguimiento de Jesús según la originalidad del carisma fundacional expresada en una lectura selectiva del Evangelio y en una concreta misión evangelizadora. Por ser don del Espíritu para utilidad de la Iglesia y del mundo, la identidad carismática permanece; no puede cambiar.

Para la Vida Religiosa del tercer milenio la fidelidad al carisma original es vital.

Pero ¿cómo entender el carisma original, como tiempo o como talante? ¿cómo expresión definitiva, o como comienzo de una corriente espiritual que se prolonga en la historia?

-Quien concibe el carisma como tiempo y expresión acabada, intentará ser fiel repitiendo las expresiones carismáticas de los comienzos.

-Quien concibe el carisma como talante y comienzo ve en los orígenes no la palabra última, sino la palabra primera y entiende que no hay posibilidad de fidelidad más que explicitando sus virtualidades.

Esto quiere decir que la fidelidad no consiste en hacer lo que hicieron los fundadores en su tiempo, sino en hacer lo que ellos harían en las nuevas circunstancias. A los fundadores no hay que repetirlos, sino discernir cuál fue su talante evangélico y cuál su actitud histórica para traducirlas a la práctica. Ellos recibieron del Espíritu el carisma y responden a la pregunta por él; pero no lo agotaron ni en su vivencia ni en su formulación. El carisma sigue estando por hacer, hay que re-crearlo; como gracia y porque gracia compromete y empeña; es tarea que reclama desde el hoy histórico y proyecta hacia adelante.

La Vida Religiosa del tercer milenio deberá dar respuesta a las interpelaciones que de las circunstancias cambiantes de tiempos y de lugares y tendrá que cambiar las expresiones del carisma, pero no el carisma.

Importa tenerlo en cuenta porque afecta de plano a las posibles vocaciones. En efecto, los fundadores son el fundamento de un edificio en construcción, nunca techado, del que nosotros somos cimientos para los que están por venir. Esa es nuestra responsabilidad; ya

que los que llegan no se fijan tanto en las glorias del pasado cuanto en la existencia concreta de quienes encarnan la gracia vocacional a la que ellos piden ser admitidos. Cuando la referencia al fundador y a los orígenes del carisma se hace desde la indefinición existencial del presente y desde la letra muerta, la vida religiosa carece de mordiente.

3. Rasgos de la Vida Religiosa del tercer milenio.

(De un modo general, presento algunos elementos importantes y complementarios. La presentación es sólo esquemática con el fin de que el esquema sirva de pre-texto para que en la reflexión personal y en el intercambio comunitario se desarrolle con más precisión).

Al inicio del tercer milenio, en una sociedad soberbia que intenta edificarse de espaldas a Dios y egoísta que quiere medrar dándole las espaldas a los más pobres, oprimidos y marginados, la Vida Religiosa deberá ser:

-más profética: Rescatada su densidad cristológica y reavivada su identidad carismática, el problema fundamental de la Vida Religiosa es ofrecer un testimonio profético en la doble dimensión de: experiencia de Dios y compromiso por el hombre, pasión por Dios y pasión por el hombre, dolor de Dios y dolor del hombre, gloria de Dios y vida del hombre.

-más bíblica: Si los Religiosos han optado por hacer del Evangelio la norma de su estilo de vida, habrán de ocuparse en la lectura de la Palabra de Dios para confrontar su vida con “el estilo de vida que el Hijo de Dios eligió para sí mientras vivió en este mundo a fin de cumplir la voluntad del Padre”. (LG 44). Por tanto “tengan diariamente en las manos la Sagrada Escritura a fin de adquirir el sublime conocimiento de Jesucristo”. (PC 6) La familiaridad con la Palabra facilita el discernimiento, imprescindible para moverse en medio de las realidades humanas. “Es en la Palabra donde el Maestro se revela, educa el corazón y la mente. Es ahí donde madura la visión de fe, aprendiendo a ver la realidad y los acontecimientos con la mirada misma de Dios”. (CDC 24) Sin escucha de la Palabra, las palabras carecerán de significado, de fundamento y de inspiración.

-más teológica: La teología da consistencia a la fe y credibilidad al mensaje. De la concepción de un mundo sacral hemos pasado a la concepción de un mundo secular, regido por leyes inmanentes, con una autonomía propia, irreversible, reconocida como legítima y positiva por el Vat. II. Lo que quiere decir que la teología, a través de la cual se vehicula la fe, ya no puede ser “la de siempre”. No es que todo religioso tenga que ser un especialista en teología, pero sí que ya ningún religioso puede desentenderse de la teología si quiere hacer una evangelización inteligente.

-más espiritual. La espiritualidad ocupa el primer lugar en el programa de las familias de vida consagrada; una espiritualidad de lo y cotidiano alimentada en momentos regulares de oración personal; “una espiritualidad más eclesial y comunitaria, más exigente y madura en la ayuda recíproca, más generosa en las opciones apostólicas, más abierta para ser pedagogía y pastoral de la santidad”. (cf. CDC 20).

CONCLUSIÓN

-La Vida Religiosa es como un gran lienzo sobre el que se han plasmado diversos colores a lo largo de la historia para re-presentar el Evangelio desde una iluminación concreta concedida por el Espíritu.

-El lienzo sigue coloreándose todavía; su belleza le viene de la diversidad de inspiraciones carismáticas que añaden nuevas luces a la gran obra. Según sean las circunstancias históricas así son y serán los cambios en los motivos y en el color que cada instituto deberá plasmar.

-En todo caso la inspiración vendrá siempre del Espíritu. Habrá que vivir abiertos a El y disponibles.

Agustín Iglesias, Agosto, 02

PUNTOS PARA LA REFLEXIÓN

CUESTIONARIO PERSONAL

1. ¿Estás de acuerdo en que uno de los principales malentendidos respecto a la Vida Religiosa es la confusión entre lo que los Religiosos hacen y lo que son?.
2. ¿Cómo entiendes el seguimiento de Cristo, la pobreza, la virginidad, la obediencia, la vida fraterna, la misión?. Reflexiona sobre su vivencia en perspectiva personal y comunitaria
3. Describe los rasgos carismáticos de D. Bosco y piensa en quién o quienes los encarnan en tu comunidad. (Cfr. Carta de Roma). ¿Cómo te afecta eso a ti?
4. Un carisma de Vida Religiosa no muere a no ser que esté ya muerto en los religiosos partícipes y responsables de ese carisma. ¿El carisma salesiano está vivo o muerto en ti?. ¿Cómo lo sabes?

PARA COMPARTIR

1. ¿Es la Vida Religiosa necesaria y deseable en una eclesiología de la vocación de los laicos y del sacerdocio ministerial?
2. ¿Cómo hacer relevantes los rasgos de la Vida Religiosa que, por afectar a su identidad más profunda, deberán permanecer?
3. ¿Qué debería cambiar ya en la Vida Religiosa y en la vida salesiana para ser significativa?
4. ¿El problema vocacional debe centrarse en la preocupación por el número de los que llegan o en la calidad evangélica y carismática de los que están? ¿En qué aspectos debería insistir la comunidad?
5. ¿Qué desafíos plantean a la comunidad el presente y el futuro de esta presencia salesiana?

GUIÓN PARA UN CELEBRACIÓN COMUNITARIA

Rezo de vísperas.

1. **Saludo:** Dios que nos ha llamado al seguimiento de su Hijo Jesucristo y nos ha consagrado en el Espíritu, este con vosotros.

2. **Canto inicial** (Hombres nuevos?..)

3. **Salmodia**

4. **Textos de la palabra** (en vez de la lectura breve)

-Vocación de Jeremías: Jr 1, 4-10. 17-19.

-Enviados a proclamar el Reino de Dios: Lc 9, 1-6

(Después de la lectura de cada texto se canta un estribillo adaptado y se deja un tiempo breve de silencio para la interiorización.

Pueden comunicarse las resonancias de la Palabra y de la oración personal).

5. **Preces espontáneas.**

6. **Oración de la comunidad.**

PADRE.

Por los consagrados y consagradas,

Por los que han entregado su vida al servicio de Reino

Por los religiosos y sus comunidades en misión

***Padre nuestro que estás en el cielo, santificado sea tu nombre.**

A través del voto de pobreza de los religiosos,

A través del voto de virginidad,

A través del voto de obediencia.

***Padre, venga a nosotros tu Reino.**

En su vida de comunidad

En su vida de apostolado

En su vida de oración

***Padre, hágase tu voluntad.**

Como a los que enseñan a los pobres

Como a los que cuidan a los enfermos

Como a los que se preocupan por los marginados

***Padre, danos el pan de la generosidad para servirte cada día**

Como han perdonado los religiosos perseguidos

Como han perdonado los misioneros martirizados

Como han perdonado las religiosas ultrajadas

***Padre, perdónanos y enséñanos a perdonar**

No nos dejes caer en la tentación de la comodidad,

De la incoherencia, de la desilusión.

***Padre, no nos dejes caer en la tentación y líbranos del mal.**

7. **Canto final.**

DISCERNIMIENTO COMUNITARIO¹

«Pido en mi oración que vuestro amor crezca más y más
en penetración y en sensibilidad para todo,
a fin de discernir lo mejor»

José María Guerrero, SJ²

INTRODUCCIÓN

Todavía recuerdo con mucho gozo *el discernimiento* que hicimos, en Sao Paulo, en 1994, para elegir a la Directiva que acaba su generoso e inteligente servicio en esta Asamblea. Todos sentimos que aleteaba el Espíritu entre nosotros. *La paz, la cohesión del grupo, la alegría...* que experimentamos entonces eran frutos del Espíritu. A historia pasada resulta más que evidente que acertamos con la voluntad de Dios: descubrimos a los hermanos/as que el Señor había elegido en su corazón.

Me toca hoy presentarles algunas ideas que nos ayuden a disponernos al discernimiento que estamos a punto de iniciar para elegir la Nueva Directiva de la CLAR. Quiero concretar mi reflexión en tres puntos, con un anexo.

1. ¿Qué es el discernimiento?

Creyente es la persona que es capaz de *discernir* «lo que a Dios le agrada» (Ef 5, 10) en cada situación. El discernimiento no es ninguna cuestión *marginal*, sino *vital*. No está en la periferia, sino en el corazón mismo del cristianismo. Así, pues, el discernimiento no es ni puede ser una *novedad*. Es más bien un *don* permanente que hay que pedir sin cesar como Salomón:

«Concede, pues, a tu siervo un corazón que entienda para Juzgar a tu pueblo, para discernir entre el bien y el mal» (1 R 3,9).

El discernimiento no es ninguna moda en la Iglesia. Pertenece más bien a la misma esencia de la fe cristiana. S. Pablo lo sitúa en el centro mismo de la relación del hombre con Dios:

«Y no se acomoden al mundo éste, sino déjeme transformar con la nueva mentalidad para ser ustedes capaces de discernir lo que es la voluntad de Dios, lo bueno, convincente y acabado» (Rm 12,2 cfr. Ef 5,8-9).

Para S. Pablo, el ideal de la vida del cristiano es llegar a ser hombre *conducido*, constantemente por el Espíritu (cfr. Rm 8,2). Discernir es una osadía de cara a la libertad y requiere, además, una libertad osada. La libertad cristiana es osada; pero la mayor osadía es «dejarse llevar». Discernir es también una osadía porque presupone la iniciativa de Dios, un Dios que ha impulsado y que por tanto -ahí está el «atreimiento» cuenta con que impulsará sin límites... Discernir es una osadía

¹ En *CONFER* Volumen XXXVII (1998) pp.273-281.

² Teólogo de la CLAR. Santiago de Chile.

porque se confía ciega y descansadamente en la fuerza del Señor que no nos falla. Discernir es una osadía porque de alguna manera se compromete a seguir trabajando en cada uno: se da por supuesto que Él seguirá interviniendo. Discernir es, pues, «dejarse llevar» por el Espíritu del Señor, sabiendo que también el «mal espíritu trata de «movernos» en su dirección. Discernir es también sacarlo de sus escondrijos... escapar de su influencia. El cristianismo debe escudriñar la presencia y la acción de Dios en su vida (Cfr. 1 Ts 1, 19-22). S. Juan, en la Carta Magna sobre el discernimiento espiritual, hace esta solemne afirmación:

«Queridos, no se fíen de cualquier espíritu, sino examinen si los espíritus vienen de Dios, pues muchos falsos profetas han salido al mundo» (1 Jn 4, 1).

¿Qué es lo que nos enseña S. Juan? Algo tan útil como esto: sólo el discernimiento nos puede preservar del error y nos hará acertar en el camino de Dios. Ni más ni menos. Dios dirige nuestras vidas y también nuestra historia por caminos que a nuestros ojos pueden parecer, a veces, extraños y hasta incomprensibles. El problema es escuchar su voz, interpretarla correctamente y dejarse conducir por ella, en vez de oír sólo nuestros «pensamientos propios» o quedar confundidos por los ruidos del mal espíritu.

¿Qué es entonces el discernimiento en grupo o comunitario?

Es un proceso de búsqueda orante para percibir, en un clima de libertad interior, el origen de las diversas mociones que experimenta el grupo y hacia dónde lo llevan para así interpretar el llamado que Dios le hace en una situación determinada. Es un proceso espiritual en el que una comunidad, a través de intercambios reales, hechos en ambiente de fe y oración, percibe la presencia activa de Dios y su acción, toma conciencia de lo que conviene hacer y de la manera de hacerlo para que toda su existencia esté constantemente bajo la moción del Espíritu y así hagamos, siempre lo que le agrada al Padre» (Jn 8,19).

Discernir cristianamente no es defender y afirmar el propio saber, sino exactamente al revés renunciar al saber que procede del orden presente (el «mundo»), para encontrar el saber que procede de Dios. Por eso, la clave del discernimiento es *la renovación y transformación de la persona*, que hará posible el paso de un saber al otro, de la escala de valores del mundo a la escala de valores que proyecta la cruz. Sólo personas que viven este cambio pueden aportar un discernimiento comunitario.

Por lo demás, es evidente que esta manera de plantear el tema del discernimiento representa una subversión total de nuestros esquemas habituales de pensamiento. Dietrich Bonhoeffer lo expresó admirablemente:

«Por consiguiente no se puede examinar por sí mismo simplemente cuál es la voluntad de Dios, partiendo del propio saber del bien y del mal, sino totalmente al contrario, sólo puede hacerlo aquél a quien se le ha privado del propio conocer el bien y el mal y que, por lo tanto, ha renunciado a saber por sí mismo la voluntad de Dios, aquél que vive ya en la unión de la voluntad de Dios, porque la voluntad de Dios se ha realizado ya en él». (Ética. Barcelona, 1968, p. 24).

Es, sin embargo, claro para nosotros que el hombre, ayudado por la gracia, puede descubrir la voluntad de Dios y cumplirla.

II. Condiciones para discernir

En un asunto, por tanto, como el del *discernimiento*, de capital importancia, más que tal o cual método, lo que realmente interesa es crear las *condiciones* que le permitan al Señor dirigir eficazmente nuestra vida y actividad, es decir, realizar sus opciones eternas con nuestro libre albedrío (EE. 5). El centro de gravedad del discernimiento no se sitúa en la metodología sino en el corazón mismo de los participantes, de la comunidad.

1. Una actitud de pobreza y libertad interior

Esto crea un desprendimiento de todo apego, prejuicio y apasionamiento; el desprendimiento de la autosuficiencia, del ánimo de imponer y del temor de ser vencido, el desprendimiento de todo aquello que pudiera nublar la visión objetiva de la Historia de Salvación, tal como se nos revela.

Generalmente estamos muy apegados a las razones de nuestra inteligencia y más todavía a las «razones de nuestro corazón». La liberación interior nos permitirá tomar un distanciamiento psicológico frente al problema —o problemas— que tenemos que discernir. Nos purificará y nos libertará de toda adhesión afectiva «totalizante» a algo que no sea Dios,

Sin esta *libertad interior del grupo, como tal, el discernimiento es imposible*. También el grupo debe «quitar las afecciones desordenadas» (aversiones, prejuicios, bloqueos, filias y fobias, autodefensa... ¿Cómo lograr esa pobreza y libertad interior?

2. Un clima de oración que crea la libertad interior

Se ora para crecer en pobreza y libertad interior, para ver con *una mirada guiada por el Espíritu*. Un *hombre prudente* no es necesariamente un *hombre espiritual*. La prudencia humana enjuicia los hechos con *ojos humanos*; el discernimiento va más lejos, mira todo con *ojos espirituales*. Uno es el plano de la discusión de razones y otro, el de la *percepción espiritual del llamado de Dios en nuestra situación existencial*. Un elemental juicio de valor, cuando la actitud del espíritu es de apertura, el desasimiento y docilidad, de respeto a los demás y de humilde recurso a Dios, *va más penetrado de luz del Espíritu que los raciocinios más eruditos*. Lo que importa es ver con *una mirada guiada por el Espíritu*. No se busca en la oración *directamente* el contenido de la decisión. Ese será descubierto, en *forma indirecta*, y no revelado por Dios. Correríamos el peligro de tomar por reveladas por Dios nuestras propias obsesiones.

Es absolutamente esencial -que libres de «afecciones desordenadas» y abiertos incondicionalmente al Espíritu, podamos descubrir y hacer la opción por una respuesta auténticamente evangélica (la que Dios quiere de nosotros *aquí y ahora*) buscando y deseando el mayor servicio de Dios. Para eso necesitamos ser personas de oración. Un hombre tan experimentado como el P Futrell ha escrito sin rodeos:

«La causa más común del fallo del discernimiento es el hecho de que los que se entregan a este discernimiento no oran. Tan simple y tan difícil como lo que acabamos de decir».

El discernimiento espiritual no es simplemente un método para encontrar *respuestas correctas, como* en matemáticas, ni un simple proceso de análisis profundo como se practica en psicología. Es más bien cuestión de *habilidad de espíritu, dada por el Espíritu y humildemente recibida*. El discernimiento es todo modo de hallar juntos la voluntad de Dios.

3. Situar en una perspectiva de fe

La perspectiva de fe es creer que, a pesar de las imperfecciones no culpables de nuestro proceder, de las zonas de sombra irreductibles, Dios nos puede conducir a una claridad o certeza suficiente y a tener el valor de optar, de elegir con paz. Hay que situarse en un clima de fe que nos haga capaces de rastrear y descubrir la presencia y la acción de Dios en la trama de los acontecimientos humanos y nos permita interpretar su Palabra y aceptar sus exigencias. El discernimiento sólo es posible en un contexto de fe personal y comunitaria que nos revela el designio de Dios, encarnado en Jesucristo. ¿Cuáles fueron los criterios de la «opción fundamental» del Señor? ¿Cuáles son los que deben inspirar las nuestras?

4. Dios quiere la cooperación del hombre

En el fondo es cooperación humana a la obra santificadora del Espíritu (cfr. Lc 4,18). Esta cooperación supone que por la asidua contemplación evangélica hemos, adquirido ya la mentalidad humana de Cristo que nos familiariza con su manera de ver y obrar (EE, 104). Esta cooperación supone, además, la docilidad que sometía el espíritu de Cristo a la dirección actual de Espíritu Santo.

5. La experiencia personal de discreción de espíritus

Cualquiera que haya hecho bien los Ejercicios Espirituales no tendrá especial dificultad en esto. Pero es necesario, el haberse ejercitado en *discernimiento personal*, y no hallarse distanciado de esa experiencia por pecado o negligencia.

III. Metodología del discernimiento

Permítanme que sea muy breve porque esto nos es más conocido:

1. Acumular evidencias

Es un tiempo de recoger *información* lo más objetiva, completa e imparcial posible. Ahora es tiempo de «acumular evidencias», o al menos indicios. Se trata de recoger simplemente datos para entender y comprender mejor la alternativa propuesta. No hay que confundir, eso sí, *información con interpretación*.

2. Formarse una convicción personal

Luego, en un ambiente de reflexión orante, cada uno se esfuerza por formarse una *convicción personal* sobre el problema planteado sin influenciar a los otros, pero también sin dejarse influenciar por los otros. Nadie debe constituirse en «paladín» de ninguna causa. Este «bloqueo» temporal (el no influenciarse mutuamente ahora) no disuelve el grupo sino las estructuras alienantes que en el grupo puede haber, es decir, *suprime la sumisión de unos al suprimir la dominación de otros*, tanto más peligrosa por cierto, cuanto que se ejerce casi insensiblemente. Cada uno debe dejarse guiar por lo que experimenta personalmente, en lo más profundo. Es claro que ninguna decisión, conseguida a partir de maniobras ocultas de grupo de presión sutiles racionalizaciones, puede ser fruto de un auténtico discernimiento espiritual. Cisiones semejantes dividen más las comunidades y agudizan los conflictos. Un verdadero discernimiento, por el contrario, fortalece la unidad y crea paz y alegría. Son estos intentos para imponer su voluntad, disfrazados de discernimiento los que lo han desprestigiado y desvirtuado.

3. Poner en común: valorar las razones en PRO y en CONTRA

Una vez conocidos los *pros* y *contras* aducidos, es hora de *evaluarlos en común*, con mucha libertad espiritual, es decir, tomarles el «peso» para optar por aquella alternativa que juzgamos y experimentamos como la mejor para traducir *aquí y ahora* el querer de Dios para el grupo. Lo importante no es el número de razones ni la retórica con que se defienden, sino la *ponderación* de las mismas (reconocer, evaluar su *peso*).

4. Sondeo previo y votación

Una vez realizados estos pasos, con sencillez y objetividad, puede ser útil un *sondeo* previo para ver hacia dónde se inclina el grupo. Por otro lado, el discernimiento es de naturaleza *afectiva* y no sólo *intelectual*. Es un «sentir», dice S. Ignacio. Se trata de valores, no de ideas,

Reconocemos a Dios presente en nuestra búsqueda y en nuestra decisión por medio de *la paz y la fuerza* que nos invaden —como individuos y como comunidad—, y al constatar que nuestro sentir es conforme al de Jesús y por ello sabemos, otra vez, en *forma indirecta*, que nuestra búsqueda y elección son guiadas por el buen Espíritu.

5. Decisión que deje al grupo consolado

En el proceso del discernimiento se empieza siempre por no saber cuál es la voluntad de Dios para nosotros en estas circunstancias concretas y se termina conociéndola si hemos discernido bien. Debe aspirarse a un *consenso explícito unánime o cuasi unánime*. La unanimidad será siempre una meta de la comunidad, pero no la que consiste en una votación numéricamente unánime, sino la que «llena el ánimo de todos».

El criterio de un buen discernimiento no es necesariamente la unanimidad que podría convertirse en obsesión, en signo palpable de nuestro éxito comunitario. El problema es no pagar una unanimidad ficticia e ilusoria o emocional con una falta real de libertad de expresión. El pluralismo tiene aquí su función. En un excelente proceso de discernimiento puede todavía subsistir una *minoría con tal que se sienta integrada en el grupo* y que reconozca como voluntad de Dios sobre el grupo, en estas circunstancias, lo que haya decidido mayoritariamente con limpieza y honradez, aunque guardando una percepción diferente de la situación que ayudará al grupo a quedar abierto a nuevas determinaciones en el futuro. Si la elección ha sido bien hecha, el grupo sentirá *internamente contento, paz, quietud, alegría, cohesión interna* y dinamismo o fortaleza para que se haga efectivo lo elegido.

«El fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, tolerancia, agrado, generosidad, lealtad, sencillez, dominio de sí» (Gal 5,22-23).

Estos son los frutos del Espíritu, y la confirmación de que el grupo actuó conducido por el Espíritu. Y así termina el proceso.

Algunos textos sobre el discernimiento

Hch 1, 15-26

Rm 8, 5-6; 12, 2; 14, 21-23

1 Cor 11, 28-29
2 Cor 13, 5
Gal 6, 4
Ef 5, 15-17
Flp 1, 9-10
1 Tes 5, 21-22
Ver también la 1 Juan, especialmente, 1 Jn 4, 1-6

Para una meditación que nos prepare al discernimiento

Texto: (Mt 4, 1. 11)

En el umbral de su vida pública, inmediatamente después de su investidura mesiánica, en el Bautismo (cf. Mc 3, 13-17), El «fue llevado por el Espíritu al desierto para ser tentado» (Mt 4,1). El texto no es fácil de interpretar y, sin embargo, es de gran importancia para *discernir el Espíritu con que Jesús debería realizar su «misión»*. Jesús se encuentra ante una «opción crucial». ¿Por qué camino tirar para realizar la «misión» que el Padre le había confiado?:

* por el del prodigio *deslumbrador*, capaz de entusiasmar a una muchedumbre hambrienta, en su esclavitud política, de un Mesías «poderoso en obras y en palabras», al estilo de David a quien quieren proclamar Rey (cf. Jn 6, 15). *El Mesías de los Hombres*.

* o por el otro, el de no alardear de su rango de Dios, «siendo de condición divina. se despojó de sí mismo tomando condición de siervo, y humillándose a sí mismo, obedeciendo hasta la muerte y muerte de cruz» (cf. Flp 2, 1-8): *El Mesías del Padre*.

En resumen, ¿optaría por el Mesías triunfal, espectacular, lleno de poderío y gloria para realizar «su misión» o por el Mesías, siervo de Yahvéh, el de la Cruz, el del amor desarmado, manso y humilde de corazón.

Y en el discernimiento nuestro, siempre análogo:

1. ¿Cuáles son las trampas que se pueden oponer a una buena elección mía?
2. ¿Qué criterios usó el Señor?
3. ¿Cuál fue su opción y sus opciones futuras?

LA FE EN LA CULTURA ACTUAL³

Bartolomé SORGEN

La comunicación social abre hoy a la evangelización unas posibilidades antes inimaginables. La cuestión está en cómo neutralizar las lecciones de violencia, egoísmo, desprecio de la vida y de los derechos humanos que se nos imparten — ¡y a domicilio!— a todas las horas del día. La Iglesia está llamada a llevar a cabo una auténtica conversión pastoral en este sentido. Se trata de armonizar la fidelidad al evangelio y a la Iglesia con la fidelidad al hombre y a las exigencias de la misma comunicación de masas. Veremos en primer lugar el fundamento teológico de la espiritualidad del comunicador, la unidad de vida entre contemplación y comunicación social; después puntualizaremos las implicaciones de esta unidad de vida, y el modo concreto de realizarla en la vida práctica de hoy.

Evidentemente, la comunicación social abre hoy a la evangelización posibilidades antes inimaginables: es posible anunciar el evangelio más allá de todas las fronteras, entrar en todas las casas, dirigirse simultáneamente a masas incontables de hombres y mujeres. Sin embargo, ¿cómo neutralizar las lecciones cotidianas de violencia, egoísmo, desprecio de la vida y de los derechos humanos que se nos imparten —¡y a domicilio!— a todas las horas del día, sin miramiento a la edad, a las condiciones culturales, sociales y psicológicas de los receptores?

No basta deplorarlo; no basta quedarse a la defensiva. La Iglesia, de hecho, además del deber de ser conciencia crítica, tiene también el de proclamar a todos, positivamente, los principios de la antropología iluminada por el evangelio. Esa es la razón de que hoy, ante el reto de la cultura de los medios de comunicación, no sea posible realizar una obra de inculturación de la fe, ni adecuar el mensaje evangélico a las necesidades y a los problemas del mundo contemporáneo, si no se da un alma cristiana a la propia comunicación social, considerándola, a todos los efectos, una dimensión *fundamental* de la nueva evangelización. Pues bien, ¿qué hemos de hacer para dar un sentido humano adecuado a la nueva *cultura* de los medios de comunicación?

En primer lugar, hay que comenzar por la propia *renovación interior*. La comunión con Dios y entre los miembros de la comunidad eclesial debe ser el fundamento de cualquier otra forma de *comunicación* hacia fuera, en las relaciones interpersonales y sociales. ¿Cómo podría la Iglesia ser creíble y eficaz cuando habla de evangelizar la comunicación si interiormente le faltara una comunicación auténtica libre?

Si no se desea un fracaso estrepitoso, la necesaria encarnación de la misión cristiana en la realidad técnico-empresarial de la comunicación social no deberá nunca verificarse en detrimento de un auténtico testimonio de santidad cristiana y de la transmisión de la palabra de Dios, en plena fidelidad a la Iglesia, pues siempre será cierto que «la fe proviene de la predicación» (Rm 10, 17). Por consiguiente, el problema consiste en armonizar la fidelidad al evangelio y a la Iglesia con la fidelidad al hombre y a las exigencias de la misma comunicación de masas.

³ En *Cooperador paulino*, 101, noviembre-diciembre 1999.

La Iglesia entera está, pues, llamada a llevar a cabo una auténtica *conversión pastoral* en este sentido. Santiago Alberione se daba perfecta cuenta de la dificultad de la empresa, y advertía que en modo alguno será tarea fácil: «No es cosa de aficionados —exclamaba—, sino de verdaderos apóstoles».

Fundamento teológico

La razón teológica que permite hablar de una verdadera *espiritualidad de la comunicación social* está en el hecho de que la categoría de *comunicación* es central en la misma revelación cristiana.

Cristo no es solamente *el comunicador entre Dios y los hombres* (cf 1 Tim 2,5), sino que él mismo es *comunicación*. Es decir, Cristo actúa la *comunicación* entre Dios y los hombres no simplemente trayéndoles las palabras *oídas a Dios* (como hacen los demás profetas), sino del modo único e irrepetible de Alguien que es la misma Palabra de Dios. «Durante su existencia terrena —dice la instrucción *Comunión y progreso*—, Cristo se reveló como perfecto comunicador. Con su encarnación, se hizo igual a quienes habían de recibir su mensaje, expresado con las palabras y la conducta entera de su vida. Hablaba plenamente injertado en las condiciones reales de su pueblo» (CP 1 I). Por eso la Iglesia —concluye Pablo VI—, que prolonga en la historia la persona y la misión del *Comunicador del Padre*, «debe establecer un diálogo con el mundo, donde se encuentra. La Iglesia se hace palabra, la Iglesia se hace mensaje, la Iglesia se hace coloquio» (ES 192). La Iglesia —diríamos hoy— se hace *comunicación social*, encarnando el evangelio en las situaciones concretas más diversas de tiempo Y lugar, transformando así la Palabra en fermento y alma de toda cultura. Esa es la razón —afirma también Pablo VI— por la que la Iglesia «se sentiría culpable ante Dios si no empleara esos poderosos medios que la inteligencia humana perfecciona cada vez más. Con ellos la Iglesia *pregona sobre los tejados* el mensaje del que es depositaria. En ellos encuentra una versión moderna y eficaz del púlpito» (EN 45).

Y es así —explica a su vez Juan Pablo II— porque los medios de comunicación se han convertido en «el billete de ingreso de todo hombre y toda mujer al *mercado* moderno, donde se expresan públicamente las propias opiniones, se realiza un intercambio de ideas, circulan las noticias y se transmiten y reciben informaciones de todo tipo» (*Mensaje para la Jornada de las comunicaciones sociales*, 1992).

La comunicación no es sólo un elemento esencial de la vida humana, sino que es, también, una exigencia natural e interna de la Iglesia, lo que quiere decir que forma parte de su naturaleza y de su misión. La necesidad humana de comunicar, se encuentra con la necesidad de que la palabra de Dios debe ser comunicada.

Las tres fidelidades

Partimos del convencimiento de que la eficacia de la evangelización a través de la comunicación se juega enteramente en la capacidad de armonizar una triple fidelidad: a Dios (es decir, al evangelio y a la Iglesia), al hombre, y a las exigencias de la comunicación social.

a) La primera es *la fidelidad a Dios*. «No es la sabiduría del mundo —afirmaba el venerable P. Alberione—, ni la prudencia de los tipógrafos, de los editores y de los libreros la que debéis tener, sino la sabiduría de Jesús, la prudencia de Jesús, que murió en la cruz porque predicaba la doctrina verdadera, su doctrina».

La espiritualidad centrada en Jesús, divino Maestro, camino, verdad y vida, se verifica esencialmente en la fidelidad incondicional al evangelio y a la Iglesia. Con esta garantía, no hay que tener miedo de buscar después todas las vías posibles para proponer la palabra de Dios a todos, y no

sólo a los creyentes. Por eso, aun cuando hay que valorar caso por caso cómo y cuándo difundir una comunicación social de explícita inspiración cristiana, no es menos necesario y urgente estar presentes también en el sector público de la comunicación social. Una y otra formas de presencia son igualmente indispensables para la evangelización del moderno areópago de la comunicación social y deben considerarse no alternativas, sino complementarias entre sí.

b) La segunda es la *fidelidad al hombre*. Juan Pablo II insiste en que *comunicar* equivale a fraternizar y comunicación significa solidaridad humana. Lo que equivale a decir que la comunicación, por sí misma, es fraternidad, es justicia, es paz. Por consiguiente —afirma el Papa— es urgente que los agentes de la comunicación se den un código fundado en valores elementales y universalmente aceptados, como «el respeto al otro, el sentido del diálogo, la justicia, la ética de la vida personal y comunitaria, la libertad, la igualdad, la paz en la unidad de la persona humana, la capacidad de participación e intercambio» (*Mensaje para la Jornada de las comunicaciones sociales, 1998*).

La verdadera fidelidad al hombre se mide justamente por el empeño que se pone en defender estos valores, que expresan y garantizan su libertad y su dignidad trascendente. De este modo, el mundo de la comunicación pone al catequista y al evangelizador en la vanguardia del compromiso por la justicia, la libertad y la fraternidad.

c) Hablar de evangelizar la cultura de la comunicación de masas no significa sólo que hay que convertirse en conciencia crítica contra todo atentado a la libertad, a la verdad y a la autonomía de la comunicación; implica también el empeño de animarla cristianamente, aunque *respetando plenamente su laicidad y sus reglas*. Es la tercera fidelidad. Por consiguiente, también los apóstoles comunicadores deben gozar de una legítima libertad y autonomía, para que no suceda, por ejemplo, que para estar informados sobre cuanto acontece en la vida de la Iglesia haya que echar mano de órganos de información laicistas o facciosos, porque la *prensa católica* simplemente ignora o censura las noticias. Un uso clericalizado de los mass media, que no tuviera en cuenta tales leyes laicas de la comunicación social, sería un antitestimonio y, en cualquier caso, no ayudaría a tomar en serio los planteamientos que la Iglesia hace hoy lealmente sobre la valoración de la cultura de los medios de comunicación de cara a la nueva evangelización e inculturación de la fe.

La unidad de vida

Para armonizar la fidelidad al evangelio y a la Iglesia con la fidelidad al hombre y a las exigencias de la comunicación, hay que conseguir desde la raíz la unidad de vida entre acción y contemplación, viviendo inmersos en la comunicación social ¿es eso posible? Y ¿cómo?

Ya el Vaticano II se planteó el problema y trató de resolverlo, hablando de los sacerdotes: «Los presbíteros —dice el decreto *Presbyterorum ordinis*—, envueltos y distraídos en las muchísimas obligaciones de su ministerio, no sin ansiedad buscan cómo pueden reducir a unidad su vida interior con el tráfico de la acción externa» (PO 14). Y el Concilio señala primeramente las soluciones inadecuadas o insuficientes. «No basta la sola práctica de los ejercicios de piedad, por muy útiles que sean» (PO 14). Lo que quiere decir que la solución del problema no está en organizar la propia jornada, por ejemplo, separando las horas de la oración de las del trabajo. Esto podría llevar más bien a una espiritualidad desencarnada o a ver en la actividad apostólica no una ocasión de encuentro con Dios, sino un obstáculo a la unión con él. «Separar el trabajo apostólico de la oración —lamentaba el P. Alberione— es como tener un miembro paralizado».

Pero al mismo tiempo hay que evitar el error opuesto, de los que tienden a reducir la oración a la acción solamente. Ni basta —añade el texto— «la mera ordenación exterior de las obras del

ministerio» (PO 14). Es decir, la oración no puede reducirse a la mera acción, ni siquiera a la pastoral, por más sobrenatural que sea. «Dejar la oración para realizar más obras —afirma también el Fundador— es un retroceso ruinoso. El trabajo realizado en detrimento de la oración no ayuda a nosotros ni a los más, pues quita a Dios lo que se le debe». Evidentemente amor y el trabajo por el prójimo y por los pobres es una prueba de la autenticidad de nuestra fe y de la oración, pues si no amas y no sirves al hermano a quien ves, ¿cómo puedes decir que amas y sirves a Dios a quien no ves? (cf. 1 Jn 4,20-21). Pero sólo Dios es Absoluto. El hombre merece nuestro amor, porque Dios mismo le ama y le ha hecho hijo suyo. Hay que honrar y servir al pobre porque Dios mismo ama, y en la persona de Cristo se ha puesto a su servicio. La historia de la Iglesia confirma que todas las grandes obras apostólicas de caridad y servicio evangélico a los pobres brotaron siempre de una auténtica vida de oración y de ella nutren constantemente.

Conclusión

Llegados a este punto, Concilio señala el camino justo. La respuesta válida —dice— sigue siendo la que indica el evangelio: la *unidad de vida* entre contemplación y acción entre amor a Dios y servicio al prójimo, se conseguirá siguiendo «el ejemplo de Cristo, cuya comida era hacer la voluntad del que lo envió para que llevara a cabo su obra» (PO 14).

Por consiguiente, llegar a *contemplativos en la acción*, actuar como contemplativos en la comunicación social, no es una meta que se alcanza solamente con el esfuerzo humano. Es un don de Dios. Pero nosotros podemos disponernos a recibirlo «siguiendo el ejemplo de Cristo, el Señor», es decir, con la fidelidad a la oración y con un «sí» constante, libre y total a la voluntad de Dios y a su designio de amor.

Domadores del tiempo

*Todos lo tenemos, pero no lo distribuimos de igual manera.
Aprovechar cada minuto y hacerlo eficaz
puede aprenderse de la mano de especialistas que,
en pocas horas, le enseñarán sus técnicas.
No sea esclavo del reloj*

Laura PERAITA

¿Trabajar para vivir o vivir para trabajar? Ésta es la cuestión. Los empleados, en general, y los directivos, en particular, tienden a alargar su jornada laboral hasta bien entrada la noche. Después llegan a casa cansados, sin apenas apetito y con ganas de apoyar la cabeza en la almohada mientras en su mente siguen rondando todos los asuntos que han quedado pendientes para la mañana siguiente. El problema de esta incapacidad de desconexión y de una buena dosis de estrés viene, en la mayoría de las ocasiones, generado por algo tan esencial como saber gestionar el tiempo. No por trabajar más horas se consigue acabar con las metas fijadas. Le ofrecemos las claves para no perder el tiempo.

El tiempo es un recurso universal y que, por norma general, siempre nos parece insuficiente, aunque todos dispongamos de él en la misma cantidad. Es más, algunas opiniones aseguran que quien no sabe administrarlo, no sabe administrar nada.

Jesús Mondría, socio director de la empresa de consultoría y formación Prisma21 y autor de «Mejore su rendimiento. El método 'Time-Líder' para conseguir más, en menos tiempo» -Editorial Gestión 2000-, afirma que frases como no tengo tiempo, me falta tiempo, ganar o perder tiempo son impropias, ya que se trata de un recurso peculiar que fluye de forma inexorable y que no se puede ganar, ni tener ni, por tanto, perder.

AL SERVICIO DE LA GESTIÓN

Del mismo modo se cuestiona qué es el «Time management». «Aunque es otra definición impropia de la gestión del tiempo —a la que no debemos resistirnos a usar, apunta Mondría, se trata de una predisposición y un conjunto de técnicas al servicio de la gestión, planificación y programación de nuestras acciones y recursos dentro del marco infinitamente rígido de nuestro tiempo disponible».

Nuria Chinchilla, directora del departamento de Dirección de Personas en las organizaciones del *IESE*, hace una recomendación para los empresarios que sufren el síndrome del ejecutivo clásico; es decir, para el que sale de trabajar a las diez de la noche, al que su cónyuge e hijos le recriminan su ausencia y al que el médico le aconseja que haga deporte y se olvide de tanto almuerzo de negocios y, en otros casos, del abuso de la comida basura, «En los seminarios que organizamos una vez al año —alternativamente en Madrid y Barcelona— defendemos que la solución definitiva a estos casos pasa por una profunda reflexión personal en la que cada uno analice cuál es su misión en la vida y cuáles son los diferentes roles que desempeña —directivo, cónyuge, padre...—. Tras este análisis —prosigue Chinchilla— será mucho más sencillo decidir cuáles son nuestras verdaderas prioridades para concretar los objetivos que nos proponemos alcanzar. Con este ejercicio se aprende a distinguir cada día lo que interesa, lo que no y lo que podemos delegar».

DÍAS DE ESTRÉS

Un reciente estudio norteamericano revela que el 74 por 100 de los directivos encuestados asegura no haber establecido sus metas personales. Como consecuencia, el 81 por 100 padece estrés al menos una vez a la semana y el 48 por 100 asegura que lo sufre todos los días. La solución, según los expertos en esta materia, está en realizar una buena planificación de la agenda. «No se trata de rellenar todos los huecos blancos, pero sí de que programen las actividades con, flexibilidad para poder atender temas imprevistos e interesantes. Lo mejor es realizar las anotaciones con lápiz para poder hacer cambios fácilmente», asegura Chinchilla. «El objetivo es que el directivo domine su tiempo, y no al revés. De esta manera lograríamos una persona con perspectivas, que lleva las riendas de su vida, creativa, reflexiva, concededora de sus limitaciones y capaz de situarse por encima del quehacer diario».

Los métodos actuales de gestión del tiempo parten de la premisa de que un buen directivo no tiene por qué pasar toda su jornada laboral resolviendo problemas urgentes sin tiempo para nada más. «Un directivo eficaz —apunta Carmen Torralvo, socia fundadora y gerente de FD Consultores— necesita tiempo para tomar decisiones —de presente y de futuro— y para discernir entre lo verdaderamente importante y aquello que lo parece y realmente no lo es tanto y, por tanto, no merece prestarle la más mínima atención. Es necesario que los directivos se desprendan de ciertos hábitos y, además, muchos se olvidan de un aspecto clave en la gestión: la brújula, es decir, lo que nos gustaría hacer —lo que realmente es importante para nosotros y para nuestros valores, metas y principios, tanto personales como profesionales. Para lograr la gestión eficaz de nuestro tiempo es necesario encontrar un equilibrio entre el reloj y la brújula —entre lo que tenemos que hacer y lo, que queremos realizar—».

PROGRAMAS A MEDIDA

Doxa Formación imparte el curso Gestión del Tiempo del Directivo, un programa estructurado en cuatro áreas y que, en un principio, se imparten en ocho horas, ya que se realiza a medida de las necesidades de las empresas que lo soliciten. «Los alumnos de este curso lo acogen de manera muy positiva ya que se trata un asunto que constituye una verdadera necesidad actual —apunta Eduardo Laviña, director de marketing y comercial del grupo Doxa—. Por otra parte, hemos recibido la certificación de calidad por lo que nuestros métodos y profesorado les ofrecen una gran confianza».

El tiempo como recurso de importancia creciente, las causas de la mala utilización del tiempo, la revisión de situaciones personales y de grupo respecto al tiempo y la planificación y autocontrol del tiempo eje trabajo personal son las materias sobre las que versa este curso. «La metodología consta de una parte teórica, otra práctica y, una última, dedicada a la realización de ciertos ejercicios. Todos los contenidos se adaptan a los alumnos: no es lo mismo el sistema de trabajo del departamento de producción que el desarrollado por el de marketing».

Eduardo Laviña asegura que resulta muy fácil escuchar a alguien que te explica cómo hay que actuar para rendir mejor en el despacho y que el reloj no se convierta en un enemigo, pero lo complicado es llevarlo a la práctica. «La planificación es algo muy sencillo de hacer, pero lo que más cuesta a los ejecutivos es la obligación de hacerla. Necesitan grandes dosis de disciplina y de flexibilidad, para no agobiarse con los imprevistos».

Calidad, Productividad y Management (CPM) es una empresa que imparte, desde hace dos años, el curso Organización y gestión eficaz -del tiempo. El objetivo final es conseguir que el alumno sepa autoevaluar su relación con el tiempo, planificar eficazmente su actividad, delegar correctamente establecer prioridades, tratar adecuadamente las limitaciones horarias y disfrutar de su tiempo libre.

ESTAR EN BUENA FORMA FÍSICA

El curso combina clases teóricas con la realización de test de autoconocimiento y ejercicios prácticos e interactivos. «Hay muchos hábitos —afirma Eduardo Rodríguez, director técnico del área de gestión de calidad de CPM— que deben olvidar los directivos, como es el de atender todas las llamadas telefónicas: es preciso que comuniquen a su secretaria que haga de filtro o indicar a los clientes que sólo atiende el teléfono en un horario determinado... La mala organización del trabajo conlleva a una sensación de agotamiento y estrés. En Alemania, por ejemplo, tienen una jornada de 8,00 a 17.00 h, Si un empleado sale más tarde la conclusión es que no es la persona adecuada o que el trabajo está mal asignado. En España, sin embargo, muchos directivos salen a las 22.00 horas de la noche, lo que perjudica seriamente tanto a la salud como a la familia».

Para evitar el cansancio, CPM ofrece a sus alumnos una serie de pautas para que realicen ejercicios físicos «Se trata de una tabla muy sencilla con una duración de quince a veinte minutos —apunta Rodríguez y que puede realizarse, en un último caso, y para los que tienen excusas para todo— sentados en el sillón de la oficina o en un avión, nunca conduciendo. Del mismo modo que se tiene el hábito de lavarse los dientes después de comer, deberían fijarse al menos un día de la semana laboral para practicarlas. Siempre se puede sacar estos minutos a lo largo de la semana. Hay personas tan ocupadas como el mismísimo José María Aznar que dedica este tiempo a realizar «footing» antes de comenzar con sus múltiples obligaciones».

Eduardo Rodríguez asegura que los beneficios son muchos y que, muy al contrario de lo que se tiende a pensar, resulta más saludable y ofrece una sensación de mayor relax levantarse media hora antes y hacer ejercicio, antes que quedarse más tiempo durmiendo».

Con estos programas de formación dirigidos a mejorar el rendimiento de los directivos y a saber cómo aprovechar el tiempo se consigue una mayor relajación y que la jornada no se alargue hasta altas horas de la noche, todo lo contrario, que se acorte, Sólo cabe esperar que los jefes sean conscientes de que sus empleados no salen antes porque trabajan menos, sino mejor.

Unidad didáctica 1: La ansiedad

ÍNDICE

1. Definición de ansiedad
2. Elementos claves en la definición de ansiedad
3. ¿A qué se deben las respuestas de ansiedad?
4. Tipos de ansiedad
5. Ansiedad de estado-rasgo

1. DEFINICIÓN DE ANSIEDAD

El concepto de ansiedad no siempre ha sido concebido de la misma manera. Fue Freud en 1926 quien introdujo el término ansiedad en el estudio de la Psicología, y desde entonces no se ha parado de investigar este término.

Sobre el término ansiedad se ha escrito mucho desde las primeras décadas de este siglo, convirtiéndose en uno de los conceptos más estudiados y más abordados de todas las conductas emocionales.

Este interés despertado desde prácticamente principio de siglo, ha llevado a:

- Una gran confusión terminológica.
- Ambigüedad sobre el término.

Por lo que, al hablar de ansiedad surgen irremediamente unos problemas que hay que tener en cuenta:

- **El primero se refiere a las múltiples formas y matices que ha sido entendida la ansiedad.** Términos como miedo, angustia, estrés, tensión, frustración, etc. han sido utilizados a lo largo de la historia M estudio de la ansiedad como sinónimos o equivalentes.
- **Y el otro gran problema que nos encontramos es la cantidad de escuelas y enfoques que han estudiado el término ansiedad,** entendiéndolo cada una de ellas de diferente manera.

Pero gracias a la cantidad de estudios e interés despertado por las diferentes escuelas, y debido al acercamiento producido entre todas ellas para llegar a una definición mas o menos aceptada por todos, hoy se tiene una definición unitaria de la ansiedad.

"Ansiedad es concebido como una reacción emocional ante la percepción de un peligro o amenaza, que se manifiesta a través de un conjunto de respuestas agrupados en tres sistemas de respuesta. cognitivo, fisiológico y motor".

2. ELEMENTOS CLAVES EN LA DEFINICIÓN DE ANSIEDAD

Hay dos elementos claves en la definición de ansiedad:

- **Reacción emocional ante la percepción de peligro o amenaza.**
- **Tres sistemas de respuesta: cognitivo, fisiológico y motor.**

2.1. Reacción emocional ante la percepción de peligro o amenaza

Son dos conceptos claves para explicar y comprender la ansiedad. En cualquier ser humano, esta respuesta de ansiedad, esta reacción ante una situación de peligro es normal y adaptativa, ya que gracias a ella, el organismo se prepara para la acción.

Una persona camina por la calle sola y al entrar en su garaje ve a tres tipos bastantes sospechosos, de repente su respiración empieza a agitarse, su corazón late rápidamente, comienza a sudar por todo el cuerpo, etc. y gradas a esta activación reacciona rápidamente y echa a correr.

Otro ejemplo sería, cuando una mujer ve que su hijo de tres años está jugando cerca de unas escaleras, ve que el niño va hacia ellas corriendo con el peligro de caerse, la madre en ese momento desencadenó una alta activación (respuesta de ansiedad), que la prepara para reaccionar rápidamente y correr hacia él, para que no se caiga.

Pero el término percepción de peligro o amenaza, no siempre se refiere a factores externos, sino que también se deben a estímulos internos, un pensamiento, una idea, una sensación, etc., causando las mismas reacciones y el mismo malestar que si fuera una situación externa.

EJEMPLO:

Un hombre está en su oficina y comienza a pensar que le van a despedir, este pensamiento le hace ponerse muy nervioso, desencadenando síntomas de ansiedad.

La percepción de peligro también está sujeta a otro factor, la subjetividad, ya que no todas las personas perciben el mismo nivel de amenaza en una situación que en otra.

Un ejemplo de ello, es el ir a la consulta del dentista, algunas personas experimentan esa situación con una alta activación, mientras que otras no perciben ningún cambio en su organismo.

EJERCICIOS

Escriba alguna experiencia reciente que le haya producido ansiedad y anote que síntomas padeció o experimentó durante ese momento

Anote algunos pensamientos, o ideas que Vd. Tenga en esas ocasiones y que le provocan niveles altos de ansiedad.

Explique que tipos e conductas o acciones le llevaron a hacer los anteriores pensamientos.

2.2. Tres sistemas respuesta: cognitivo, fisiológico y motor

Siguiendo la definición dada sobre ansiedad, ésta se manifiesta en tres sistemas de respuesta. Este sistema fue utilizado y planteado por primera vez por Lang (1968, 1971), cuyo planteamiento se refería a los tres sistemas de respuesta en los que una persona manifestaba los diferentes síntomas de ansiedad. Estos sistemas son:

Sistema cognitivo: Se caracteriza por pensamientos, ideas, emociones, sensaciones, etc., de carácter subjetivo. Es decir, *"lo que pienso"*.

Sistema fisiológico: Se refiere a las respuestas orgánicas, físicas de nuestro organismo asociadas al incremento de la actividad del Sistema Nervioso Autónomo y Somático. *"Lo que siento"*.

Sistema motor: Son aquellos aspectos observables de la conducta. Suelen ser comportamientos poco ajustados y adaptativos. *"Lo que hago"*.

A continuación vamos a presentar los síntomas de ansiedad que se manifiestan en los diferentes sistemas de respuesta, basados en la clasificación presentada por J.J. Miguel Tobal (1996):

SÍNTOMAS COGNITIVOS

Se refieren a aspectos subjetivos de carácter displacenteros:

- o Preocupación
- o Inseguridad
- o Miedo o temor
- o Aprensión
- o Pensamientos negativos de inferioridad, incapacidad
- o Anticipación de peligro y amenaza
- o Dificultad para concentrarse
- o Dificultad para tomar decisiones
- o Sensación general de desorganización o pérdida de control sobre el ambiente, acompañada de dificultad para pensar con claridad.

SÍNTOMAS FISIOLÓGICOS

Activación de los distintos sistemas de orgánicos del cuerpo humano: Sistema Autónomo y Sistema Somático:

- o Alteración de la tasa cardíaca
- o Respiración entrecortada y rápida
- o Tensión arterial elevada
- o Aumento de la sudoración y sequedad de la boca
- o Sensaciones de sofoco
- o Sensaciones de ahogo
- o Náuseas y vómitos
- o Opresión torácica

- o Micciones frecuentes
- o Molestias gastrointestinales Aumento de la tensión muscular Etc.

SÍNTOMAS MOTORES

Se refieren a comportamientos observables e implican conductas desadaptativas:

- o Hiperactividad
- o Paralización motora
- o Movimientos repetitivos
- o Movimientos torpes y desorganizados
- o Tartamudeo y otras dificultades de expresión verbal
- o Conductas de evitación

Estos tres niveles de respuesta aparecen en cualquier persona ante la percepción de un peligro, pero no siempre con el mismo grado de aparición, ya que hay personas que desarrollan más síntomas cognitivos, otras experimentan más síntomas fisiológicos, al igual que existen personas con una alta activación motora.

Los tres sistemas de respuesta están interrelacionados entre sí, existiendo una relación entre cada uno de ellos, de tal manera, que unos y otros pueden ser los desencadenantes de los demás.

EJERCICIOS

Ahora que ya sabemos cómo se manifiesta la ansiedad y en que consisten los tres sistemas de respuesta. Anote una situación en que haya experimentado ansiedad, teniendo en cuenta los tres niveles de respuesta.

Descripción de la situación:

A nivel cognitivo experimenta:

A nivel fisiológico:

A nivel motor:

3. ¿A QUE SE DEBE QUE APAREZCA UNA RESPUESTA DE ANSIEDAD?

Los síntomas de ansiedad son muy diversos y dependen de muchos factores. Estos factores no sólo son aspectos externos que influyen en nuestro bienestar y equilibrio o estímulos internos que afectan en gran medida a nuestra tranquilidad, sino que nos referimos a las formas de comportarse y reaccionar que tienen las distintas personas ante diferentes situaciones.

A continuación, vamos a presentar diferentes aspectos que influyen en la respuesta de ansiedad:

- Situaciones ansiosas o estímulos externos: Estas situaciones producen en el organismo reacciones de ansiedad, las más típicas son:

- Enfermedades
- Discusiones
- Esperar recibir alguna noticia que esperamos con mucha expectación
- Tener algún tipo de problema
- Tener que hacer un examen
- Recibir una mala noticia
- Ver un peligro inminente o amenazante para uno mismo o para otra persona, etc.

- Estímulos internos: pensamientos o ideas: Son pensamientos o manifestaciones internas que la mayoría de las personas tenemos y que nos causan malestar y respuestas de ansiedad:

- Preocupación por algo
- Baja autoestima
- Presencia de algún tipo de miedos que nos hace sentirnos mal
- Ideas recurrentes sobre un tema que nos preocupa: por ejemplo, el trabajo
- Tener pensamientos negativos o catastrofistas (creer que siempre va a ocurrir algo desagradable)
- Baja confianza en uno mismo, etc.

Características personales: No todas las personas manifestamos nuestras reacciones y nuestros sentimientos de la misma manera, y esas diferencias individuales afectan en gran medida a la aparición de las respuestas de ansiedad.

Hay personas que son muy nerviosas por naturaleza y reaccionan de forma ansiógena ante estímulos que para otras no les produce ningún tipo de activación. O si se la producen su reacción no es tan desproporcionada como la de este tipo de personas.

Pero además de estas diferencias individuales, existen diferencias a la hora de manifestar las respuestas de ansiedad. Así, unas personas pueden desarrollar una fuerte manifestación fisiológica, con fuerte dolor de cabeza, mareos, taquicardias, náuseas, etc., mientras que otras desarrollan sentimientos y pensamientos negativos y catastrofistas que le hacen sentirse muy mal. Otras pueden no parar quietas cuando experimentan síntomas de ansiedad, con movimientos repetitivos de las manos o piernas. También existe el caso de las personas que experimentan síntomas de los tres niveles de respuesta de una manera equilibrada.

Esto quiere decir que la ansiedad y sus manifestaciones, están influenciadas y mediatizadas por las características personales de cada uno, existiendo diferencias individuales a la hora de desarrollar síntomas de ansiedad.

Influencia de experiencias pasadas: Al igual que las características personales, las experiencias pasadas de cada individuo afectan de manera determinante en la expresión de la ansiedad.

La ansiedad, como la mayoría de nuestro comportamiento, viene guiada por las experiencias pasadas que hayamos tenido en situaciones anteriores, y las reacciones tenidas en esos momentos y las sensaciones sufridas se generalizarán a otras situaciones parecidas.

Una persona se queda encerrado en un ascensor y cree que la va a faltar el aire y no la van a poder sacar a tiempo. Lo pasa muy mal, experimentando niveles altos de ansiedad. Esa persona generalizará las reacciones sufridas en esos momentos tan desagradables, a la situación de subir en cualquier ascensor, poniéndose muy nerviosa cada vez que tengo que tomar uno.

4. ANSIEDAD ADAPTATIVA, DESADAPTATIVA Y PATOLÓGICA

4.1. Ansiedad adaptativa

Las reacciones de ansiedad, son en ocasiones reacciones normales y adaptativas, que preparan al organismo para la acción ante la presencia de un peligro o amenaza. Esta ansiedad no sólo es normal en nuestras vidas sino que es necesaria para proteger a nuestro organismo.

Parece ser que existen unos MECANISMOS BIOLÓGICOS que provocan cambios corporales en nuestro organismo. Existen ciertos estímulos que por su naturaleza o por sus características, producen en el ser humano ciertos niveles de ansiedad. La oscuridad, animales pequeños (insectos, roedores, arácnidos, etc.), tormentas, la oscuridad, etc. han provocado desde tiempos remotos miedo, nerviosismo, ansiedad, que actúan desde la infancia para protegernos y cuidarnos de que no nos pase nada.

Por lo que podemos decir, que la ansiedad en un principio es totalmente normal y adaptativa, y que actúa para protegernos de peligros inmediatos (un coche que se nos viene encima y nos apartamos para que no nos atropelle, un perro que viene a mordernos y echamos a correr para que no nos alcance, etc.).

¿Pero que ocurre para que deje de ser adaptativa y se convierta en desadaptativa o desajustada?

4.2. Ansiedad desadaptativa

Básicamente la ansiedad adaptativa o normal deja de serlo y se convierte en desajustada o desadaptativa, cuando un individuo ante una situación ansiógena, experimenta unas reacciones de ansiedad muy intensa, frecuentes y duraderas.

- **Intensa:** cuando sus reacciones son demasiado fuertes, su corazón va tan rápido que parece que se le va a salir de la caja torácica, la sudoración de las manos es increíblemente molesta, su respiración es demasiado entrecortada con sensaciones de ahogo, su tensión muscular es tan fuerte que queda totalmente paralizado, etc.
- **Frecuente:** cuando los niveles de ansiedad se repiten y son experimentados a menudo por el sujeto.
- **Duradero:** cuando su duración en el tiempo es más de lo normal y la prolongación de los síntomas ansiógenos produce un gran malestar.

4.3. Ansiedad patológica

Se dice que la ansiedad se convierte en patológica, cuando:

- La intensidad, frecuencia y duración de los episodios de ansiedad son excesivos.
- El sufrimiento experimentado por parte del individuo es demasiado alto.
- La reacción ansiosa del sujeto es totalmente desproporcionada.
- Da lugar a una incapacitación y limitación en todas las áreas de la vida del sujeto: personal, social, laboral, etc.

EJEMPLO

Una ejecutiva con miras a conseguir un buen cargo en su empresa, le piden que de unas conferencias sobre el aumento de beneficios conseguido en el último año sobre el nuevo producto. El miedo que le provoca a esa mujer el hablar en público, hace que ponga excusas para no realizar la tarea encomendada por su superior, con el riesgo de perder cualquier oportunidad para conseguir ese puesto tan deseado.

DIFERENCIAS ENTRE ANSIEDAD NORMAL Y ANSIEDAD PATOLÓGICA

ANSIEDAD NORMAL	ANSIEDAD PATOLÓGICA
Episodios poco frecuentes.	Episodios repetidos.
Intensidad leve o moderada.	Intensidad alta o muy alta.
Duración limitada.	Duración prolongada.
Reacción normal y adaptativa.	Reacción desajustada y desproporcionada.
	Interferencia profunda en la vida del sujeto.

La ansiedad patológica constituye por sus características y por sus consecuencias, los trastornos de ansiedad tan comunes en nuestros días. Debido a la gran importancia de la ansiedad y la cantidad de personas que padecen este tipo de problemas, existe una diversidad bastante grande en lo referente a los trastornos de ansiedad.

5. ANSIEDAD DE ESTADO-RASGO

Como ya expusimos en el apartado 2, la teoría de estado-rasgo surgió a raíz de la aparición de las teorías de personalidad. Su propulsor fue Spielberger (1966, 1972) el cual propone que las personas tenemos dos formas de tender a reaccionar ante una situación o estímulo ansioso:

- **Rasgo de ansiedad:** Hace referencia a la tendencia que tiene cada individuo de reaccionar de forma ansiosa, es decir, es la capacidad que tiene cualquier individuo de interpretar las situaciones como peligrosas o amenazantes y responder a ellas con síntomas de ansiedad.

El rasgo es la forma de ser de cada uno. Hay personas que son muy nerviosas y reaccionarán de forma más ansiosa a las diferentes situaciones, que otras personas que son más tranquilas y saben controlar mejor las situaciones.

Esta tendencia a reaccionar de una manera determinada, viene mediada por:

- Factores genéticos o biológicos
- Factores aprendidos: experiencias pasadas

EJEMPLO

"Mi madre es muy nerviosa"

"Yo siempre me preocupo por todo"

- **Estado de ansiedad:** Se refiere a un estado emocional transitorio o a una reacción específica ante una situación que se perciba como amenazante o peligrosa en ese momento, variando en su intensidad y duración.

Este estado de ansiedad es por supuesto subjetivo, ya que no todas las personas percibimos las mismas situaciones como amenazantes ni el mismo grado de peligro.

EJEMPLO

"Mi madre está muy nerviosa"

"Hoy estoy preocupado"

Entre esas dos formas de reaccionar existe una cierta ya que un sujeto con un alto rasgo de ansiedad, tenderá a reaccionar de forma más ansiosa y a tener más estados de ansiedad de lo normal, siendo estos más intensos y duraderos. Mientras que otra persona con estados esporádicos de ansiedad, no tendrá muchas posibilidades de desarrollar un rasgo de ansiedad.

EJERCICIOS

Una vez visto qué es rasgo y estado de ansiedad. Reflexione sobre su forma de reaccionar ante las diferentes situaciones y escriba si tiene algún rasgo de ansiedad, puede hacerlo en forma de frase: "Yo soy muy nerviosa".

Reseñas

Cabria, J.L. y Sánchez-Gey, J.

Dios en el pensamiento hispano del siglo XX.

Ed. Sígueme, Salamanca, 2002. 526 págs.

Este libro pretende llenar un vacío acerca del tratamiento que autores españoles e hispanoamericanos han realizado en sus respectivas filosofías sobre la idea de Dios. Así recoge el estudio de destacados especialistas que analizan el pensamiento hispano del siglo XX en atención a este tema, algunos son profesores de renombre en este área de conocimiento y todos son profesores o jóvenes doctores en esta especialidad.

Como se dice en la introducción, la reflexión sobre Dios está y ha estado presente en la filosofía, también en la hispana, aunque algunos autores expongan su pensamiento dejando abierto la posibilidad de sus creencias e intenten reflexionar sobre cuestiones que plantea la fe, mientras otros, también tratan de Dios en sus filosofía, pero lo hacen desde una posición no creyente y se acercan a este tema para denostar la religión o sus creencias.

El libro presenta cronológicamente a los autores de este siglo según las escuelas y añade, además, tres panoramas reflexivos. El primero se titula *Sobre el pensar y Dios* que expone Avelino de Luis (Burgos), a continuación se estudian a los filósofos que han sido más representativos, así se les denomina *La generación de los maestros* Unamuno (J. Luis Abellán); Amor Ruibal (Torres Queiruga); Ortega y Gasset (Luis Miguel Pino) y Zubiri (J. Luis Cabria). Seguidamente titulan al segundo capítulo *Los discípulos que serán maestros* y estudian a María Zambrano (Juan Fernando Ortega Muñoz); Laín Entralgo (Luis Jiménez Moreno), Aranguren (Feliciano Blázquez) y Julián Marías (Juana Sánchez-Gey Venegas).

Cada capítulo va precedido de una breve entradilla que explica la escuela y la pertenencia a la misma de dichos autores. El tercero se titula *La generación de la posguerra* y se analiza la obra de Gustavo Bueno (Alfonso F. Tresguerres) y José Manzana (Jesús Yusta). El cuarto recibe una denominación, ya muy conocida, que es la de *Los filósofos jóvenes* y se ocupan de Rubert de Ventós (Ángel Casado), Eugenio Trías (José M. Martínet Pulet) y Savater (Avelino Revilla).

Por último se exponen dos panoramas con verdadera profundidad, uno del pensamiento latinoamericano (Alberto Buela) y uno de la actual novela española (Eloy Bueno).

En conjunto, una obra cuidada, profunda y que indica cierta novedad: la de acercarse a la obra de filósofos españoles y latinoamericanos, algunos vivos, todos contemporáneos, desde un planteamiento que no se puede obviar en filosofía porque es el tema del fundamento de la condición humana, ya sea que se confirme o se rechace. El especialista celebrará el que se haya presentado

este estudio tan completo; cualquier lector se podrá interesar por la exposición de autores que cercanos a nosotros reflexionan acerca de Dios. Las dudas, los interrogantes y las posibilidades de este tema que estuvo presente en el origen del pensamiento porque está presente en la naturaleza humana sigue hoy vigente desde propuestas nuevas y también viejas soluciones.

Juana Sánchez-Gey Venegas.
Universidad Autónoma de Madrid.

Olegario González de Cardedal
Jesús de Nazaret. Aproximación a la cristología.
BAC Maior. 1993. 3ª edición - 612 págs.

El posible lector de este denso libro deberá encontrar recensiones más significativas que esta simple reseña si tiene el interés de conocer con precisión el contenido de lo que González de Cardedal califica como una “aproximación a la cristología”. Este sencillo lector sólo se atreve a exponer lo que más le ha llamado la atención, después de leer con interés y paciencia la tercera edición de este texto. A un prólogo de 64 páginas le sigue una introducción de otras 37, cuya lectura parece imprescindible, tanto que el mismo autor recomienda “muy encarecidamente al lector que no tenga mucho tiempo que, una vez acabada la lectura de la introducción, pase directamente a la segunda parte que se inicia en el capítulo sexto: Significación de Cristo para nuestro encuentro con Dios”. Es lo que hizo este lector; pero el interés de lo leído le movió a que posteriormente buscara tiempo para leer lo que podría haberse omitido.

Después de ofrecer una profunda y luminosa introducción en la que expone y valora críticamente las ideas dominantes en la cristología de los dos últimos decenios, el autor se adentra en lo que será el núcleo de su tratado. Hay una palabra clave que guía toda su reflexión: ‘encuentro’ (hasta 39 veces se repite en el índice): la comprensión de Cristo a la luz de la categoría del ‘encuentro’, encuentro con Dios, con él a través del hermano, en la Iglesia y en el mundo, refiriéndose a Cristo, con lo que no se hace sino repetir en sentido inverso el camino por el que Dios ha llegado a nosotros. El hilo conductor de esta cristología del ‘encuentro’ es sencillo: Cristo se convierte en el lugar donde el hombre se encuentra con Dios; y cuando el hombre encuentra el lugar de Dios, encuentra albergue para si mismo, lo mismo que los apóstoles, al ver dónde moraba Jesús, encontraron morada propia, haciéndose sus discípulos. “Si Cristo fue el hombre por antonomasia que, encontrándose a si mismo, encontró a Dios, a la inversa podríamos definir al cristiano diciendo que es el que se encuentra a si mismo encontrando a Dios en Cristo”. Toda la vida de Jesús es el encuentro de Dios con los hombres y toda la vida del cristiano es el encuentro con Dios a través de Cristo. De este modo Cristo es Dios-con-nosotros. Dios-como-nosotros y Dios-para nosotros. No hay encuentro posible de Dios sino en la carne de Jesús de Nazaret, porque a Dios nadie le vio sino el que estuvo en su seno, y al Padre nadie le conoce sino el Hijo, como lo recuerda Juan el evangelista.

Este hilo conductor de la categoría del ‘encuentro’ es lo que hace posible una lectura lógica de esta obra cristológica que sirve, entre otra cosas, no sólo como base de meditación, sino como un valioso medio de puesta al día de nuestros tal vez escasos saberes teológicos. Como no podía ser menos, no todo es alta teología; también de ella se derivan reflexiones espirituales y morales que calan gracias al apoyo teológico en que se sustentan. Para la lectura el autor aconseja que “el lector déjese guiar no sólo por la razón adámica, es decir, la que obedece a los impulsos del hombre natural y viejo, sino ante todo guíese por la razón pneumática, es decir, la que obedece a los dinamismos que el Espíritu de Cristo desencadena en el hombre”

Dos observaciones finales; la inmensa mayoría de las numerosísimas citas están transcritas en la lengua original, dominando la alemana; no faltan algunas en inglés y francés y no muchas en español. La segunda es un aviso de errata y se refiere al título de la III parte del prólogo (pág. XLII)

que por error repite la de la II parte (XXIX) y que debe decir, según carta del autor a que esto suscribe. "El legado de su historia y los planteamientos contemporáneos"
Creo que, leído con calma y reflexión, este libro puede enriquecer mucho nuestra espiritualidad y nuestro obligado mejor conocimiento de Cristo (FDR).