

«El prójimo eres tú».
Lectura del Buen Samaritano desde la vida consagrada

Dra. Nuria Calduch-Benages

*XXIII Asamblea de la CONFER
(Madrid, 15 de noviembre 2016)*

Introducción

Margaret Thatcher, la histórica leader del partido conservador británico y popularmente conocida como “la dama de hierro”, destacó entre otras muchas cosas por sus frases memorables, no desprovistas de ironía, con las que solía sorprender al público. Quisiera traer a colación una de estas frases irónicas en las que curiosamente se menciona al que será el protagonista de nuestra reflexión. El día 6 de enero de 1986 en una entrevista televisiva, a la que no me ha sido posible acceder directamente, hizo esta declaración: “Nadie se acordaría del buen samaritano si además de buenas intenciones no hubiera tenido dinero”. No se asusten, pues no voy a entrar en cuestiones de economía, siempre delicadas, ni mucho menos voy a proponer una lectura del texto bíblico desde la óptica de las finanzas. El hecho es que la parábola del buen samaritano, como tantos otros textos bíblicos, forma parte de nuestro bagaje cultural y de nuestro lenguaje. La expresión “ser un buen samaritano” se aplica a la persona dispuesta a echar una mano al que está necesitado de ayuda urgente¹. Pues bien, nuestro objetivo es hacer una lectura de la parábola lucana desde y para la vida consagrada, es decir, una lectura que, adoptando esta óptica particular y siendo siempre fiel al texto bíblico, quiere iluminar el ser y la misión de todas las

¹ N. Calduch-Benages, *Otro gallo le cantara. Refranes, dichos y expresiones de origen bíblico* (A los cuatro vientos 20), Bilbao: Desclée De Brouwer, 2003, 51-52.

personas consagradas que entregan su vida para seguir a Jesucristo y su evangelio.

1. La vida consagrada, una “profesión de ayuda”

Permítanme que empiece haciendo referencia a un libro que escribimos a tres manos en el año 2007, Luciano Sandrin (profesor de psicología de la salud y enfermedad en el Camilianum y en la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma), Francesc Torralba (profesor de filosofía y teólogo de la Universidad Ramón Llull de Barcelona) y yo misma (biblista, profesora en la Pontificia Universidad Gregoriana y el Pontificio Instituto de Roma)². El objetivo que nos propusimos era afrontar un tema muy actual (el riesgo del *burnout*) desde tres puntos de vista diferentes (desde la sicología, la filosofía y la Biblia). El libro quiere ser una invitación a cuidarse y amarse a sí mismo, algo esencial para estar bien con nosotros y para hacer que estén bien aquellos que, por varios motivos, queremos ayudar.

La medicina, como todas “las profesiones de ayuda” (*helping professions*), exige una gran implicación personal de sus miembros, lo cual tiene sus ventajas y, por supuesto, también sus desventajas. Entre éstas destaca el fuerte desgaste emocional al que se ven sometidos los cuidadores, sobre todo cuando tienen que enfrentarse a situaciones difíciles como aquellas en las que está en juego la vida de una persona. Esto ha dado lugar a un síndrome específico conocido como “síndrome de desgaste profesional” o “síndrome del quemado” (en inglés, *burnout*), cuyos efectos son devastadores. Es lógico que hoy se hable y se escriba mucho del “cuidado del cuidador”, puesto que especialmente los médicos y, en general los profesionales de la salud, han demostrado que no saben cuidarse de sí mismos. Y si un cuidador no es capaz de cuidar de sí mismo, ¿cómo podrá cuidar a los demás?

² L. Sandrin – N. Calduch-Benages – F. Torralba, *Cuidarse a sí mismo. Para ayudar sin quemarse* (Colección Pastoral), Madrid: PPC, 2007; tr. it. *Aver cura di sé. Per aiutare senza ‘burnout’* (Collana Fede e Annuncio. Ricerche di teologia pastorale 52), Bologna: Edizioni Dehoniane, 2009.

Si bien con otras formulaciones, este problema también se lo plantearon los antiguos. En su tratado *Sobre el médico*, Hipócrates se hace portavoz de una opinión común en su época: “La mayoría de la gente opina que quienes no tienen un cuerpo en buenas condiciones no se cuidan bien de los ajenos”. Una forma más concisa de presentar la misma cuestión se encuentra en el proverbio griego: “Médico, cúrate a ti mismo”, que en nuestra lengua se aplica a los que dan consejos a otros, y luego no corrigen los propios errores. Este proverbio, muy conocido en la antigüedad, se ha hecho muy popular al ser citado en el evangelio de Lucas. Lo pronunció Jesús en la sinagoga de Nazaret ante un auditorio a la vez asombrado y hostil (Lc 4,23a).

Dejando a un lado el mundo de la medicina, la vida consagrada también puede ser considerada como una profesión de ayuda. No me refiero solamente a los misioneros/as en sentido estricto o a los que trabajan en zonas límite arriegando cada minuto su vida, sino también a los que, de una manera u otra, se entregan con toda el alma a la misión apostólica, a los que ejercen el servicio de la autoridad y a los que tienen la responsabilidad de guiar a los jóvenes que dan los primeros pasos en la vida religiosa. Ciertamente estoy pensando en los formadores/as, personas que han sido elegidas para llevar a cabo una misión delicada y muy importante, es más, fundamental para el futuro de una congregación o instituto religioso. Los formadores/as son “cuidadores” de profesión. Su profesión es una “profesión de cuidado”, porque su principal responsabilidad es la de ayudar a los más jóvenes, caminando a su lado y preparándolos para el futuro.

En el libro que acabo de citar me concentro en la frase de Jesús en Lc 4,23a (“Médico, cúrate a ti mismo”) y la analizo en su contexto remoto (el mundo de la medicina en Egipto, Mesopotamia y en el AT) y en su contexto inmediato (el episodio de Jesús en la sinagoga de Nazaret en Lucas 4)³. Hoy, en cambio,

³ N. Calduch-Benages, “Médico, cúrate a ti mismo (Lc 4,23a). Perspectiva bíblica y extrabíblica”, en Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 33-76.

tomaremos en consideración otro texto lucano, bien conocido de todos (incluso de Margaret Thachter!!); me refiero a la parábola del buen samaritano. Lc 10,25-37 es una de las ocho parábolas en las que Jesús, desde diversos ángulos, habla de la misericordia en el tercer evangelio. Las siete restantes son por orden de aparición: los dos deudores y su acreedor (Lc 7,41-43), la oveja perdida (Lc 15,1-7), la dracma perdida (Lc 15,8-10), el hijo pródigo (Lc 15,11-32), el rico y el pobre Lázaro (Lc 16,19-31), el juez injusto y la viuda insistente (Lc 18,1-8) y, por último, el fariseo y el publicano en el templo (Lc 18,9-14). No olvidemos que uno de los temas característicos del evangelio de Lucas es la misericordia divina y su autor es conocido como el “escritor de la misericordia de Cristo” (*scriba mansuetudinis Christi*). Así lo llama Dante Alighieri en el primer capítulo de su obra *De Monarchia* (1,16).

2. La parábola del buen samaritano (Lc 10,25-37)

Así pues, les invito ahora a leer parábola del buen samaritano, como si fuera la primera vez. Soy consciente de que todos los aquí presentes conocen perfectamente el texto, y me atrevería a decir que algunos incluso se lo saben de memoria. Y ese es precisamente el principal obstáculo que hay que superar, pues conocer la “letra” de un texto no significa conocer el “espíritu” que habita en ella. La materialidad del texto es el umbral que conduce a sus habitaciones interiores, un espacio íntimo donde conviven profundos e infinitos significados. Pensar que uno ya conoce el texto porque ya lo ha leído en otras ocasiones es un prejuicio que dificulta el proceso de lectura y comprensión de parte del lector. Es como pensar que uno ya conoce una casa solo porque ha pisado el umbral. En palabras Hilari Raguer, “La Biblia no es un libro para haberlo leído sino para leerlo continuamente”. He aquí el texto:

25 En esto se presentó un experto en la ley y, para poner a prueba a Jesús, le hizo esta pregunta:

—Maestro, ¿qué tengo que hacer para heredar la vida eterna?

26 Jesús replicó:

—¿Qué está escrito en la ley? ¿Cómo la interpretas tú?

27 Como respuesta el hombre citó:

—“Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con todo tu ser, con todas tus fuerzas y con toda tu mente”, y: “Ama a tu prójimo como a ti mismo.”

28 —Bien contestado —le dijo Jesús—. Haz eso y vivirás.

29 Pero él quería justificarse, así que le preguntó a Jesús:

—¿Y quién es mi prójimo?

30 Jesús respondió:

—Bajaba un hombre de Jerusalén a Jericó, y cayó en manos de unos ladrones. Le quitaron la ropa, lo golpearon y se fueron, dejándolo medio muerto. **31** Resulta que viajaba por el mismo camino un sacerdote quien, al verlo, se desvió y siguió de largo. **32** Así también llegó a aquel lugar un levita, y al verlo, se desvió y siguió de largo. **33** Pero un samaritano que iba de viaje llegó adonde estaba el hombre y, viéndolo, se compadeció de él. **34** Se acercó, le curó las heridas con vino y aceite, y se las vendó. Luego lo montó sobre su propia cabalgadura, lo llevó a un alojamiento y lo cuidó. **35** Al día siguiente, sacó dos monedas de plata y se las dio al dueño del alojamiento. “Cuídemelo —le dijo—, y lo que gaste usted de más, se lo pagaré cuando yo vuelva.” **36** ¿Cuál de estos tres piensas que demostró ser el prójimo del que cayó en manos de los ladrones?

37 —El que se compadeció de él —contestó el experto en la ley.

—Anda entonces y haz tú lo mismo —concluyó Jesús.

a) Introducción a la parábola (vv. 25-28)

El evangelista Lucas es el autor del evangelio que lleva su nombre y del libro de los Hechos de los Apóstoles. El evangelio según Lucas se puede dividir en tres grandes partes precedidas de una introducción, conocida como el “evangelio de la infancia”. La primera parte (Lc 4,13–9,50) se refiere a la actividad de Jesús en Galilea, siempre alrededor del lago de Genesaret. La segunda parte (Lc 9,51–19,28), conocida como el “camino hacia Jerusalén”, presenta a Jesús que se dirige a la Ciudad Santa, decidido a cumplir la voluntad del Padre. Finalmente, la tercera parte (Lc 19,29–24,53) narra los acontecimientos que tuvieron lugar en Jerusalén (pasión, muerte, resurrección y apariciones de Jesús).

Nuestro fragmento (Lc 10,25-37), situado en la segunda parte del evangelio, suele llevar por título la “parábola del buen samaritano”, aunque la parábola propiamente dicha no empieza en el v. 25 sino el v. 29. Los cuatro versículos precedentes (vv. 25-29) son una introducción que refleja no solo el ambiente en que vivían los discípulos de Jesús, sino también el ambiente judío en general de aquella época muy preocupado por la cuestión del más allá.

Estos versículos presentan un diálogo entre discípulo y maestro según el método de las escuelas rabínicas, que podría sintetizarse en el modo siguiente: a la pregunta del discípulo sigue la objeción del maestro y a la respuesta acertada del discípulo sigue la aprobación del maestro. El primer personaje es un maestro de la Ley, un experto en la Torá, es decir, la Ley que Dios había dado a Moisés en el Sinaí y que se encuentra en el Pentateuco. Se trata, pues, de un hombre culto y competente que se pone en pie para hacer una pregunta a Jesús. Sin embargo, su pregunta no está motivada por el deseo de aprender algo nuevo o de obtener información sobre algo. El maestro de la Ley formula la pregunta con la intención de poner a prueba a Jesús. Hay un punto de malicia en sus palabras. El quiere que Jesús se pronuncie y que implícitamente se comprometa. Su respuesta podía tener consecuencias políticas y militares muy peligrosas, pues en aquel momento Palestina era un territorio dominado por los romanos a nivel militar, político y económico.

“Maestro, ¿qué tengo que hacer para heredar la vida eterna?” (Lc 10,25). De maestro a maestro: el doctor de la Ley hace una pregunta a Jesús conociendo de antemano su respuesta. Sabe perfectamente lo que hay que hacer para heredar la vida eterna. Y también sabe que la dificultad no se encuentra en la Ley, sino en la interpretación de la Ley. Por esto, Jesús, en lugar de responder, le invita a buscar una respuesta, y lo hace por medio de otras dos preguntas: “¿Qué está escrito en la ley? ¿Cómo la interpretas tú?” Estas dos preguntas revelan la inteligencia de Jesús y también su fina ironía. Jesús interroga al maestro sobre lo que hoy llamaríamos su campo de especialización, es decir, la Torá, la Ley. ¿No eres doctor de la Ley? Léela pues con atención y encontrarás la respuesta que buscas. Por otro lado, al interrogarle sobre la Ley, Jesús declara implícitamente que él también acepta la Ley. Jesús respeta la Ley porque es el valor

fundamental de su pueblo. La respecta, la acepta, pero la trasciende⁴.

El maestro de Ley sigue el juego de Jesús y, haciendo gala de sus conocimientos, le responde inmediatamente: “Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con todo tu ser, con todas tus fuerzas y con toda tu mente”, y: “Ama a tu prójimo como a ti mismo.” (Lc 10,27). Estas dos frases son citas de textos antiguos. El primero es Dt 6,4-5: “Escucha, Israel: el Señor es nuestro Dios, el Señor es uno solo. Amarás, pues, al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con todas tus fuerzas”. Estos versículos se conocen como el *shemah* (escucha), la oración que los judíos piadosos recitan cada día, mañana y tarde, como una profesión de fe. El segundo texto es Lv 19,18: “No te vengarás de los hijos de tu pueblo ni les guardarás rencor, sino que amarás a tu prójimo como a ti mismo. Yo soy el Señor”. Hay que reconocer que el maestro de la Ley ha tenido una idea excelente: en su respuesta ha mencionado el amor a Dios junto al amor al prójimo, dos realidades ciertamente inseparables.

Fijémonos ahora en un detalle: la pregunta del maestro de la Ley se concentra en lo que hay que hacer para obtener la vida eterna, es decir, pone el acento en las acciones que hay que realizar. Su respuesta, en cambio, habla de amor, a Dios y al prójimo. El amor no es el resultado de una serie de acciones, sino una disposición interior de toda la persona (corazón, alma, fuerzas, mente) que la impulsa a amar al otro de la misma manera que ella se ama a sí misma. En definitiva, amar no es hacer cosas para el otro, sino ser para el otro. En palabras de Jesús, amar consiste en entregarse a sí mismo.

Jesús, después de escuchar a su interlocutor, le responde muy sutilmente: “Bien contestado, haz eso y vivirás” (Lc 10,28). Parece que el diálogo ha llegado a su fin, todo ha quedado claro. Un rabino sabe lo que tiene que hacer según la Ley y Jesús le anima a que lo haga. Sin embargo, hay “algo más” que las palabras de Jesús ocultan y revelan al mismo tiempo. Jesús ha venido a

⁴ J. Neusner, *Disputa imaginaria tra un rabbino e Gesù. Quale maestro seguire?*, Casale Monferrato: Piemme 1996, 6: “La *Tora* era y es perfecta y no es susceptible de mejora” (trad. nuestra).

cumplir la Ley y a llevarla a su plena realización. No basta con saber de memoria todos sus decretos y preceptos, no basta con ser un experto en la Ley. Jesús quiere “algo más”. Justo aquí se termina la introducción.

b) Análisis de la parábola (vv. 29-37)

Una pregunta clave (v. 29)

En el v. 29 empieza propiamente la parábola del samaritano. El maestro de la Ley no da por zanjada la cuestión e insiste con otra pregunta. Pero, antes de que esta llegue a nuestros oídos, Luca nos hace notar que el interlocutor de Jesús “quería justificarse”. Y ¿por qué quería justificarse? nos preguntamos nosotros. Parece que hay algo que no encaja. Quizás a causa de la pregunta maliciosa que le ha hecho a Jesús al inicio. Quizás porque el texto de la Ley que había citado le hacía sentirse personalmente incómodo? No lo sabemos. El hecho es que interroga a Jesús con una cuestión típicamente rabínica: la Ley dice “Amarás al prójimo como a ti mismo, pero ¿quién es ese prójimo a quien tengo que amar?” (Lc 10,29). Toda la parábola es una respuesta a esta pregunta. Recordemos que el término “prójimo” traduce con bastante exactitud el griego *plēsion* que significa “semejante, cercano o vecino”. La pregunta supone que existe una separación entre aquellos que son mi prójimo y los que no lo son, es decir, entre los que son semejantes/cercanos/vecinos a mí y los que no lo son. Jesús no admite esta separación⁵. Su enseñanza es revolucionaria porque trasciende las diferencias: el prójimo de cualquier persona es cualquier persona. Todos son mi prójimo. Y para hacerse entender mejor Jesús cuenta una parábola.

El caso: un malherido abandonado en medio del camino (v. 30)

“Un hombre bajaba de Jerusalén a Jericó”. ¿Quién bajaba? Un hombre cualquiera, un desconocido que no podemos identificar. No sabemos como se

⁵ Cf. Ga 3,28: “Ya no hay judío ni griego, no hay esclavo ni libre, no hay varón ni mujer, porque todos sois uno en Cristo Jesús”.

llama, de donde viene, ni cual es su posición social. El narrador omite cualquier tipo de información personal. Su dignidad se concentra en una sola palabra: es un “hombre” (*anthrōpos*), un ser humano creado a imagen de Dios y objeto de su amor. ¿Por qué bajaba? Porque de Jerusalén siempre se baja, puesto que la ciudad se encuentra situada en una colina (el monte Sión). El camino hacia Jericó, ciudad que dista unos 30 km. de Jerusalén, pasa por el desierto de Judá, un paraje inhóspito y peligroso. La descripción que sigue es muy gráfica y no escatima detalles: [ese hombre] “cayó en manos de unos ladrones. Le quitaron la ropa, lo golpearon y se fueron, dejándolo medio muerto”. Los bandoleros se lo quitaron todo, sus pertenencias, su dignidad y faltó poco para que también le arrebataran la vida.

Reacción del sacerdote y el levita (vv. 31-32)

Un moribundo abandonado en medio del camino. Eso es lo que se encuentran tres hombres que casualmente pasaban por allí y que representan tres personajes significativos de aquella sociedad: el sacerdote, el levita y el samaritano. Nótese que ninguno es mencionado por su nombre. Los dos primeros son dos personajes importantes. El sacerdote era el encargado del culto divino (rezos, sacrificios, oráculos, bendiciones) y el levita realizaba un servicio de segundo rango en el templo. Ambos tenían contacto regular con los enfermos, ya que eran los encargados de decidir quienes de entre ellos podían permanecer en la comunidad y quienes, en cambio, quedaban excluidos.

Al encontrarse con el malherido, desnudo, amoratado y agonizante, el sacerdote y el levita “se desviaron y siguieron de largo” haciendo ver que no lo habían visto. ¿Por qué reaccionaron así? El texto bíblico no da ninguna explicación al respecto, pero el lector atento busca en su mente posibles respuestas. Una podría ser el miedo a contaminarse. El sacerdote y el levita probablemente temieron por ellos mismos, por su integridad, por su seguridad. Si se detenían a socorrerlo, podía muy bien suceder que el hombre se les quedara muerto en sus manos. Y eso era arriesgar demasiado. Así que por miedo

a contaminarse con un muerto, no auxiliaron a un vivo. Según la Ley, los cadáveres son intocables, y todo aquel que toca un cadáver se contamina y queda impuro. En definitiva, el sacerdote y el levita decidieron desaparecer de la escena. De este modo, evitaron el temido contagio, cumpliendo escrupulosamente la Ley. Por desgracia, su excesivo celo por la justicia (entiéndase legalismo) se convirtió en flagrante injusticia (entiéndase falta de caridad).

Reacción del samaritano (vv. 33-35)

El tercer personaje es un samaritano, un habitante de la región de Samaria. Este dato requiere una breve explicación: en aquel tiempo los judíos no se hacían con los samaritanos, los consideraban extranjeros. Es de notar que “samaritano” era un término despreciativo que se utilizaba para referirse a gente alocada o estúpida. Por otro lado, los samaritanos trataban con hostilidad a los judíos que pasaban por Samaria de camino a Jerusalén. Esta hostilidad recíproca se remonta al siglo VI a.C., durante la dominación asiria. En el año 722 a.C. cae Samaria en manos de Salmanasar V y al año siguiente Sargón II completa la conquista, incorporando la zona de Samaria al imperio asirio. Es el fin del reino del Norte (Israel). Los asirios deportaron a miles de israelitas, entre ellos la clase dirigente del país. De este modo, aseguraban la sumisión del pueblo y ahogaban cualquier tentativa de rebelión. Repartieron a los deportados en diversas localidades orientales de Asiria (cf. 2 Re 17,5-6) a la vez que repoblaron Samaria con colonos procedentes de otras partes del imperio⁶. El reino el Norte se convierte entonces en una provincia asiria, llamada “Samaria”, con una población extranjera y, por consiguiente, con nuevas costumbres y tradiciones religiosas. Ese fue el origen de la hostilidad entre samaritanos y judíos a la que se refiere el autor del cuarto evangelio en el episodio de la Samaritana⁷.

⁶ Según una inscripción de Sargón II los deportados eran unas 27.290 personas.

⁷ El 1 de enero de 2015 los samaritanos eran 777 repartidos entre Kiryat Luza en el monte Garizín y la ciudad de Holon, en las afueras de Tel-Aviv.

Volvamos a nuestro texto. El samaritano vio la misma escena que el sacerdote y el levita (el verbo “ver” se repite tres veces), pero su reacción fue muy diferente. Es probable que él hubiera tenido la misma duda de los otros dos (¿le convenía acercarse o no? Sin embargo, en lugar de alejarse para evitar ver al malherido, se acercó para poder verlo mejor. Y su primera reacción fue compadecerse de él. En griego, el verbo compadecerse (*splanchnizomai*, de *splanchna*, vísceras, entrañas) literalmente significa “estremecerse interiormente” y es precisamente el mismo verbo que se utiliza para describir la reacción de Jesús ante la enfermedad y el sufrimiento de las personas. Habiendo vencido la distancia que le separaba del malherido, la compasión del samaritano fue más fuerte que su egoísmo. La proximidad física generó una proximidad más profunda que le impulsó a ponerse manos a la obra: “Le curó las heridas con vino y aceite, y se las vendó. Luego lo montó sobre su propia cabalgadura, lo llevó a un alojamiento y lo cuidó” (Lc 10,34).

Reflexionemos ahora los gestos que realiza el samaritano, sin olvidar que el primer gesto es el fundamental: nos referimos al hecho de haber disipado la duda inicial, de haber roto el muro del propio egoísmo. Pudiendo haberse preocupado de sí mismo, decidió en cambio preocuparse por el otro. En esto estriba la diferencia radical entre la actitud del sacerdote y el levita y la del samaritano. El samaritano no quiso taparse los ojos ante la cruda realidad que tenía delante. Al contrario, se dejó involucrar totalmente, y esta actitud le permitió realizar gestos de amor, cercanía, atención y generosidad. No cedió ante la tentación de considerar su vida más importante que la del malherido y se volcó a socorrerlo con sus propias manos.

Por si esto fuera poco, el samaritano consigue que también las estructuras sociales se impliquen en el caso, pues también estas deben estar al servicio de la persona y sobre todo de aquellas necesitadas. Leamos el broche de oro con que concluye su actuación:

“Al día siguiente, sacó dos monedas de plata y se las dio al dueño del alojamiento. ‘Cuídemelo —le dijo—, y lo que gaste usted de más, se lo pagaré cuando yo vuelva’” (Lc 10,37).

Conclusión (vv. 36-37)

Así termina la parábola. Acto seguido, es Jesús quien hace una pregunta al maestro de la Ley, una pregunta muy directa en la que le pide su opinión: “¿Cuál de estos tres piensas que demostró ser el prójimo del que cayó en manos de los ladrones?” (Lc 10,36). Atención a la pregunta, porque en ella se afirma que el prójimo no es el malherido, sino aquel que se ha acercado al malherido. En otras palabras, quien ha recibido el don no es el malherido sino el samaritano. Recordemos el inicio del texto: el maestro de la Ley le había preguntado a Jesús: “¿Quién es mi prójimo?”, y Jesús le responde diciendo cómo se debe actuar para ser prójimo de alguien. El maestro de la Ley capta el mensaje de Jesús y responde: “El que se compadeció de él”. En griego: *ho poiēsas to eleos met'autou*, “el que hizo misericordia con él”. Concluyó Jesús: “Anda entonces y haz tu lo mismo” (Lc 10,37).

c) Resumen actualizado de la parábola

Llegados a este punto, vamos a intentar resumir el mensaje del texto bíblico con nuestras palabras. El doctor de la Ley pregunta quien es su prójimo según la enseñanza oficial contenida en la Torá a lo que Jesús responde: el prójimo eres tú mismo cada vez que te haces prójimo de (te acercas a) una persona que te necesita. Dicho de otro modo, las personas necesitadas son las que te ofrecen la posibilidad de amar. Saber quien es mi prójimo carece de importancia. Lo que en realidad importa es tomar conciencia de que yo soy el prójimo de cualquier persona necesitada que Dios ponga en mi camino.

Ahora bien, hacerse prójimo no es algo que surge espontáneo. Requiere una disposición interior y un entrenamiento que podríamos llamar espiritual. En la parábola son tres (en la vida real suelen ser muchos) los que pasan junto al

malherido, pero solo uno muestra esa compasión que lo conduce a detenerse y a hacerse prójimo del moribundo. Solo uno está preparado para dar ese paso.

Añadimos una última observación tomada de la introducción de Luciano Sandrin al libro *Cuidarse a sí mismo*, cuya función es hacer de enlace con el último punto de nuestra presentación. La verdadera compasión no crea dependencia en ninguna de las dos partes de la relación. Después de haber prestado socorro al malherido y de haber cubierto anticipadamente sus gastos de alojamiento, el samaritano sigue su camino: no se deja retener por aquel que ha salvado, sino que vuelve a sus ocupaciones. Si somos suficientemente libres y fuertes podremos ayudar a los otros sin alejarnos de nuestro camino, podremos hacernos prójimos de los demás sin olvidar hacernos prójimos de nosotros mismos, sabremos ir hacia el otro sin olvidar el camino que conduce a nuestra casa”⁸.

3. Las personas consagradas, auto-cuidado y cuidado del prójimo

Cuidarse de uno mismo, preocuparse por el equilibrio emocional y la paz interior son cuestiones actuales, características de las sociedades post-modernas. Hoy día abundan los cursos, las publicaciones, los anuncios que dan consejos para afrontar con entereza rupturas sentimentales, fracasos profesionales, enfermedades, duelos, etc... y mantener ese equilibrio emocional tan deseado por todos. A menudo se recomiendan prácticas alimentarias y ejercicios físicos y cursos de meditación de todos tipos, principalmente inspirados en las religiones orientales. El deseo de una vida sana es bueno y legítimo, pero ciertamente no es nada nuevo. Ya Sócrates y sus discípulos se preocupaban del auto-cuidado⁹.

Ahora bien, ¿cuál es el fundamento, la razón de ser del auto-cuidado? En una sola palabra, la vulnerabilidad¹⁰. El ser humano es vulnerable en su ser, en su

⁸ Cf. Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 7.

⁹ Ver la síntesis histórica de F. Torralba en Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 79-85.

¹⁰ Ver la definición de vulnerabilidad de Julián Marías citada por Torralba en Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 86.

cuerpo, en su mente, en sus relaciones sociales y en su espíritu. El ser humano es frágil, lo que significa que solo si se cuida responsablemente de sí mismo puede subsistir. Así pues, debemos cuidarnos porque no somos auto-suficientes, porque tenemos límites, debilidades, heridas y dolencias.

Para que la vulnerabilidad no se traduzca en pesimismo o victimismo, hay que experimentarla y aceptarla. Aceptar nuestros límites, debilidades, heridas y dolencias es indispensable para llevar adelante nuestro proyecto personal y comunitario. Tengamos en cuenta, además, que el auto-cuidado no constituye un fin en sí mismo. Es una condición de posibilidad para poder cuidar de los demás y hacernos solidarios con ellos. En otras palabras, cuidarse a sí mismo es una exigencia ética que solo cobra sentido cuando se abre a la esfera de los otros, cuando se transforma en responsabilidad, en respuesta activa y eficaz a las necesidades de los demás¹¹.

a) Riesgo de *burnout*

Al principio hemos mencionado el riesgo del *burnout*. Veamos en qué consiste más detalladamente. El síndrome del *burnout* o “síndrome de desgaste profesional”, se conoce también como “síndrome del buen samaritano desilusionado” o con el nombre de “enfermedad de Tomás”, en recuerdo del protagonista (un neurocirujano frustrado) de la novela de Milan Kundera, *La insoportable levedad del ser*.

El síndrome del *burnout* es un fenómeno relativamente reciente que afecta muy especialmente a todas las personas que trabajan en las llamadas “profesiones de ayuda”, y que actualmente está alcanzando cifras alarmantes. Estas profesiones, de alto riesgo psicológico, suelen concentrarse en el campo social (asistentes sociales, voluntarios...), en el sanitario (doctores/as, enfermeros/as, fisioterapeutas, asistentes espirituales...) y en el de la enseñanza (maestros/as, educadores, psicólogos/as...). Es de señalar que en todos estos

¹¹ Sandrin – Caldach-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 102.

sectores la vida consagrada está presente con sus múltiples formas y expresiones.

Según el psicoanalista americano Herbert J. Freudenberger, el primero en describir el citado síndrome, el *burnout* consiste en “un estado de fatiga o de frustración que se produce por la dedicación a una causa, forma de vida o relación que no produce la gratificación esperada”¹². En la misma línea se expresa Luciano Sandrin cuando, refiriéndose al *burnout*, habla de un estado especial de desgaste psicológico, de “agotamiento emotivo y profesional” que se manifiesta en una gradual pérdida de idealismo y de energía. La persona afectada tiene la impresión de dar vueltas en el vacío, de haber caído en una trampa y de no poder escapar. Se siente invadida por un agotamiento generalizado del que no sabe cómo liberarse. Puede tratarse de un agotamiento físico, emotivo, intelectual, social o incluso espiritual. Poco a poco todo lo que hace e incluso la vida misma empieza a perder sentido. No hay nada ni nadie que suscite en ella especial interés. Aparentemente sigue haciendo lo mismo de siempre, pero en su interior reina la oscuridad total. Se encuentra cada vez más agotada, más abatida, priva de ilusión y esperanza y, mientras todo a su alrededor se desmorona, busca compensaciones o escapatorias de diversos tipos: fantasías y escondrijos para defender la propia supervivencia. Y en consecuencia, no sólo se resiente el trabajo que sigue llevando a cabo por pura obligación y reducido al mínimo indispensable sino también su familia, grupo o comunidad, donde inevitablemente empiezan a surgir tensiones y conflictos. Se quema la persona y en cierto modo se queman también los familiares o los miembros del grupo o comunidad a la que pertenece¹³.

Es obvio que la persona afectada del síndrome del *burnout* no está en condiciones de ayudar a nadie, pues es ella la que necesita ser cuidada. De ahí la necesidad de “quererse”, de “cuidarse”, de velar la propia salud con diligencia y

¹² □□Freudenberger, “Staff burn-out”, *Journal of Social Issues* 30 (1974) 159-166.□

¹³ Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 16-19.□

responsabilidad, tanto la salud del cuerpo como la de la mente y el espíritu. Pero eso no es todo. Hay que avanzar en el conocimiento de sí mismo, reconocer y aceptar los puntos fuertes y débiles de nuestra personalidad para poder mejorar la relación con nosotros mismos y con los demás, y muy especialmente la relación con aquellas personas que están a nuestro cuidado. Cuidar del otro, pues, exige cuidarse a sí mismo.

b) Ayudar al prójimo sin quemarse

La experiencia que acabamos describir es muy frecuente no solo en la sociedad actual sino también en nuestras comunidades religiosas. Pero, afortunadamente, el *burnout* no es un problema sin esperanza. Basta con reconocerlo a tiempo. Es inútil evadirse de la realidad, soñar con un pasado idílico o culpabilizar a los demás de lo que sucede. En lugar de encerrarse en uno mismo, la solución empieza por abrirse a alguien de confianza o participar en un grupo de apoyo para afrontar sin miedo la propia realidad en todos sus aspectos (vocación, misión, relaciones humanas...). He aquí algunas indicaciones, formuladas de manera sintética, que pueden ayudar a evitar o superar este síndrome de desgaste¹⁴.

Conocer el burnout

Es conveniente informarse sobre la existencia de este riesgo posiblemente antes del inicio de una nueva misión o toma de posesión de un cargo de responsabilidad. En el *burnout* entran en juego no solo factores personales (carácter, formación...) sino también circunstancias externas ambientales (sociales, políticas, económicas...) que son de gran importancia. Se trata de tomar en cuenta sobre todo los factores personales y reflexionar sobre ellos (cómo afronto la realidad, qué estrategias tengo para superar los obstáculos,

¹⁴ Para este punto, cf. Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 105-134.

cómo domino mis emociones...), pues si uno no puede cambiar la situación que lo rodea, lo que sí puede hacer es cambiar su actitud ante dicha situación.

Tener la fuerza de resistir (resiliencia)

En la actualidad se habla mucho de resiliencia. Etimológicamente la palabra deriva del latín *resalio*, iterativo del verbo *salio*, “subir”, que en una de sus acepciones originales indicaba la acción de volver a subir a la barca que había sido volcada por las olas. La resiliencia es, pues, la capacidad de resistir al estrés y a los golpes de la vida, de afrontarlos abiertamente y de encontrar respuestas que se adapten a las circunstancias. En otras palabras, resiliencia significa saber responder con estrategias activas a las dificultades y estar dispuestos al cambio; ser capaces de dar nuevos significados a los acontecimientos. La persona con capacidad de resiliencia tiene una actitud pro-activa (proyectada hacia el futuro) más que retro-activa (orientada hacia el pasado). Esto depende, por un lado, de los rasgos temperamentales y de personalidad de cada uno; por otro, del ambiente familiar y la educación recibida. El apoyo del grupo (familia, comunidad) es un factor clave para el aprendizaje de la resiliencia.

Fomentar las relaciones interpersonales

En las profesiones de ayuda es importante insistir en la competencia relacional y comunicativa, pues se trabaja en contacto directo con los demás. En este contacto entran en juego las emociones, las del que ayuda y las del que es ayudado. La relación debe ser atenta a los valores y significados que se esconden en la interioridad de las personas. Ir a fondo, nunca quedarse en la superficie. Saber estar con el otro, sin huir de él, pero sin fusionarnos con él. Recordemos que las relaciones interpersonales son la principal fuente de *burnout* en el trabajo con el enfermo, con el anciano, con el discapacitado, con el joven problemático, con el alumno, con el formando o la formanda que da los primeros pasos en la vida religiosa y también con los familiares y colegas de trabajo. El equilibrio es esencial en las relaciones: hay que dialogar y

relacionarse con los demás sin identificarse completamente con ellos, pero sin renunciar a la propia personalidad, cualidades y valores. Distancia y proximidad.

Apoyarnos en los demás

El apoyo social es indispensable para poder ayudar. Es un factor que influye de manera determinante en la salud y en el bienestar de la persona, haciéndola capaz de superar adversidades y sufrimientos. Si es importante tener apegos afectivos seguros con personas concretas, no menos importante es el sentido de comunidad: sentirse perteneciente a un grupo, a una familia, compartir vínculos con los otros. La percepción de contar para los demás y de poder influir en lo que sucede en la comunidad; sentirse integrado, conectar emotivamente con ella. Brindar y recibir apoyo emotivo, informativo, instrumental, de valoración.

Compartir significados y valores

Por desgracia hay muchas personas que trabajan en algo que no les gusta. Y lo hacen por necesidad, sin sentido de pertenencia o sin compartir los valores fundamentales. El problema grave es la falta de significado en lo que se hace y se vive. Eso lleva con frecuencia al *burnout*. Por eso, es importante dar significado al propio trabajo, reencontrar el sentido perdido, redescubrir su valor.

Saber responder a las expectativas

Las expectativas del propio individuo o las que provienen del ambiente, del grupo o comunidad son a menudo exageradas: el individuo espera demasiado de sí mismo (vive de utopías) o los demás esperan demasiado de él y no puede satisfacerles. Resultado: sentimiento de frustración. Hay que detenerse y reflexionar sobre las expectativas. Clarificarnos con nosotros mismos y con los demás. Dar pequeños pasos, no querer abarcarlo todo al inicio. Negociar con los demás. Revisar y reelaborar la propia imagen, los propios ideales y lo que significa ayudar al otro. No hay que creerse héroes invencibles, indispensables e

inigualables. Conocer los propios límites, aceptarlos, fomentando la autoestima
En palabras de L. Sandrin¹⁵:

“Tenemos que ser capaces de hacer bien las cuentas, como se nos dice en el Evangelio: si quieres presentar batalla, debes calcular tus fuerzas; de lo contrario el enemigo te destruirá. Si quieres construir una casa, debes contar bien tu dinero, para no quedarte a medias y provocar que se rían de ti. Pero también debes comprobar donde se apoyan los cimientos. Construir sobre la arena puede ser más rápido y ofrecer una satisfacción más inmediata, dado que los resultados e ven enseguida: miras orgulloso tu construcción, pero a la larga no se sostiene. La primera marejada que venga arruinará el entusiasmo infantil con que se ha construido. Mejor será buscar con paciencia la roca sobre la que comenzar a construir. El tiempo perdido antes de empezar a construir debidamente la casa se recupera luego con una construcción sólida y duradera”¹⁶.

Aceptar la muerte

Aceptar la idea de que la muerte no puede ser eliminada de la vida (también de la vida profesional) y aceptar morir a los propios sueños de omnipotencia e inmortalidad puede ser un antídoto contra el *burnout*. Aceptar humildemente el límite entre el deseo y la realidad. Aceptar las pequeñas muertes de cada día nos prepara para la propia muerte, nos ayuda a saber sobrellevar la muerte de los seres queridos y a encajar los grandes fracasos en el ámbito relacional, comunitario y profesional. La vida y la muerte están en las manos de Dios. Ese límite nade lo puede superar.

Redescubrir manantiales

Hay emociones que enturbian los manantiales de nuestra vida (el miedo, la tristeza, la envidia, la rabia...), a veces son actitudes como la ambición, la manía del trabajo, el perfeccionismo, el querer demostrar a toda costa lo que valgo, la pretensión de querer contentar a todos, la necesidad de confrontarse siempre con los demás, querer controlarlo todo... que se convierten en modelos de vida destructivos. Así pues, hay que redescubrir manantiales más límpidos, los que

¹⁵ Sandrin – Calduch-Benages – Torralba, *Cuidarse a sí mismo*, 126.

¹⁶ Me he permitido retocar la traducción española de la última frase para hacerla más comprensible.

vienen del Espíritu y que habitan en lo profundo del corazón: la oración, la meditación, la liturgia, la lectura asidua de la Sagrada Escritura, la conversación con los seres queridos, el silencio....

Conclusión

Leer la parábola del buen samaritano teniendo como punto de referencia la vida consagrada como “profesión de ayuda” nos ha permitido iluminar nuestra vida personal y comunitaria, nuestra misión apostólica y nuestras relaciones fraternas a la luz del Evangelio. Lo hemos hecho a partir del *burnout* o síndrome de desgaste y de su relación con el tema del cuidado de sí mismo y el cuidado del prójimo. Nuestra lectura del texto bíblico ha puesto de manifiesto el gran valor del ser humano y nos ha enseñado que cada persona debería quererse, conocerse, cuidarse y desear la salvación, es decir, debería valorar la vida que gratuitamente ha recibido del Creador. Y si esto vale para toda persona, cuanto más para aquellas cuya misión consiste en educar, orientar, sanar y ayudar a los demás, especialmente a los niños y jóvenes, a los enfermos y necesitados, a todos los que pasan por situaciones críticas y necesitan escucha, atención y cuidado. En definitiva, para ayudar al prójimo sin quemarse, tal como hizo el buen samaritano en la parábola, primero hay que cuidarse a sí mismo.