

# 1, Consejos bíblicos en catástrofes y enfermedades

*Los textos en rojo son de mi cosecha.*

*Aleteia, 10 marzo, 2016*

¿Qué es un *contingency plan*? Es un plan de respuesta ante catástrofes posibles e inevitables. Hay catástrofes que, con preverlas, uno las puede evitar. Hay otras que, aun previéndolas, no logramos sortear. **Contra las primeras uno crea un plan para neutralizar los riesgos. Contra las segundas, si bien no se pueden evitar, sigue siendo útil crear un plan.** Este plan no tendrá como fin evitar la catástrofe sino aminorar los daños de la misma y favorecer la recuperación posterior.

Un ejemplo lo podemos ver en los E.U.A. durante la guerra fría. Por un lado, el gobierno ponía todos los medios posibles para evitar una guerra nuclear. Por el otro, sin embargo, una guerra de tal naturaleza seguía siendo una posibilidad real. Así, el gobierno decidió también informar y preparar a la nación para que supieran cómo reaccionar en caso de un ataque nuclear. Idearon todo un plan de reacción que ciertamente no impediría la catástrofe, pero que sí ayudaría a hacerle frente de mejor manera.

De modo similar, en nuestra vida, **hay una posible catástrofe que podría estar robándonos la paz. Me refiero a la posibilidad de perder la propia salud.** Es una de esas desgracias que siempre llegan de modo inesperado. Así tengamos seguro de gastos médicos, así existan numerosos hospitales de alta calidad a nuestro alrededor, a nadie se le ocurre decir que ya está listo para afrontar una grave enfermedad. Es siempre una amenaza y no siempre se puede prever. ¿Qué hacer ante un peligro imprevisible de tanta seriedad?

Sin quererlo me topé en la Biblia con el siguiente pasaje de Si, 38, que se me ocurre proponer como **plan de Dios sobre enfermedad, medios y curación** y como **contingency plan** para la pérdida de la salud.

Para tener una visión de conjunto, ofrezco en primer lugar el texto completo de Si 38, 1-15:

*1 Da al médico, por sus servicios, los honores que merece, que también a él le creó el Señor.*

*2 Pues del Altísimo viene la curación, como una dádiva que del rey se recibe.*

*3 La ciencia del médico realza su cabeza, y ante los grandes es admirado.*

*4 El Señor puso en la tierra medicinas, el varón prudente no las desdeña.*

*5 ¿No fue el agua endulzada con un leño para que se conociera su virtud?*

*6 El mismo dio a los hombres la ciencia para que se gloriaran en sus maravillas.*

7 Con ellas cura él y quita el sufrimiento, con ellas el farmacéutico hace mixturas.

8 Así nunca se acaban sus obras, y de él viene la paz sobre la haz de la tierra.

9 Hijo, en tu enfermedad, no seas negligente, sino ruega al Señor, que él te curará.

10 Aparta las faltas, endereza tus manos, y de todo pecado purifica el corazón.

11 Ofrece incienso y memorial de flor de harina, haz pingües ofrendas según tus medios.

12 Recurre luego al médico, pues el Señor le creó también a él, que no se aparte de tu lado, pues de él has menester.

13 Hay momentos en que en su mano está la solución,

14 pues ellos también al Señor suplicarán que les ponga en buen camino hacia el alivio y hacia la curación para salvar tu vida.

15 El que peca delante de su Hacedor ¡caiga en manos del médico!

Les versículos 1-8 y 12-15 hacen referencia al plan de Dios sobre enfermedad, medios y curación. En cambio, los versículos 9-12 hacen referencia a los pasos, que debemos dar en la enfermedad. Esta última parte **consta de cuatro fases que no necesariamente siguen un orden cronológico pero que sí se deben conservar en su orden de importancia.**

### **Fase 1: No seas negligente, ruega al Señor**

Lo primero es saber que no hay nada que escape al dominio del Señor. A esto, agregarle que el Señor es un Dios bueno. Es Aquél a quien Cristo nos enseñó a llamarlo Padre.

Si esto es así, tampoco la enfermedad escapa su dominio; es algo que Él permite. Y al igual que sucede con todo mal permitido por Dios, Él estará activamente buscando sacar un bien mayor de esa situación. Sin embargo —y aquí entra nuestra parte—, para sacar tal bien quiere contar con nuestra colaboración.

Así, ese *no seas negligente, ruega al Señor...* hemos de tomarlo como una prescripción contra el desánimo y la desconfianza; contra la triste resignación. **Una dura enfermedad es una dura prueba. Ante tal prueba hemos de cobrar ánimo en el Señor.** Hemos de emprender el esfuerzo de la fe y el amor que implica rogar en serio al Señor y confiar en su poder. Este esfuerzo comienza tomándose la oración muy en serio.

Lo maravilloso es que con esto tenemos ya la batalla ganada. No significa que desaparecerá la enfermedad. **Es un misterio la manera en que Dios concede sanaciones milagrosas a algunos y no a otros.** Lo que sí es cierto es que implementando con seriedad y perseverancia esta primera fase de nuestro plan, saldremos de la prueba siendo mejores personas; mejores cristianos; mejores hijos de Dios; y seremos más felices por ello, tanto en el tiempo como en la eternidad.

### **Fase 2: De todo pecado purifica el corazón**

Orar en serio es entrar en contacto con el Señor. Entre más nos acercamos a la luz, más nos pesa la oscuridad que hay en nosotros. Así, la segunda fase de nuestro plan implica **reconocer sinceramente —descaradamente— nuestros propios pecados y pedir confiadamente perdón a Dios por ellos.**

Aquí me viene a la mente una idea del Papa Francisco: no se trata de pedir perdón por los pecados que haya podido haber cometido, sino reconocer los pecados que de hecho he cometido y pedir perdón por ellos. Evitar el condicional. Cuando se trata de reconocer los propios pecados, hay que ser descaradamente sinceros con nosotros mismos. Y si no lo tenemos muy claro, entonces hagamos con toda seriedad la siguiente oración: “Señor, apiádate de mí y concédeme reconocer mis pecados como pecados”.

En esta fase no basta la reflexión y la memoria. Hay que buscar la purificación del corazón. Para lo primero basta un poco de esfuerzo intelectual. Para lo segundo necesitamos de la gracia de Dios.

### **Fase 3: *Haz pingües ofrendas según tus medios***

Las graves enfermedades traen consigo fuertes sufrimientos y humillaciones. Ofrecidas con amor, podemos hacer de ellas agradables ofrendas al Señor. Así, además de dar un sentido a nuestros sufrimientos, les damos un valor salvífico. Cuando unimos nuestros dolores a Cristo, participamos de manera especial en su plan de salvación.

Ahora bien: hay de ofrendas a ofrendas. Las más agradables son las que conllevan más amor. En aguantar un dolor puede haber amor. En las Sagradas Escrituras, sin embargo, encontramos que hay otras ofrendas más agradables al Señor que los sacrificios. Menciono tres:

1) En el Evangelio de San Mateo, Jesús mismo cita al profeta Oseas que dice, *Misericordia quiero y no sacrificio*, Mt 9,13. Dios quiere la ofrenda de nuestro perdón hacia aquellos que nos han ofendido.

2) En salmo 50 el Señor muestra cierto desprecio por los sacrificios de animales y al final dice: *El que ofrece sacrificios de acción de gracias me da gloria*, Sal 50,23. ¡Cuánto amor hay en la gratitud cuando es sincera! Quien ama no deja de reconocer todo lo bueno que ha recibido de su amado —así se encuentre en medio de una desgracia.

3) Por último, consideramos el salmo 51 en que dice el penitente: *El sacrificio a Dios es un espíritu contrito; un corazón contrito y humillado, oh Dios, no lo desprecias*, Sal 51,19. La humildad es la verdad. Las dos —humildad y verdad— son de sumo agrado al Señor. Reconocer la verdad de mi pobre ser, de mi radical necesidad de Dios, y ofrecer a Dios este humilde reconocimiento, es para Él una ofrenda agradable.

### **Fase 4: *Recurre al médico... pues de él has menester***

En esta fase encontramos una aplicación más del proverbio extra-bíblico más citado en los ambientes católicos: *a Dios rogando y con el mazo dando*. O dicho con palabras de San Agustín: *reza como si todo dependiera de Dios y trabaja como si todo dependiera de ti*.

En fin, cada quien use el lema que más le guste. Lo importante es servirnos de los medios humanos a nuestro alcance. Si Dios ha dispuesto que estén a nuestro alcance es para que hagamos uso de ellos. Si a través de estos medios quiere concedernos la salud, bendito sea Dios. Si no se logra el resultado esperado, la misma lucha ya es ganancia.

**Apéndice:** *Ellos -los médicos- también al Señor suplicarán.*

**Recapitulando:**

**Fase 1: Rogar a Dios**

**Fase 2: Arrepentirse de los propios pecados**

**Fase 3: Ofrecer sacrificios agradables al Señor**

**Fase 4: Acudir al médico, pues el Señor lo creó también a él.**

**Y por parte del médico:** recordar que la solución puede estar en sus manos y que pida luz al Señor.

## 2, Cuidados paliativos: Bien morir, mejor que eutanasia o muerte digna

Aleteia, 15 marzo, 2016

Cíclicamente van apareciendo noticias de pacientes que en el último momento de su vida deciden acabar con ella. Son enfermos o familiares de enfermos que solicitan lo que se denomina como “muerte digna”. **No soportan más la enfermedad, no quieren vivir con más sufrimiento... ¿Qué hacer? ¿Qué decir? ¿Cómo abordar estos temas?**

Una cosa es la teoría y otra muy distinta la práctica. Una cosa es decirlo y hablarlo y otra cosa es que sea un familiar o tú mismo el que sufra una enfermedad degenerativa irreversible. No es fácil. Como explicaba el doctor Javier Júdez, un reconocido investigador en bioética durante la última sesión del Foro Arrupe: **“una cosa es tener un código de circulación y otra, muy distinta, conducir un coche.** Una cosa es legislar el final de la vida y otra, mucho más importante, humanizar ese proceso”.

Ni los mismos expertos se ponen de acuerdo. Según explicó el ponente hay una obsesión por legislar: “ofrecer un marco, señalar líneas rojas, indicar las reglas de juego”. Sin embargo él lo ve como una obligación humanizadora: “No hay que olvidar que la experiencia de la enfermedad puede ser vivida, para los profesionales sanitarios, desde la rutina; mientras que, para la persona enferma y su entorno familiar, se trata de una experiencia única”.

### **Cuidados paliativos, obra de humanidad**

Los cuidados paliativos, la eutanasia pasiva o muerte digna son un tema del que se está hablando y mucho en la Unión Europea. Es un tema en el que el Parlamento Europeo se plantea elementos para legislar. Los obispos europeos, desde la COMECE han creado un grupo de trabajo, se denomina: “Opinión del Grupo de Trabajo sobre Ética en Investigación y Medicina sobre Cuidado Paliativo en la Unión Europea”.

Desde este grupo de expertos se muestran los cuidados paliativos como “una gran obra de gran humanidad” y explican que con ellos se demuestra “la solidaridad de la sociedad con aquellos de sus miembros que padecen tribulación, mostrando consideración de su vulnerabilidad y reconocimiento de su dignidad”.

Se abordan temas como la evolución y méritos de los cuidados paliativos, la escucha a los pacientes que padecen sufrimiento y aspectos delicados como el uso de sedantes, los límites o suspensión de tratamientos. El documento dedica un capítulo al propósito de los cuidados paliativos: de cuidar

a los pacientes sin acelerar su fallecimiento y muestran que aunque se ha hecho mucho, aún “queda por hacerse”.

### **La importancia de “bien morir”**

El doctor Javier Júdez mostraba en el Foro Arrupe la necesidad de centrar y contextualizar el debate. **No se trata sólo de curar, sino de aliviar el sufrimiento del paciente y de ayudarlo a “bien morir”, con un importante compromiso: el no-abandono.** Para el ponente es necesaria una buena comunicación asistencial, pero también incluir **emociones, valores** morales y **preferencias** del paciente.

La intervención bio-psico-socio-emocional (espiritual) puede aliviar la gran mayoría de los sufrimientos del proceso del morir y según explicó el ponente, **“deben ser el estándar previo a maximizar en cualquier sistema sanitario riguroso”**. ¿Hay posibilidad de acceso a estos recursos, se tiene prioridad ante estos procesos en el final de la vida? ¿Se siente el paciente acompañado o se siente abandonado? ¿Existe un componente de abandono físico, espiritual y moral en la petición de la eutanasia? ¿Es la petición de una “muerte digna” consecuencia del abandono del paciente?

Es un tema complejo. El doctor Júdez lo abordaba con datos empíricos: “existe una reducida minoría de casos (probablemente menos del 1%) que tras agotar alternativas aceptables (para el paciente) no se manejan adecuadamente ni con los mejores cuidados paliativos. En este contexto **el manejo de la “sedación paliativa”, que puede ser terminal, debe plantearse, como cualquier otra indicación médica, de manera rigurosa, abierta y documentada”**.

**Según estudios en Oregón y Holanda, se produce “un descenso entre las opciones de muerte médicamente asistida ante el surgimiento de la sedación paliativa como alternativa previa”**. Por todo ello, insistió el experto, habría que desarrollar una especie de “Libro Blanco del Final de la Vida” y realizar un **“Plan Integral de Mejora de la Calidad en la atención al Final de la Vida”**.

Quizá humanizando el final de la vida, volviendo a hablar de la muerte socialmente se puede llegar a abordar el “bien morir” como algo importante y consustancial al propio ser humano. **Lo digno no es la muerte, sino como vivirla. El proceso final tiene tanta o más importancia que el de cualquier otra etapa de nuestra vida.**

Álvaro Real

### 3, Sartre se equivocaba. El sufrimiento no es absurdo

Aleteia, 20 marzo, 2016

El que escribió las mediaciones para el próximo Vía Crucis de Papa Francisco en el Coliseo es el cardenal Gualterio Bassetti, arzobispo de Perugia-Città della Pieve. El calvario de Jesucristo toca, obviamente, el tema del sufrimiento, y al respecto el cardenal no tiene ninguna duda: “No es cierto que el sufrimiento sea algo ‘absurdo’, como decía Sartre”; hablar sobre el sufrimiento “significa reconocer que en nuestras pequeñas cruces cotidianas Jesús está con nosotros cada día”.

El purpurado, en una entrevista a “L’Osservatore Romano”, subrayó **“el título que he elegido para las meditaciones de este año: ‘Dios es misericordia’**. Que es también el título de un libro (no de los más conocidos, a decir verdad) de don Divo Barsotti, en el cual el místico toscano comenta el episodio evangélico de la pecadora que entra a la casa de Simón el fariseo durante el almuerzo con Jesús».

Las reflexiones del Viernes santo, asegura Bassetti, también se referirán al Jubileo de la Misericordia, que “representa el telón de fondo sobre el que se desarrolla todo el Vía Crucis”, que, **“como el Año Santo, quiere hablar a todos los hombres y las mujeres de hoy, que a mí me parecen cada vez más solos y confundidos, dentro de una sociedad en constante movimiento que consume todo rápidamente** (bienes, afectos y deseos), y que parece haber perdido las nociones tanto de pecado como de verdad”. Según el arzobispo, los hombres de hoy son **“dramáticamente infelices y sufrientes**. Y esto se relaciona profundamente con el Jubileo de la Misericordia. En la raíz de la palabra misericordia, misericors, hay una referencia directa a la miseria humana e, indirectamente, también al cotidiano sufrimiento de los hombres”.

Y sobre el sufrimiento, Bassetti puntualiza: hablar de él “significa afirmar que no es cierto que sea algo ‘absurdo’, como decía Sartre. Jesús en la cruz se hizo cargo de nuestros pecados y murió por nosotros. Y, en segundo lugar, significa reconocer que en nuestras cruces cotidianas Jesús está con nosotros cada día. En esta época hay un sufrimiento visible en los pobres, en los migrantes, en los enfermos, en las personas solas y abandonadas. Pero, al mismo tiempo, encontramos hombres riquísimos que parecen tener todo pero que en realidad no tienen nada, viven una vida vacía y, en algunos casos, desean incluso la muerte”. Es por ello que “el mal puede hasta ser ‘banal’, pero Jesús en la cruz ofrece otro significado a la vida e indica un camino diferente: el de la conversión”.

En las meditaciones, el prelado cita “a algunos Papas que han hablado (o que están hablando) con gran sabiduría al hombre moderno: Juan XXIII, Juan Pablo II, Benedicto XVI, hasta llegar a Francisco. Pero lo más importante no son las citas. En las meditaciones traté de hablar al corazón del hombre, y para hacerlo puse muchos ejemplos concretos”.

Estos: “En cada estación traté de hacer una referencia a la actualidad, porque, como dice Francisco, ‘Dios es real y se manifiesta en el hoy’. Hablo, por ejemplo, de los nuevos mártires que ponen en peligro sus vidas incluso para hacer un funeral y que siguen siendo asesinados en todos los rincones del mundo solamente porque son cristianos. Hago referencia al drama de los migrantes y de los refugiados que después de haber huido de la guerra encuentran la muerte en la fuga desesperada hacia la libertad o en una patera en el Mediterráneo”. Bassetti también se refiere a “la cosa más difícil de escribir»: la violencia contra los niños, contra los nuevos esclavos del trabajo y contra los niños abusados por los adultos. Cuando escribía esas líneas tuve la sensación de que no estaba utilizando la pluma sobre una hoja de papel, sino un cincel sobre un pedazo de mármol; tan grande era el sufrimiento por estas plagas”.

Para concluir, Bassetti revela que un particular sobre el encargo que recibió de Francisco: “Una de las últimas veces que he visto al Papa le dije: ‘Santidad, me encomendó una tarea ardua’. Y Francisco me respondió: **‘Recuerda que no lo haces para mí, sino para la Iglesia’**. La forma con la que recogí la invitación para escribir las meditaciones del Vía Crucis es la del servicio».

Domenico Agasso Jr



## 4, Dolor y miedo al dolor

Aleteia, 23 agosto, 2016

Para mi esposo y para mí, en la juventud de nuestro matrimonio, nos parecía que los días pasaban volando. Cuantas veces nos escuchamos decir: ¿pero... cómo? ¡Ya tan tarde, no sentí las horas! O, ¡cómo es posible que ya estemos tan cerca de tal fecha!, ¿dónde quedaron tantos días? Anticipábamos el disfrute de una fecha sin aquilatar el tiempo que habría de pasar, pues cada momento presente era sólo feliz espera de un evento emocionante, como una graduación, boda de un hijo, vacaciones.

Las contrariedades ordinarias aparecían como en la ventanilla de nuestro auto en movimiento, en una visión y un sentimiento fugaz. No así las pruebas de nuestra condición humana por las que más de una vez discutimos acaloradamente, nos gritamos y aventamos cosas, para luego desconcertados y avergonzados ante la tristeza o las lágrimas del otro, nos pedíamos perdón tendiéndonos la mano para levantarnos *con un nuevo aprendizaje sobre nuestra forma de amarnos con todo y nuestros defectos*.

Por encima de todo, nos quedaba claro que la nuestra era una real y feliz historia de amor. Nada nos quitaba la certeza de sabernos afortunados.

Pero no hay prueba que no llegue y a nosotros nos tocó el dolor más grande que pueden pasar unos padres al perder a uno de nuestros hijos. Un dolor que nos hizo titubear con sentimientos de rechazo, no aceptación, angustia. Como el entrar en un oscuro túnel. Un dolor en el que nos tendimos la mano, ahora para levantarnos con el *aprendizaje de que enfrentándonos con nuestro destino, encontraríamos siempre la posibilidad de conseguir algo por vía de sufrimiento*. Fue así como admitimos que *el auténtico mal no es tanto el dolor, sino el miedo al dolor, y le dimos cabida en nuestras vidas*.

Nuestra juventud quedó atrás. Achaques y limitaciones de los años amenazaron con agriar nuestro carácter, afectar nuestra capacidad de amar. Pero lo superamos, pues en nuestro querer seguir queriéndonos nos enfocamos al... *cómo*. Así descubrimos que en franca ancianidad, podíamos darnos más que nunca con la plenitud de nuestro ser varón y ser mujer en la más delicada y profunda complementariedad: en la solicitud, la ternura, la íntima compañía. Y nos esmeramos como quien escala la cima del amor.

Hoy mi esposo yace en la cama de nuestra habitación, se encuentra en fase terminal de su enfermedad, expresó su deseo de dejar el hospital, de morir en casa y permanecer sus últimos momentos en la intimidad de la familia.

Recorro la cortina para que el sol de la mañana entre en la habitación, al hacerlo, puedo ver con claridad su amado rostro hoy marchito, agobiado. Me sonrío y aleja el más recóndito de mis temores. Sus ojos son como *gotas de luz* que me hablan y recuerdan que *el auténtico mal no es tanto el dolor, sino el miedo al dolor, que por unirnos a Dios debemos darle cabida en nuestras vidas.*

Le devuelvo la sonrisa y viene a mi mente un recuerdo de años, como si hubiera sido ayer...

En la plenitud de su vida trabajaba en nuestro jardín, ignorante de que mi mirada se había posado sobre él, me di cuenta entonces de que el amor obra cierto milagro, porque al hacerlo traspasaba todo lo que se interponía entre su intimidad y la mía. Pude verlo más allá de su agraciado físico, su carácter y temperamento; de sus aptitudes, limitaciones, cualidades y defectos. Más allá de sus logros, triunfos, derrotas, aciertos y errores.

Sabía que podía verlo sin las capas que van cubriendo a la persona, porque mi mirada nacía de mi propia intimidad, y sabía también que él podía hacer lo mismo conmigo; que podíamos vernos en la absoluta desnudez de nuestras almas, y que eso no era un fruto regalado sino el adentramiento amoroso de nuestros seres, producto de caminar juntos por la vida en un sendero largo, arduo y angosto.

Mi amor yace despojado de todo esplendor y lozanía, de tantas cosas de este mundo. Solo queda un ser frágil en la dimensión transparente de una singularísima persona, que fue capaz de otorgarme su don entero e incondicional como varón, que acogí y acojo con infinito amor hasta el último momento.

Tomo sus débiles manos entre las mías y siento su familiar y suave apretón.

Me pide le muestre algunas fotos familiares, las vemos murmurando los mismos comentarios de siempre, entre leves sonrisas, sin nostalgia, sólo con íntima complacencia y confirmando cuanto bien hemos descubierto en nuestra mutuas humanidades para hacer de nuestras vidas una sola historia.

Ya no nos vemos como al principio, cuando aún no superábamos los condicionamientos de una entrega total y absoluta. Ahora es la mirada de *te conozco profundamente* y eres mi mayor bien, se olvida lo olvidable y, si hay una lágrima, es de agradecimiento y de ternura.

Los años no han envejecido nuestro amor, la enfermedad no lo ha debilitado, y la misma muerte no lo podrá descomponer jamás, como no lo logra con el alma. Todo adquiere brillo en este atardecer, en este ocaso. Atrás queda nuestra historia hecha de cosas que pasan y se pasan, y de cosas que han pasado y se han quedado, dándonos certeza de la plenitud de nuestro amor.

Una plenitud colmada de esperanza y que allana infinitamente el dolor de una corta separación.

Orfa Astorga