

¿QUÉ SIGNIFICA ESCUCHAR?

Autor: Guadalupe Magaña

Escuchar, ¡qué gran necesidad en nuestro mundo actual! Los hombres sienten la necesidad de ser escuchados con atención, con comprensión, sin prisas, con simpatía, cálidamente; buscan alguien que les manifieste interés humano por su persona. Escuchar es una actitud que entra en el ámbito de la caridad cristiana, como una de sus manifestaciones más finas. En la dirección espiritual es una de las funciones más fecundas. Del modo cómo nosotros sepamos acoger y escuchar a nuestra dirigida en el primer encuentro puede depender el tipo de apertura espiritual que adopte, más honda y confiada o más periférica y cautelosa.

¿Qué significa escuchar? Aspectos psicológicos y espirituales.

- Escuchar significa favorecer la apertura.
- Escuchar significa dejar hablar.
- Escuchar significa prestar sincera atención a la persona y a cuanto ella pueda expresar.
- Escuchar significa comprometerse activamente en la comprensión de lo que la persona desea comunicar.
- Escuchar significa participar interesadamente en lo que la persona busca compartir de sí misma.
- Escuchar significa escuchar juntos a Dios en el interior, y captar los caminos que muestra.
- Escuchar significa reconocer que cada uno tiene una personalidad única e irrepetible y maravillarse ante el llamado personal de Dios.
- Escuchar significa dejar a un lado el propio mundo vivencial para adentrarse en el del otro.
- Escuchar significa ponerse a disposición del otro, abandonando los propios problemas, preocupaciones, intereses, juicios.
- Escuchar es ser yo mismo en función del otro.
- Escuchar es tener fe en el otro.
- Escuchar es una atención solícita de todo nuestro ser al ser del otro en toda su hermosura y su pecado, su lucha y su misterio, sus gozos y sus sufrimientos.
- Escuchar es por tanto, amar al otro.

Los varios significados mostrados, nos permiten ver que sólo la persona humana tiene capacidad de escuchar. La escucha, en el aspecto psicológico, pertenece al campo de lo personal; no escuchamos «algo» sino a «alguien». Podemos oír ruidos, voces, sonidos..., pero escuchamos a personas. La escucha denota comunión entre personas, y puede ser tan personal que ni siquiera necesite de palabras. Es como una especie de empatía.

Para ser una buena orientadora espiritual, se requiere desarrollar la capacidad de escucha en sus diversas dimensiones: Escucha de sí mismo, de los demás y de Dios.

- La capacidad de escucha de nosotros mismos se relaciona mucho con la madurez humana tan necesaria en el orientador. Una orientadora espiritual inmadura vivirá centrada en sí misma, preocupada por sus aciertos o fallos, y dejará poco espacio a la escucha de la otra y del Espíritu Santo. Escucharse a sí misma significa conocerse; experimentar el misterio de lo que realmente se es; estar al tanto de lo que favorece y ayuda la propia salud física, mental, emocional y espiritual. Significa también facilitar el desarrollo de nuestro potencial creativo, nuestros talentos y dones. Supone un cierto dominio de nuestros estados anímicos, de nuestros pensamientos, deseos, sentimientos, aspiraciones y motivaciones. Nos confronta con nuestra debilidad y pecado. Cuando nos volvemos capaces de escucharnos a nosotros mismos, se hace posible la apertura al otro, su comprensión, su aceptación. Ello nos permitirá allanar el camino quitando de nosotros lo que pueda obstaculizar su apertura, y favoreciendo lo que la ayude. Por ejemplo, si yo, orientadora, poseo un temperamento nervioso y he llegado a conocerme, sabré que en los días de Ejercicios Espirituales, no me ayudará encerrarme a atender en dirección espiritual por horas sin término, pues seguramente me impacientaré mucho más con las últimas que tenga en mi lista. Por lo tanto, procuraré hacer un intervalo suficiente para poder descansar llevando a cabo otra actividad, o veré la conveniencia de atender a algunas de mis dirigidas caminando por los jardines.

- La compenetración entre dos personas se lleva a cabo de manera más real y eficaz cuando los dos escuchan. Su hablar es fruto del escucharse mutuamente, y a su vez, invita a una escucha más honda.

- Sin embargo, la escucha en la dirección espiritual trasciende lo psicológico; adquiere una dimensión espiritual y religiosa, refiriéndonos a la actitud del corazón que refleja el estar a la espera de Alguien. Debe ser la postura

fundamental de la orientadora y de la dirigida ante Dios. No basta que las dos se escuchen mutuamente, juntas deben escuchar al Espíritu Santo y captar los caminos que muestra para la dirigida. Así descubrirán poco a poco la influencia divina en el interior del alma según se manifieste en sus pensamientos, sentimientos, deseos, aspiraciones, comportamientos y reacciones. Para la dirigida, la dirección espiritual brota de la escucha a Dios en su propio corazón, y también de la escucha a Dios en y a través de la orientadora. La orientadora ofrecerá a su vez orientaciones, pero sólo como consecuencia de haber escuchado a Dios en y a través de la dirigida. (Cf. F.K.Nemeck y M.T. Coombs El camino de la dirección espiritual, Madrid, 1987, p. 65-85)

De aquí se desprenden algunos principios fundamentales:

- La orientadora debe convencerse de que Dios es el único Orientador de todas y cada una de las personas. Sólo Dios puede santificar, porque sólo en Él se encuentra la fuente de toda santidad. Sólo alcanzaremos la santidad en la medida en que nos unamos y participemos de Dios, y que nadie puede alcanzar el mínimo grado de santidad sin Dios.
- Debemos forjar una alianza con el Espíritu Santificador que late en todo el mundo, en toda la Iglesia, en todos los corazones que quieren darle cabida. ¿Trabajamos realmente acompañados de esta fuerza misteriosa, santificadora y vivificadora, que es la alianza y unión con el Espíritu Santo, que habita en el corazón por la gracia?. No hay Socio mejor ni Amigo mejor.
- El camino que la persona trata de descubrir, existe ya en su propio interior. *“Antes de haberte formado Yo en el seno materno ya te conocía, y antes de que nacieses te tenía consagrado: te constituí profeta”.* (Jr. 1, 5).
- Nuestro propósito de la dirección se encaminará a proporcionar ayuda a los dirigidos para aprender a escuchar a Dios. Aconsejarlos, instruirlos, animarlos, corregirlos, apoyarlos para que se tornen capaces de responder a sus inspiraciones.

Dificultades de la Escucha.

Autor: Guadalupe Magaña

Dificultades de la escucha: en la orientadora y en la dirigida.

La capacidad y el proceso de escucha se pueden ver entorpecidos por algunas dificultades, provenientes unas del propio orientador, otras, del dirigido. Se trata de tendencias o predisposiciones que pueden tener corrección con una actitud vigilante y esforzada, con la oración humilde y poniendo los medios adecuados. Hagamos mención de las más frecuentes:

a. Dificultades de la orientadora:

Selectividad al escuchar.

De toda la masa de información recibida, normalmente solemos seleccionar aquello que consideramos más importante. En la dirección espiritual se da un tipo de selectividad sana y positiva proveniente del don de sabiduría. Pero también existen casos donde la selectividad puede afectar la escucha de manera negativa: la excesiva concentración en un área conflictiva llegando a excluir otras áreas también importantes; exagerar la importancia de una dificultad o de un detalle cuando en realidad tiene poca trascendencia para la persona; no prestar atención a dificultades o problemas que la misma orientadora aún no resuelve; fijarse únicamente en las señales que confirman las expectativas, a veces poco realistas, del orientador; rechazar ciertos aspectos de lo manifestado, por ser incompatibles con sus prejuicios personales o con sus valores; estar convencido de haber adquirido ya un conocimiento suficiente de la persona, y, por lo tanto, seleccionar conforme a la etiqueta puesta, bien sobrevalorándola o subestimándola.

- Contratransferencia.

La transferencia, fenómeno psicológico, puede darse en la dirección espiritual. Ocurre cuando la dirigida desplaza y proyecta hacia la orientadora sentimientos, expectativas, etc., que corresponden a otras relaciones. Por ejemplo, la dirigida reviste la orientadora con las cualidades de alguna figura importante de su pasado y, en consecuencia, siente, piensa y actúa, respecto de la orientadora, como si fuera el objeto original de esos sentimientos; desplaza y proyecta sobre ella emociones, suposiciones, reacciones que tienen su origen en relaciones interpersonales anteriores. Suele darse con más frecuencia en la dirigida, pero tampoco resultaría raro que se diera, en algún grado, en la orientadora, en cuyo caso se llama “contratransferencia”. Denota una falsa o inapropiada conducta en la orientadora con respecto a su dirigida; se hace patente cuando la orientadora coloca el rostro de otro sobre la cara de la dirigida y se comporta de acuerdo con quien cree ver: su padre, su amiga de la infancia. Subrayemos el carácter inconsciente de este mecanismo y la necesidad de traerlo a la luz para poder subsanar la dificultad.

- Falta de equilibrio entre firmeza y suavidad.

Un gran obstáculo para el proceso de escucha, lo encontramos en la combinación del binomio «firmeza sin suavidad»; pero también llega a serlo la suavidad sin firmeza. Las dirigidas tienen un instinto natural para captar cuándo una formadora es simplemente seca, brusca, impaciente y malhumorada, y cuándo, en cambio, es enérgica con razón, pero conservando siempre la capacidad de acogida y comprensión. Nos recuerda que toda pedagogía auténtica se funda en el amor y en la bondad rectamente concebida.

- El miedo a tomar riesgos.

Proviene de varias causas: necesidad de seguridad y control, falta de valentía, miedo a equivocarse, orgullo, timidez, pusilanimidad, o vanidad expresada en miedo a equivocarse.

-La escucha desordenada de sí mismo.

Se presenta cuando la orientadora presta demasiada atención a sus propios pensamientos, reacciones y reflexiones originados en lo expuesto por la dirigida o por su situación personal. Podríamos aducir varias razones: interés insuficiente por la persona, ansiedad desatada por el tema tratado, inseguridad en la dirección, preocupación acerca de sus respuestas.

-La actitud impositiva.

Puede provenir de varias fuentes: del querer resultados inmediatos; del mostrarse muy seguros ante los problemas o dificultades; del ser muy conscientes del papel de dirigir; del propio carácter, etc. Cuando se exige por amor, lo único que se busca es el bien del educando, es más fácil lograr el principio: «suaviter in forma, fortiter in re». Sólo amando a los otros más que a uno mismo se podrán conjugar la bondad y la exigencia, aparentemente en pugna. No puede ser bondadoso en la exigencia la educadora que se busca a sí misma, porque tal exigencia brotará como reacción pasional del amor propio herido. Las faltas de las personas que educa son para ella un insulto que hiere su honor propio. Si se afana es porque quiere imponer sus criterios, sus ideas, sus gustos. Esto lo notan enseguida las que reciben la formación: reaccionan no aceptando. De la exigencia que tiene estas raíces pasionales, no se puede seguir ningún fruto educativo verdadero y de largo alcance.

La afectividad desordenada.

Puede llevar a tratar con indiferencia o distante frialdad, o con excesiva afectuosidad. Ambas actitudes bloquean la sinceridad en la comunicación.

- Dificultades de la dirigida:

-Falsas expectativas

La dirigida puede querer soluciones rápidas por impaciencia o falta de humildad al dejarse llevar por el mito de lo instantáneo, por el querer superar rápidamente las dificultades. Todo ello, claro, sin entender que el tiempo y la paciencia constituyen los crisoles donde se forjan los grandes y auténticos destinos. Por otra parte, puede creer que algo interesante y nuevo sucederá cada vez que va a la dirección, o puede esperar que la orientadora le dé la razón en todo o siempre le complazca.

-Orgullo.

Le llevará a acercarse a la dirección espiritual con aires de sabérselas todas, reaccionando con arrogancia y autosuficiencia a todo lo que le dice la orientadora. Negará o justificará los defectos y las fallas en lugar de aceptar la parte de responsabilidad personal; buscará brillar de cara a la orientadora; o se desalentará ante faltas. También se manifiesta este orgullo en la falta de generosidad ante la voluntad de Dios: rechazo de la exigencia, pretender que no se entendió bien, «ir con filtros» a la dirección espiritual.

-Legalismo.

Existen personas preocupadas sólo por cumplir; esto les lleva a poner el énfasis en el acatamiento externo y meticuloso de los compromisos, los mandamientos y las directrices.

-Necesidad de control.

Algunas tienen necesidad de controlar siempre la situación; cuando se les escapa de las manos, enseguida se ponen a la defensiva o a la ofensiva.

Transferencia

Abundan los ejemplos de transferencia: ver a la orientadora como a su padre o madre y transferir los sentimientos que tiene hacia ellos; verlo como autoridad intransigente si tiene problemas de autoridad; verla como bienhechora potente que puede sacarle de apuros si existe excesiva inseguridad o dependencia; comportarse con ella de la misma manera como se comportó con su orientadora anterior por ver al otro reflejado en éste; etc.