

# Acompañamiento en la crisis de la vida



**Curso para nuevos Superiores  
Roma, noviembre 2019**



## INDICE

Introducción.....	4
I. Qué es la crisis .....	5
II. Actitudes ante la crisis .....	6
III. Tres áreas principales en la crisis .....	9
IV. Lucha en la crisis .....	13
V. Acompañamiento en la crisis .....	14
1. Comienzos de la crisis .....	15
a. Identificar los signos de la crisis .....	16
b. Ayudas concretas en el inicio de la crisis .....	17
2. Vivencia de la crisis .....	19
3. Algunos tipos de crisis saludables en la formación inicial .....	20
Conclusión .....	21

Se me ha pedido que os hable sobre el acompañamiento en la crisis de la vida, esa crisis de la que todos tenemos experiencia. Como superiores en nuestras comunidades tenemos una responsabilidad especial de acompañar a nuestros hermanos en esos momentos difíciles de los que nadie se puede escapar. **La crisis siempre ha existido**, pero hoy llama poderosamente la atención su mayor frecuencia o, al menos, su mayor visibilidad. Pequeños conflictos terminan desencadenando respuestas drásticas vocacionalmente hablando, y, a veces, nos encontramos con trasgresiones graves que se realizan con gran ligereza.

Por otro lado, **la crisis se ve como algo negativo** que hay que eliminar, olvidándonos de que, en realidad, es una oportunidad de crecimiento. Por eso es tan necesario estar formados y formar en este tema para poder acompañar. Amedeo Cencini<sup>1</sup> es un autor que ha profundizado en el tema y al que voy a seguir, compartiendo también mi experiencia y sirviéndome de otros escritos.

Hemos de reconocer que **hablar de crisis nos incomoda**, pero no por ello va a desaparecer. Cuando un hermano nos pide hablar porque está en crisis, sentimos cierto desazón y temor, como lo siente una persona a la que su pareja sentimental le dice: “tenemos que hablar”; la inquietud invade todo su ser. Esto es fruto de nuestra inseguridad, pues lo queremos tener todo bajo control. Por eso solemos ver la crisis como una desgracia que nos gustaría evitar.

Hay quien percibe el **camino vocacional como algo lineal hacia una meta**, tratando de ser un buen monje, sin dudas, sin fragilidades, sin infracciones. Al ver así nuestro camino espiritual, cualquier desviación se podría considerar como un entrar en crisis. Pero no basta con mirar a la meta, sino que hay que descubrir en el mismo camino esa presencia de Dios que lo hace valioso en sí mismo. Es entonces cuando todo comienza a tener un sentido, incluso nuestras crisis.

Por otro lado, no podemos pensar que nuestro camino vocacional es algo exclusivamente espiritual. Somos humanos y no hay que olvidar que también **tenemos otras necesidades** físicas, intelectuales, afectivas, relacionales y sexuales, de autoafirmación, necesidad de desarrollar nuestras cualidades personales, artísticas, etc. Olvidar esto es olvidarse de que el monje y la monja son seres humanos. Si Dios se encarnó en nuestra naturaleza humana, nosotros no vamos a pretender ser seres divinos olvidándonos de nuestra humanidad. Eso supone que surgirán en nuestra vida diversos tipos de crisis que debemos tratar de distinguir y saber su origen para poder afrontarlas de la forma más adecuada.

Es algo más importante de lo que nos imaginamos, pues al **formar una unidad en nosotros mismos**, una necesidad física puede llevar a problemas relacionales o psicológicos que quizá confundamos con una crisis vocacional. Igual sucede con el bloqueo al que nos puede llevar nuestra necesidad de autoafirmación o de afecto, induciéndonos al infantilismo o a la obsesión. Una dificultad o un mal momento no hay que considerarlo como una verdadera crisis, sino una mera oportunidad de superación. Hay que escuchar mucho al hermano en dificultad para **intuir el origen de su crisis**. Pero, sobre todo, hemos de trabajar para crear **un buen clima fraterno** en la comunidad que favorezca el desarrollo de todos los hermanos según sus capacidades y propio carácter. Eso evitará algunas crisis que no son verdaderamente vocacionales. Es deber nuestro potenciar a todos los hermanos según sus cualidades, sin

---

<sup>1</sup> AMEDEO CENCINI, *L'ora di Dio. La crisi nella vita credente*, Bologna 2010.

dejarnos condicionar por las envidias, pues al desarrollar su potencial humano se les ayuda a dar un sentido más pleno a la entrega de sí mismos en la vocación recibida.

Y no olvidemos que los superiores no somos dioses y **no se nos pide resolverlo todo**. Cada uno tiene responsabilidad en su respuesta personal. Lo que nos toca a nosotros es poner todos los medios a nuestro alcance para el desarrollo personal y espiritual de cada hermano y de la comunidad en su conjunto.

## QUÉ ES LA CRISIS

La crisis es oportunidad y decisión ante un cambio. Crisis **significa** tomar una decisión en un momento determinado: “yo decido, separo, juzgo”. El diccionario define la crisis como un “cambio profundo y de consecuencias importantes en un proceso o una situación, o en la manera en que estos son apreciados”. Y en medicina es el cambio brusco durante una enfermedad que lleva a la mejoría o el empeoramiento. La crisis, por lo tanto, es una situación que pone a prueba nuestra libertad para gestionarla con mayor o menor acierto, sanándonos o enfermándonos.

La crisis **nos desestabiliza y atormenta** al tomar conciencia de la distancia que hay entre lo que somos y lo que debiéramos ser, entre lo que deseamos y lo que realmente estamos viviendo. Ver cómo nuestros ideales desfallecen o están en peligro, nos hace sufrir. Mientras no se tome conciencia de ello y nos duela, no se puede decir que estemos en crisis. Cuando se adormece el amor y la pasión en la propia vocación, no nos percatamos de la crisis, vivimos ciegos a la realidad. Cuando vivimos desde el amor, en cambio, somos más sensibles a los momentos de crisis y su sufrimiento genera en nosotros el deseo de cambiar. No basta con ver el problema, necesitamos una motivación para iniciar el cambio, algo que solo el amor puede dar, ese amor que es precisamente quien ha generado el sufrimiento que le impulsa a cambiar.

**No podemos ver la crisis como algo aislado** que debemos “solucionar”, sino más bien como una realidad que brota de toda nuestra persona, en su humanidad y en su vocación, y desde ahí hay que mirarla. Por eso el tema de la crisis se debe tratar en el contexto de la formación, como aprendizaje a afrontar la propia existencia, y no solo en su dimensión académica, teorizando sobre la crisis.

La crisis puede tener **una causa objetiva, pero aún es más importante cómo la percibimos** subjetivamente, pues los acontecimientos no son más que hechos que pueden provocarnos entrar en crisis o no. Uno de los errores más comunes es precisamente echar la culpa al acontecimiento que ha suscitado nuestra crisis. Esto nos lleva a no afrontarla como un momento importante en nuestro camino y a tratar de solucionarla simplemente quitando de nuestra vista el hecho que la despertó.

Ciertamente que la **prudencia** nos debe llevar a tomar distancia de aquellas cosas o situaciones que nos pueden hacer daño, pero eso no basta, pues **no** podemos vivir en una **burbuja** protegidos de todo. De ahí la importancia de aprovechar esas situaciones que nos hacen entrar en crisis para crecer y fortalecernos.

**La crisis siempre nos está revelando algo previo**, alguna fragilidad **que la suscita**. ¿Por qué un mismo hecho a unas personas las hace entrar en crisis y a otras no? De ahí la importancia de investigar en el propio interior para detectar el origen de la crisis, más allá del hecho concreto que la despertó. Aquí podemos constatar que todos estamos influenciados por **experiencias negativas de la infancia** o de otro momento de nuestra vida, sin que por ello estemos condenados a repetirlas, sino que nos servirán para comprendernos mejor hoy, sabiendo que somos libres de actuar aun con ese condicionante. Como también estamos influenciados por el contexto cultural en el que vivimos sin que eso anule nuestra libertad de elección, aunque sí condicione nuestro actuar. Quien afronta las crisis desde su pasado vivirá en una frustración permanente. Quien es capaz de aprender de su pasado y mirar hacia adelante, estará en un aprendizaje permanente.

Pero no basta con conocer el origen de la crisis, es necesario **tomar conciencia de la gravedad** de la situación para desear afrontarla. Mucho más peligroso que las crisis es vivir situaciones críticas sin hacerse ningún problema. Y cuando esto sucede a gran escala en la vida monástica, resulta alarmante. Entonces habría que desear que la gente entrase en crisis.

La crisis siempre es una ocasión, es la **hora de Dios** en nuestra vida, cuando se pone a prueba nuestra libertad, cuando se nos da la oportunidad de elegir un amor mayor desde la fe, pues hemos de arriesgar sin poder controlar. Es la hora en que se pone a prueba nuestra fidelidad en el abandono en Dios, acogiendo su designio en nuestra vida y viendo su presencia aun en las situaciones más absurdas humanamente hablando. Y no podemos olvidar que las grandes aspiraciones vienen acompañadas siempre de grandes crisis y tentaciones.

## **ACTITUDES ANTE LA CRISIS**

Cada persona es diferente, por eso encontramos muchos modos diversos de afrontar la crisis, cada uno según su personalidad.

### ***Nunca en crisis***

Este es el grupo más numeroso dentro de la vida religiosa y monástica. Son los que parecen vivir tranquilos haciendo lo que han hecho siempre sin meterse en muchos problemas ni complicarse la vida. Es verdad que han tenido las dificultades propias de la convivencia, pero parece que nunca han estado verdaderamente en crisis, pues han sabido acomodarse a su realidad, en algunos casos incluso con vivencias escandalosas en la clandestinidad.

Muchos de este grupo viven en la mediocridad, sin entusiasmo por su vida consagrada. Pueden parecer tranquilos, sin extravagancias ni grandes transgresiones, no tienen grandes dudas vocacionales, son un tanto estrictos y defensores de la autoridad instituida y se sienten fieles. Puede que sean también reconocidos por los demás.

Curiosamente, estas personas que nunca están en crisis, pero que siempre tienen que llevar la razón, se consideran irreprochables, parece que nunca se equivocan ni tienen sentimiento de culpa, suelen poner en crisis a otro miembro de su comunidad para que esté en crisis en su lugar.

### ***Siempre en crisis***

Es la actitud contraria, pero quizá muy parecida. Quien siempre está en crisis es que nunca lo está realmente, pues la crisis en sí misma debe ser limitada en el tiempo al exigir una respuesta, tomar una decisión en algún sentido. Quien está en crisis continua suele ser por cosas que lo incomodan, utilizándolas como excusa para no tomar decisiones o hacer que los demás tengan más cuidado con él o, incluso, lo teman.

Quien siempre está en crisis puede que sea por un perfeccionismo que le paraliza. Mirándose siempre a sí mismo y con temor a equivocarse, se paraliza. Solo podrá salir de esa situación cuando se olvide de sí mismo y se arriesgue a caminar confiado en quien lo llama. El perfeccionismo no es santidad. La santidad es nuestra pobreza envuelta en el amor de Dios. El perfeccionismo es el empeño de alcanzar la virtud con nuestro propio esfuerzo. Quien está inmerso en esta crisis lo que debe combatir es su narcisismo.

### ***Crisis en estado de “espera” (standby)***

Este tipo de no-crisis es la del que no quiere tenerla mientras pueda, negándola o alejándose de ella. Suele suceder con frecuencia en el mundo afectivo, cuando uno afronta su afectividad y sexualidad con las únicas armas del cerrojo y la negación, pensando que el voto de castidad supone ausencia de toda atracción. Por supuesto que hay que negarse a dar rienda suelta a los propios instintos, pero no podemos negar su existencia ni poner cerrojo a todo afecto. Al menos debemos mirarlos de cara, reconocer que hay un mundo afectivo dentro de nosotros y encauzarlo desde nuestra vida consagrada. Una cosa es sentir y otra consentir. Quien se limita a desconocer su mundo interior vive su consagración de forma anodina, con unas relaciones sin implicación interior, sin corazón.

Pero la espera no puede ser infinita. Tarde o temprano las ataduras con las que teníamos férreamente controlada la crisis empiezan a romperse. Los miedos, las prohibiciones y las normas comienzan a aflojarse en la meseta de la vida (“los 40”, para los que empezaron a los 20...), a lo que se puede unir el cansancio o la desilusión. Y es precisamente entonces, cuando más frágiles y dubitativos estamos, cuando surge con fuerza aquello que habíamos reprimido, siendo más difícil dominarlo. De ahí la importancia de adelantarse, conocerlo, sentir la crisis y tratar de encauzarla a tiempo, habiendo recibido la formación y el acompañamiento necesarios en su momento. **A mis novicios les decía que me gustaría tuvieran todo tipo de crisis durante el noviciado para poder acompañarlos y que estuvieran preparados para un futuro en el que no iban a tener un acompañamiento tan cercano. Pero tampoco hay que provocar las crisis artificialmente.**

Esto mismo se puede aplicar a personas que no se permiten fracasar, que tienen pavor a ser rechazadas, que se creen muy fieles al Señor, etc. Es necesario tomar conciencia de lo que nos pasa y aprender a gestionar esos “fracasos” sin dramatismos, pues nos revelan la verdad que hay dentro de nosotros.

### ***Más sobre las crisis***

Hay que **rechazar** abiertamente el pensamiento que surge con frecuencia cuando se entra en crisis, pensando **que nos hemos equivocado en la opción vocacional** que hemos tomado. Si un célibe que entró muy joven en el monasterio se enamora, puede sentirse

obnubilado por la experiencia del amor, del amor de su vida, y creer que se equivocó en su primera opción, sin darse cuenta de que enamorarse es normal, sin que ello signifique que estemos llamados al matrimonio. Pues, además, ¿quién sabe cuántas veces en la vida una persona es capaz de enamorarse sin que tenga que acabar siempre en boda?

**Las crisis están para aprender de ellas y madurar.** Conviene ser prudente y no provocar nosotros mismos la crisis, evitando lo evitable, pero de nada vale limitarnos a alejar el problema en cada caso. Si hacemos eso, es probable que se repita una y otra vez dicha crisis cuando se den circunstancias similares. No basta con cambiar de lugar a la persona, con evitarle ciertos peligros o darle trabajos más importantes y vistosos. La crisis está para aprender de ella y fortalecernos ante situaciones futuras, pues de lo contrario habrá sido una crisis inútil. Si una crisis no nos induce a cambiar, no nos habrá enseñado nada.

La crisis **nunca se puede negar ni evitar**, hay que tratar de **sacar de ella algo positivo**. Si dejamos de ver la crisis como un monstruo amenazador, y la comenzamos a ver como una oportunidad o enseñanza necesaria en nuestro camino, entonces podremos afrontarla con más serenidad y, probablemente, con más éxito.

Pero **la crisis por sí misma no enseña**, como no enseña la experiencia de la vida si uno no está abierto a aprender y dejarse enseñar. No es lo mismo llegar a la sabiduría de la ancianidad que acumular años en la vida. Si metes a un burro en una biblioteca y lo sacas al cabo de un mes, saldrá tan burro como entró, por muchos libros interesantes que haya en ella. A veces pienso que los años me han hecho un poco escéptico ante el cambio de las personas. Cuando no se está dispuesto a conocerse de verdad y afrontar las propias crisis, no se cambia ni aunque resucite un muerto (cf. Lc 16,31). Solo queda la esperanza de que surja un rayo de luz espiritual para ponerse en camino, pues la experiencia de la vida por sí misma no enseña nada. Mientras eso no se dé, hay que acompañar a las personas como son, sin desesperarse, pues siempre nos queda la misericordia de Dios.

Uno de los signos más claros de la **cerrazón interior** es **cuando la persona en crisis se dedica a culpar a todos**, a la vida que le ha tocado vivir, a su comunidad, a la jerarquía, a la política, al cambio climático o al mismo Dios. Cuando eso sucede quedémonos tranquilos, no se puede hacer nada. Bastará con intentar recoger los restos cuando pase la tormenta.

Tampoco es bueno alimentar la tentación del hermano que está en crisis desviando su responsabilidad. Una cosa es acoger con cariño al hermano en crisis, escuchando con benevolencia sus quejas, y otra muy distinta es **darle la razón** y fortalecer su idea de que lo que le turba interiormente es causa de la actitud de los demás. Y no siempre es fácil para el superior, pues resulta más cómodo dar la razón al hermano para dejarlo contento que cuestionarlo y se marche enfadado.

En esta línea también puede resultar **negativo el enviar enseguida a una persona en crisis al psicólogo**, pues le ayudamos a desplazar el origen de la crisis, como si fuera algo venido de fuera o una fatalidad de sus propios traumas. Ni siquiera basta con encomendar a Dios en la oración que me resuelva lo que yo debiera trabajar, por muy necesaria que sea siempre la oración. La crisis de crecimiento es algo que tenemos que gestionar dentro de nosotros, con la decisión de responder en coherencia a nuestras opciones vitales y seguimiento de Jesús. En algún caso puede ser necesaria una ayuda terapéutica externa, pero no siempre, pues puede ser

un engaño para el hermano y un alivio engañoso para el superior, al sentirse liberado del acompañamiento personal que debiera hacer, con la esperanza de que el terapeuta le devuelva al hermano transformado y sin problemas.

**Toda crisis necesita un tiempo para superarse**, pues nuestro corazón y nuestra mente necesitan un tiempo para asentarse ante las pruebas que nos turban. Debemos ser un poco pacientes con nosotros mismos, sin pedirnos cambios radicales antes de haberlos integrado. Necesitamos **reconocer lo que nos pasa, analizar su origen, escuchar la lucha** que se provoca en nuestro interior, los sentimientos que brotan y que revelan el propio mundo interior, decidir lo más acertado y **poner los medios** para llevarlo a cabo. Y, al final, si no lo hemos conseguido superar del todo, aceptarlo y vivir pacíficamente con ello, reconociendo el poder de Dios en nuestra debilidad, sin que ello signifique que pactamos corruptamente con el pecado.

**La crisis no suele venir de golpe**, sino que se va gestando a lo largo del tiempo. De ahí la importancia de estar atentos a las señales que nos manda en nuestro mundo interior e ir poniendo las cautelas necesarias.

La crisis en la mitad de la vida, lo que genéricamente llamamos **“crisis de los 40”**, se revela como una segunda llamada, un momento en el que tenemos la oportunidad de dar un nuevo “sí” sin contar ya con los fervores iniciales, sino desde la fe, con una mayor conciencia de lo que se renuncia y por lo que se renuncia. Se valora lo que se deja, pero se elige lo que se ha tomado. En realidad, toda crisis es una segunda llamada y, por ello, una oportunidad para reforzar nuestra llamada inicial y nuestra identidad. Es un amigo incómodo y crítico que nos acompaña siempre y nos pone a prueba para que avancemos.

### **TRES ÁREAS PRINCIPALES EN LA CRISIS**

Hay muchos tipos de crisis, tantos como personas y situaciones, pero podemos identificar tres áreas principales donde confluyen la mayoría de ellas en un contexto de vida consagrada. Son la identidad, la afectividad y la vocación, que responden a la necesidad de saber quién soy yo, a la necesidad de afecto y a la necesidad de proyección en la vida. De las tres, suele brotar con más frecuencia la crisis afectiva. Otro tipo de crisis como la insatisfacción, el conflicto con la autoridad o el magisterio, problemas psicológicos, etc., están bastante más a distancia.

#### ***Crisis de identidad***

Todo ser humano tiene la necesidad de dar un sentido a su vida y a sí mismo, por eso busca **la verdad**, comenzando por su propia verdad: **¿quién soy yo?** Perder el sentido de la vida o sentirse a sí mismo como insignificante lleva a una crisis existencial. Necesitamos dar a nuestra vida un significado unitario y coherente, algo que nos permita dar un sentido a todas las etapas de nuestra existencia e, incluso, a los errores cometidos o a los acontecimientos sin aparente sentido.

Cuando entramos en crisis de identidad **perdemos el sentido positivo de nuestra vida**, no nos valoramos, nos frustramos y buscamos autorrealizarnos de forma narcisista, dejamos de

mirar a nuestra propia realidad para buscar llenar el vacío con otras cosas que nos puedan llenar, como el éxito, el cargo, el aprecio de los demás, etc.

Una de las mayores dificultades en este campo es el **relativismo**, pues la identidad solo se puede sustentar en una verdad duradera. Nuestra cultura actual tiende a priorizar el propio sentimiento y con ello hace de la verdad algo relativo, en función de cómo se perciben las cosas o el estado de ánimo, variando de una persona a otra y según el momento personal en el que se encuentre.

Esto sucede igualmente en la vida monástica. Al principio se pueden tener las ideas muy claras y sentirse muy identificado con el camino elegido. La formación inicial nos dice cómo debe ser un monje y la tradición monástica nos presenta modelos virtuosos de lo que es un buen monje. Pero nuestra cultura pone el foco más en el individuo que en la colectividad, en el momento presente o los sentimientos personales que en verdades más estables y duraderas. Es por lo que no resulta nada extraño que cuando viene la crisis uno se pueda cuestionar sobre su propia identidad. Si no hay verdades duraderas, mi identidad podrá ir modificándose según el momento o mi estado emocional.

Es verdad que todos vamos haciendo un proceso en la vida y nos vamos transformando, pero cuando se pierde la identidad ese proceso puede generar mucha confusión.

### ***Crisis de afecto***

Ante todo, **somos amor**. Definimos así a Dios, y nosotros somos su imagen. Nuestra mayor infidelidad es la falta de amor. Cuando falta el amor en nuestras vidas o ese amor es muy débil, nos desestructuramos. También sucede en la vida monástica. Y ese amor **lo expresamos sexualmente**, como hombres y mujeres, siendo la sexualidad la energía que expresa el amor y lo hace fecundo. Por eso la sexualidad vivida sin amor no es más que genitalidad y apropiación del otro. Y si el amor está en el centro de nuestra vida, la sexualidad no puede estar alejada de ella, ni siquiera en la vida consagrada.

**La sexualidad es capaz de expresar nuestro mundo interior.** Su expresión genital gratifica y activa el propio mundo impulsivo, favoreciendo el equilibrio psicofísico. Aunque esto no garantice la madurez, sí deja de manifiesto que en este campo el célibe se encuentra en inferioridad frente al casado, lo que podría llevar al célibe a un deseo de buscar otras gratificaciones compensatorias en cualquier ámbito, y no solo en el sexual. No debemos olvidar que al formar una unidad en nosotros mismos y ser el amor nuestro motor, ciertas crisis pueden tener un fondo afectivo-sexual, aunque no lo aparenten. Igualmente, crisis que parecen de tipo afectivo-sexual, no son más que el eco en este campo de otros problemas muy diferentes.

Como digo, la sexualidad es mucho más que su expresión genital. La sexualidad es, ante todo, la expresión del amor entre personas que son sexuadas, amor que se da y amor que se recibe. Es la **capacidad de abrirse al otro que es “diferente” a mí, y acogerlo**. Por eso la crisis afectiva es la crisis del amor, no del sentimiento. La necesidad afectiva es la necesidad de tener un **centro de atracción**, un “otro” de referencia en torno al cual poder unificar el propio afecto, la capacidad de amar y de sentirse amado. Lo que más une a dos personas es sentirse amado por el otro.

Un/a monje/a no puede renunciar al sentido profundo de su sexualidad, aunque prescinda de su expresión genital. La **sexualidad entendida como capacidad de relacionarse con el que es distinto**, en un amor que se da y se recibe. Esa sexualidad que está inscrita en lo profundo de nuestro corazón y que está abierta al otro para dar vida. Todo esto, bien lo sabemos, solo lo podremos canalizar en la vida monástica desde el amor sincero y concreto a Dios y a los hermanos. Quien vive una continencia perfecta y tiene un corazón cerrado al amor de los hermanos, no es virgen, es, simplemente, continente.

Un amor abierto a la **fecundidad**, a crear algo nuevo todos los hermanos, algo que ni es solo tuyo ni mío, sino nuestro, de la comunidad. Quien no es capaz de esto que revise la vivencia de su sexualidad, pues la sexualidad es una fuerza creativa llamada a fecundar, dejarse fecundar y dar una nueva vida. Es la energía del amor que necesita desarrollarse según la propia opción de vida.

En la vida consagrada esa necesidad queda satisfecha cuando el centro de atracción lo **ocupa el amor de Dios**, y, a partir de él, se orientan todas las demás relaciones y alcanzan su significado todos los acontecimientos de la vida. Su ausencia lleva a la búsqueda de gratificaciones impulsivas que alimentan la inconsistencia afectiva.

Dado que **la crisis más frecuente es la afectiva** conviene prestarle especial atención desde sus inicios. Una herramienta muy válida es **escuchar al propio cuerpo** y los sentimientos que experimenta, sin ser ingenuos como si nosotros estuviéramos libres de todo peligro y no necesitáramos un inteligente autocontrol en las relaciones con las personas del otro sexo. En este campo unas cosas llevan a otras en forma de cascada. Conviene atender si la otra persona cada vez está siendo más importante para mí, si ocupa mis pensamientos y fantasías, si cada vez deseo y procuro verla con más frecuencia, si comienzan a surgir gestos cada vez más comprometedores, si brota el enamoramiento soñando que nos proporciona una inmensa felicidad hasta el punto de estar dispuesto a romper con todo para irnos a vivir con esa persona.

Por lo general esto viene precedido de **cierta lucha interior** en la que se puede pensar que no hay nada malo en ese enamoramiento, que Dios es amor, que es peor la mala relación entre hermanos/as en la comunidad, que la relación con esa persona me motiva y hace feliz, que me ayuda a mejorar mi relación con los demás y con Dios, etc. Es entonces, cuando se empieza a justificar lo que se hace, cuando se empieza a perder la batalla. *Es fuerte el amor como la muerte, es cruel la pasión como el abismo; ... las aguas torrenciales no podrán apagar el amor, ni anegarlos los ríos* (Ct 8, 6-7), nos dice el Cantar de los Cantares. Por eso nos conviene estar atentos a nuestro mundo afectivo, sin caer en la desesperanza cuando se ha ido demasiado lejos.

Hay que ser prudentes, pero **no huir sin más de los sentimientos**. Los sentimientos están ahí, nuestro trabajo es iluminarlos con nuestra opción fundamental, sabiendo que sentir no es consentir. Hay que trabajar por dar sentido a una sexualidad virginal huyendo de todo aquello que puede alimentar en nosotros una visión más grotesca de la sexualidad instintiva. Los sentidos alimentan nuestros sentimientos en cualquier ámbito de la vida. De ahí la importancia del **dominio de los sentidos** para la maduración personal. Nada de negar los propios sentimientos ni rechazarlos como si fueran malos, pues ellos nos revelan lo que late en el corazón. Pero necesitamos encauzarlos y fomentar aquellos que nos hacen más coherentes con

nuestra identidad y nuestra llamada. Decía Evagrio Pónico: “Sé como un portero en la puerta de tu corazón y no dejes pasar ningún pensamiento sin habértelo cuestionado antes. Pregúntate ante cualquier pensamiento: « ¿Es de los nuestros, o de los enemigos? »”.

**Es inútil discutir con alguien que está pasando por una crisis afectiva de enamoramiento** si es legítimo o no para un consagrado dar rienda suelta al enamoramiento, pues ya sabemos la respuesta: “Dios es amor”, “no hay nada malo en amar”, “amar así me ayuda amar luego a los demás”. Es difícil convencerle de que ese no es el tema, porque, ciertamente, amar es algo bueno, nadie lo discute. Se trata más bien de sentirse llamado o no a un amor célibe, a luchar o no por esa gracia que Dios da libremente a algunos, como nos recordaba Jesús en el evangelio: *No todos entienden esto, solo los que han recibido ese don... Hay quien se hace eunuco por el reino de los cielos. El que pueda entender, que entienda* (Mt 19, 11-12). Cuando eso se nos olvida es cuando se buscan justificaciones para poder tenerlo todo sin renunciar a nada.

**Fomentar la amistad entre los hermanos/as** de comunidad ayuda mucho a la vivencia de la sexualidad. Una amistad que no sea excluyente. Alguien dijo que los monjes sabemos amar, pero nos cuesta mucho hacerlo entre nosotros. Y, a veces, también sucede como decía T. Radcliffe: “Tememos tanto la amistad personal (para salvaguardar la castidad) que acabamos por crear la enemistad personal”.

### ***Crisis vocacional***

Es en la propia vocación donde integramos nuestra identidad y nuestro afecto, concretándolos en un proyecto de vida. En la vivencia vocacional implicamos a la voluntad para dar forma a lo que hay en nuestra mente y en nuestro corazón, a nuestra identidad y a nuestro afecto, en una elección que encauza nuestro **dinamismo**. Es decir, el camino vocacional conlleva un esfuerzo y sacrificio para mantenerse fiel. La falta de gratificación en esa elección fundamental es lo que lleva a veces a la crisis vocacional, que puede desembocar en mediocridad de vida evitando la renuncia y el sufrimiento, o en un activismo que vacía el propio testimonio existencial, llegando finalmente al abandono por carecer de sentido lo que hacemos.

La formación inicial ayuda a cimentar nuestra vocación, pero la vida es muy larga. Necesitamos estar **dispuestos a aprender continuamente** de la vida para consolidar nuestra respuesta vocacional. La vocación no es un paquete que nos dan al inicio del camino para que lleguemos con él hasta la meta sin que se nos rompa. La vocación es algo que va creciendo con la vida personal y comunitaria. Con frecuencia se puede escuchar al que está en crisis: “¡Ésta no es la comunidad en la que yo entré!”. Efectivamente, las comunidades van evolucionando como nosotros vamos evolucionando y madurando, y no por eso dejamos de ser nosotros. El amor va más allá de su momento inicial. Se ama a la persona y a la comunidad en sí misma (“en la salud y en la enfermedad”, “en la juventud y en la vejez”). No se puede justificar la propia crisis vocacional culpando a la evolución de la comunidad, ¡como si a nosotros mismos no nos salieran también canas y arrugas!

La crisis vocacional surge muchas veces por la inmadurez humana. Por ello hay que insistir en la necesidad de **formar personas** humanas en su proceso vocacional. Es decir,

personas que sepan conocer su mundo interior, que integren pacíficamente su pasado, que trabajen por educar sus sentidos, manejar sus emociones y escuchar sus sentimientos, que vivan una sexualidad en la entrega de sí y en la apertura al diferente, que aprendan a vivir relaciones fraternas sin dependencias, sin actitudes competitivas, ni dejarse condicionar por complejos del pasado, etc. Es decir, que no puede existir un/a monje/a maduro/a sin una madurez humana.

**No es lo mismo ser monje que hacer de monje.** Lo segundo lo puede hacer bien un actor que busque representar un papel que le da seguridad. Lo primero es imposible alcanzar sin un trabajo humano y espiritual constante, donde la gracia pueda fructificar. Quien vive haciendo de monje, por muy ejemplar que parezca, puede experimentar en su interior la esquizofrenia del que no ha integrado y unificado las diversas áreas de su ser. Esquizofrenia del que parece contento con lo que hace, pero transmite frialdad y es incapaz de relacionarse y empatizar con los demás.

Se necesita también tener un **núcleo vocacional que integre nuestra persona**, alrededor del cual se dé sentido a todo lo que vivimos, lo agradable y lo desagradable, lo pasado y lo presente. Si esto no existe, la crisis buscará refugio en experiencias inconexas. Si nos preguntan por nuestra vida monástica podremos recordar muchas cosas que nos han ocurrido sin alcanzar a ver la acción formadora de Dios a través de nuestra historia, de nuestra propia evolución. Es lo que traslucen algunas vidas sacrificadas, pero no transformadas, vocaciones frágiles. Con ese núcleo integrador, sin embargo, podemos contar nuestra historia dándole un sentido aun en los momentos más oscuros, nuestra historia vocacional la vemos como una historia de salvación.

La crisis vocacional en la mitad de la vida es como una **segunda llamada** que requiere una profunda conversión, como he dicho más arriba. Si la primera llamada se presentaba como algo posible de realizar, la segunda supone el reconocimiento de nuestra incapacidad, la experiencia de nuestra mentira e inconsistencia. La experimentamos como radicalmente imposible para nosotros.

## LA LUCHA EN LA CRISIS

“¡La vida es lucha!”, nos suele repetir con frecuencia un anciano de mi comunidad. Del mismo modo podemos decir que no hay crisis sin lucha y fatiga, pues cuando decae nuestro fervor espiritual entramos en una inercia que no nos deja ver la presencia de la crisis.

**La lucha supone que perseguimos una meta y experimentamos un obstáculo** que hay que superar. El deseo es lo que nos lleva a ir superando etapas donde hay que **morir continuamente para que surja una vida nueva**. El niño tiene que morir para que el joven pueda surgir, el joven tiene que morir para que nazca el adulto, y así sucesivamente (Plutarco).

Sin embargo, hay algunos que son conscientes de su situación, pero se dejan llevar por la inercia y **rehúsan luchar**. Estos sí experimentan la crisis, pero optan por no enfrentarse a ella, no desean la fatiga de la lucha y se adaptan a ella sin haberse antes enfrentado a ella. Simplemente aprenden a vivir con ella sin hacerse problemas de conciencia. Naturalmente, quien así actúa, termina cumpliendo en sí mismo el conocido adagio: “Quien actúa de manera distinta a como piensa, termina pensando como actúa”. **La no-lucha es propia de las metas mediocres** que se conforman con sentirse bien en cada momento, sin deseo de conversión.

Por el contrario, quien afronta **la lucha afianza sus ideales** y convicciones. ¿Cómo un ideal va a ser verdadero si no se ha luchado por él, si no ha pasado por la prueba? Las metas más altas suelen ir acompañadas de grandes tentaciones, como nos recuerda el libro del Eclesiástico: *Hijo, si te acercas a servir al Señor, prepara tu alma para la prueba* (Eclo 2, 1). San Pablo también nos avisa que se trata de una lucha donde se experimenta la propia fragilidad (aguijón de la carne) en la que actúa la gracia (cf. 2Cor 12, 9-10). Es la aceptación de nuestra debilidad para que Dios llene nuestro vacío con su poder y misericordia. El ideal pasa a ser motor de nuestra vida solo tras la lucha.

Esa lucha en la crisis tiene que **abrirse a la trascendencia**, pues, de lo contrario, nos dejará encerrados en nosotros mismos. Palparemos nuestras envidias, nuestra falta de autoestima, el vacío afectivo que se experimenta en la soledad del corazón, etc., pero ¿qué motivo tendremos para afrontar todo eso? Sin trascendencia no llegaremos más allá de un deseo perfeccionista o abandonaremos el camino o domesticaremos nuestros ideales en una vida aburguesada. Sin una perspectiva espiritual, sin un diálogo con el Trascendente, la persona consagrada no podrá dar verdadero sentido a la lucha en los momentos de crisis.

**En esta lucha necesitamos la ayuda de otro** que nos ayude a salir del bucle de nuestros fantasmas, nuestros pensamientos y sentimientos. Para **afrontar** bien la crisis es fundamental tener una **actitud receptiva** que se deje interpelar por la experiencia de quien lo acompaña y por la acción de la gracia que se hace entonces presente. Somos seres en relación, y solo en ella podemos encontrar la luz que necesitamos, pues el otro nos sirve de contraste y nos permite ver nuestra espalda, lo que nosotros no alcanzamos a ver.

**Vivir la vida monástica sin experimentar la lucha de la crisis** es síntoma de que se ha desistido en el propio crecimiento. Todo está tranquilo porque pactamos con la tranquilidad y decidimos dejar que las cosas sean como son, justificándonos en que “somos humanos” o porque hemos decidido que ya no queremos complicarnos la vida. Hay momentos en nuestra vida que debiéramos entrar en crisis para poder ver claramente la situación crítica en la que nos encontramos.

## ACOMPañAMIENTO EN LA CRISIS

Es muy importante que nos relajemos y pongamos nuestra confianza en el Señor. Los superiores somos responsables de **actuar ante las crisis** de los hermanos, pero **no de resolverlas**. Eso es imposible sin la decisión del interesado. Nosotros solo podemos acompañarlos y tratar de brindarles cercanía y ayuda. A veces también se les puede ofrecer ayuda externa, pero sin caer en la tentación, como ya he dicho, de enviar enseguida al hermano a que hable con alguien de fuera con la esperanza de que esa persona le “quite” la crisis, evitándonos así la incomodidad del acompañamiento. Cada caso es diferente y hay que tratarlo de forma diferente. Dependerá mucho de la actitud del hermano y de la capacidad del superior.

No podemos olvidar también que mientras **no tengamos un corazón libre** no seremos buenos acompañantes en las crisis. Quien tiene un corazón libre sufre con el hermano que sufre, pero su preocupación última no es que se tranquilice y todo vuelva a la normalidad que da seguridad, sino acompañarlo para que pueda tomar la decisión más auténtica. Aunque sea

doloroso, debemos mantenernos distantes de una excesiva preocupación por no “perder una vocación en la gran crisis en que vivimos”. Es humano que eso nos preocupe, pero debiéramos centrarnos sobre todo en el hermano que está pasando la crisis.

Mi experiencia me dice que en el acompañamiento inicial ayuda mucho hacer al postulante un **test de personalidad** (unos meses después de su ingreso). Es muy útil para trabajarlo con él en su proceso de conocimiento e intentar identificar la raíz de los problemas actuales o futuros.

En el proceso de maduración personal se va **pasando de unas etapas a otras**. En el desarrollo de la identidad sexual se suele pasar del autoerotismo infantil al homo erotismo preadolescente y finalmente al hetero erotismo. No hacer el paso de una etapa a la otra, a veces por haber sufrido abuso infantil que bloquea, genera fijaciones. Así también en el proceso vocacional y espiritual hay que pasar de unas etapas a otras sin bloquearse por miedos.

Hay **signos** que nos permiten detectar cuándo se está entrando en crisis encerrándose en sí mismo y apartándose de los demás, es decir, cuándo no se está viviendo una verdadera sexualidad-alteridad para refugiarse en hábitos compensatorios:

- Abuso de la comida y el alcohol
- Acumulación de dinero y objetos
- Tendencia a la pornografía y a otras formas de parafilia que llevan al aislamiento
- Recurso al autoerotismo o a la sexualidad virtual
- Sentimiento ostentoso de superioridad y autosuficiencia
- Protagonismo y búsqueda narcisista del propio éxito
- Sutil autocomplacencia al sentirse “interesante” y quizá disputado
- Grosería en el trato
- Racionalismo exasperado y exasperante
- Dejaded general o, por el contrario, preocupación excesiva en la imagen
- Mediocridad como regla de vida
- Mal humor y nerviosismo constante

## 1. Comienzo de las crisis

Para poder acompañar a quien está en crisis es fundamental que nos demos cuenta de que se encuentra en crisis. Algunos criterios nos ayudarán a ello, sabiendo que conviene también implicar a toda la comunidad y no solo al superior/a, pues todos formamos un solo cuerpo y la comunidad misma debe aparecer como lugar de sanación. Si actuamos así, lo que inicialmente aparece como negativo, se puede transformar en un momento de gracia para todos. Pero todos debemos de sentirnos responsables de nuestros hermanos. El amor a ellos será lo que nos permita percibir los signos de que están pasando por un mal momento y necesitan ayuda. Y nunca olvidemos que lo más importante es la prevención, sin esperar a que la situación sea grave, pues la experiencia nos dice que en esos momentos la cerrazón del monje/a suele ser ya muy grande, no dejándose ayudar y deseando cambiar de vida. Entonces solo se puede observar con impotencia lo irreversible.

**a) Identificar los signos de crisis cuando aparecen**

- ❖ El estado de **frustración personal** suele ser **antesala de una crisis**. Por eso hay que estar atentos al desarrollo de la persona y cómo afronta saludablemente las situaciones. La frustración no solo viene por la situación externa a la que nos enfrentamos, sino, sobre todo, por nuestra capacidad de afrontarla. Las frustraciones externas de la vida no tienen por qué dañarnos, pero la vivencia frustrante de las mismas sí que lo hace. De ahí que haya que tener muy en cuenta la capacidad de las personas para afrontar las frustraciones y el origen de su mayor o menor incapacidad. No se puede evaluar a todos de la misma manera. Además, hay que tener presente que la frustración disminuye la libertad.
  
- ❖ En el ámbito afectivo-sexual: estar atentos a las **primeras gratificaciones** que buscan contactos o relaciones para llenar la soledad o poca valoración que se experimenta, creando un hábito que va limitando la libertad del hermano, llevándolo a comportamientos más ambiguos. Ese hábito gratificante, que pudiera ser un simple contacto por Internet casi a diario, se va volviendo cada vez más repetitivo, necesitando más gratificaciones y valorando los actos con mayor condescendencia y justificación hasta ir ocupando el centro de la personalidad y condicionando el resto.  
En estos casos vemos que un problema inicialmente pequeño (soledad o poca valoración) y una actitud moralmente inocua (relación frecuente por Internet), puede tomar derroteros peligrosos. Más valdría atajar el problema en sus inicios sin quedarse solo en valoraciones morales (si es moralmente bueno o malo lo que se hace) y tratar de buscar ayuda para prevenir malos resultados. El mayor problema es que la primera reacción es esconderse y negar lo que pasa, dificultando la posible ayuda. Una ayuda externa puede ser más útil por la mayor libertad que da al individuo para expresarse, pues especialmente en este tema se rehúye hablar con el superior/a.
  
- ❖ La **implicación fraterna** para ayudarnos en la crisis es muy valiosa. Debemos recordarnos que somos responsables de nuestros hermanos, pero todavía hemos de ir más allá “deseando” que nuestro hermano esté bien, que sea verdaderamente feliz. Vivir esa dimensión afectiva en la comunidad nos une y protege, tomando la decisión de actuar cuando vemos que se necesita. Es necesario crear en las comunidades esa cultura del apoyo mutuo en la propia vocación, responsabilidad comunitaria de los unos para con los otros. No se trata de promover actitudes invasoras en la vida de los demás, curioseando y delatando. Pero sí la vivencia de un amor que se interesa por el bienestar del otro. Por desgracia abunda más la murmuración enfermiza, el deseo de saber el último chisme y ser el primero en comunicarlo, que el deseo de ayudar al hermano. La comunidad debe tomar la decisión de fomentar esto y romper con aquello. Todos debemos tomar conciencia de que se nos ha confiado la salud de nuestros hermanos.
  
- ❖ A veces aparecen **trastornos psicológicos** más o menos graves que podemos apreciar cuando se constata un desorden del pensamiento o del estado de ánimo, no pudiendo percibir la realidad adecuadamente o sin capacidad de control emocional. Igualmente, la inestabilidad según el momento que se vive, la incoherencia perdurable en el tiempo, la

ausencia de sentimiento de culpa o de pecado en situaciones objetivamente graves, el carácter agresivo, impulsivo u obsesivo sin apenas control, los cambios repentinos de estado de ánimo, la rigidez extrema en la defensa del propio punto de vista, etc. Estos casos siempre requerirán un acompañamiento terapéutico.

### ***b) Ayudas concretas en el inicio de las crisis***

- ❖ Generar una **cultura del dejarse formar por los hermanos** de comunidad, aceptar que ellos se impliquen ayudándonos. Con frecuencia es más eficaz la ayuda de un hermano que trata de hacerme tomar conciencia que la del superior, pues resulta más espontánea y natural, sin las connotaciones de la autoridad.
- ❖ La **formación continua** es un instrumento muy valioso. No hay que dar nada por supuesto, sino mantener una formación permanente que nos prepare a lo que nos pueda venir y nos ayude a identificarlo y a actuar correctamente. Para esto pueden ser útiles pequeños  **cursos** cada año o cada dos años **a nivel de regiones** con todos los que ya han hecho su profesión solemne y terminado su etapa de monasticado. Un curso con conferencias y puestas en común que dure 3 o 4 días con un experto en la materia en el desarrollo humano: psicológico, relacional y espiritual. En el programa del Internoviciado que tenemos en la RE prestamos especial atención a esos puntos.
- ❖ Sería interesante que **a nivel de regiones** se propusieran algunas **personas** que pudieran servir **de ayuda** como complemento en la formación o ante una especial intervención cuando va comenzando una crisis. No es imprescindible que sean personas de la Orden. Es claro que cada monasterio conocerá algunas personas, por lo que es bueno dar dicha información a los demás y tenerla como punto de referencia para el que se encuentre en dificultad.
- ❖ **Diálogos periódicos entre el superior/a y cada hermano/a.** Todo depende del momento en que se encuentre. Un joven necesita ser escuchado con más frecuencia, lo mismo que aquel que está pasando por un mal momento. Es bueno que ese encuentro se dé cada mes o dos meses, sin que tenga que haber una causa que lo provoque más que la del compartir. Ello facilita mucho cuando aparecen los momentos de crisis, en los que la frecuencia podría ser hasta semanal. Eso mismo se podría hacer entre dos hermanos que se acepten para un acompañamiento prolongado, notificándose al abad/a para su conocimiento.
- ❖ Posibles puntos para tratar en el **acompañamiento personal**:
  - El conocimiento de uno mismo y de la raíz del propio problema.
  - Las consecuencias que puede traer el problema que lleva a la crisis con relación a:
    - la propia identidad
    - la relación con Dios
    - la relación con los demás
    - la propia vocación
  - La reconciliación con el propio pasado mirando la vida como historia de salvación.
  - La recuperación de una cierta sensibilidad moral, de filiación y de belleza.

- La decisión de cambiar para responder al amor y por amor.
  - La experiencia de la propia debilidad integrada en el misterio pascual (débil = fuerte; morir para resucitar).
  - El aumento de la propia libertad y autocontrol.
  - Una visión positiva de la propia crisis.
- ❖ **Compartir grupalmente** toda la comunidad (o parte) experiencias de crisis y debilidad que ayuden al hermano en crisis. Esa terapia de grupo a veces es más eficaz con personas con las que no convives habitualmente. Los cursos posteriores al monasticado que indico más arriba pueden ser una ocasión. También puede ser útil el curso de *Experientia* que estamos realizando en la Orden si se comparte en grupos pequeños.
- ❖ El **lugar** siempre hay que cuidarlo según lo que se pretenda. Para este tipo de cosas ha de ser acogedor y sencillo. La colocación de los asientos y otras muchas cosas pueden favorecer o dificultar el encuentro.
- ❖ La **toma de conciencia de toda una comunidad** sobre la carencia seria de un hermano y asumirlo para ayudarlo en todo lo necesario, es una gran ayuda y refleja la vivencia misma del evangelio. Ser claros con el hermano de la dependencia o debilidad que está viviendo. Mostrarle afecto y solidaridad. Poner todos los medios para ayudarlo (ejemplo: una comunidad llegó a quitarse el vino para ayudar a un hermano alcohólico o se esforzó por no hablar de ciertos temas en atención al hermano, etc.). Eso termina ayudando a la misma comunidad en sus relaciones fraternas. Es un ejercicio de cambio de mirada que va más allá de no juzgar al hermano o de tener misericordia con él, es tratar de ver la mejor manera de estar a su lado y ayudarlo a liberarse. Esto no solo tiene efectos muy positivos sobre el hermano que se siente arropado de ese modo, sino que la misma comunidad experimenta un nuevo estilo de responsabilidad mutua a causa de enfrentar la debilidad de uno de sus miembros, con lo que se enriquece su misma calidad de vida comunitaria.
- ❖ **Acoger en el retorno** al hermano afectado por su crisis. Es doloroso ver que a veces uno queda marcado de por vida, que algunos hermanos de comunidad le guardarán rencor eterno, que como el hermano mayor del relato sobre el hijo pródigo parece que se sienten ofendidos por el regreso del hermano menor y les molesta que se haga fiesta por ello. Es doloroso, pero real. Eso nos revela también la calidad espiritual del ofendido, que parece un cumplidor de la ley a la fuerza, y le molesta que se pague igual que a él a otro que no se ha esforzado tanto como él, que ha tenido que renunciar a tanto. Es la típica imagen del buen monje que no parece feliz, pues lo que hace lo hace más por deber que por amor.
- ❖ **Evitar la ociosidad.** La desocupación es un terreno abonado para las crisis y para ir aumentándola con pensamientos inútiles, mientras que la ocupación ayuda a superarla más fácilmente.

## 2. Vivencia de la crisis

No todo el que pasa por la universidad acaba igualmente formado. Del mismo modo hay diversas formas de vivir la crisis. Según el realismo con que la afrontemos nos ayudará a crecer más o menos. Para que el paso por la crisis sea positivo es necesario:

- ❖ Tener **sinceridad** para afrontarla. Si nos engañamos, perdemos el tiempo. Pero para ser sinceros hay que tener valor y no caer en la trampa de pensar que lo que nos sucede tira por la borda todo nuestro camino espiritual, nuestra fama y nuestra misma dignidad. En este empeño de sinceridad es muy bueno escuchar nuestro propio cuerpo, qué sentimientos y qué emociones brotan en nosotros ante la situación que estamos viviendo, porque el cuerpo, como los sueños, son más libres al manifestarse, antes que la mente los censure. Y aún tenemos que ir más allá preguntándonos por qué nos vienen determinados sentimientos, qué nos revelan de nuestro camino espiritual y madurez personal, qué busco en ello, etc., tratando de llegar a nuestra verdad más auténtica. Un ejemplo lo tenemos en Tomás Merton cuando reconoció en sus Diarios que el enamoramiento que experimentó a sus cincuenta y tantos años iba más allá del amor que sentía por M. o de la gratificación impulsiva, en el fondo trataba de “aligerar la presión de la tremenda *soledad* de mi corazón”. Aunque la soledad no existe, pues estamos habitados por la Trinidad, la verdad es que se siente.
- ❖ Mantener viva la **sensibilidad moral** nos permite tener sentimiento de culpa saludable cuando somos incoherentes con nuestra opción de vida. Esto también ayuda, pues cuando se ha perdido dicha sensibilidad es imposible ser consciente de la situación en la que nos encontramos.
- ❖ **Actitud positiva.** Mirar la crisis como una oportunidad y no como una calamidad es algo que ayuda a superarla. La persona madura no es la que no tiene crisis, sino la que las vive y las supera. De hecho, cuando el corazón sufre está sacando a la luz lo que lleva dentro. Reconocerlo nos ayuda a equilibrarnos, pues empezamos a contar con ello y a tratar de encauzarlo. El mismo enamoramiento que trastoca a la persona es una oportunidad para tomar mayor conciencia de la capacidad de amor que hay en nosotros y de la orientación que hemos decidido darle.
- ❖ **Vivencia espiritual** de la crisis. La crisis no es solo un fenómeno sensible y psicológico que afecta a nuestra vida espiritual, sino que adquiere su mayor sentido cuando la vivimos en presencia de Dios, admirados y confundidos por la intromisión de la bondad divina en el corazón humano. ¿Qué me está diciendo o pidiendo Dios a través de esa prueba? ¿Hacia dónde me lleva? Y es que el Creador siempre ha buscado a su criatura -con frecuencia a través de la prueba-, lo que nos lleva a turbarnos por un amor tan infinito.
- ❖ **Determinación de cambiar**, pues de poco vale saber que hay que cambiar si no se toma la determinación de ello. Sin empeño y sacrificio, sin autodisciplina y evitar aquello que refuerza mis debilidades, es imposible recuperar la libertad. Solo con desearla no viene. Todo lo contrario, los demonios del evangelio terminan viniendo con más fuerza cuando la casa se ha limpiado pero la voluntad se ha dormido. *Vete y no peques más, no sea que te*

*suceda algo peor*, dijo Jesús al paralítico curado en la piscina de Betesda (Jn 5, 14). Entonces el dolor de la renuncia nos abre a una experiencia de Dios diferente y a una mayor valoración de la propia vocación.

Cuando todo esto se vive de forma engañosa, la crisis se mantiene indefinidamente, terminando por tomar decisiones de ruptura o quedando cronicadas. Es entonces cuando se reconoce la crisis, pero de forma muy superficial, a nivel de los sentimientos, minimizando el problema y pensando que se tiene todo bajo control o justificándolo. Poco a poco eso va reforzando la insensibilidad moral. No se logra ver la crisis como una realidad personal y se tiende a culpar a todos, diluyendo la propia responsabilidad y permaneciendo en la crisis, disperso en mil cosas por carecer del propio centro. Se pierde toda visión espiritual de la crisis para concederle a lo sumo una dimensión psicológica y corporal, centrándose en lo que se siente, considerando que estoy en lo correcto porque me siento bien, sin una visión trascendente y desligando lo que estoy viviendo de la opción de vida que elegí inicialmente.

Al final toda crisis concluye con un desenlace:

- Unos se marchan después de un serio discernimiento donde la crisis les muestra la inconsistencia de su primera decisión vocacional y optan por otro camino.
- Otros se quedan, pero deberían marcharse y no lo hacen por miedo a admitir la verdad en sus vidas o por el futuro incierto que les espera fuera. Prefieren mantener la inercia de su vida, protegidos por el monasterio y muy centrados en sí mismos, procurando las gratificaciones suficientes sin ser demasiado molestos para los demás. Incluso los hay que pierden todo sentido de pertenencia y hacen lo que quieren guardando las formas.
- También los hay que se marchan debiendo quedarse, pues carecen de motivaciones adecuadas. Entre estos están los que han decaído en su fervor, pero hubieran podido retomarlo, o los que se ciegan pensando que van a ser felices en otro lugar o con otra persona y no hay forma humana de convencerles de lo contrario. También pertenecen a este grupo los que se marchan simplemente porque se sienten ofendidos, o desilusionados, o que no han conseguido alguna cosa que pretendían, o que han sido arrastrados por otro que se va, etc.

### **3. Algunos tipos de crisis saludables en la formación inicial**

- **Vocacional**, pues se está haciendo un discernimiento. Dejar claro que las dudas o las propias limitaciones en algunos campos no significa que se carezca de vocación. Al contrario, pueden ser una ayuda para adoptar una de las cualidades más fundamentales en el llamado: confiar en Aquel que le ha llamado, sin esperar a que todo esté claro y bajo control para dar una respuesta.
- **Inmadurez personal**, pues al constatar nuestras carencias se disipa la idea de que somos buenos o dignos de la llamada y nos abrimos en humildad al conocimiento personal y a nuestras inconsistencias interiores para trabajarlas de forma saludable.

- Sentimiento de la propia **impotencia**. La vida monástica no es para perfectos, pero tampoco para inconscientes y perezosos. Es para humildes que conocen y reconocen su impotencia, dejándose tocar por la misericordia de Dios sin tener por qué alcanzar la superación total de sus debilidades. Algo saludable para el que siente la fortaleza de los inicios (recuerdo a un joven aspirante que en el mes de prueba me dijo: “Ponme en los trabajos más difíciles a ver si consigo superarlos antes de entrar...”. De postulante hubo sorpresa...).
- La **soledad** es otro punto que hace experimentar cierta crisis al incomodarnos y sacar a la luz lo que llevamos en el corazón. A pesar de que nuestra Orden tiene como un valor importante la soledad, que se hace más llevadera con la vida comunitaria, todo el que decide consagrarse al Señor va a experimentar en mayor o menor grado la soledad del corazón, soledad en el amor y soledad en una presencia que a veces parece estar muy ausente. Es el vacío que necesitamos hacer para ser llenados, el desierto donde Dios nos habla.
- **La crisis de identidad**, identidad que se pone fácilmente a prueba cuando se experimenta el fracaso, la incomprensión, la enfermedad..., y la persona reacciona desproporcionadamente en su malestar, buscando refugio donde no está su verdadero centro. Esos momentos de prueba son muy buenos para que el formando se dé cuenta que no estaba tan centrado en el Señor como se imaginaba.
- **La desilusión de la comunidad** también tiene que llegar. Al principio se tiene la idea de una comunidad perfecta, pero pronto se van constatando las deficiencias de los hermanos y de las relaciones fraternas. Esto, lejos de ser perjudicial, salvo en casos extremos, ayuda mucho al que comienza, haciéndole distinguir el amor de lo que solo es seguridad moral y bienestar afectivo. La fuente del amor la hemos de encontrar en el que nos ha llamado y ha de darse incondicionalmente, amando con misericordia, paciencia y sin creerse superior. (Recuerdo lo que me dijo un profeso temporal antes de su profesión solemne: profeso como quien se casa con una mujer en silla de ruedas, pero la quiero y lo hago por quien me llama)
- **La imagen que se tiene de Dios** a los comienzos también puede sufrir una crisis. Cada uno viene con una imagen de Dios que con frecuencia hay que purificar, pues está demasiado cargada de condicionantes culturales, familiares o personales. También esta crisis es buena y permite ver la capacidad que se tiene de apertura al camino espiritual en humildad. Al final, poco a poco, hay que olvidarse de la imagen o experiencia que nosotros tenemos de Dios para dejarse embargar por la experiencia que Dios tiene de nosotros. La experiencia de los místicos y de San Bernardo: “amarme en Dios”.

## CONCLUSIÓN

Es tan importante el tema de las crisis y tan cercano y necesario para todos, que habría que tenerlo más en cuenta a diversos niveles:

- En los programas formativos iniciales: informando y sin evitar las crisis a los principiantes con la sobreprotección, sino acompañarlos y prepararlos para el futuro. Una formación inicial “barata” no es de gran ayuda para afrontar las crisis en el futuro. Pero un problema

añadido es que muchos formadores hacen lo posible para que el formando no entre en crisis y se sienta siempre querido.

- Alguien se ha llegado a preguntar si existe una verdadera formación que ayude a afrontar las crisis de la vida en nuestros noviciados, juniorados y también después. Formación intelectual se suele dar, pero no tanto formación en el propio conocimiento psicológico y espiritual, en la madurez personal. Y lo más delicado es que si alguien no ha recibido esa formación, ¿cómo la va a dar a los que debe guiar? No obstante, hay que pensar que la misma vida monástica es formadora si la vivimos en su dimensión de amor fraterno y fe orante.
- En la formación permanente con ayuda dentro de las regiones o desde fuera.
- Creando una cultura comunitaria para acoger y acompañar al hermano en crisis.
- Toma de conciencia del superior/a de su papel de vigía y acompañamiento.
- Crear una visión de la crisis como experiencia espiritual del paso de Dios y desde una perspectiva cristocéntrica y pascual

Después de todo lo dicho uno se puede sentir abrumado y preguntarse qué formador puede estar tan formado para formar correctamente a las vocaciones en sus inicios y acompañarlos a lo largo de la vida. Qué abad o abadesa tiene tanta capacidad. En realidad, todo se puede condensar como los diez mandamientos. Cuando me toca presidir una elección abacial, después de escuchar todas las cualidades que le pide San Benito al abad, yo lo suelo resumir en tres nada más: 1) Que sea una persona que tenga sentido común. 2) Que ame mucho a sus hermanos. 3) Que sea una persona de fe y oración. Si existen esas tres cosas ya me conformo. Algo parecido diría respecto a nuestro acompañamiento en la crisis de los hermanos.