



Acompañándonos, ándase mellor o camiño

Lola Arrieta Olmedo¹

Agradecemos a Encrucillada a súa invitación para compartir as nosas reflexións sobre acompañamento. Esa mediación solidaria e imprescindible para crecer, convivir, compartir como familia humana e orientarnos nas nosas procuras de sentido e de Deus.

O noso equipo Ruaj² vaise forxando, precisamente, desde o aprecio compartido polo acompañamento, ese é o vínculo que nos une. A nosa convicción crente dun Deus que é Presenza no profundo de toda realidade e habita cada corazón humano³, aléntanos para tratar de andar o camiño como compañeiras e compañeiros, dedicando tempos e espazos ao acompañamento espiritual na vida diaria.

A actitude proactiva das testemuñas, para apoiar o crecemento integral de toda persoa e grupo na gran familia humana, fainos intuír a cultura do acompañamento como un ben prezado, verdadeiro patrimonio da humanidade; mediación para a comunica-

1 Lola Arrieta Olmedo é relixiosa Carmelita Vedruna, traballa como acompañante espiritual e psicoterapeuta. Coordina o equipo Ruaj, do que foi fundadora en 1997 xunto con Marisa Moresco e Concha Calleja.

2 O equipo Ruaj formámolo mulleres e homes con vocacións e pertenzas eclesiais diversas. O proxecto en torno ao acompañamento iniciámolo algunhas de nós desde Vedruna hai 25 anos, tras algúns anos máis de reflexión e experiencia compartida. [Facebook: Ruaj Acompañamento, Twitter @equiporuaj]

3 Cf. JUAN MARTÍN VELASCO, *A experiencia cristiá de Deus*, Trotta, Madrid 1995. Recoñecemos a Martín Velasco como testemuña e mestre do acompañamento mistagógico. A súa reflexión é unha das fontes ás que volvemos unha e outra vez. Agradecemos coincidir con el na vida.

ción e o encontro entre xentes de diferentes culturas, xeracións e crenzas. O milagre de Pentecoste pode acontecer, de novo, en cada interacción que se transforma en encontro e abre espazo á Vida na vida.

Ao acompañamento non se chega de súpeto, nin por encantamento. Acompañar e acompañarnos é tarefa para sempre; ten moito de arte, require ciencia e conleva unha pedagogía, adoitamos dicir. Normalmente descóbrense noutras e outros que nos acompañan primeiro. Co agradecemento brota a valoración. É entón cando podemos comezar a interesarnos por acompañarnos conscientemente e penetrarnos na experiencia ata que chegue a formar parte do relato da nosa vida.

O obxectivo da nosa reflexión está moi acoutado: a) repensar a nosa relación co acompañamento mesmo; b) compartir a nosa maneira de entendela en Ruaj e algunhas claves para practicalo, vivido en diferentes ámbitos.

1.- Repensar o acompañamento / Desaprender e reaprender o seu significado

Que dis cando dis acompañamento? Que é o primeiro que che vén á mente ao escoitar esta palabra? Ao comezo dalgúns encontros de formación en acompañamento, as respostas a estas mesmas preguntas adoitan ser tantas como participantes. Escoitar, axudar, facerte presente, falar sobre algo e con alguén, son algunhas das que máis se repiten aínda con matices moi diversos. Que pensas ti que ollas ou les este texto? Tes ou non experiencia diso?

Caer na conta do imaxinario que nos funciona é o primeiro paso para repensar o acompañamento. Duns anos para acá, o termo acompañar úsase de maneira espontánea e indiscriminada. Coa mesma palabra alúdese a realidades moi diversas e, en ocasións, opostas entre si. Acompañar aparece moitas veces como complemento de algo, non como acción vertebradora do noso ser e estar en relación. Cada vez que alguén se achega a alguén –acción propia do verbo acompañar–, as intencionalidades poden ser moi

diferentes: interesarnos, sen máis; axudar, controlar, sancionar, orientar, «facer ver» a outro algo segundo o noso punto de vista, ou mesmo abusar. En nome do acompañamento, podemos potenciar a dignidade ou contribuír á máis absoluta deshumanización, mesmo, ás veces, con modos de relación disfrazados de interese e coidado.

Cando se abusa dunha palabra sen repensar o seu significado, aquilo ao que alude pode desvalorizarse. A propia experiencia, consciente ou inconscientemente vivida, condiciónanos. Lévanos a tomar postura para valoralo, trivializalo ou rexeitalo. Cal é a túa experiencia respecto diso? Hai xa tempo escribimos: «o acompañamento desvalorízase se faltan definicións axustadas e non lle damos a cada concepto o contido adecuado e a entidade que ten»⁴. Repensar o seu significado axudaranos a deixar de andar polos arrabaldes adoitados ou deixar de consideralo unha moda ata que chegue outra palabra para acantoala.

1.1. O acompañamento rexenérase cando ti e mais eu habitamos a palabra e facémola existir

Así se expresa Irene Vallejo nunha entrevista con motivo dunha publicación súa: «as palabras que usamos delátannos, revelan en nós sensibilidade ou ausencia dela. As palabras son os límites da nosa experiencia. Coidar as palabras é unha forma de saúde»⁵.

Coidar o verbo acompañar para que non se deteriore, díxeches? Facelo existir? «Bótalle conta, anda!» –diría coa súa graza andaluza a nosa compañeira Marisa Moresco⁶– Non acantoes a palabra como unha máis. Transfórmaa en palabra amiga. Hábitaa, énchea de sentido. Deixa que se exprese na túa forma de ser e relacionarte. Levámola dentro».

4 LOLA ARRIETA, *Acoger la Vida acompañando la vida. El acompañamiento espiritual en la vida diaria*, Frontera-Hegian, Vitoria 1999, 11

5 IRENE VALLEJO, entrevista con Pepa Fernández. <https://www.youtube.com/watch?v=8eeEvMZuQH4> (consultado por última vez o 6 de setembro 2022)

6 MARISA MORESCO, apaixonada do acompañamento, é unha das iniciadoras do proxecto Ruaj. Faleceu no ano 2018.

1.2. O termo *acompañar*, un potencial de vida expectante, á espera de ser descuberto

Se cadra necesitamos refrescar algúns fundamentos para retomar a relación con esa palabra amiga e descubrir o seu potencial no máis profundo do noso interior.

Os seres humanos temos dúas necesidades básicas perentorias: protección e conexión. As dúas permítennos crecer e vivir en alteridade. Se se impón a desprotección non cabe a conexión. O único posible é «salvar o peello» fuxindo dos demais ou agredíndoos.

A experiencia de estar a salvo percíbese pola seguridade e confianza sentida. Entón, é posible atender á conexión; abrirse, saír ao encontro, vincularse. Para satisfacer ambas as necesidades fan falta os outros. Necesitámonos mutuamente para vivir.

Os peores e mellores momentos da vida teñen que ver coas relacións: pais, fillos, parellas, compañeiros, amigos, inimigos. O relacional afecta ao mellor e ao peor de cada persoa. Cando nos desconectamos por algunha ameaza sentida como adversidade ou frustración, tamén a relación é ponte para volver conectar.

O relato da Creación evidencia os riscos da soidade. Deus mesmo creounos relación e inaugurou o acompañamento. A soidade do primeiro ser humano faille experimentar unha distancia insalvable respecto de Deus mesmo e dos animais. É entón cando creou Deus o ser humano plural, o ser en relación. Para establecer unha comunicación e un diálogo equiparable, de ti a ti, fai falta outro. É mirándonos no espello dos outros —e en diálogo con eles— como aprendemos a identificarnos a nós mesmos, a identificar os demais, todo ser que alenta e o mesmo Deus. «Tanto a soidade como a comunicación e o xúbilo do encontro forman parte substancial da autoconsciencia humana»⁷. A vocación primeira é vocación á relación, á alteridade, ao coidado; prolongar ese dinamismo creador coa nosa vida.

O prólogo do evanxeo de Xoán comeza remitíndonos, de novo, á Palavra Creadora, a que agora coñecemos como comunicación

7 ELOY BO DE LA FUENTE, *La revolución antropológica, ¿Más allá del humanismo?*, Fuente, Burgos 2020, 39

chea de sentido, de apertura ao diálogo e encontro mutuo. Palabra encarnada en Xesús, que se fai acompañamento. Sae ao encontro, regala preguntas de vida, fai camiño connosco, séntanos á súa mesa e fainos compañeiras e compañeiros, quizá para axudarnos a entender, un pouco máis, aquilo de que somos seres en relación e «os outros» son lugar teolóxico de revelación.

Hoxe, nos tempos que corren, vivimos incertezas persistentes. Abundan as soidades letais, crece a crise de sentido e cada día topamos con novos camiños pechados nos roteiros que ata hai pouco transitabamos con certa seguridade. Habitar o acompañamento e facelo existir, ilumínasenos como práctica solidaria e subversiva, ao mesmo tempo, capaz de dar un envorco ás dinámicas de exclusión, illamento, indignidade e sen sentido.

1.3. *Cando habitamos a palabra descubrimos a súa «vida secreta»*

Expresámolo con título de película: «as palabras teñen unha vida secreta reveladora de sentido que nos está reservada a quen nos relacionamos con ela. É así como deixan de ser só palabras para transformarse en potenciais de vida, porque as levamos dentro»⁸. Por que paraxes se nos vai revelando esta vida secreta?

- Non malgastar a palabra.

Hai camiños cara a ningures. Identificalos axuda a non desorientarse. Erramos o camiño cando malgastamos a palabra terxiversándoa. Dio Benedetti no seu poema «Palabras»:

*No me gaste las palabras
no cambie el significado
mire que lo que yo quiero
lo tengo bastante claro.*

*No me ensucie las palabras
no les quite su sabor
y límpiense bien la boca
si dice revolución.*

8 ISABEL COIXET, *La vida secreta de las palabras*, España 2005

Cando pretendemos «axudar a outros» percibidos en posición de inferioridade e sentímonos como supostos axudadores que saben, deciden, aconsellan etc., a experiencia ensínanos que malgastamos a palabra. Cando «utilizamos» os outros, de maneira aberta ou sutil, consciente ou inconscientemente, adulteramos o termo. Cando pretendemos «falar en nome de Deus» poñendo na súa boca as nosas palabras, sen atender respectuosa e lucidamente ao que latexa no corazón, tomamos o nome de Deus en balde. Cando acompañar entendémolo como sinónimo de dirixir, impoñer, controlar, crerse superior etc., estamos «a prostituír» o que o acompañamento significa. Canto que desaprender! Polo menos, esa é a nosa experiencia persoal. Caer na conta diso e decidírmonos a non malgastar a palabra, é o primeiro paso para habitala.

- Co acompañamento brotan palabras ignoradas.

Os seres humanos simbolizamos con palabras todo o que vivimos. A palabra, en última instancia, ordena a experiencia: o percibido, o sentido, o pensado; xestos, emocións, signos, comportamentos; o esperado e o inesperado, o rutineiro e o novo; o que nos produce satisfacción e temor, asombro e novidade, ou aquilo que nos afunde no fastío e a desesperación. Todo o que vivimos necesita ser ordenado coa palabra: intercambios fortuítos, conversacións pausadas, lecturas, poesía, música, símbolos, rutinas e emocións espirituais, todo.

Despois de algo vivido, pensámolo en silencio e mesmo o soñamos. Falámolo connosco mesmos, cos demais e –se somos cren– tamén con Deus. O recordo do feito conéctase con outros recordos ata atopar o seu lugar no contexto apropiado, dentro do relato xeral da nosa vida, para permanecer aí como memoria viva con nome propio. Así vai xurdindo a palabra que nos identifica e nomea, a que resume o discorrer da existencia, as alegrías, sufrimentos, anhelos e proxectos polos que vivimos; o que verdadeiramente amamos; o que nos sustenta e atrae. Así brota a palabra de creación; se non, quedará rebulindo como palabra ignorada en detrimento da vida. En última instancia, as palabras ignoradas son

esas palabras de sentido que se escoitan no profundo e ofrecen nova luz a todo o que vivimos.

Psicólogos de moi diversos enfoques estudaron este proceso ao longo do tempo, Acordámonos de Carl Rogers, Abraham Maslow, e na actualidade Francine Shapiro⁹, por citar algúns. A súa tese é: cada experiencia é lembrada e queda procesada cunha vivencia obxectiva e realista precisamente por ese mecanismo e capacidade do noso cerebro de reelaborala. Queda arquivada no relato xeral da nosa vida cunha cor determinada, a cor da alegría ou da dificultade, do sentido ou do sen sentido; do amor ou desamor.

- ...e libéranse as palabras perdidas que levamos dentro.

Hai tamén experiencias de alta intensidade emocional que non son facilmente dixeribles; outras, consumímolas sen volver a elas para escoitar o seu significado, todas elas quedarán fixadas no cerebro como palabras perdidas que nunca chegarán a liberarse, en detrimento da vida para quen o padece. As palabras perdidas «como mandas de peixes rebolen na nosa cabeza, e apíñanse nas cordas vogais pugnando por saír e por ser escoitadas polos demais, e ás veces pérdense nese camiño entre a cabeza e a garganta. Palabras perdidas durante moito tempo vagan nun libro de silencio e un día saen a gallarón e cando empezan a saír, xa nada pode paralas»¹⁰.

Sorprendícheste na relación con alguén, ao escoitar os berros de palabras ignoradas que ti non sabías que existían: sede de sentido, sede de Deus, anhelo de infinito, misterio, amor, dor, perdón, grazas, compromiso? Lendo este texto aflora algunha palabra perdida que pugna por saír dentro de ti: culpa, medo, sufrimento...?

Acompañar é unha experiencia que xera froitos de vida e liberación, sanda e fai crecer. Marisa Moresco, unha vez máis, lembrámoste como parteira de vida. Co teu xeito de acompañar axudaches

9 Cf FRANCINE SAPHIRO, *Supera tu pasado*, Esta muller, cos seus descubrimentos, é pioneira no avance das psicoterapias de trauma.

10 ISABEL COIXET, https://elpais.com/diario/2005/11/25/cinema/1132873213_850215.html (consultado o día 7 de setembro 2022)

a liberar palabras estranguladas e perdidas que rouban a enerxía e alimentan os medos. A túa mediación contribuíu a dar a luz palabras de Vida ignoradas que latexan no profundo do corazón¹¹.

2.- Falamos de acompañamento espiritual na vida diaria

A aposta de Ruaj desde hai anos é promover a cultura do acompañamento nos diferentes contextos e ámbitos nos que nos movemos neste mundo noso: mostrarnos aprecio e recoñecemento mutuo e facilitarnos espazos para explicarnos o que vivimos, a base de pensar e profundalo ata chegar ao corazón, en sentido bíblico. Referímonos ao acompañamento espiritual no medio da vida, nas diversas situacións persoais, grupais e globais que se presentan.

2.1. Acompañamento

Acompañar significa «compartir tempo e espazo con alguén máis, compartir o mesmo pan». Iso é o que nos fai compañeiros. E se compartimos o pan, compártese a vida, a intimidade, as alegrías, as dificultades e inquietudes; os retos e desafíos. O camiñar faise conxunto e en proceso.

O asunto, pois logo, vai de relacións e encontros saudables. Relacións de respecto, coidado e bo trato como corresponde a quen recoñece a dignidade de toda persoa, polo feito de selo. Relacións testemuñais, aquelas que anuncian coa vida as conviccións que aniñan no corazón e alentan no día a día. Relacións reflexivas, que activan a creatividade, alargan o corazón e axudan a conectar co profundo que nos constitúe.

Coa mediación do acompañamento creamos condicións para crecer cara a dentro, cara a fóra e cara ao profundo. A mirada retrospectiva trae á memoria os rostros e nomes de mulleres e homes, grupos e comunidades testemuñas. Aquelas e aqueles que exercen esta tarefa solidaria de darnos a man para crecer e vivir gozando do amor de Deus, que coa súa iniciativa sempre nos precede, sae ao

11 Cf. LOLA ARRIETA, «Marisa Moresco, Honradez y ternura» en LOLA ARRIETA E ELISA ESTÉVEZ (coords), *Acompañar en las periferias existenciales*, Narcea, Madrid 2020, 159-196

noso encontro e fainos chegar a súa invitación en liberdade, para prolongar o seu dinamismo creador no camiñar conxunto con toda a familia humana, como dixemos anteriormente.

O acompañamento, así entendido, non é un acto privado, nin é unha técnica. Ao contrario, é un acto político e con repercusións sociais de alto calado¹². Un modo de relación subversivo. Xerar cultura de acompañamento é activar conxuras a favor da vida; saír ao encontro, compartir proxectos e camiñar xuntos/as¹³.

2.2. *Acompañamento espiritual*

Falamos de acompañamento espiritual, é dicir con espírito e co Espírito. É precisamente o Espírito santo de Deus quen fai espiritual o acompañamento. El está e habita no profundo de todo o real e de cada corazón humano, sexamos ou non conscientes da súa presenza.

Sostemos que os humanos somos corpo, mente e espírito. Así o expresa a Biblia e tamén algúns mergulladores na alma humana, coma Víktor Frankl cando identifica a responsabilidade, a liberdade e a espiritualidade como as tres grandes categorías desde as que nos entendermos como persoas. O espírito humano ou o corazón, en sentido bíblico, é a facultade máis nobre que nos configura, desde ela todo o que somos pode unificarse. Aléntanos a convicción crente de que o espírito humano entra en comunión co Espírito Santo de Deus (Rom 8, 16) e expandíndose por todo o ser pode transformarnos.

Desde o espírito podemos coordinar todas as outras dimensións que nos constitúen. Podemos pensar en totalidade, contactar coa propia conciencia, decidirmos con alegría, vontade e liberdade a seguir a chamada de Deus, o proxecto de amor para cada un, descuberto como vocación persoal. Todo iso se sente nos movementos que o Espírito de Deus suscita. De aí a importancia de vivir conectados co corazón.

12 A cultura do acompañamento está emparentada coa cultura do coidado. Cf. VITORIA CAMPS, *iTempo de cuidados. Otra forma de estar en el mundo*. Arpa, Barcelona 2021

13 Cf. Francisco, *Fratelli Tutti. Carta encíclica sobre a fraternidad e a amizade social*. Vaticano, 2020

No acompañamento sempre somos tres, dicimos en Ruaj. Recoñecemos o Espírito como verdadeiro acompañante, que traballa en equipo connosco. El é quen move o vento, como di Xesús a Nicodemo no Evanxeo de Xoán. «Ruaj define a libre vontade de Deus coa creación, especialmente cos homes e ante todo co seu pobo; o Espírito ten sentido só a nivel de relación»¹⁴.

Obxectivo último do acompañamento espiritual é, pois logo, axudar a facer camiño ao corazón, e desde alí, conectados co profundo, detectar que ventos move e non move Ruaj e cara a onde suxire avanzar. No acompañamento espiritual buscamos esa claridade e luz para detectalo, acollelo en liberdade e reorientar o camiño segundo as leis da vida e do Espírito. Crear condicións para facer experiencia cristiá de Deus en toda realidade, experiencia de Espírito, que dixo Rahner¹⁵.

2.3. *Acompañamento espiritual na vida diaria*

O acompañamento non se dá nas nubes, si nas situacións e contextos da vida cotiá, porque estes sempre nos afectan. O contexto é todo o que alude á realidade da vida e as culturas, a historia e o mundo. Aínda que sabemos que non determinan absolutamente, sabemos o moito que condicionan, embazan, dificultan ou facilitan os procesos de crecemento e o recoñecemento da presenza do Espírito neles. Os contextos singularizan cada situación, o estilo de vida cotiá, a calidade coa que vivimos, o carácter dramático ou gozoso do que acontece, todo inflúe.

Acompañar a vida é interesarse por todo o que ocorre nela, os seus movementos e vaivéns, inscritos nas coordenadas de espazo e tempo. Como acompañantes nunca podemos escoitar os relatos desconectados desa realidade, o oído sempre estará atento ao que cada persoa comunica, ás crenzas que subxacen no que expresa e aos movementos profundos que se suscitan no seu corazón.

14 JOSÉ RAMÓN BUSTO, «*El Espíritu en la Tradición Bíblica*», Sal Terrae/ 108 (2020), 394, citando a Novo Dicionario de Teoloxía Bíblica

15 K Rahner, *Experiencia de Espíritu*, Narcea, Madrid 1977

3.- «Acoller a Vida acompañando a vida» móstrasenos como a entraña do acompañamento

A palabra Vida escrita con maiúscula a primeira vez e con minúscula a segunda¹⁶. Esa é a finalidade última do acompañamento espiritual, sexan cales sexan as nosas coordenadas de situación no camiño.

Buscar a Deus ata atopalo ou, mellor dito, descubrir a manifestación de Deus no que vivimos ata sorprendernos atopados por El. Con este modo de acompañar secundamos a misión de Xesús: «Vin para que teñan vida e vida en abundancia» (Xo 10, 10).

A experiencia de acoller a Vida que é Xesús o Cristo, é a experiencia mesma da salvación. A iniciativa é de Deus, a responsabilidade e liberdade da acollida é nosa. O acompañamento prepara o camiño para facernos conscientes de como se vai entretecendo o encontro de liberdade e graza entre Deus mesmo e cada un de nós, coas súas continuas manifestacións no medio da vida. O noso é buscar ata atopar, e cando Deus mesmo se revela polo seu Espírito, como pasou con Xesús, asentir e consentir a iso, aplicándonos na misión de acompañar a vida, desde o máis xenuíno do noso ser. Iso é o apaixonante do camiño! Así se tece a vida como vocación e o facerse discípulo.

3.1. *Mediante encontros entre compañeiras e compañeiros*

A acción de acompañar realízase, sobre todo, a través das relacións e «encontros de mediación entre compañeiros/as»¹⁷. Encontros persoais e comunitarios; puntuais ou sistemáticos; fortuítos ou

16 Cf LOLA ARRIETA, *Acoger la VIDA, acompañando la vida*. El acompañamiento en la vida diaria, Frontera-Hegian, Vitoria 1999. Esta definición confírmase e ratifica no tempo. *En cada encontro de acompañamento dásenos poder vivir unha experiencia de Revelación*. A finalidade de acoller a Vida acompañando a vida significa que toda a vida cotiá é epifanía de Deus se penetramos na profundidade do corazón: as relacións, as alegrías e sufrimentos etc. Por iso é polo que acuñamos a expresión V/vida cando nos referimos a esta experiencia.

17 A categoría *compañeiros* é central no noso modo de entender o acompañamento. Con ela distanciámonos das *asimetrías* propias doutros enfoques de acompañamento. A extensión deste texto non nos permite estendernos nun punto sensible hoxe.

programados. Cada vez que nas relacións acontece a experiencia de encontro, estas penétrannos polos roteiros do acompañamento.

Nos devanditos encontros compartimos a vida. Facemos materia de conversación de todo o que pasa. O corpo coa súa linguaxe, a mente coas súas significacións e o cerebro cos seus sistemas de procesamento da información, contribúen a percorrer o camiño cara ao profundo. Alá no corazón detectamos o traballo do Espírito, os movementos que suscita, as mensaxes que deixa, as direccións que suxire. Este diálogo, en soidade acompañada, xera experiencias insólitas, causas e efectos diversos que, posteriormente, convén contrastar e discernir para tomar as decisións oportunas en liberdade, en orde a acoller ou rexeitar o que se suscita.

Así imos aprendendo aos poucos, lenta e pacientemente a arte de acompañar e acompañarnos con discernimento. Oficio necesitado de estudo, reflexión, contemplación, experiencia e práctica contrastada. Require de mediadores e testemuñas, aqueles que viviron a experiencia de Espírito. É precisamente dita experiencia a que nos permite entender o que significa ser compañeiros-acompañantes-mistagogos, coma Xoán con Pedro no lago cando este coidou ver unha pantasma e sentiu medo. Unha mensaxe clara e breve, «*o Señor*» (Xo 21, 7) expresada con profundo respecto e discreción, como compañeiros, permítelle a Pedro reconectar coa súa propia experiencia, recoñecelo e atravesar o seu transo, cambiando totalmente a súa actitude.

Xesús, o Señor, compartindo connosco o seu pan e a súa vida, fainos compañeiras e compañeiros, convidanos a beber da mesma copa, fainos familia, discípulos, fillos do Pai pola súa mediación, irmás e irmáns entre nós. Da súa experiencia aprendemos a colocarnos «*á beira*», nin diante, nin de fronte, nin detrás, acertando a recoñecer e respectar que hai un lugar para cadaquén.

O encontro entre compañeiros/as é un modo de relación en clave de equiparabilidade. Non nega as diferenzas en idade, cultura, circunstancias, experiencias etc. A dignidade humana é a esencia común a todas as persoas que nos fai merecedoras de respecto e suxeitos con capacidade para os mesmos dereitos. A dignidade

humana defínese como a inviolabilidade de cada persoa. O recoñecemento de que non pode ser utilizada polos demais como un mero instrumento»¹⁸.

Saber estar como compañeiros/as ten consecuencias prácticas en cada encontro: cada un achega o que lle é propio, o acompañado o que quere profundar, o acompañante escóitaa atenta con lucidez de discernimento. Non con relacións verticais arriba-abaxo, non con relacións de dominio-dependencia; si co modo de relación propia de discípulos-compañeiros, sabéndonos cada un nun tramo da vida, nunha situación diferente, pero ambos, no camiño de Xesús e necesitados de acompañamento igualmente, aínda que de forma diversa.

4.- Catro palabras-claves a ter en conta para acompañar

Cando nos preguntan cales son algunhas claves que non poden faltar na práctica deste xeito de entender o acompañamento, de inmediato brótannos catro palabras-clave que se nos confirman no tempo: a) mediación; b) escoita; c) vínculo, e d) discernimento.

4.1. *Mediación*

O diálogo de acompañamento en por si é unha estrutura de mediación. Vivímolo en concerto con outras mediacións. Concrétase en dedicar espazo e tempo para os encontros –en conversacións de ti a ti e en grupo–, eses diálogos de interiorización, contraste e procuras compartidas no camiño da vida.

Somos tres, dixemos. A aprendizaxe da mediación chéganos coa experiencia de ser acompañados e acompañar. Xoán o Bautista é icona diso: «polo encontro transformante entre Xoán (Bautista) e Xesús xorde un chorro de vida que chega a outros, é a mediación

18 Dá que pensar a insistencia actual de tantos autores aludindo á *dignidade*, «esa esencia común a todas as persoas que nos fai suxeitos con capacidade para os mesmos dereitos e merecedoras de respecto para non sermos tratados como meros instrumentos» (Kant) Dignidade que se nos confire pola filiación «somos fillos no Fillo» (Ef 1, 3-14, 5) cf. JONAN FERNÁNDEZ, *Vivir y convivir. Cuatro aprendizajes básicos. Una búsqueda de lo humano para encontrarnos en lo universal*, Alianza, Madrid, 2008, 149;

que axuda a descubri-lo, anunci-lo, interesarse por El, entrar en relación directa con el. A forxa fundamental de todo acompañante espiritual é a experiencia fundante de atoparse con El»¹⁹.

4.2. *Escoita*

Escoitar para que o silencio e a palabra sexan. A escoita é o idioma do acompañamento. Actividade peculiar que abre espazo ao outro, acólleo na súa alteridade e préstalle atención. Xera unha caixa de resonancias na que o outro se constrúe e libera falando²⁰. Crea as condicións para que na persoa que fala se dean a luz as ata entón palabras ignoradas, libérense as perdas e, conectado co profundo do corazón, tamén chegue ao silencio, que fai perceptible a Palabra. Escoitar é a actitude relixiosa por excelencia. «Escoita» é a actitude demandada polo noso Deus para darnos a coñecer o seu proxecto e proposta de Amor. Escoita na que o silencio e a palabra se alternan²¹.

4.3. *Vínculos*

Non falamos de dependencias. Vincularse conleva un compromiso. Xera a certeza de sentir que facemos o camiño acompañándonos. Os vínculos sans son a alternativa a unha relación manipuladora de dominio-dependencia. No acompañamento a vinculación constrúese cun trato respectuoso e empático. Respecto que se mostra a través dos límites, acertar á distancia xusta e precisa que promove a confianza e a seguridade nos outros; saber estar á beira con tacto e prudencia para non espertar sentimentos de temor, invasión, violencia ou seducións sutís. A claridade nas mensaxes axuda a iso. No Xesús dos evanxeos atopamos

19 Cf. MARISA MORESCO E LOLA ARRIETA, *Sentido y oportunidad del acompañamiento espiritual hoy. Entender y practicar el acompañamiento*, Apuntamientos. Materiales Ruaj, Salamanca 2008

20 Cf. BYUNG-CHUL HAN, *L'expulsion del distinto*, Herder, Barcelona 2017, 114, citando a Elías Canetti

21 Sobre esta cuestión da alternancia entre o silencio e a palabra e as súas repercusións no acompañamento, resúltanos suxestiva a reflexión de Klaus BERGER, *Callar. Una teología del silencio*, EVD, Estella 2021

un manual inesgotable sobre vínculos nas relacións. Á súa luz caemos na conta da importancia radical que ten o noso modo de construír as relacións.

4.4. *Discernimento*

Acompañar con discernimento é unha actitude ante a vida e unha práctica sen a cal deixariamos o Espírito fóra do equipo. Ten que ver con pensar, explicarnos o que vivimos, clarificar o que pasa e o que nos pasa no que ocorre, tomar decisións. Ten que ver coa actividade do Espírito no profundo de cada corazón e de toda realidade.

Acoller a V/vida supón permanecer atentos/as ao latexo desa VIDA en cada situación, «por aí insinúase o Espírito». Esta apaixonante actitude non se improvisa, pide decisión e práctica ata facerse hábito. O verdadeiro discernimento cristián dáse cando tratamos de vivir crendo, despregando a vocación singular que se nos deu coa vida e tomar as decisións oportunas para iso.

5.- Acoller a Vida acompañando a vida concrétase segundo os contextos e os ámbitos nos que acompañamos

Se o acompañamento espiritual na vida diaria nos aparece como unha mediación valiosa nos diferentes ámbitos, merece a pena concluír a nosa reflexión preguntando: Cal pode ser a liña forza do acompañamento neles?²² Suxerimos algúns, desde a nosa experiencia:

5.1. *Acompañar e non abandonar, nas situacións de especial sufrimento, precariedade e vulnerabilidade*

Os ámbitos nos que isto ocorre son moi diversos: sociais, sanitarios, exclusión, violencia, malos tratos e unha infinidade de situacións, que cada un prolongamos desde a experiencia. En todos

22 O Congreso de Laicos celebrado en Madrid en marzo do 2020 deunos a oportunidade de recoller algunhas reflexións respecto diso. Ver: COVADONGA ORELLAS, «Vivir en modo acompañamiento», *Revista Ecclesia Pueblo de Dios en salida*. Ponencias del Congreso Nacional de Laicos (2020)

estes transos faise verdade aquilo do cuarto cántico do servo «Non hai nel parecer nin fermosura que atraia as miradas». O sufrimento non soamente nos espanta, senón que nos estremece, repele, altera as nosas emocións e sentimentos, e desde aí, moitas veces, descontrolámonos.

A clave para acompañar e non abandonar nestas situacións é facer con outros, tender a man e contar con, non facer por senón con. Isto pide presenza, converter as nosas actitudes e desenvolver habilidades acordes coas necesidades identificadas en cada situación. Pídenos desprendemento, aprender unha xestión de emocións que non se improvisa, unha mirada capaz de atravesar as dificultades, a precariedade, a soidade, Para entrar no corazón dunha persoa hai que pedirlle permiso, descalzarse e entrar no bico dos pés consciente de que se pisa terreo sagrado²³.

5.2. Apoiar e alentar o crecemento no acompañamento a mozos, familias, e no ámbito da escola

A clave está en desenvolver actitudes que se convertan en boas prácticas. Non actitudes moralistas, cheas de «deberías de», desexos, «propostas para imitar»: «Fai o que che digo, que eu sei moi ben o que che convén». Trátase de desenvolver actitudes saudables que se transmiten nas relacións e as palabras como son: achegarse con empatía, validar, apoiar os outros estando ao seu lado, camiñando canda eles, sen invadir, nin maltratar nin abusar; respectando profundamente os límites, apoiando a configuración dos mesmos, tomando absolutamente en serio a liberdade²⁴.

5.3. Ser sal e luz na iniciación cristiá e discernimento vocacional

Juan Martin Velasco, referíndose á cita de Mt 5, 13-16 escribe: o texto non di «debedes ser, tedes que» ser sal e luz, senón que nos

23 Cf M.^a DOLORES LÓPEZ DE GUZMÁN, «Vendar las heridas, acompañar el dolor y la curación», *Sal Terrae* 99, 1154 (2011), 232. Para ampliar este contido ver tamén: «Acompañar en las periferias existenciales» ob. cit., en nota 10, 87-158.

24 O libro dos II Círculos de encontro Marisa Moresco *#familias que importan*, recolle achegas que poden ser de gran utilidade para profundar neste ámbito, Narcea, Madrid 2021

di «sodes sal e luz»²⁵. Sabemos que, pola forza da chamada, pola atracción de Xesús Cristo, pola presenza do Espírito, é esa convicción a que nos dá o poder ser mediadores e testemuñas, porque somos sal, porque somos, fomos configurados, como luz.

Ofrecer o acompañamento persoal e comunitario en comunidades cristiás e grupos de buscadores que acollen e acompañan, que teñen como prioridade atender aos últimos, e que practican entre eles o ser boas compañías. E isto actívase por capilaridade na comunidade que formamos os crentes.

5.4. Acoller a Vida, acompañando a vida cos buscadores de Deus e do sentido

O punto de partida e as motivacións destas procuras son moi diversas. A clave do acompañamento nas procuras é a do proceso. Estar aí, no momento que vive cada persoa para acompañar con discernimento e distinguir a voz do Espírito de entre as moitas outras voces que poden afogala. Detectar as mocións que o moven cara ao despregamento profundo do seu ser, o que se lle deu desde o principio coa vida.

6.- A modo de conclusión

Terminamos a nosa reflexión compartindo algúns enunciados abertos que nos axudan a reflexionar e matízansenos no día a día sobre o valor do acompañamento:

- A posibilidade de acompañar é para todos/as, non está reservada a uns poucos/as privilexiados.
- Acompañar é exercicio de inclusión, se vivimos con sentido a nosa pertenza á gran familia humana.
- O acompañamento hoxe en día é mediación privilexiada de diálogo e anuncio. Ante a crise de mediacións e estruturas na nosa Igrexa, a mediación do encontro é indispensable para coñecer a Xesús e vivir a vida en fe.

25 Juan MARTIN VELASCO, *Ojalá escuchéis hoy la voz del Señor*, PPC, Madrid 2013

Acompañamos con espírito e co Espírito. Os cristiáns recoñecemos o Espírito de Deus que penetra e habita o noso espírito humano, cando nos abrimos para recibilo e deixarnos transformar por El. Cando vivimos conectados co noso espírito, a vida pode «dar máis de si», como di Simone Weil²⁶. Hoxe en día, a fe ten vocación de experiencia, vocación de encontro e no acompañamento contribuímos a descubrir a Vida que recibimos na vida.

O Papa Francisco recomenda decididamente o acompañamento para toda a Igrexa:

«A Igrexa terá que iniciar os seus irmáns –cregos, relixiosos e laicos– nesta «arte do acompañamento», para que todos aprendan sempre a quitar as sandalias ante a terra sacra do outro (Ex 3, 5). Temos que dar ao noso camiñar o ritmo sandador da proximidade, cunha mirada respectuosa e chea de compaixón, pero que ao mesmo tempo sande, libere e alente a madurar na vida cristiá» (EG, 169).

Pilar Wirtz, coa que tanto compartimos e seguimos a compartir as nosas reflexións sobre acompañamento di respecto diso: «o acompañamento integral – espiritual, é unha mediación maiéutica que busca propiciar que a persoa acompañada poida «dar a luz» o seu ser máis verdadeiro: ese que a forza creadora de Deus está a buscar e a traballar nela aí onde se atopa»²⁷.

No camiño atopámonos.

Lola Arrieta Olmedo
Equipo Ruaj. Salamanca

26 SIMONE WEIL, *Escritos esenciales*, Sal Terrae. Mensajero, Santander 2000, 94

27 PILAR WIRTZ, *Dios crea por amor*, Seminario de formación en acompañamiento, Rede Miriam, Salamanca, 2015. Apuntamientos.