

PRÓLOGO

SEBASTIÁN MORA ROSADO

Una noche de frío invierno, tomando una infusión, una chica residente en la Casa de Acogida de Cáritas Madrid para enfermos de VIH/SIDA me asaltó con esta pregunta: ¿por qué vienes a ayudar? No recuerdo qué le contesté. Seguramente mis mecanismos de defensa impiden que me acuerde de mi torpe argumentación. Sí recuerdo que no me esperaba la pregunta y que me pilló desarmado. Desde entonces, hace más de veinte años, no he dejado de ver su rostro interrogándome a lo más profundo de mi alma: ¿por qué vienes a ayudar?

Mi vida, personal y laboral, se ha movido de forma permanente entre personas, grupos y organizaciones que han hecho del “ayudar” su misión y su vocación. Especialmente en los ámbitos sociales y de la cooperación internacional. En toda esta trayectoria, vital y profesional, me he topado con lo más excelso del ser humano y, al mismo tiempo, he bajado a los infiernos más sulfurosos del imperio de la injusticia. He convivido con personas y comunidades que se han gastado y desgastado por sacar a flote una ligera sonrisa; por construir un puente al futuro para personas desplazadas y expulsadas de este mundo inmisericorde. He podido contemplar, a flor de piel, la “disposición instintiva al amor” (idea que el autor utiliza con profundidad y toma prestada de Otto Kernberg) que brota del fondo más genuino de lo humano. Pero también, con todo el dolor de mi corazón, he palpado cómo el “ayudar” se ha convertido, algunas ocasiones, en estructura de poder, dominación y abuso. Esta ambivalencia del “ayudar” me ha descorazonado, no pocas veces, al no poder comprender e interpretar los mecanismos que se ponen en juego en las personas que nos denominamos “ayudadores”.

Al leer este libro, que tengo el honor de prologar, con su propuesta de “psicología de la sana sospecha”, he podido encontrar una novedosa arquitectura de comprensión del proceso –en palabras del autor– “poliédrico, dinámi-

AYUDAR

co, transformador y enormemente movilizador” del ayudar. Me ha permitido hacer memoria y recordar (volver a pasar por el corazón) vivencias y experiencias que han adquirido una nueva luz. He rememorado los numerosos encuentros con voluntarias y voluntarios de Cáritas en labores de ayuda tratando de desentrañar nuestras motivaciones, razones y pasiones del ayudar. He vuelto a escuchar, en mi interior, las reiteradas frases enunciadas miles de veces por las personas que intentamos, a veces sin acierto, hacer “bien el bien”. Frases que el autor va exponiendo a lo largo del texto, dotándolo de fresca narrativa, y que testimonia que Alberto no solo es un investigador del ayudar, sino que se ha manchado las manos y el corazón en los procesos de ayuda. *Recibo más de lo que doy, no sé qué haría sin ellos, les ofrezco lo que realmente necesitan, no puedo descansar mientras quede alguien pasándolo mal...* Estas y tantas otras viñetas, como Alberto denomina su capacidad de ejemplificar, adquieren en la lectura rostros y acontecimientos concretos. Este es el primer aspecto que me gustaría destacar. Nos confrontamos con un libro teórico; es decir, fundamentado, articulado, consistente y coherente. Pero, al mismo tiempo, con una clara pretensión práctica. No es el clásico libro de “autoayuda”, que por desgracia tanto abunda en nuestros días, sino un estudio serio y riguroso, desde la perspectiva psicodinámica, que está abierto con naturalidad al uso práctico de grupos y organizaciones.

Tal como narra varias veces el autor, no es una obra sobre las “patologías del ayudar”, sino sobre la inmensa humanidad que conlleva el proceso de ayuda. Ahora bien, como buen psiquiatra y jesuita, sustentado en la espiritualidad ignaciana, no puede menos que enarbolar una cierta psicología (filosofía) de la sospecha. La feliz expresión del filósofo Paul Ricoeur, al acometer un estudio sobre Freud, otorga la clave hermenéutica de todo el libro. Al fijarnos en los diferentes resortes que se ponen en juego en el proceso de ayudar, no podemos pasar por alto ciertos “dinamismos intrapsíquicos y elementos intersubjetivos que, de forma especial, danzan abrazados entre ayudado y ayudador”. Estos dinamismos son ambivalentes y paradójicos, tal como es el ser humano en su profundidad más recóndita. Las fronteras entre la luz y las tinieblas pueden estar más enredadas de lo que pretendemos cotidianamente. Nos defendemos ayudando, crecemos ayudando, nos transformamos ayudando en un dinamismo complejo e incierto que se tambalea por las fronteras de la ambivalencia. Ahora bien, esta sana sospecha no puede hacernos caer en una visión “penalizadora del ayudar”. Ayudar, y este es el esfuerzo teórico más importante de la obra que presentamos, es “una relación de amor en la que la experiencia de la alteridad posibilita nuestra progresiva madurez humana”, que renace entre sospechas, pulsiones y deseos. Pero necesitamos, y este es el desarrollo fundamental de la obra, dar un rodeo hermenéutico para hacer preguntas a nuestras estereotipadas respuestas. El ayudar genuino es posible y necesario, pero debe ser amasado desde una sana crítica y autocrítica.

PRÓLOGO

En el ámbito de los cuidados sanitarios es muy usual emplear la figura del “sanador herido”. Esta imagen nos confronta, en los procesos de ayuda, con nuestros dinamismos interiores y nuestra íntima vulnerabilidad. El proceso de ayudar, y es una idea fuerza del autor, nos confirma la constituyente herida esencial que nos hace humanos. Nos hace comprendernos como seres edificados sobre la finitud, la vulnerabilidad y la fragilidad. En esta constitutiva *precariedad* del ser humano el denominado “yo” es, “hasta la medula de sus huesos, vulnerabilidad extrema” (Levinas). Sin mencionar esta figura del “sanador herido”, que tiene resonancias mitológicas en el sacrificado *Quirón* y que tematizó Carl Jung, el autor nos sitúa permanentemente en la “fuerza que brota de la debilidad”. La dinámica del ayudar nos proporciona elementos de autoconocimiento que llevan implícita la integración de las propias sombras. Sombras que no inhabilitan el ayudar, sino que lo contextualizan en su grandeza y su fragilidad. Además, nos recuerdan que tan importante como ayudar es dejarse ayudar para recrear esa danza, que mencionábamos anteriormente, entre el ayudador y el ayudado.

Citando al teólogo belga Adolphe Gesché, nos muestra cómo el ayudar nos sirve para comprender(nos) en los demás el “enigma que somos”. Nuestras heridas, tamizadas por la sana sospecha y reconstruidas, son ámbito de sanación, de comprensión y madurez. Las heridas no agotan la genuina ayuda, que no solo es posible, sino que es liberadora y real. Esta es la buena noticia de este interesante estudio. La sospecha, la vulnerabilidad que somos, nuestras sombras más recónditas, juegan un papel esencial en la dinámica del ayudar. Ahora bien, no extinguen el anhelo de que “en lo recóndito de sí, toda vida persigue la virtud, la excelencia, la bondad”, como nos recuerda el autor citando a García-Baró.

Es más, el ayudar no es un accidente añadido al dinamismo del ser humano. El ayudar es una auténtica “necesidad de las personas”. Esta contundente afirmación que hace el autor, fundado en el enfoque modular-transformacional de Hugo Bleichmar, tiene profundas consecuencias antropológicas y éticas. El psiquismo normal se despliega desde un sistema motivacional que requiere ayudar, que necesita la impronta del otro para humanizarnos desde la alteridad. La conservación y procura del otro (heteroconservación) es clave y fundamental en el proceso de madurez humana. El ayudar no solo se constituye desde el juego agresivo y pulsional del psiquismo; más bien despliega dinamismos proactivos que constituyen la alteridad como algo inviolable y santo, tal como Alberto señala en la introducción.

El autor termina su escrito con una sana intención: “ojalá las páginas de este libro ofrezcan un intento que ayude a conjugar la *hermenéutica de la sospecha*, en palabras de Paul Ricoeur, con una *hermenéutica de la esperanza*”. Sin duda, esta es la clave sobre la que gira la propuesta teórica y su dimensión práctica: cómo ser esperanzados sin ser acrílicos. En los entornos

AYUDAR

de la ayuda demasiadas veces somos personas que profesamos un “optimismo sin esperanza” (Eagleton). Optimismo que descansa en una cómoda vida sin autocrítica y que se convierte en una auténtica religión de los satisfechos. La llamada psicología positiva, llevada a su extremo, acaba exaltando seres irreales en mundos ideales. La hermenéutica de la esperanza, sin embargo, requiere reflexión y compromiso (sana sospecha), y debe ser cultivada y cuidada mediante una continua práctica crítica (discernimiento) que reconoce las sombras y los fracasos pero no se rinde frente a ellos. Como he dicho en algún otro sitio “la esperanza es una virtud *teologal subversiva* porque activa las energías humanas hacia la transformación social” pero tiene, a decir de Péguy, la fragilidad de una pequeña niña. Porque la esperanza brota, las más de las veces, como latencia inadvertida en las sombras de la vida. Sombras que, tras leer este libro, adquieren luces novedosas que “barruntan la salvación” (Domínguez).

Aquella frase con la que comenzaba el prólogo, que tras veinte años me continúa haciendo hoy Nines (*¿por qué vienes a ayudar?*), sigue formando parte del misterio de lo humano. Pero hoy, tras pasear por el libro que presento, es un misterio abierto a nuevas preguntas que me estiran a la esperanza.