

LA MISERICORDIA EN LA PSICOTERAPIA

Dice Santo Tomás que hay que tener presente “que misericordioso es como decir que alguien tiene *miseria en el corazón*, en el sentido de que le entristece la miseria ajena como si fuera propia. Por eso quiere desterrar la miseria ajena. Este es el efecto de la misericordia.”¹ Si se entiende la miseria como un mal que hay que remediar, le compete propiamente a Dios, pues lo único que remedia las deficiencias es la perfección del bien y el primer origen de la bondad es Dios.²

Más adelante añade que se llama miseria sólo a “los defectos de la naturaleza racional, a la que le corresponde ser feliz; ya que la miseria se opone a la felicidad.”³

Las personas hoy en día recurren a un psicólogo en busca de ayuda porque se sienten angustiados, tristes, infelices consigo mismos o con alguna situación vital o relacional que no pueden enfrentar solos. Entonces esperan que el profesional los conduzca a una solución, ya sea para cambiar las circunstancias exteriores o para asumir una actitud distinta frente a los problemas que lo apenan. El psicólogo debe ayudar a remediar ese mal de alguna manera; se espera de él un apoyo para emprender el camino correcto para salir del mal que está padeciendo, a la felicidad que tanto desea.

Al menos respecto de las expectativas del común de la gente, la psicoterapia se ha convertido hoy en día en el lugar para desterrar los sufrimientos, los males y las miserias que aquejan al alma. En el mundo actual, el hombre alejado de Dios, de la vida sacramental y de gracia, busca en el psicólogo una especie de sacerdote laico, tal como lo había proyectado Nietzsche, y cuyo pensamiento ha tenido una influencia decisiva en la fundación del psicoanálisis.

Por eso, así como el sacerdote debe ser misericordioso en su ministerio, dispensando la gracia de Dios mediante el sacramento del Orden, el psicólogo –en su tarea específica– debe también poseer la virtud de la misericordia para ser instrumento, pero un buen instrumento, conducente a la gracia de Dios.

Pero ¿qué significa que un psicólogo sea misericordioso? ¿Cómo se debe poner en práctica la virtud de la misericordia? ¿las personas se curan en el ejercicio de la misericordia?

¹ S.Th. I q 21 a 3 corpus.

² *Ibid.*

³ S.Th. I q 21 a 4 corpus.

Según San Agustín la misericordia es la compasión por la miseria ajena, la cual nos mueve a socorrerla.⁴ Es propio de la miseria que el hombre sufra lo que no quiere, pues está en la esencia de la felicidad tener lo que se desea, como dice San Agustín “en XIII *De Trin.*, *es bienaventurado el que posee lo que quiere y nada malo quiere.*”⁵

De esta manera, analiza Santo Tomás los distintos tipos de males en los que sufre el hombre por lo que no quiere, pues “la misericordia encuentra ocasión en la miseria.”⁶ En primer lugar expresa, siguiendo a Aristóteles, que hay males que repugnan el apetito natural (pues todos los hombres quieren ser y vivir) y éstos arruinan y entristecen. En segundo lugar hay males que van contra la elección voluntaria libre, y aquí cita al Filósofo que afirma que mueven más a compasión los males que contrarían esta voluntad porque –las personas, esperando bienes– encuentran males. Y por último, la misericordia llega a su extremo con aquellas personas que reciben todo tipo de males, cuando siempre dieron bienes.⁷

De esta manera podemos enumerar distintos males por los cuales las personas consultan al psicólogo; las distintas situaciones en las cuales hay sufrimiento psíquico y se busca la ayuda de un profesional idóneo, que deberá ser misericordioso para curar esas "miserias" humanas.

De la primera forma de mal, encontramos hoy en día trastornos y enfermedades que son contra-natura (como por ejemplo la homosexualidad, la transexualidad, etc.) que realmente dañan a la sociedad y al individuo, sumergiéndolos en una de las más terribles miserias de nuestro tiempo. El matrimonio "se realiza plenamente en la unión entre un varón y una mujer" ⁸ que, abiertos a la procreación, son "fermento de vida nueva para la sociedad".⁹ Confirma el psiquiatra A. Adler este problema como patología, y sintetiza su causa: "la homosexualidad, cuyo número de adeptos crece día a día, explícate siempre como una evasión inconsciente ante un peligro que amenaza la vanidad del neurótico."¹⁰ Sólo respetando el orden natural puede darse la salud mental. Pero aquí no sólo encontramos todas aquellas formas en que se "arruina" el propio ser mediante conductas antinaturales, sino también aquellas situaciones en que se atenta directamente contra la vida propia o ajena (como en el aborto y la eutanasia).

⁴ Cfr. S. Th. II-II q 30 a 1 corpus.

⁵ S. Th. II-II q 30 a 1 corpus.

⁶ Ibid.

⁷ Ibid.

⁸ Exhortación Apostólica Postsinodal *Amoris Laetitia* del Santo Padre Francisco, n. 292.

⁹ Ibid, n. 292.

¹⁰ A. Adler, *El carácter neurótico*, Planeta-Agostini, Barcelona 1985, 38.

En la segunda forma de males enumerados por Santo Tomás, que "provocan más a misericordia" y mueven a compasión, estarían aquellos en los que las personas "eligieron" un bien, pero les sobrevino un mal inesperado. Podríamos ver aquí tantos casos de personas que buscaron el matrimonio pensando encontrar la felicidad en la formación de una familia, en un amor exclusivo con pertenencia hasta la muerte, y esto se ve frustrado por el divorcio, la infidelidad, las injusticias, la violencia psicológica y física, los agravios al cónyuge y a los hijos, la búsqueda de nuevas parejas, etc.

Hay situaciones en la vida en las que las elecciones son erróneas y llevan a muchos males, no sólo objetivos (como el propio deterioro físico, la disolución de la familia, etc.) sino también de grandes sufrimientos psíquicos y hasta enfermedades mentales estructuradas como tales.

Ciertamente hay situaciones en las que los trastornos psíquicos tienen carácter de pena -contrario a la culpa que es voluntaria y a la que se sigue necesariamente- a consecuencia de malas elecciones (por ejemplo el aborto, consumo de drogas, fornicación, adulterio, ira y resentimientos consentidos, manipulaciones concientes, etc.); y de estos dice Santo Tomás que también nos compadecemos como lo hacemos con el pecador.¹¹ Alfred Adler resalta la importancia de estos aspectos en la génesis de la neurosis. Dice así: "La neurosis es la ejecución de proyectos erróneos".¹²

Tenemos que considerar también que en algunas patologías psíquicas, encuadradas como neurosis, aparecen rasgos contrarios a la misericordia, como es la envidia, la cual, según afirma Santo Tomás "se opone de manera directa, por contrariar al objeto principal, ya que el envidioso se entristece en realidad del bien del prójimo; el misericordioso, en cambio, de su mal. Por eso no son misericordiosos los envidiosos, según el mismo Filósofo¹³ ni a la inversa." ¹⁴Y más adelante aclara que la envidia se opone a la misericordia y a la caridad.¹⁵

Alfred Adler describe este síntoma, propio de las patologías psíquicas, de la siguiente manera: (el neurótico) "Cada vez se hace más desconfiado de sí mismo y de los demás, y la envidia, la malignidad y las tendencias agresivas y crueles, con las cuales cree asegurarse la superioridad sobre el ambiente, van tomando un incremento cada vez mayor."¹⁶ Sus

¹¹ S.Th. II-II q. 30 a. 1 ad 1.

¹² A. Adler, *El carácter neurótico*, 18.

¹³ Aristóteles, *Retórica* 2 c.9 n.5 (Bk 1387 a3).

¹⁴ S. Th. II-II q. 36 a. 3 ad 3.

¹⁵ *Ibid.*

¹⁶ A. Adler, *El carácter neurótico*, 19.

elecciones y actitudes erróneas frente a la vida manifiestan su afán de poder y su deseo de estar por encima de los demás, de querer ser siempre superior a los otros.¹⁷

Santo Tomás enumera los tipos de personas que no tienen misericordia de los demás, y allí encontramos los miedosos, los que han sufrido muchos males, los llenos de ira por los males que han recibido y especialmente los soberbios. Dice el Aquinate: "Conforme a la Escritura: "No saben de misericordia ni la ira ni el arrebatado furor". Por la misma razón no se conmisera los soberbios, al despreciar a los demás y reputarlos malos; de ahí que juzguen que justamente sufren lo que están pasando."¹⁸ Ya hemos visto en la descripción de Adler, cómo los neuróticos en su afán de superioridad -compensando el sentimiento de inferioridad- tienen mal trato hacia los demás, denigrándolos hasta llegar a la crueldad.

La falta de esta virtud, la de la misericordia, genera síntomas que van estructurando trastornos profundos en la personalidad. De acuerdo a esto Alfred Adler afirma: "el neurótico se nos presenta, por lo regular, como un individuo orgulloso, egoísta, envidioso y avaro, que en todo momento pretende deslumbrar, ser él el primero, y que, no obstante, tiembla ante la posibilidad de un fracaso y retrocede atemorizado ante la necesidad de tomar una decisión."¹⁹

Al ser la causa de la misericordia los defectos y miserias ajenas como si fueran propias, los egocéntricos, los narcisistas, los que no son capaces de pensar en los otros y sentir con los demás por estar centrados en sí mismos, no son misericordiosos.²⁰

Entonces podemos preguntarnos ¿se puede hacer una psicoterapia "misericordiosa"? y ¿es necesario llegar a tener la virtud de la misericordia para ser sano mentalmente?

Que el psicólogo sea misericordioso significa principalmente que debe ser muy humilde para reconocer los propios defectos, y poder compadecerse de los males ajenos mirándolos como propios, sabiendo que por la propia debilidad podría caer en lo mismo. Es por estas razones que afirma Santo Tomás que los ancianos y los sabios son más misericordiosos.²¹

El psicólogo debe poder juzgar las situaciones que se le presentan y encontrar las soluciones adecuadas en el bien más perfecto. Por eso no es la misericordia como pasión lo que necesita en su ejercicio profesional, sino la virtud de la misericordia, la cual es regulada por la razón. De otra manera su trabajo sería extenuante, si tuviera que "padecer" y sentirse afectado por las problemáticas de todos los pacientes. Santo Tomás analiza este tema

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ S. Th. II-II q. 30 a. 2 ad 3.

¹⁹ A. Adler, *El carácter neurótico*, 48.

²⁰ Cfr. S. Th. II-II q. 30 a. 2 corpus.

²¹ Cfr. S. Th. II-II q. 30 a. 2 corpus.

afirmando: "De una segunda manera puede denominarse afección del apetito intelectual, si a uno le desagrade el infortunio ajeno. Tal afección puede ser regulada por la razón y ya regulada, puede dirigir los movimientos del apetito inferior. Por donde San Agustín dice que "esta afección del ánimo (la misericordia) sirve a la razón cuando se conserva la justicia, ora actuándola con el indigente, ora perdonando al arrepentido".²²

¿Cuál es la actuación que le compete al psicólogo frente a los males de las personas que recurren en busca de ayuda y consuelo?

Tener misericordia significa poder remediar esas miserias con sabiduría, curar esas heridas buscando el bien de la naturaleza, y ser instrumento para que pueda alcanzar la gracia de la caridad o acrecentarla, o sea el bien sobrenatural. Recordemos que dijimos al principio -siguiendo al Aquinate- que remediar los males en absoluto le compete al sumo bien, que es Dios, y secundariamente al hombre en cuanto participa de la misericordia divina.

Remediar las miserias será diferente en las distintas situaciones o males que hemos enumerado. En los males contra natura, lejos de incentivar la aceptación del problema como se hace en muchas corrientes psicológicas, es necesario buscar las raíces de esa inadecuación y sacar a luz los sufrimientos que les acarrea. Las personas con estos problemas consultan un psicólogo porque se encuentran sumergidos en la angustia por el desorden de la personalidad que les impide tener relaciones afectivas estables y proyectos de vida sanos. Corregir las conductas que se siguieron de elecciones erróneas es fundamental para iniciar un camino de salud mental. La vida de castidad y la separación radical de los ambientes corruptos (y muchas veces hasta promiscuos) es el primer paso para un cambio profundo y definitivo. Debe haber de parte de la persona enferma voluntad de apertura a un cambio, a una vida nueva capaz de desarrollar los propios talentos (ahogados en una visión errónea del propio ser), las virtudes naturales y sobrenaturales que le darán un sano despliegue de la personalidad.

También son elecciones erróneas insertas en proyectos inertes las multiformes situaciones de fornicación y concubinato: la simple convivencia, las uniones de hecho, las relaciones de pareja sin compromisos y negación de la prole, para los católicos el sólo matrimonio civil, etc.

Se evidencian en estos casos -cuando recurren a la consulta psicológica- una profunda preocupación y temor por el abandono y la soledad, los reiterados actos egoístas en la relación, la infidelidad, la inestabilidad afectiva, la inmadurez, etc. Estas formas de libre

²² S. Th. II-II q. 30 a. 3 corpus.

convivencia no realizan de ninguna manera la vocación matrimonial y el proyecto de familia que muchos llevan en su corazón. Es más, los malos hábitos adquiridos en las relaciones irregulares deterioran la personalidad y dificultan la realización vocacional. Estas elecciones frustran vidas enteras, porque no hay una continuidad entre las relaciones extraviadas y el matrimonio que se fundamenta en la ley natural y Cristo lo eleva a sacramento. En estas convivencias, que al final resultan conflictivas, no hay signos de amor y de donación mutua, sino muchas veces de conveniencia y utilidad. El psicólogo misericordioso debe evitar justificar estas situaciones y aconsejar una separación y un tiempo de vida casta, si es que desean y proyectan un verdadero matrimonio.

En el caso de los males acontecidos por las elecciones donde se buscó un bien, por ejemplo el del matrimonio, y éste se frustró con las infidelidades, el divorcio, las nuevas uniones, etc. el psicólogo que intenta remediar estas miserias, tratará de manera diferente al injustamente abandonado que al infiel. Debe acompañar al cónyuge abandonado e impulsarlo a realizar más plenamente su función paterna (con el cuidado de los hijos y el testimonio que debe darles de una vida casta) y mantener la fidelidad a las promesas hechas delante de Dios.

"Toda ruptura del vínculo matrimonial "va contra la voluntad de Dios"²³ y el sufrimiento por la separación es muy profundo y desestabilizante de la personalidad, no sólo para los cónyuges sino también para los hijos que llevan estas heridas durante largos años y no pocas veces con miedo a los compromisos y frustración en su propia vocación matrimonial. Por eso tantas veces se hace necesario trabajar luego con ellos: "Es preciso alentar a los jóvenes bautizados a no dudar ante la riqueza que el sacramento del matrimonio procura a sus proyectos de amor, con la fuerza del sostén que reciben de la gracia de Cristo y de la posibilidad de participar plenamente en la vida de la Iglesia."²⁴

Con actitud misericordiosa "La Iglesia debe acompañar con atención y cuidado a sus hijos más frágiles, marcados por el amor herido y extraviado, dándoles de nuevo confianza y esperanza, como la luz del faro de un puerto o una antorcha llevada en medio de la gente para iluminar a quienes han perdido el rumbo o se encuentran en medio de la tempestad."²⁵

¿Cuál es esta actitud misericordiosa para quienes se sienten heridos cuando buscaron bienes -como el matrimonio sacramental- y se encuentran abandonados, solos, con la responsabilidad de los hijos y otros sufrimientos infligidos por el cónyuge? Sin duda el acompañamiento, la atención y el cuidado cercano para que puedan cumplir bien sus deberes

²³ *Amoris Laetitia*, n. 291.

²⁴ *Ibidem*, n. 307.

²⁵ *Ibidem*, n. 291.

de esposos (dentro de lo que les es posible) y de padres. El vínculo matrimonial no se ha roto por la separación y -el cónyuge abandonado- tratará de mantener ese amor "herido" pero que no ha muerto, y que está pasando por la cruz que debe asumir todo cristiano. Acompañar al cónyuge abandonado y alentarle a mantener vivo el amor en el que puso un día todas sus ilusiones, es la tarea del psicólogo misericordioso. En no pocos casos, luego de mucho tiempo de separación, el cónyuge infiel vuelve al hogar y confirma de esta manera que en la unión matrimonial "se pertenecen hasta la muerte."²⁶ La relación caritativa y misericordiosa entre los cónyuges revive como fruto de la oración y la perseverancia. El profesional cuida y acompaña este proceso escuchando el consejo de la Iglesia: "Se debe poner especial cuidado en destacar y alentar los valores más altos y centrales del Evangelio, particularmente el primado de la caridad como respuesta a la iniciativa gratuita del amor de Dios."²⁷

Y ¿cuál es la misericordia para con el cónyuge que en su "fragilidad e imperfección" ya ha caído en las llamadas "irregularidades" o nuevas uniones? "Debe quedar claro que este no es el ideal que el Evangelio propone para el matrimonio y la familia."²⁸ "Obviamente, si alguien ostenta un pecado objetivo como si fuese parte del ideal cristiano, o quiere imponer algo diferente a lo que enseña la Iglesia, no puede pretender dar catequesis o predicar, y en este sentido hay algo que lo separa de la comunidad (Cfr Mt 18,17). Necesita volver a escuchar el anuncio del Evangelio y la invitación a la conversión."²⁹

El psicólogo que quiere remediar las miserias ajenas y lo hace juzgando la situación y buscando la justicia -como aconseja Santo Tomás- debe ayudar a solucionar esta grave injusticia acompañando una separación, o -de no ser posible por el bien de los hijos- la posibilidad de "convivir como hermanos". Esta nueva situación les devuelve la "confianza y esperanza" en el seguimiento de la vida evangélica: el trato más caritativo, la educación de los hijos con el testimonio de fidelidad al matrimonio único y "hasta la muerte", mayor libertad por la recta conciencia, una amistad sincera, y especialmente la vida sacramental (confesión y Eucaristía) con la posibilidad de progreso espiritual tan ansiados. Desarrollar aquí la virtud de la misericordia en los cónyuges es fundamental, porque recordemos que la razón dirige los apetitos inferiores y ordena la vida.

Cuando son acompañados en este camino que lleva a la conversión, muchas dudas, angustias e inseguridades se disipan y manifiestan la alegría de una vida renovada interior y exteriormente. Es importante destacar la autoridad que vuelven a tener los padres sobre sus

²⁶ *Ibidem*, n. 292

²⁷ *Ibidem*, n. 311

²⁸ *Ibidem*, n. 298

²⁹ *Ibidem*, n. 297

hijos, en su educación, con el ejemplo de virtud y docilidad al Evangelio. Es así como se los invita a "vivir y madurar como miembros vivos de la Iglesia, sintiéndola como una madre que los acoge siempre, los cuida con afecto y los anima en el camino de la vida y del Evangelio."³⁰

El psicólogo debe alentar siempre a crecer en la virtud de la misericordia ya que ésta - unida a la caridad- es signo de salud mental pues impulsa elecciones vitales que siguen el bien perfectivo impidiendo volver a caer en estas "miserias" que enferman la personalidad y arruinan la sociedad.

Una psicoterapia misericordiosa debe ser instrumento de la gracia de Dios, ya que sólo Él puede sanar verdaderamente toda miseria humana. En estos males que hemos analizado, y que están destruyendo las personalidades y la sociedad, el camino es una conversión profunda y valiente, llena de esa fortaleza con la que es necesario enfrentar las situaciones difíciles de la vida. Y el psicólogo debe alentar y acompañar esa "metanoia" que -como decía el psiquiatra católico Rudolf Allers- es la única terapia para curar efectivamente la neurosis.

"No es una propuesta romántica o una respuesta débil ante el amor de Dios, que siempre quiere promover a las personas, ya que "la misericordia es la viga maestra que sostiene la vida de la Iglesia. Todo en su acción pastoral debería estar revestido por la ternura con la que se dirige a los creyentes; nada en su anuncio y en su testimonio hacia el mundo puede carecer de misericordia."³¹

Zelmira Seligmann

³⁰ *Ibidem*, n. 299

³¹ *Ibidem*, n. 310

LA MISERICORDIA EN LA PSICOTERAPIA

La misericordia supone remediar las miserias humanas. Nos compadecemos por la infelicidad que se sigue a los males que son de diversos tipos: contra la naturaleza, en las elecciones erróneas de la vida y cuando se han buscado bienes y sobrevinieron males. La psicoterapia que supone cuidar y curar, debe acompañar, impulsar y alentar la búsqueda del bien más perfecto en todas las situaciones de la vida. Esto supone muchas veces un cambio radical, una verdadera metanoia que, según el psiquiatra R. Allers, es la única forma de curación de la neurosis.