

“Stella Maris y el cuidado de las gentes del mar”

Por Marifran Sánchez (este material se ha realizado con los apuntes tomados de la formación impartida por **Marta López Alonso**, sobre la Teología del Cuidado, al Grupo de Coordinadoras Diocesanas del Departamento de Trata)

QUÉ TIPO DE REALIDADES Y SITUACIONES

Reconocer las situaciones y realidades que nos encontramos en nuestro acompañamiento diario a las gentes del mar. Desde cada una de ellas hacemos nuestra esta reflexión sobre el cuidado. Podemos fijarnos en alguien concreto a quien hayamos acogido o acompañado recientemente. Eso nos ayuda a concretar lo que, para que no se quede en mera teoría. Hagámoslo poniéndonos ante esa realidad, sin intervenir desde nuestros pensamientos o emociones, simplemente contemplando. Adoptemos esta actitud contemplativa.

LA CERTEZA DE QUE DIOS CUIDA DE NOSOTROS

“... confiadle/encargadle a él todas vuestras preocupaciones pues él cuida/se ocupa de vosotros...” (1 Carta de Pedro, capítulo 5,7).

Son claves las expresiones desahogar, descargar, liberar en Dios toda preocupación insana y que no viene del Espíritu. Aquí podemos retomar los textos e imágenes citadas a lo largo de todas las escrituras y que dibujan, a través de pinceladas, el arte de cuidar: rodear y cuidar como a las niñas de sus ojos, ser refrigerio y brisa, vendar heridas, albergar, atender, proteger del peligro...

Todo parte en nosotros de una experiencia personal, propia y genuina. De alguna experiencia propia y personal, que nos ha hecho sentirnos cuidados por Dios de este modo, tan delicado y con tanta ternura.

Por eso estamos aquí, por eso asumimos este compromiso y nos implicamos en el cuidado, concretamente, de las gentes del mar.

PAPA FRANCISCO

“Cultura del cuidado para erradicar la cultura de la indiferencia, del rechazo y de la confrontación, que suele prevalecer hoy en día” (Mensaje para la 54ª Jornada Mundial de la Paz. 2021”

Esta llamada a dedicar nuestra vida a las gentes del mar, además de partir de una experiencia personal, responde a la llamada que constantemente nos hace el papa Francisco, a no permanecer indiferentes y a transformar la cultura de la indiferencia y el descarte, por una cultura de la acogida y el cuidado.

EL CUIDADO COMO PRINCIPIO ETICO:

“El cuidado es de esos principios éticos que, de no desarrollarlo, nos empobrece y nos separa de lo que somos”.

Elementos que nos sirven para desarrollarlo:

- **Silencio:** para tomar conciencia, en primer lugar, de lo que somos. Sin esta conciencia de lo que somos, no podemos cuidar. El primer paso es, de algún modo, ejercitarnos en el silencio interior y en el vaciamiento, para transformar los obstáculos.
- **Capacidad de mirar bien:** Según la RAE, **mirar** significa dirigir la vista a un objeto, observar las acciones de alguien.

Requiere que previamente hayamos hecho silencio, nos hayamos vaciado, para desprejuiciar nuestra mirada, limpiarla, despejarla de nosotros mismos para, sencillamente, mirar del mejor modo. Si solo nos miramos a nosotros mismos, porque también de alguna manera estamos heridos o tenemos nuestras propias historias y preocupaciones, no podremos responder o salir hacia fuera para mirar bien.

Si en algún momento perdemos esta mirada por estar dispersos, distraídos, tenemos que retomar el camino hacia dentro de nosotros mismos, para recuperarla.

- **Con Atención:** *“Leer bien lo que se nos muestra, si no se mira bien no se ve. Más aun, prestar atención es condición y camino para darse cuenta”* de J.M Esquirol

El ritmo de vida y la sociedad actual nos ofrece muchos estímulos, demasiados, que somos incapaces de procesar, muchos de ellos carentes de sentido y vacíos, que, de alguna manera, obstaculizan la mirada atenta.

- **Nos sitúa en el momento presente:** El silencio nos predispone a mirar como vigilantes y centinelas. Se trata de estar presentes en cada momento e instante, con la disposición de cuidar, resguardar y evitar caer en la negligencia, el descuido, la indiferencia.
- **Binomio cuidado-responsabilidad frente con el prójimo:** un prójimo que no es tal por la cercanía que la persona tenga conmigo, sea físicamente, o por parentesco, vínculos diversos, sino por mi decisión de ir a ellos. El prójimo es la persona hacia la cual decido ir por alguna razón.

“Somos responsables del lugar que se nos otorga para atisbar y alertar de los riesgos que dañen la vida”.

QUE ES CUIDAR Según la RAE, **cuidado** significa atención, preocupación, también servicio.

- **Cuando cuidamos al otro, le estamos ayudando a avanzar hacia lo que está llamado a ser:** Cuando, por la razón que sea, hay una paralización de este camino de todo ser humano hacia lo que está llamado a ser para desarrollarse, es cuando el cuidado se hace más necesario.
- **Cuidar es Refrescar y facilitar la vida:** El refrigerio hace liviano el camino y nos sostiene, ayuda a aligerar la carga del otro y alivia su sed.

Se trata de reconfortar y fortalecer, ayudar a recargarse de vida en medio del cansancio y el sufrimiento.

Cuidar es calmar, apaciguar heridas, ofrecer tranquilidad que deriva de la protección. Cuidado y protección están profundamente unidas.

CLAVES PARA CUIDAR

PARA EJERCITAR EL ARTE DE CUIDAR. Es el arte de aprender mediante gestos desarrollados en el tiempo, y que configuran una interesante y fructífera forma de estar en el mundo.

- **Fundamentar el cuidado:** Dios como la fuente que cambia la mirada y serena el corazón, la que nos permite mirar a los hermanos como frágiles y decidimos a salir a su encuentro.

“Caminar prestando atención a los márgenes, al color de la tierra y a la forma de los árboles, pero, sobre todo, a las solicitudes de los compañeros de viaje” J.M. Esquirol.

En el cuidado hay un **estilo de Dios**, que se plasma a lo largo de todas las escrituras. El **estilo del espíritu**, de la suavidad frente a quienes destrozan la vida. Suavidad con el débil, prolongando la esperanza, sosteniendo la vida. Tenemos imágenes muy sugerentes, como esa caña cascada que no quiebra, esa llama vacilante que no apaga.

Además, esta forma de actuar y estar en el mundo, de algún modo muestra una identificación con Jesús: Por esta forma de actuar sabrán que **sois de los míos**.

- **Búsqueda del otro:** visitar activamente (Mt. 25) significa un movimiento dinámico de búsqueda hacia el otro. Vincula visitar con cuidar en el caso de las personas que se encuentran encarceladas o padecen una enfermedad. El enfermo, el débil, quien se encuentra en una situación difícil y de vulnerabilidad no viene a nosotros; es preciso, para cuidar, **“ir a”**.

La visita: Frente al abandono, el valor de la visita, del acercamiento al otro. La visita, por poner algún ejemplo, puede ser una llamada, una mirada, una conversación, un gesto. Cada uno decide cómo hace. Al fin y al cabo, es la idea de ir al otro.

Además, voy porque quiero ir, porque quiero estar contigo, de forma gratuita, sin interés alguno, porque tienes un valor para mí, por eso te dedico mi tiempo, me detengo y te cuido.

“Estaba solo y vinisteis a acompañar mi soledad, estuvisteis conmigo”.

- **Palabras Clave:** MIRAR, CARGAR CON, PREOCUPARNOS Y OCUPARNOS.

No hay cuidado sin **preocupación**, sin promesa de presencia y sin cercanía, sin el ofrecimiento de responsabilizarnos y cargar con la realidad. Hacerse cargo de la situación (El buen samaritano lo monta sobre su cabalgadura).

Cuidar es **centrarse y concentrarse** en el otro, necesitado de mí. El otro es mi prójimo. El Samaritano, por ejemplo, no tiene en cuenta ni el estatus, ni la raza, ni la religión ni nada que tenga que ver con el valor de vínculo íntimo. Esto **dignifica el valor del cuidado** hacia el extraño.

Requiere **acompañar la mirada**, detenerse para percibir qué le ocurre al otro y qué puedo hacer por él. Un tipo de mirada que “ve” y no sigue de largo (El buen Samaritano).

Nuestra sociedad tiende a adolecer de esta mirada en profundidad, porque hay demasiada centralización egocéntrica de la individualidad.

Preocuparse supone también estar atentos para **detectar lugares o situaciones** de peligro, de riesgo, para así poder anticiparnos al daño.

- **Gestos de cuidado:** El cuidado se acompaña de gestos que llegan tanto como las palabras, incluso más. Una mirada, tocar, apretar, abrazar, que sepan de alguna manera que estás ahí.
- **Despreocuparnos** de lo que no es realmente importante, en una sociedad a veces tan ocupada en cosas superficiales e insignificante. Preocuparnos por lo que es realmente importante, por quienes están en situación de vulnerabilidad.
- **Discernir:** la situación específica o los daños de una persona para así responder de forma adecuada. Valorar las **necesidades** que la persona en concreto tiene, rompiendo también el estereotipo de ofrecer a todos lo mismo. Particularizar el acompañamiento. Dialogar con la **autonomía** de cada persona.
- **Cuidado Cargado de TERNURA:** Muy importante para reconstruir, sobre todo, a quienes han sufrido, están sufriendo o están dañados.

- El cuidado tiene que ver con el **esmero y con la meticulosidad**.
- El cuidado requiere **tiempo y continuidad**.
- Es una **tarea de equipo**, de hacer con otros, de red, de proyecto conjunto.
- Hay que saber **dar el relevo**, es necesario también delegar el cuidado. Depositar en otros el cuidado (en la parábola se deposita en el mesonero), que lo asume y prolonga.
- El cuidado también **requiere dinero**. (lo que falte te lo pagaré a la vuelta, le dice el samaritano al mesonero). Porque las cosas cuestan y el obrero merece su salario. Es necesario destinar recursos económicos al cuidado, desde nuestras instituciones se necesitan presupuestos para el cuidado de las gentes del mar. Los centros Stella maris también lo precisan.
- Quienes cuidan, son también agentes-operadores de **Transformación Social**. (Jesús termina, tras contarles la parábola del buen samaritano, diciendo: vete y haz tú lo mismo). Ambos verbos están en imperativo; vete y haz. El ir y hacer de muchos va provocando esa transformación que necesita nuestra sociedad, para construir esa Sociedad de los Cuidados, que venza a la cultura del descarte y la indiferencia, la sociedad del descuido.

POR QUE LO HAGO

Es importante saber por qué decido hacerlo, dedicar mi tiempo al cuidado. Se trata de un trabajo personal que me permite dar valor a las razones que me llevan a dedicarme a cuidar a las personas, estén en el ámbito que estén y sean quienes sean.

EL AUTOCUIDADO

¿Y yo?: ¿también me cuido? ¿qué importancia le doy al autocuidado?

Cuidar es también cansado. Tenemos que cuidarnos para poder cuidar. No dejarnos estropear.