

ABRAZAR
LA VULNERABILIDAD
EN EL CAMINO
SINODAL



UNIÓN INTERNACIONAL
DE SUPERIORAS GENERALES

www.uisg.org

Abrazando nuestra vulnerabilidad.

¿Un gesto de humildad o una llamada a la transformación?

Dr. Ted Dunn, 5 mayo 2023

"Porque cuando soy débil es que soy fuerte."
2 Corintios 12,10

En una ocasión Thomas Merton dijo: "Los seres humanos tienen la responsabilidad de encontrarse a sí mismos allí donde están, en su tiempo y su lugar en la historia a la que pertenecen y a la cual inevitablemente deben contribuir con sus repuestas o evasivas, con la verdad y la acción o solo con su eslogan y gesto." Las palabras de Merton nos presentan un desafío: ¿"Abrazar nuestra vulnerabilidad" es un mero eslogan, un gesto de humildad o una verdadera llamada a la transformación, una invitación a asumir la responsabilidad de nuestras vidas, ¿a apropiarnos de nuestra humanidad y actuar consecuentemente? Juntos vamos a explorar qué es lo que realmente significa abrazar nuestra vulnerabilidad, cómo podríamos hacerlo y cuál debería ser nuestro rol como líderes para facilitararlo e intentarlo en nuestra propia comunidad.

Contexto: un gran giro y el camino de transformación

Este es un tiempo de la vida entre dos historias, una especie de tiempo intermedio que todos nosotros podemos sentir, incluso si todavía no podemos estructurar la nueva narrativa. ¿Por qué sentimos dolor cuando oímos que otra persona ha sido lesionada? ¿Por qué, cuando leemos que los arrecifes de coral están muriendo y los glaciares derritiendo sentimos náuseas? La razón por la cual esto nos duele es literalmente porque sentimos que nos está sucediendo a nosotros mismos, a nuestro yo más amplio. Es posible que no podamos captarlo plenamente, pero lo sabemos por nuestro instinto. La vieja historia está muriendo y una nueva está surgiendo de nuestra conciencia colectiva.

Me refiero a este tipo de cambio en espiral en la conciencia, el movimiento hacia una nueva historia, como un Gran Giro. Quiero reconocer este Gran Cambio como el terreno, en el cual está surgiendo una nueva historia también para la Vida Religiosa. Creo que ustedes tienen un rol clave que desempeñar y están en la vanguardia de una nueva conciencia que está emergiendo en todo el mundo.

Nuestro mundo ha llegado a una encrucijada que nos sitúa ante una opción existencial. Podemos responder con miedo dando vueltas alrededor de los vagones y cerrándonos en nosotros mismos, o podemos escuchar la “invitación más profunda” y asociarnos con otros para nacer a una nueva forma de existencia. Si nos dejamos llevar por el miedo, por defecto, acabaremos siguiendo el camino de menos resistencia que conduce inevitablemente a la muerte. Sin embargo, si somos impulsados por la valentía, podemos escoger por caminar por el camino viejo hacia la vida nueva. Rezo para que todos nosotros escuchemos el latido del corazón de lo nuevo y respondamos con todo el corazón a la atracción y al amor de Dios.

La vida religiosa es una parte integral de este Gran Cambio. Lo que se ve cada vez con mayor claridad es que lo que te cautiva hoy no es lo que cautivará mañana. El Papa Francisco, hablándonos el año pasado, dijo: *“No necesitamos a monjas congeladas.”* Este camino sinodal es un esfuerzo a movernos más allá del pasado y juntos discernir una nueva forma de futuro. Somos llamados a caminar juntos, discernir juntos, colaborar en la creación de un futuro lleno de esperanza (Jeremías 29,11).

No podemos avanzar hacia el futuro sin honrar nuestro pasado, nuestros antepasados y nuestras tradiciones, pero no para guiarnos hacia allí. Necesitamos incluir y trascender el pasado, soltar nuestro control sobre la tradiciones y estructuras fantasmas del pasado, para dar espacio a lo nuevo. Lo que nos guía hacia el futuro es nuestra *valentía, creatividad y tenacidad* para dar vida a nuestras más profundas aspiraciones suscitadas por la atracción y el amor de Dios. Honrar a nuestros antepasados no puede significar vivir en el pasado. Honrar a nuestros antepasados no puede significar vivir como ellos vivieron. Si verdaderamente honramos a los que nos han traído a nuestro hoy, debemos hacer para la nueva generación lo que nuestros antepasados hicieron por nosotros: debemos dar espacio a lo nuevo.

En una ocasión, Helen Keller dijo: “Una curva en la carretera no es el final de dicha carretera, a no ser que no puedas dar la vuelta.” La gran mayoría de las comunidades fracasarán al dar el giro hacia el futuro. Algunas esperarán hasta

que sea demasiado tarde y, cuando despierten, habrán agotado sus recursos y su voluntad de cambio. Otras solo harán cambios en intensidad, creyendo que están haciendo lo necesario, hasta descubrir que sus pequeños y seguros cambios no han sido suficientes.

Algunas de las comunidades más resilientes superarán con éxito esta curva de la carretera y tendrán nueva vida. Estas son la que podrán facilitar el surgir de la nueva Vida Religiosa y dejarán su huella en el Gran Giro. Estas comunidades no solo se adaptarán al mundo en cambio, sino que escucharán la invitación más profunda, se comprometerán en un trabajo interior de transformación y crearán nueva vida en sus comunidades y en nuestro mundo.

Para alcanzar esta invitación más profunda, recordemos brevemente la diferencia entre cambio y transformación. Cambio es un hecho/acontecimiento externo, una nueva disposición de las cosas y, algunas veces, una invitación a transformar. De todos modos, como dicen en Alcohólicos Anónimos: “Tú puedes cambiar el lugar donde vives, pero llevarás contigo tus modelos.”

En otras palabras, si nosotros solo cambiamos la superficie de las cosas e ignoramos el trabajo interior, la vieja historia se trasladará con nosotros al nuevo lugar. La llevamos con nosotros en nuestras nuevas relaciones, nuevos lugares de servicio, nuevos lugares de vida. Con el paso de los años, nos convertimos en prisioneros de esas viejas historias, viejas estructuras, viejas formas de pensar y formas de vida. En otras palabras, puede hacer cambios externos, pero eso no es lo mismo que una transformación.

Por su parte, la transformación es un proceso interno, un camino que cambia el significado y el objetivo de nuestras vidas. Esta cambia los modelos y prácticas de nuestras vidas y las estructuras que las apoyan. Cambia nuestra identidad y reajusta nuestra alma con su expresión interna. Es lo que Carl Jung quiere decir cuando afirma: “Los problemas más grandes en la vida nunca pueden ser solucionados, solo pueden ser superados.” La transformación no es un problema a resolver. Es un salto de maduración, un reajuste de la vida del alma a la superficie. En el fondo, es un camino de fe.

El divino Misterio Pascual de la transformación está más allá de nuestra comprensión, pero seguramente no se dará sin nuestra participación activa. Sentado en la celda de una prisión, el joven Martin Luther King, Jr. escribió: “El progreso humano nunca gira sobre las ruedas de lo inevitable; llega a través de los esfuerzos incansables de hombres (y mujeres) con la voluntad de ser colaboradores de Dios.” Ustedes pueden intentar planificar su futuro o crear las

condiciones para que la gracia interceda. Para hacer lo antiguo, deben presumir de saber el futuro. Para hacer lo último, tienen que aprender a cooperar con la gracia y hacer el trabajo interior de transformación.

El año pasado compartí con ustedes lo que significa estar en una encrucijada y la oportunidad que ofrece de establecer conexiones más profundas con lo Divino. Les hablé del Valle de la Muerte (Death Valley), el más cálido y seco paraje de Estados Unidos. Allí no puede crecer nada porque no llueve. A pesar de ello, en raras ocasiones, contra todo pronóstico, llueve en el Valle de la Muerte. Y cuando llueve, la totalidad de la superficie del Valle de la Muerte se transforma en una alfombra de flores, un fenómeno llamado “super floración.” A nosotros, esto nos dice que el Valle de la Muerte realmente no está muerto; está dormido. Justo debajo de la superficie estéril, hay semillas de posibilidad esperando que se den las condiciones adecuadas. En otras palabras, en los sistemas orgánicos, *si las condiciones son adecuadas, la vida es inevitable. Esto siempre ocurre así.* En sus comunidades, en la Vida Religiosa, en nuestra Iglesia, si las condiciones son adecuadas, la vida es inevitable. Esto siempre ocurre así.

Reflexión

-
- 1. Como colaboradores de Dios, ¿cuál es el rol de su comunidad en este Gran Giro?*
 - 2. ¿Cuáles son las historias que su comunidad cuenta de sí misma que ya no son verdad?*
 - 3. Cuando escucha el latido del corazón de lo nuevo, ¿cuál es la historia nueva que está emergiendo en su comunidad?*
-

Elementos dinámicos de la transformación

El año pasado describí el tipo de trabajo espiritual necesario para crear las condiciones para que la gracia interceda y poder hacer la parte que nos corresponde como colaboradores de Dios. Déjenme que ahora describa más detalladamente cada uno de los cinco elementos dinámicos o procesos clave que se usan para implicar a las comunidades en el trabajo interior de transformación,

para crear las condiciones para que una nueva vida surja. Mientras escuchan, tengan en cuenta la profundidad de la vulnerabilidad que requieren todos ellos.

Cambios en la conciencia: creando una nueva narrativa

Albert Einstein nos enseñó que no podemos solucionar los problemas de hoy con el mismo nivel de conciencia que los originaron. Los sanadores lo saben, pues ponen énfasis en la necesidad de cambiar de perspectivas, modelos, emociones y creencias en las que nuestras heridas están incrustadas. En última instancia, un cambio de perspectiva o transformación de la conciencia nos capacita para escribir nuevas narrativas para nuestras vidas, unas narrativas que sean auténticas, liberadoras y que mejoren la vida. Echar vino nuevo en odres nuevos hace posible que la vida nueva emerja (Mateo 9,16-17).

Para sus comunidades, esto implica un cambio de perspectiva en referencia al significado y objetivo de sus vidas, reformulando qué significa la misión y la comunidad para ustedes y reescribiendo la narrativa de su camino de fe comunitaria. Sin embargo, más allá de este cambio de perspectiva, hay un trabajo más profundo de crecimiento hacia niveles más elevados de conciencia. Para las comunidades, esto exige practicar la atención plena, así como otros enfoques que permitan despertar y expandir su conciencia personal y colectiva. Sin este cambio colectivo, o transformación más profunda de la conciencia, las comunidades seguirán viendo y, como consecuencia, dando al futuro la misma forma que dieron al pasado. Una nueva conciencia les ayuda a reconocer que las historias que se cuentan a sí mismas ya no son verdad y a abrirse a nuevas narrativas más acordes con lo que están empezando a ser.

Recuperar nuestra voz interior: El centro y la fuente de todo lo que vive

“En todas las cosas visibles hay... una totalidad oculta”, dice Thomas Merton. En cada vuelta de una espiral, en cada salto madurativo, nos despojamos de nuestros vestigios gastados y recuperamos nuevamente nuestra voz interior, el centro y fuente de todo lo que vive. Cuando nos sentimos rotos, caídos sobre nuestras rodillas, y alejados de los deseos de nuestro espíritu, llegamos a un punto en el que ya no podemos sostenerlo por más tiempo. Nuestro falso yo se derrumba ante la hipocresía y nuestra falta de autenticidad en la vida. Entonces iniciamos un largo camino de vuelta para recuperar nuestro verdadero ser. Regresamos a la fuente escondida de la vida recuperando y reautenticando nuestra voz interior, renovando nuestra alma y recuperando nuestra vida de una forma totalmente nueva. Es un camino heroico que nos lleva a casa con nuestro verdadero ser, con aquellos a los que amamos y con Dios.

Para las comunidades esto significa quitarse sus máscaras y guardar sus armaduras defensivas para implicarse en conversaciones de altura íntimas sobre sus más profundas aspiraciones. Esto exige reconstruir confianza y restaurar los espacios verdes para que sea posible el crecimiento en la comunidad. Esto significa avanzar como comunidad a través de la propia noche oscura para convertirse en comunidades más reales, para volver a casa, a su verdadero ser y recuperar su voz interior. Es un camino para que las comunidades heroicas recuperen su alma, el lugar y la fuente de su existencia. Sin este trabajo espiritual, las comunidades solo llegarán a hacer cambio en la superficie y construir una casa de naipes (de papel) como su visión para el futuro.

Reconciliación y conversión: La matriz de nuestro devenir

Parker Palmer nos dice: “La totalidad no significa la perfección, significa acoger las rupturas como parte integral de la vida.” Avanzamos en espiral *hacia una mayor totalidad y conexión a través de la reconciliación y la conversión, la matriz de nuestro devenir.*

La reconciliación y la conversión son el verdadero núcleo de la transformación. No puede haber transformación sin sanar nuestras heridas no cicatrizadas y nadie puede hacerlo por nosotros. La curación de nuestras heridas personales, la reconciliación de nuestras relaciones y la restauración de la totalidad de lo que se ha ido separando y poniendo aparte, comprende un trabajo continuo de conversión y el camino hacia una vida nueva. Este trabajo interior es el crisol de la transformación, la matriz de nuestro devenir.

Los religiosos no son inmunes a las rupturas. Las comunidades, como cualquier grupo permanente, acumulan bagaje, años de heridas y conflictos no resueltos. Trabajar a través de estos conflictos, reconciliar relaciones y curar las heridas de la comunidad está en el centro del trabajo de transformación. Es también el talón de Aquiles para las comunidades, ya que nadie lo superará con éxito sin la formación y la ayuda adecuadas. Se trata de un trabajo doloroso personal e interpersonal que muchas comunidades evitan. Sin este trabajo de reconciliación y conversión, no habrá transformación. Los miembros se irán distanciando cada vez más emocionalmente y todo el grupo se irá fragmentando más y más.

Experimentación y aprendizaje: Poniendo en marcha nuestra nueva forma de ser

Juliana de Norwich en una ocasión dijo: “*Primero está la caída y, después, nos recuperamos de la caída. ¡Ambos son misericordia de Dios!*”. Cada nueva vuelta de la espiral nos pide experimentación y aprendizaje, nos exige poner en marcha nuestra nueva forma de ser. No tenemos una imagen clara, no tenemos un

camino claro y no tenemos garantía de éxito mientras buscamos e intuimos nuestro camino a seguir. Vivimos nuestras vidas hacia adelante, pero las comprendemos hacia atrás. Transformar las formas antiguas por las nuevas conlleva experimentación y aprendizaje. Nos exige arriesgarse a fallar y obtener una mayor comodidad permaneciendo en la incomodidad. Significa realizar nuestro camino por medio de una nueva forma de ser; significa buscar a tientas sin perfección, sin que podamos calcularlo todo; significa aprender de nuestros errores, más que avergonzarnos y culpar a otros.

Para una comunidad, religiosa esto significa convertirse en una *comunidad de aprendizaje*. Ser una comunidad de aprendizaje requiere dejar a un lado la necesidad de probar cuanto ya sabemos. Esto implica romper las normas comunes arraigadas, apartarse de la tradición y comportarse de forma novedosa, formas que están fuera de la zona de confort. Implica intentar cosas diferentes más que esforzarse más. Significa experimentar errores y aprender de ellos. Exige poner en marcha un camino hacia una nueva forma de ser, en lugar de sucumbir a la parálisis debido al análisis. Sin experimentación, sin incubar posibilidades nuevas y creativas, sin arriesgarse a nuevas aventuras y sin asociarse de forma nueva, no habrá transformación. Esto es, como Teilhard de Chardin nos enseñó, la evolución en acción.

Visión transformadora: Reunir la sabiduría, tejer un sueño

El poeta irlandés, John O'Donohue, escribió: “Me gustaría vivir como fluye el río, llevado por la sorpresa de su desarrollo.” Cada vuelta nueva de la espiral es un proceso de visión transformadora en el que encontramos la sabiduría y tejemos un sueño nuevo. En cada vuelta nueva de la espiral gira el caleidoscopio y nos ofrece una imagen completamente nueva.

La transformación implica escuchar nuestros anhelos más profundos y nuestras mayores aspiraciones para crear una nueva visión para el futuro. Exige dejar ir lo que no es verdad, real o dador de vida y escuchar la llamada de Dios a una vida nueva. Se trata de un proceso orgánico, emergente y continuamente iterativo de visionar el futuro. Implica dar pasos sin tener la imagen completa, ver qué surge y dar el siguiente paso de la mejor manera a la luz de la nueva comprensión.

Para sus comunidades, esto requiere enfoques más allá de los convencionales para planificar y visionar. Cuando los problemas son claros y las soluciones conocidas, los enfoques convencionales pueden ser adecuados. Sin embargo, cuando nos comprometemos en un cambio profundo de búsqueda de nueva vida,

los mapas conocidos y las formas tradicionales de planificar son inadecuadas. Sus comunidades necesitan nuevas formas de planificar y visionar que ayuden en el trabajo de transformación, aprovechen sus anhelos más profundos y creen oportunidades para que la vida nueva emerja.

Esos cinco elementos dinámicos están universalmente implicados tanto en la transformación personal como en la comunitaria. Se trata de formas de llevar a cabo nuestra parte para cooperar con la gracia y crear las condiciones para que la nueva vida surja. Lo que nos viene a decir y lo que este trabajo interior requiere es nuestra voluntad de soltar nuestras defensas y abrazar nuestra propia vulnerabilidad con radical dependencia de la gracia de Dios. Exige que nos saquemos nuestras máscaras y acojamos totalmente lo que significa ser humano, no solo nuestros dones, fortalezas e inteligencia, sino también nuestras debilidades, fragilidades y emociones más puras. Para que nuestra transformación sea efectiva debemos buscar el máximo cantidad de vulnerabilidad tolerable.

Este camino hacia un cambio y una transformación profundos, ciertamente, no es para los de corazón ligero. Requiere valentía para arriesgarse al rechazo cuando abramos nuestros corazones y compartamos nuestro verdadero ser con los demás. Requiere valentía para rendirse y dejar ir las personas y los lugares que hemos amado, la forma de vida que hemos apreciado, para dar forma a la vida nueva. Exige valentía para reconciliar, ofrecer y buscar el perdón y persistir en nuestras aspiraciones más profundas y afrontar la resistencia de nuestra familia, amigos y comunidad. Y para las comunidades que eligen seguir este camino, para emprender este camino de Éxodo, necesitarán líderes que acojan y modelen con valentía su vulnerabilidad, y que creen los espacios morada para el alma para que sus miembros hagan lo mismo.

La valentía, de acuerdo, no es la ausencia de miedo, sino la voluntad de actuar para afrontarlo. La raíz de la palabra “coraje” (“courage”) es corazón; significa tener corazón. Necesitamos disipar el mito y las creencias masculinas que prevalecen de que ser vulnerable es un tipo de defecto del carácter. De un modo u otro, tenemos este mito, no solo en nuestro mundo secular, sino también en nuestra Iglesia, por el que se supone que los líderes representan una fuerza inquebrantable, actúan profesionalmente, se encierran en sus propias certezas y enmascaran cualquier emoción que podría desmentir esta imagen. Se supone que han levantado defensas contra cualquier herida o rechazo para mostrar que están bien y tranquilos cuando no lo están. Se supone que deben hablar desde su intelecto y esconder su corazón y alma. ¡Es una locura y causa un gran daño!

A pesar de estas creencias, los estudios transculturales sobre liderazgo dejan muy claro que las cualidades más importantes de un líder son estar enraizado en la tierra, ser honesto, real y cercano. Un líder creíble es alguien suficientemente valiente para arriesgarse a la posibilidad de fracasar o de parecer un loco en su búsqueda de algo más noble. ¿No es eso lo que hicieron vuestros fundadores y fundadoras? ¿Cómo va a ser un líder creíble si no siente pasión por lo que está haciendo, si no es generoso para compartir sus dones y talentos, si no es suficientemente realista y humilde para compartir sus errores y vulnerabilidades? Necesitamos disipar el mito de que la vulnerabilidad y la productividad se excluyen mutuamente. Los líderes con un gran rendimiento son los usan su vulnerabilidad como fuente de motivación, pasión y creatividad.

La gente necesita líderes que sean compasivos, no solo inteligentes; empáticos, no solo amables; reales y cercanos, no altivos y distantes. Necesitamos líderes que nos inspiren por su humanidad, y no a pesar de ella. ¿No es esto lo que Jesús hizo por nosotros? No se puso una coraza en su corazón ni “endureció su piel”, como se aconseja a muchos líderes que hagan. Jesús no se escondió de los demás, predicó desde el púlpito; no se mantuvo fuera de las disputas. Estaba justo allí con nosotros, completamente vulnerable, arriesgándolo todo, totalmente divino en su humanidad. ¿No es por esto que nos inspiramos en las vidas de Nelson Mandela, Madre Teresa, Mahatma Gandhi, Teresa de Ávila, Martin Luther King, ¿Dorothy Day y Óscar Romero? ¿No es eso lo que nos conmueve cuando escuchamos a Dalia Lama, Greta Thunberg, Desmond Tutu, Amanda Gorman, Volodymyr Zelenskyy, Malala Yousafzai y a todos aquellos que nos regalan su pasión, presencia, humildad y humanidad?

Reflexión

-
1. *El Papa Francisco nos dice: “Sin vulnerabilidad... no habría verdadera humanidad.” Por tanto, negar nuestra vulnerabilidad es negar nuestra humanidad. ¿Cuánto de su propio ser verdadero está presente en su comunidad y de qué forma niega sus vulnerabilidades, su humanidad?*
-

Abrazar nuestra vulnerabilidad, vivir en la plenitud de nuestra humanidad con el corazón totalmente abierto, esto es lo que nos transforma. Solo aquellas personas que no tienen experiencia de sentirse vulnerables son las que no son ni

empáticas ni compasivas. Quienes abrazan la vulnerabilidad conocen su belleza, su potencial creativo; saben que ser vulnerable es lo que nos hace humanos y lo que tiene el poder de sanar y transformar corazones. Llegan a saber que no podemos silenciar selectivamente nuestro miedo, vergüenza o culpa sin extinguir también nuestra alegría, amor y compasión. Los que abrazan su propia vulnerabilidad pueden abrazar la de los demás.

Recientemente, una religiosa de color volvió a la Casa Madre de su Congregación en la que predominaban las hermanas blancas para asistir a un encuentro en la que ella era la facilitadora. Ella nos dijo que cuando venía a la Casa Madre, ella llevaba puesto una “coraza” para proteger su corazón de juicios y prejuicios preestablecidos. Hemos aprendido a través de experiencias de vida a proteger nuestros corazones y protegernos de juicios, burlas, racismos, traiciones y heridas de todo tipo. En las reuniones de comunidad interculturales, veo a religiosas que tienen miedo a hablar sinceramente, abierta y directamente por miedo a ser juzgadas. No se trata de personas introvertidas; son mujeres que siguen adelante llevándose bien, pero ocultando su verdadero ser.

Lo mismo se aplica a los líderes. Veo a líderes que pueden planificar y organizar con facilidad, pero son tímidos a la hora de compartir sus sentimientos. Esconden sus lágrimas cuando se sienten heridos y su ira cuando están enfadados. Veo a líderes que se trabajan a sí mismos hasta caer exhaustos y me preguntó: ¿dónde está la alegría en sus vidas? Veo a líderes con miedo para decir: “No lo sé”, “No tengo las respuestas” o “No puedo hacer esto yo solo.” Demasiados líderes tienen mucho miedo a reconocer y, menos aún, a abrazar su vulnerabilidad. Consecuentemente, demasiados líderes dejan su periodo de liderazgo agotados, heridos o físicamente enfermos.

Tanto los líderes como los miembros de las comunidades se dan cuenta de su timidez para compartir con sinceridad. Todos tenemos miedo a ser vulnerables porque todos, en un momento u otro, hemos sido heridos. A lo largo de muchos años, la vida religiosa ha reforzado este evitar la auto exposición. Todavía hoy permanecen los efectos residuales de tiempo atrás en los que el silencio era una virtud, la custodia de los ojos y el capítulo de faltas de la regla; las amistades particulares debían evitarse; así como otras tantas normas que iban en contra de cualquier revelación sincera y sana intimidad. El mundo corporativo tiene incluso barreras más grandes con su énfasis en el poder y el control, lo que dificulta todavía más a los religiosos permanecer en la humildad frente a un mundo secular.

¡Otro hecho común del que soy testimonio en las comunidades es que oigo a miembros que defienden a los líderes que son criticados públicamente en las asambleas, pidiendo a los otros miembros que “confíen en el liderazgo!” Esto no es construir confianza. Las comunidades necesitan habilidades de *confianza* para saber generar confianza y repararla cuando se ha venido abajo. Oigo a líderes etiquetar muchas conversaciones como “confidenciales,” por miedo a cómo otros puedan manejar esos temas delicados. Esto no enseña a los miembros a manejar sus límites. Los miembros necesitan aprender la diferencia entre secreto, privacidad y confidencialidad y cómo establecer límites claros y permeables. Muchos líderes tratan más ser padres que ser socios, diciendo a sus miembros qué es lo que deberían hacer, o haciendo por los demás lo que podrían hacer ellos mismos, en lugar de empoderarlos en sus esfuerzos para aprender.

La respuesta a los desafíos a los que deben hacer frente hoy no es para corazones con coraza, para permanecer escondidos y construir fortalezas en esta curva del camino. Ese no es “el camino y la vida” que Jesús modeló para nosotros (Juan 14,6). Esta no es la forma del camino viejo del que Jeremías hablaba (6,16). Estas no son las condiciones en las que la nueva vida emerge. No pueden, como líderes íntegros, pedir a otros hacer su trabajo interior y abrazar su vulnerabilidad si ustedes mismos no están comprometidos en este trabajo.

Como líderes, deben crear las condiciones para que una nueva vida emerja. Deben crear espacios seguros, espacios verdes donde los miembros puedan errar y fallar, desaprender, reaprender y crecer. Necesitan controlar sus miedos de lo “ajeno/otro” y aprender a superar las diferencias. Esto no sucederá por decreto Capitular o por cumplimiento de su autoridad.

Si quieren generar una nueva forma de ser, deberán adquirir una nueva mentalidad, corazón y habilidades. Esto exige más que un taller de fin de semana al que se asisten un grupo de personas. La transformación comunitaria requiere un cambio personal, comunitario y sistémico, que implique a todos los miembros en un camino de transformación.

Reflexión

-
1. *¿Qué nueva mentalidad, corazón y habilidades son necesarias en su comunidad?*

4. *¿Cuál podría ser su rol como líder para ayudar a su comunidad a adquirirlos?*

Abrazar nuestra vulnerabilidad recuperar nuestra voz interior

Si bien cada uno de los cinco elementos dinámicos de transformación exigen la aceptación de nuestra vulnerabilidad, el que hoy voy a tratar con mayor profundidad es el de *Recuperar nuestra voz interior: el centro y fuente de todo lo que vive*.

En muchos sentidos, este es un trabajo a la sombra. Exige recuperar esas partes de mí que he ido de un modo u otro suprimiendo por vergüenza o autocondena. Estas partes de mí que, si se recuperan, me pondrían en riesgo de ser rechazado por los demás, exponiéndome al juicio de los otros como indiferente, indigno, intocable o alguna otra forma desagradable. Recuperar mi voz interior significa abrazarme en la totalidad de mí mismo, mi propia verdad, mis vulnerabilidades y mis fortalezas. Permítanme compartir un ejemplo sobre mi propia vida y les invito a reflexionar sobre la suya. ¿Han experimentado alguna vez esto mismo que yo experimenté?

Confesiones de un hipócrita

¿Han llegado en alguna ocasión a un punto en el que hayan sentido que la vida que estaban viviendo ya no era la vida que querían vivir? Es darse cuenta dolorosamente de que la vida que se está viviendo no es su propia vida, una vida que ya no está vinculada a su propia alma. Quizás de pronto se dan cuenta de que lo que ustedes son para los demás no es más que una mezcla de personas, una mezcla de máscaras, más que un reflejo de su ser auténtico. O es posible que despierten un día y piensen: *¿Cómo diablos llegué aquí?* Es peor que perder las llaves de su coche, su billetero o su teléfono móvil. Es esa temida sensación de, que de algún modo, uno se ha perdido a sí mismo y de que la vida que está viviendo ya no le pertenece. Se es un impostor.

Por ejemplo, ¿alguna vez han pensado mientras realizaban un servicio a otros que ya no estaban viviendo esa misma vida que estaban animando a vivir a los demás? Quizás están invitando a los demás a vivir honestamente, íntimamente, auténticamente o valientemente, mientras ustedes van dando rodeos a eso mismo en su propia vida. Quizás van aconsejando a los demás tratar cuestiones que están ustedes evitando: reconciliar relaciones que no habían reparado

o buscar sanación para ellos mismos, mientras ustedes evitan esas mismas tareas domésticas en su propia vida. ¿Alguna vez en su vida *no* han puesto en práctica lo que ustedes predicaban y se han encontrado a sí mismos a disgusto con su propia hipocresía? Yo sí.

En los primeros tiempos de mis estudios, gocé de una interesante práctica clínica. Estaba progresando como psicoterapeuta y convirtiéndome en experto en ayudar a los demás a sanar y a crecer. Sentía compasión por su sufrimiento y ofrecía perspectivas, porque yo había experimentado el sufrimiento en mi propia vida y estaba profesionalmente formado. Sin embargo, irónicamente, tenía poca percepción de mi propio sufrimiento y solo era vagamente consciente de los orígenes de mi empatía. No había reunido las razones de mi sufrimiento, su impacto en mi psique o la narrativa que yo había creado en mi propia alma. En ese momento, solo tenía un vago presentimiento de que la personalidad que yo presentaba ante la familia y amigos se había alejado de su fuente. En mi vida profesional estaba viviendo una vida separada de mi alma, mientras que, como terapeuta, cada vez me estaba adecuando más a ella.

Cada vez era más consciente y me sentía más incómodo con esta experiencia contradictoria. Yo era una persona como terapeuta (más capaz de intimidad, más auténtica y más capaz de desafiarme a mí mismo y a los demás), y otra muy distinta con la familia y amigos (superficial, escondida y apegada a mi lema de *paz a cualquier precio*). Empezó a crecer mi conciencia sobre ello y mi incomodidad con mi propia hipocresía; no estaba practicando en casa lo que yo estaba predicando en mi trabajo, y se me estaba carcomiendo mi alma. Había creado una persona para los demás y estaba viviendo una vida sin vínculos con mi propia voz interior.

Bueno, no hace falta decir que este abismo cada vez mayor entre mi vida interior y mi vida exterior dio lugar a una crisis. Estaba aterrorizado cuando me senté en el sofá del lado del cliente esperando que mi terapeuta entrara en la habitación. *Supongo que así es como se sienten mis clientes cuando se sientan por primera vez en mi oficina. ¡Un verdadero desastre!* Cuando el terapeuta abrió la puerta, antes de que tuviera la oportunidad de sentarse con su cómoda taza de café, lo miré y dije: “*Mi vida está totalmente en juego. ¡Es mejor que esto funcione!*” A lo que él respondió, con indiferencia, sin perder su talante: “Bueno, eso depende totalmente de ti”.

La encrucijada a la que yo llegué estaba a punto de ponerme a prueba de una forma en la nunca antes había sido puesto a prueba. No tenía ni idea adónde me llevaría el camino, que podría descubrir, cuánto tiempo me llevaría, cuánto me

podría costar o cuál iba a ser el resultado. Realmente, ¿quería crecer o sería mejor permanecer escondido? Sabía que la historia de mis once años de matrimonio podría llegar a colapsarse fácilmente si yo escogía hacer frente a esta casa de naipes. Justo cuando todo en mi vida había empezado a ser como yo esperaba, -una cómoda casa, un “bonito” matrimonio con tres hermosos niños y una carrera profesional prometedora-, lo arriesgaba todo si escogía hacer frente a mi propia falta de autenticidad y falta de integridad. ¡Un verdadero desastre!

Era el momento de “ir hacia Jesús”, una encrucijada en mi propia vida que, solo desde una mirada retrospectiva pude reconocer plenamente como un tiempo de *gracia*. Sentía una voz profunda en mi interior que desde hacía mucho tiempo había ignorado y por lo cual había pagado un precio muy alto. Tenía una opción: empujar esta voz interior lejos de mí o empezar a escucharla. Opté por escuchar. Lo que oí era el amor liberador de Dios que me atraía y me devolvía a la vida.

A veces nos sometemos a un rol, más que vivir de acuerdo con nuestro interior más profundo bien alimentado por su fuente pura. Obtenemos una compasión fatigosa y nos preguntamos si estamos entregados a una ilusión. A veces sentimos demasiada vergüenza para hablar de ello. Al final, acabamos cansados de nosotros mismos y de los demás. El lento trabajo de Dios, la naturaleza turbia de todo esto, los inevitables giros erróneos y los puntos muertos, pueden causar confusión y tambalear nuestra confianza. Los retos son inmensos. ¡Esto tiene que trabajarse mejor! Ya, es suficiente sobre mí. Vamos a ver sus vidas.

Reflexión

-
- 1. ¿Su vida está en concordancia con su ser, o se ha ido alejando, sin saberlo, de la vida que estaba llamada a vivir? ¿Qué le está diciendo su vida sobre en quién se está convirtiendo?*
 - 2. ¿Está viviendo una vida cómoda o todavía se está convirtiendo en la persona que Dios quiere que sea? ¿Realmente quiere crecer o, tal vez, quiere permanecer escondido?*
-

Abrazar nuestra vulnerabilidad como un acto de vuelta a casa

El dolor personal es una herencia del individualismo occidental. Estamos condicionados a aceptar la noción de dolor como algo privado, negándonos a nosotros mismos y a los demás de las muchas cosas que necesitamos para permanecer emocionalmente vivos: la comunidad, el ritual, la naturaleza, la compasión, la contemplación, la belleza y el amor. ¿Cuál es el sufrimiento que todos nosotros sentimos y que persiste en nuestra alma colectiva?

Creo que la soledad es quizás el sufrimiento más profundo de nuestro tiempo. Aunque nos conectemos a Zoom, estemos enviando mensajes y correos electrónicos durante horas, esto no reduce nuestra soledad. No estamos conectados con los demás porque, a menudo, no estamos conectados con nosotros mismos. No nos tomamos el tiempo para respirar, para sentarse en silencio y entrar en contacto con nuestros sentimientos, para conocer nuestro cuerpo y nuestra mente. Necesitamos volver a nuestro propio hogar, con nuestra alma y nuestro Dios. Necesitamos silenciarnos y centrarnos en nuestra respiración para liberarnos de nuestro permanecer en el pasado y preocuparnos por el futuro. Necesitamos estar presentes en el aquí y ahora para ser verdaderamente libres.

Una vez volvemos a nuestro propio hogar, cuando ya somos libres, presentes y enraizados, podremos escuchar nuestro propio sufrimiento. Podemos volver hacia atrás y cuidarlo. Podemos escuchar nuestra ira, vergüenza o tristeza para poder sufrir, reconciliar y sanar. Estos sentimientos son como un niño pequeño que tira de nuestra manga para reclamar nuestra atención. Recoja estos sentimientos y sosténgalos con ternura. Conocerlos sin juzgarlos ni alejarlos. *Abrazar su vulnerabilidad como un acto de vuelta a casa.*

Sabemos que el sufrimiento que hay en nosotros contiene el sufrimiento de nuestros antepasados, nuestros padres y madres, y sus padres y madres. Es posible que ellos no tuvieran la oportunidad, o no supieran cómo sanar su sufrimiento, así que es posible que nos lo transmitieran a nosotros. Si somos capaces de transformar, más que transmitir, nuestro sufrimiento, estamos sanando a nuestros padres, a nuestros antepasados, al mismo tiempo que a nosotros mismos. Estamos sanando el sufrimiento del mundo, el sufrimiento de aquellos a los que servimos, el sufrimiento de nuestras comunidades.

Si creemos en nuestras heridas inacabadas, si acogemos nuestras propias vulnerabilidades, seremos más capaces de acoger y abrazar las de los demás. Es por esta razón que necesitamos el sufrimiento, porque nos produce la empatía,

la compasión y el amor; si, como este niño que nos tira de la manga, podemos conocerlas, abrazarlas, entenderlas y permitir las, la gracia de Dios las transformará.

Si quiere ayudar a los demás en su vuelta a casa, debe amarlos y liberarlos. Para amarlos, debe entender su vulnerabilidad y para hacer esto, debe abrazar su propia vulnerabilidad. Si usted puede entender y abrazar su propia vulnerabilidad, podrá caminar en sus zapatos con compasión y sin emitir juicios. No dé la espalda a su propia vulnerabilidad y a sus heridas todavía no cicatrizadas que tiran de su manga. Haga su trabajo interior para permitir a Dios transformar su corazón y, solo entonces, podrá transformar nuestro mundo.

Ahora no es el momento de perder la fe en nuestro futuro ni de perder nuestros nervios. Ahora es tiempo de rendir cuentas y es en estos tiempos que somos probados, probados por nuestra alma. Ahora aprenderemos cuán grande o pequeño es nuestro corazón, cuán misericordioso, cuán cariñoso, cuán fiel, cuán responsable de lo que todavía debemos hacer. Rezo para que todos nosotros tengamos la fuerza de recordar que la vida es frágil. Todos somos vulnerables. Todos, en algún momento de nuestras vidas, tropezamos y caemos. Debemos llevarlo a nuestro corazón. Lo que se nos ha dado es muy especial; pero nos puede ser arrebatado y, cuando no lo tengamos, seremos probados en nuestras almas. En estos tiempos y en este tipo de dolor es que somos invitados a mirar profundamente en nuestro interior, a seguir el camino viejo y contar con el Amor que nos sacará hacia adelante.

Reflexión

-
- 1. ¿De qué manera aceptar la vulnerabilidad es clave para su transformación personal y comunitaria?*
 - 2. ¿Qué lugar ocupa en este camino sinodal o de transformación de nuestra Iglesia y del mundo?*
 - 3. ¿El concepto de “abrazar nuestra vulnerabilidad” es un mero eslogan, un gesto de humildad o una llamada de Dios a un cambio y una transformación profundos?*
-