



## La espiritualidad en el proceso de rehabilitación en Proyecto Hombre

ALBERT SABATÉS

Psicólogo y Presidente de Proyecto Hombre Cataluña

Albert Sabatés, en el Congreso Europeo en Sigüenza, con motivo del XV Aniversario de PH Castilla-La Mancha, centró su intervención en el concepto y experiencia de la espiritualidad a sabiendas de la dificultad que entraña hablar hoy de este tema y de la oportunidad del mismo.

Me gustaría comenzar citando unas palabras del que fuera Secretario General de la Organización de las Naciones Unidas, desde el año 1953 hasta su muerte, nunca aclarada del todo, en 1961, el sueco Dag Hammarskjöld:

*No sé Quién —o qué— planteó la pregunta. No sé cuándo se formuló. No recuerdo la respuesta. Pero una vez dije: “Sí” a Alguien —o a Algo—, y de aquella hora procede la certeza de que la existencia está llena de sentido y de que, por tanto, mi vida, en la entrega de sí, tiene un objetivo.*

Estas palabras están extraídas de su diario personal y están formuladas de una forma que pueden ser acogidas y entendidas vivencialmente desde diferentes espiritualidades, laicas o confesionales. Tienen que ver con una decisión que da sentido a la vida.

La espiritualidad en el proceso de rehabilitación se fundamenta en una experiencia de raíces y vínculos; es decir, de lazos y arraigo, y se pone en relación con la orientación y la búsqueda de sentido.

La espiritualidad positiva se entiende como una apertura a la vida y a su plenitud.

Durante muchos años, en el curso de formación de terapeutas de nuestra escuela, el área que trabajaba esta dimensión de sentido se denominó *área decisional*. La experiencia del tratamiento y de la reinserción nos muestra que para que estas decisiones de fondo no sean escapatorias o alienaciones han de estar profundamente enraizadas en uno mismo, en la propia realidad. Sólo así uno puede ser protagonista de su vida, sujeto de la misma, no una persona alienada o refugiada en imposturas. Porque no hay ningún refugio donde escondernos de nosotros mismos. En muchas comunidades terapéuticas de Proyecto Hombre y de todo el mundo se recita diariamente un texto que fue escrito hace años por un hombre que sin ser drogado dependiente atravesaba un periodo de mucha dificultad

en su vida y que recuperó el norte gracias a una estancia en una comunidad terapéutica de Daytop. Este texto se conoce como “la filosofía” y acaba con unos versos que dicen: “no solos como en la muerte sino vivos para nosotros mismos y para los demás”. Resuena aquí también esa entrega de sí de la que habla el que fuera Secretario de la ONU en el fragmento leído. Descubrir la vida como don, como algo valioso, genera gratitud y tiene que ver con la gratuidad.

Proyecto Hombre, no enmarcándose en el ámbito de lo confesional, ha tenido siempre una actitud muy discreta a la hora de explicitar sus valores espirituales subyacentes. En parte, por una prioridad de lo experiencial sobre lo académico (que deja en segundo término la necesidad de escribir y elaborar teóricamente nuestro trabajo) y en parte por prudencia ante los riesgos de sectarización que han amenazado a las comunidades terapéuticas desde sus orígenes. No se quería dotar a las CT de un corpus doctrinal que generase adeptos.

Estamos en un momento que ya es posible y conveniente poder hablar de este tema, intentando no caer en ninguno de los riesgos ya aludidos: el academicismo y el adoctrinamiento. Sin embargo, más allá de PH, hablar de espiritualidad hoy en nuestro contexto sociocultural, particularmente el español, resulta difícil.

### **Dificultad y oportunidad de hablar hoy de espiritualidad**

Este tema por su amplitud y complejidad se escapa completamente de esta ponencia, pero sí creo conveniente situar el contexto en el que nos movemos:

Estamos en una sociedad positivista (empirista) y materialista: Lo espiritual está en crisis. Muchas veces se confunde con lo religioso o con lo esotérico. La cosmovisión dominante en nuestra sociedad, desde la Edad Moderna, sólo cree o considera real lo que ve y toca. Por ello hablar de lo humano yendo más allá de lo científico en sentido estricto y moderno genera un gran escepticismo.

Un contexto no confesional, que en el marco español se complica por la politización de lo religioso, por unos y por otros. Partiendo de estas dificultades vamos a centrar muy brevemente el tema, aclarando de qué hablaremos hoy cuando hablemos de espiritualidad en Proyecto Hombre. Entendemos por espiritualidad todo aquello que alienta la vida, todo lo que tiene que ver con su dinamismo y su plenitud.

Para los hebreos era algo parecido al aliento y al viento. Algunos filósofos griegos, tal vez por ser esta dimensión invisible e intangible, la contrapusieron a lo material. Hoy,

muchas veces no sabemos dónde estamos. Pero de hecho, lo que llamamos espiritualidad puede mover y motivar a la persona hasta en sus espacios más profundos.

Conviene recordar que lo espiritual no tiene por qué ser necesariamente bueno y, por eso, hablamos de buenos y malos espíritus. Todas las tradiciones sapienciales y religiosas insisten una y otra vez en la necesidad del discernimiento de espíritus.

La espiritualidad que nosotros consideramos positiva es aquella que es intensamente abierta y acogedora con todo lo humano, que es por lo tanto integral y que no escinde a la persona en dos. Esta espiritualidad tiene que ver con los valores y con lo más concreto y cotidiano. Se reconoce por sus frutos, que son de vida, de amor, de plenitud y de realización. Es vivencial e inefable, esto quiere decir que es principalmente experiencia y que se puede decir lo que no es, pero que en sí misma es inexpresable.

Está encarnada en unos valores de la vinculación, el sentido y la gratuidad. Y de ello voy a hablar a continuación.

### **Raíces**

La experiencia de rehabilitación terapéutica que posibilita y ofrece Proyecto Hombre es una experiencia de vínculos, de lazos, con uno mismo y con los demás, que permite superar el desarraigo. Hay que tener presente que muchas personas que acuden a nuestros centros arrastran un desarraigo muy profundo.

En los programas y las comunidades terapéuticas se ofrecen espacios de arraigo en uno mismo. Todo lo que tiene que ver con reconocer las propias carencias y necesidades, todo lo que contribuye a la aceptación de la propia realidad, todo lo que permite reconciliarse con la propia historia forma parte de la espiritualidad.

También todo lo que tiene que ver con los vínculos con los demás, y nótese que, aunque lo menciono en segundo lugar, está totalmente relacionado con lo que acabo de decir sobre el arraigo en uno mismo y es anterior e inseparable de ello pues la persona es ser en relación, y lo que nos hace personas es la relación con los demás. Aquí, toda la elaboración de la filosofía personalista nos brinda fundamento y elementos para la comprensión de estos procesos.

En esta metáfora de las raíces, para referirnos a lo que ofrece Proyecto Hombre a nivel de espiritualidad es también muy importante referirse no sólo a los vínculos con uno mismo y con los demás, sino también a la posibilidad de descubrir valores en los que enraizarse. Vuelvo al texto de la “filosofía”: “Sobre esta base podemos enraizarnos y crecer...” Creo que toda la reflexión de Abraham Maslow sobre los valores y la autorrealización nos puede ayudar a

entender muchas de las cosas que suceden en los programas de rehabilitación<sup>1</sup>. En el proceso de rehabilitación muchas personas viven por primera vez experiencias profundamente significativas que les hacen cambiar su mirada y su aproximación a la realidad.

También hay una constelación de valores (dibujada por ellos) específica de nuestros programas y original de la CT. Giran en torno a la verdad y la autenticidad: la honestidad y la humildad son valores prioritarios. (Humildad es andar en verdad, dijo Teresa de Ávila). Y también los que giran en torno al amor que es siempre responsable. Todo el dinamismo de acogida que hay en nuestros centros contribuye a crear ese espacio vinculante necesario para que los cambios sean posibles.

### Orientación/Sentido

Me he referido antes a que la espiritualidad en los programas de Proyecto Hombre se concreta, se encarna, en los valores de los vínculos (raíces), del sentido y de la gratuidad. Centrémonos ahora en lo referente al sentido, su búsqueda, y su relación con el proceso de rehabilitación, que es lo que da título a esta mesa redonda. En este apartado, la logoterapia de V. Frankl siempre ha sido un referente y muchos terapeutas se han inspirado en ella para acompañar procesos. Frankl plantea tres calles principales hacia el sentido: los valores relativos a las vivencias, a la creatividad y a las actitudes. Los procesos de rehabilitación ofrecen muchas posibilidades de sentir, de vivenciar, de crear, de cambiar actitudes, de crecer...<sup>2</sup> La experiencia del trabajo en equipo, tan vertebrador de nuestros programas, es en sí misma una fuente de creatividad y de sentido<sup>3</sup>.

La labor del terapeuta o del grupo en este aspecto es la de orientar la búsqueda o la de ofrecer su posibilidad, sabiendo siempre que es algo personal e intransferible. Esta orientación se plasma de muchas formas distintas en las diferentes actividades educativas y terapéuticas. Volvemos al aspecto integral de la espiritualidad. Todo es ocasión

de sentido. Tanto la limpieza, como los sectores, como los grupos, como los encuentros interpersonales, como el tiempo libre... El sentido es algo que se encuentra en todo y todo puede ser una ocasión para descubrir sentido en la propia vida. No especialicemos, no reduzcamos, no hagamos estrecha la espiritualidad. La vida tiene sentido en todas sus facetas. La espiritualidad no es magia.

¿Conlleva la rehabilitación terapéutica una apertura a la trascendencia o a lo religioso? No es lo que se pretende y la experiencia nos dice que no necesariamente. Parece más bien que dependerá de las raíces y de la historia de cada uno el que se abra o no a esta dimensión. Lo que sí creemos que conlleva el proceso de rehabilitación terapéutica es una apertura a la vida como don, como algo valioso, como algo gratuito, aunque no siempre se verbalice de este modo.

### La Gratuidad: la experiencia de la vida como don

Es muy frecuente que a medida que un residente avanza en su proceso empiece a sentir agradecimiento. "Gracias" es la palabra que predomina en las celebraciones de las altas terapéuticas. Esto no es nada nuevo; ya hace muchos años que la psicología dinámica de Melanie Klein vinculó la gratitud a la madurez y a la salud psíquica, por poner un ejemplo. Lo que no es tan frecuente en nuestro tiempo, es la gratitud<sup>4</sup>.

En los programas de rehabilitación se dan muchas ocasiones en las que se puede experimentar la gratuidad: en el hecho de que no se exijan cuotas económicas (aunque se pida solidaridad y responsabilidad), en el hecho de que no se busque el adoctrinamiento o el proselitismo ideológico o religioso, en la entrega de tantos voluntarios y colaboradores... Hay muchos momentos para descubrir la vida como don: la convivencia y la solidaridad con los otros, el perdón, la satisfacción de ser tenido en cuenta por los demás...

Esta apertura a la vida, a su aliento, a su dinamismo y a su plenitud, es lo que consideramos una espiritualidad positiva y, creemos que acompaña y refuerza el proceso de rehabilitación terapéutica desde el principio hasta el final. Tiene que ver con un aspecto decisional de la vida humana y con decir un Sí a Alguien, a Algo, o a Vivir simplemente, que es por donde hemos comenzado. La vida para lograrse necesita un sujeto que decida vivir, aunque este mismo hecho pueda sentirse también como un don.

<sup>1</sup> Abraham Maslow. *La personalidad creadora*. Ed. Kairós. Barcelona. 1987.

<sup>2</sup> Citado por A. Grün en "Las fuentes de la energía interior", p.112.

<sup>3</sup> El director de cine, Andrei Tarkovski, desde un ámbito distinto al nuestro tenía la misma intuición y la misma experiencia respecto a lo que significa trabajar en equipo: "Se pueden mover montañas si se consigue que las personas que colaboran en realizar una idea, aun siendo muy distintas en cuanto a su carácter, temperamento y edad, pasen a formar algo así como una familia, animados por una pasión común. Y si en esa comunidad surge un ambiente genuinamente creativo, entonces pierde importancia la cuestión de quién tuvo una idea concreta..." (*Esculpir en el tiempo*. Ed. RIALP. Madrid. 2002 ).

<sup>4</sup> Ortega y Gasset ya lo anticipó en los años 30 en su obra *La rebelión de las masas*.