

Viaje hacia el otro



César García-Rincón de Castro

Vamos a plantear a todos los participantes que planifiquen un viaje hacia el otro, que en realidad es un viaje desde la empatía. Definimos la empatía como esa capacidad que implica ponerse en el lugar del otro, en su perspectiva, en su mapa de pensar las cosas, en sus sentimientos, en su situación difícil ahora. Una forma de despertar la empatía es hacernos una pregunta como esta: si yo fuera la otra persona, ¿cómo me sentiría?, ¿qué me gustaría que me dijeran?, ¿cómo querría que me trataran?

Viaje hacia el Otro



- 1 Planteamos a los participantes hacer un viaje "hacia el otro" desde la empatía: cómo se haría, cosas necesarias, equipaje, forma de llegar, etc. Conviene que ese "otro" sea alguien al que nos cuesta acercarnos o sentir empatía.
- 2 Planteamos el viaje como un itinerario, que podemos dibujar en un mapa, señalando algunas fases, etapas, posibles fronteras, etc.
- 3 Nos podemos inspirar en algunos textos acerca del viaje hacia otros o con otros, como el libro de Ruth (1-16) o el poema "Noche Oscura" de San Juan de la Cruz.
- 4 Reflexionamos el viaje hacia el otro desde las tres vías místicas como proceso: la *vía purgativa* de desprenderse de nuestras barreras internas, la *vía iluminativa* de guiarse por la luz del corazón, y la *vía unitiva* de encontrarse en el amor fraterno.

Haremos esta actividad por equipos, y cada equipo diseñará la metáfora de su viaje hacia el otro, como cuando preparamos un viaje importante. Conviene que nos hagamos algunas preguntas como estas: ¿Qué equipaje necesitamos? ¿Qué nos gusta de este viaje? ¿Qué barreras encontramos para abandonar nuestra zona de confort actual y salir a ese viaje? ¿Lo haremos solos o con alguien más? ¿Qué tipo de transporte o medio usaremos, caminando o en alta velocidad? ¿Habrán algunas paradas o escalas? ¿Qué coste emocional tiene? ¿Cómo nos recibirá el otro? ¿Tendrá su puerta abierta o cerrada? Si la tiene cerrada, ¿cómo llamar sin molestar?

Es importante, que esas preguntas anteriores las planteemos en una situación o hacia otro al que nos cuesta acercarnos o sentir empatía, dado que, si lo aplicamos hacia alguien que nos despierta fácilmente empatía, la dinámica no tiene tanto sentido y aprovechamiento.

Es importante pensar que en realidad el "viaje hacia el otro", es un viaje hacia su ciudad, su casa y su forma de ver la vida, andando el camino de nuestra casa del YO a la casa del TÚ. Incluso, podemos también pedir a los participantes que dibujen en un papel un plano con las dos casas, la casa del YO y la casa del TÚ, y que dibujen cómo es el camino que han de recorrer para acercarse

con empatía al TÚ, si es un camino llano y despejado, o tiene algunas barreras, vallados, montañas, zonas de bosque, etc. Luego podemos comentar los dibujos y sus metáforas.

Al final pondremos en común todas las ideas y metáforas de este viaje, y sacaremos nuestras propias conclusiones para aprender a ser más empáticos y cercanos con los demás, sobre todo con los que más nos cuesta.

Al hilo de esta dinámica podríamos trabajar el conocido texto del libro de Ruth, en el pasaje en que Ruth le dice a su suegra Noemí: "No insistas más en que me separe de ti. Donde tú vayas, yo iré; donde tú vivas, yo viviré; tu pueblo es mi pueblo, y tu Dios es mi Dios; donde tú mueras, yo moriré y allí me enterrarán. Juro hoy solemnemente ante Dios que sólo la muerte nos ha de separar" (Rut 1,16-17). Este texto, del pequeño libro de Ruth, se considera una joya bíblica, dado que representa una gran declaración de amor fraterno y promesa de fidelidad en el seno de la familia, y se utiliza habitualmente en las ceremonias de boda.

Si hacemos una lectura del mismo desde el viaje hacia el otro, desde la empatía, están las tres dimensiones de la misma, según nos dice la psicología: la *empatía cognitiva*, la *empatía afectiva* y la *empatía psicomotriz*. Viajar hacia el lugar del otro, su pueblo, su ciudad, y considerarlo como propio también,

compartir las creencias, las experiencias vitales, en todo ello late la empatía como precursor del amor fraterno y también de la caridad cristiana.

También podemos inspirarnos, para hacer ese viaje hacia el otro, en la "Noche Oscura" de San Juan de la Cruz. Este es un viaje que se hace mejor "estando ya mi casa sosegada" (con sosiego interior) y a la luz del corazón que, como dice San Juan de la Cruz es "más cierta que la luz del mediodía". Porque, efectivamente, en ese viaje hacia el otro, desde la empatía, también hay tres fases o vías místicas: la *vía purgativa* de desprenderse de nuestras barreras internas, la *vía iluminativa* de guiarse por la luz del corazón, y la *vía unitiva* de encontrarse en el amor fraterno. Otra pregunta que nos podemos plantear aquí para la reflexión es esta: ¿Cómo experimentamos estas tres vías místicas en nuestros proyectos y actividades de acercamiento al otro necesitado y abandonado? ¿Pueden ser un buen itinerario de ayuda y solidaridad, de caridad cristiana?

Para trabajar el poema de San Juan de la Cruz, "Noche Oscura", si queréis hacerlo con música, os recomiendo la reciente grabación del mismo que ha hecho José Robledano Cabrera, musicalizada y producida por un servidor, en el disco "Presencia y Sentido", disponible en todas las plataformas de música.

