



En esta número de la hoja informática Súmate a la Hospitalidad desde el Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de la Clínica queremos reflexionar sobre la importancia de la paz y la tranquilidad. ¿Qué entendemos por paz? ¿Sabemos qué nos aporta paz? Ponemos foco en la dimensión espiritual y religiosa del término y afirmamos se ha de conseguir la paz que proporciona tranquilidad y satisfacción, cuando el deber es cumplido con amor, encaminada hacia la hospitalidad como acogida del otro y que nos hace más humanos.

www.nuestraseñoradelapaz.es

PAZ Y TRANQUILIDAD

Si queremos vivir tranquilos, llevemos una vida tranquila, porque es el mejor de todos los beneficios que podemos conseguir. Pero este no es el estilo que se nos intenta vender. Todo lo contrario, hay que moverse, hay que luchar, seamos competitivos... Y bien sabemos que la victoria nunca lleva a la paz como indica Raimon Panikkar, puesto que hay vencedores y vencidos. Ahora bien, en este contexto, nos encontramos personas que son bastante ingenuas ya que, como algunos pacifistas, son como ovejas que creen que el lobo es vegetariano. Y hay que ser sencillos como palomas, pero agudos como serpientes, para poder salir adelante en la sociedad que nos rodea, en el universo en que existimos.

Es muy común entre nosotros conocer y emplear expresiones bastante habituales como: luchar por la paz; pero resulta que es una paradoja y una contradicción. La paz es un proceso y hay que conquistarla siempre si se quiere conseguir, y no deja de ser también una continua lucha contra cuanto nos intranquiliza, en nuestro propio interior al vivenciar nuestra realidad. Sabemos, porque lo hemos escuchado muchas veces, que la conciencia de un jurado nunca queda tranquila. Sea que absuelva, sea que condene, porque ha podido dejar algún cabo suelto y ha podido cometer una injusticia contra un tercero. También hallamos situaciones intermedias que nos ayudan a caminar, y así encontramos refugios y lugares de paz: la música es un paréntesis de paz dentro de la agitación de nuestros días (Zubin Mehta). O con algo más de chispa: el humor es el caos emocional recordado con tranquilidad, según dice James Thurber.

Y por ahí irían las mejores sugerencias en la búsqueda de la paz y de la tranquilidad. Se puede morir tranquilo si uno ha cumplido su vocación para Akira Kurosawa. El tema está en dilucidar bien la vocación que siempre implica decisión, discernimiento, renuncia a algo en favor de otra alternativa. No obstante y en esta línea, hubo algo que llevó a Mijail Gorbachov a exclamar: ¡la finalidad primordial de mi vida ya se ha realizado; me siento en paz conmigo mismo! Por lo tanto y una vez más, hay que dar la razón al Dalai Lama cuando defiende que el mantenimiento de la paz comienza con la autosatisfacción de cada uno. Pero hay que trabajar y labrarse el sentido de la satisfacción, porque podemos encontrar personas que se conforman con poco y otras que son insaciables...

Y por no huir de un tema tratado en muchas ocasiones, afirmamos se ha de conseguir la paz que proporciona tranquilidad y satisfacción, cuando el deber es cumplido con amor. De tal forma que contribuye a la autorrealización personal, al haber encontrado la orientación de la propia vida, al haber asumido una espiritualidad, encaminada hacia la hospitalidad como acogida del otro y que nos hace más humanos.



PAZ, ESE LUGAR DESDE DONDE TODO PARECE DIFERENTE

La misión de los Servicios de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de los centros de la Orden Hospitalaria es la atención de las necesidades espirituales y religiosas de las personas asistidas, de sus familias, de los Hermanos y de los Colaboradores, respetando la libertad, los valores y las creencias de todas las personas. Dicha atención requiere de un encuentro previo y una valoración para la búsqueda de la mejor forma de cubrir esas necesidades encontradas.

Tenemos como referente el diagnóstico NANDA (North American Nursing Diagnosis Association) de Enfermería. Entre las posibilidades queremos destacar hoy el *Bienestar Espiritual*, entendido como un estado vital en que se experimenta la dicha de integrar el significado y propósito de la vida mediante la conexión con el yo, los otros, la naturaleza y con la trascendencia (Dios). Este bienestar espiritual puede definirse por las siguientes características:

- Autoaceptación y autoestima
- Entorno social y familiar acogedor
- Buena aceptación de su intimidad, valores y creencias
- Buena relectura de su propia historia
- Reconciliado consigo mismo, con los demás y con Dios
- Asume y da sentido a la enfermedad, el sufrimiento y la muerte
- Asume las pérdidas y elabora adecuadamente el duelo en su enfermedad
- Vive con paz su relación con la trascendencia
- Vive su relación con Dios como Amor/Misericordia y Esperanza que llena de sentido
- La expresión y realización de sus prácticas religiosas le ayudan a vivir con serenidad y paz su enfermedad.



En diversas ocasiones en el Evangelio, la paz y la tranquilidad llegan tras un momento de oración, o próximos al cielo, a Dios, que en un lenguaje metafórico podemos situarlo en lo alto de un monte.

Para trabajar nuestra paz interior hemos de ser conscientes de que la vida es un 10% de lo que a uno le sucede y un 90% de las reacciones que cada uno tiene ante ello. Las cosas no saldrán como esperamos. Reposar lo que deseamos y lo que nos ocurre en Dios, nos ayuda a comprender que no todo lo que queremos ocurrirá. Nada puede quitarnos la paz o el entusiasmo, ante los imprevistos o desencantos que tienen lugar en el día a día ¿vale la pena renunciar a nuestra paz? ¿No es más sencillo cambiar yo a esperar que los otros o las circunstancias cambien? “No os angustiéis ni os acobardéis” (Jn 14, 27). No renunciemos a nuestro poder. Hemos de estar decididos a disfrutar de nuestra vida y no permitamos que los otros tengan la capacidad de ofender o de enfadarnos. La propuesta es que nos elevemos por encima de todo eso.

Si buscas estar en paz contigo mismo, la paz vuelve a ti y desde ahí todo se ve de otro modo. Lo difícil parece más sencillo y las respuestas o la toma de decisiones sobre los caminos de la vida se ven con mayor claridad.

PARA PENSAR

“La risa es un tranquilizante sin efectos secundarios”
(Arnold Glasgow)

