

Espiritualidad y Pandemia: Perspectivas Teológicas y Pastorales

Elizabeth Conde-Frazier

Contexto: Temporada de Pérdidas

Para hablar sobre el covid en PR es necesario hablar sobre el contexto en el cual viene a aterrizar el covid. Es así como entenderemos y como hará sentido lo que podemos definir como espiritualidad y pastoral en medio del covid.

Puerto Rico perdió en la pasada década el 11.8 % de su población, según datos proporcionados por la Oficina del Censo de Estados Unidos, lo que para el demógrafo Alberto Velázquez es una "reducción acelerada" causada por factores como el paso del huracán María, la inseguridad ciudadana y la baja en los nacimientos.¹ En algunos pueblos como Loiza, la población ha bajado un 21% en el censo de 2020 contra el censo de 2010. Algunos que hacen el análisis de las razones por esta merma nombran tres categorías: la natalidad, la mortalidad y la movilidad. En la categoría de la natalidad están las personas que deciden no tener hijos inclusive los que deciden abortar antes de traer a sus hijos a la realidad de su pobreza. En el área de la mortalidad entran los casos de personas, especialmente jóvenes, que mueren como víctimas de crímenes violentos. También hemos visto que la tasa de pobreza en el archipiélago de Puerto Rico ha aumentado hasta a un 60% en algunos pueblos.

Aun con estas cifras elementales, hay que mencionar que Puerto Rico sufre de una falta de estadística que no permite un análisis serio y profundo de las realidades vividas y por lo tanto es difícil crear unas estrategias creativas para crear cambios y mejoramiento a la calidad de vida.

Que Significa Esta Perdida?

Este es el contexto al cual llega el COVID. ¿Qué significa esta pérdida? Familias que se separan. Al separarse las expectativas de los ciclos de vida cambian y la familia se ve a cada paso de lo que se esperaba experimentando un sentido de la pérdida de familia y de comunidad en cada etapa. El significado y propósito de la vida cambian. Los abuelos no están junto a sus

¹ EFE News, "Preocupante tendencia de "reducción acelerada" de la población en Puerto Rico" 27 de abril de 2021, <https://www.efe.com/efe/usa/puerto-rico/preocupante-tendencia-de-reduccionacelerada-la-poblacion-en-puerto-rico/50000110-4522702> (consultada el 25 de Agosto de 2021)

nietos o no hay nietos. ¿Qué rol han de jugar ahora en sus años de oro? Sus hijos no están cerca para estar pendientes de ellos en la vejez y se pierde ese sentido de seguridad de la vida en la vejez. Se oye la queja o el lamento de esta pérdida, y cuasi confusión. Es difícil ponerle nombre a los sentimientos que se sienten solo logramos el lamento continuo o el suspiro o tratamos de alejar de nosotros la pesadez que nos carga. La rutina es mi amiga y mi enemiga. Me mantiene levantándome todos los días pero también me abrumba porque hay tanto que ya no es parte de la misma- los sonidos de risas, los espacios solos sin conversación del diario de mis hijos, las butacas vacías en las cuales ya nadie se sienta. Solo el ruido del televisor si tenemos electricidad nos acompaña.

Perdida: A Nivel Comunal

A nivel comunal esto ha significado la pérdida de nuestra fuerza laboral, el cierre de escuelas y centros maternos (head start). La pérdida de habitantes ha llevado a la cancelación de ayudas y programas de gobierno estatales y federales. El nivel de pobreza a llevado a desarrollar una economía subterránea basada en el narcotráfico. Al ser este uno de los medios económicos crea una violencia entre diferentes sectores comunitarios. Además, se entiende, que la falta de recursos y ayuda ha causado una aparente falta de valores.

Falta de Valores

Los valores no se pueden enseñar, se captan viviéndolos entre todos juntos. Se expresan en las razones que nos llevan a la toma de decisiones del diario vivir, al trato a nuestro prójimo, de aquellos diferentes a nosotros, al trato entre hombres y mujeres, de empleados y los que les emplean, de iglesia y comunidad. La falta de valores hace que nada de lo que se trate de construir pueda tener éxito a largo plazo pues no se puede generar el respeto ni la confianza. Esto lleva naturalmente a la corrupción.

La Corrupción

La corrupción no empieza como tal sino que es un medio secreto entre dos personas donde uno o todos usan su poder para asegurar favores entre ellos y dejan a los demás

fuera de los beneficios. La falta de valores eventualmente nos lleva a una baja autoestima e inseguridad y de ahí a la arrogancia para tratar de crear un balance. Esto es porque los valores nos definen y sin ellos no sabemos quiénes somos, cuáles son los parámetros que definen lo que hacemos con, en pro de y en contra de otros. Estamos perdidos y por lo tanto, nos podemos encontrar haciendo cosas que nunca imaginamos que íbamos a hacer pero así es cuando se está perdido. Esto también es un tipo de pérdida.

La Fe Es Afectada

En otras palabras, el covid llega en medio de unas capas y capas de pérdidas. Esto incluye el área de fe. La pérdida de confianza en los líderes que han reaccionado a las inseguridades del momento con pasos de sobrevivencia y parecen estar más interesados en mantener a flota a la organización que a proteger y cuidar de los que han sufrido pérdidas.

Las personas pastorales que si se preocupan por las personas y tratan de buscar soluciones donde no las hay se van apagando poco a poco sufriendo de la ansiedad y la depresión al igual o peor que aquellos que intentan de levantar. En fin viene la pérdida de la fe en Dios pues las promesas en las cuales creíamos se han hecho permeables en estos momentos que necesitábamos que fueran firmes y cobijadoras. Pero me pregunto si las promesas han fallado o si nos hemos dado cuenta que al tomar textos sin contextos hemos fallado nosotros en la interpretación de las promesas bíblicas.

Efectos del Covid

¿Como nos ha afectado el covid? Pues nos tomo dentro de unos momentos de recursos escasos. Menos doctores y personal de hospital porque muchos han salido de PR. Las cifras del 16 de septiembre nos dicen que cada día hay un promedio de 183 casos confirmados por prueba molecular de covid en PR con unos 147,596 casos acumulados. Hay 9 defunciones diarias con una acumulación de 3,064, y tenemos 286 hospitalizaciones de adultos de los cuales 88 están en cuidado intensivo, y 24 casos de hospitalización pediátricas. El 75.3% de la población está completamente vacunada en PR (2,145,014 de 2,848,293).

En una cultura de abrazos y relaciones cercanas esto de no poder tener acercamientos nos reta grandemente. Para otros les atrapa dentro de hogares que ya son tóxicos y ha significado sufrimientos personales que ni se cuentan. Los negocios han tenido sus pérdidas también, para otros sus empleos. Todo esto causa estrés encima de lo ya experimentado.

El Trauma

Quizás la palabra que ayuda a darle mejor definición a estas pérdidas consecutivas es trauma. Trauma es una experiencia profundamente perturbadora o angustiada, un evento que causa sensación de horror o impotencia. Son cosas que han sucedido inesperadamente, súbitas percibidas como peligrosas y que disminuyen nuestra habilidad de copar. El trauma es cuando nuestros recursos internos como personas están abrumados por la experiencia externa.

El estar expuestos a historias de pobreza, abuso, violencia, muerte, pérdida, pandemia y desastres naturales nos traumatizan pero no nos damos cuenta enseguida pues pensamos que es una parte natural de la vida diaria, nos adaptamos o así lo pensamos. Pero el no identificarlo como trauma es lo que nos hace más daño pues seguimos expuestos a lo mismo mientras que las consecuencias en nuestra psiquis y nuestros cuerpos sigue acumulándose a tal punto que un día nos damos cuenta que ya nada de la vida apetece, no podemos celebrar, no hay gozo ni motivación. A veces explotamos en el momento menos esperado por cosas que no tienen sentido pues no son tan grandes como para merecer tal explosión. Vemos todo por medio del lente del desastre. Voy al Yunque para despejar la mente y al mirar la belleza desde allá arriba me pregunto si los helicópteros de rescate pueden llegar hasta allá si alguien se cae desde un risco. Wow, really?

El presenciar el sufrimiento así como el experimentarlo tiene un costo acumulativo. Aquellos que son afectados directamente por el covid así como los que hemos estado indirectamente afectados porque un familiar o conocido haya contractado el virus y los que miramos de lejos pero escuchamos las noticias al respecto y vivimos dentro de las restricciones, todos somos expuestos a los efectos del covid. Se afecta el cuerpo- nos da insomnio, ansiedad,

palpitaciones, dolores de cabeza, cansancio. Se afectan las emociones, se entumecen los sentimientos, depresión, pérdida de confianza, irritabilidad, apatía, alienación, aprensión. Nuestros comportamientos cambian, perdemos el apetito, o comemos para ahogar los sentimientos, estamos inquietos todo el tiempo, nos inclinamos a comportamientos adictivos.

¿Y el espíritu, se afecta también? Pues claro que sí. Escuchamos un sermón o leemos la Biblia y lo sentimos lejano- no nos toca, no tiene nada que decirnos, hay un sentido de vacío, pesimismo o cinismo. Las promesas de Dios son permeables, ¿por qué creer en ellas? Quizás ni Dios existe o somos tan y tan malos que nos ha quitado la mirada de favor y nos ha dejado que nos comamos por los rabos los unos a los otros. Palabras de un hermano diacono. Pero no se asuste nadie pues esto es natural como parte del estrés causado por el trauma.

Salmos de Lamento

¿Qué nos decimos el uno al otro (y a Dios) cuando ocurre El sufrimiento? La necesidad del corazón humano es expresarse de una forma u otra. ¿Pero cómo? ¿En qué manera? ¿Qué podemos decir o hacer? Para comenzar a buscar recursos para una espiritualidad comencemos con los salmos que están llenos de expresiones de personas en medio del estrés o el trauma. Se llaman los salmos de lamento. El lamento es nuestros sentimientos, que en vez de tragarlos o correrles, los sentimos en presencia de Dios. Lamento, es palabra que viene del latín *lamentum*, es una queja que puede incluir diversas muestras de aflicción, como gritos, suspiros o llanto. El lamento es una expresión de dolor, angustia o disconformidad. Es el corazón humano que se tuerce ante Dios. Y Dios escucha y escucha. (Lea Job 3 y 6). **Me lamento porque** creo en Dios aun cuando no hay nada más en mí que puede creer. ¡Creo, ayuda mi incredulidad! El lamento es el Espíritu mismo intercediendo con gemidos indecibles. Mi lamento es tan lleno de fe, tan santo, como mi danza.

Es importante recordar que **Dios puede manejar** nuestras emociones profundas. Podemos arrojar nuestro dolor, ira, duda, amargura y desilusión a Dios aun nuestras maldiciones. Él puede absorberlo todo. Lo que no desea es que le ignoremos en nuestros momentos de dolor, le tratemos como si no existiera o no le importara. (Lee los Salmos 10, 13 y 88).

Y por la corrupción que experimentamos en PR como opresión, es importante mencionar los salmos imprecatorios que sueltan el coraje hacia los opresores deseándoles la muerte o que le sucedan cosas malas a ellos y hasta a sus próximas generaciones. Esos no son salmos que nos enseñan a memorizar en segundo grado. Son expresiones reales que las ventilamos en presencia de Dios y las dejamos ahí para que no nos enfermen. Dios escucha y se encargara.

Miremos la jornada de fe en el lamento. **Leo del salmo 13:**

1 ¿Hasta cuándo, oh Señor? ¿Me olvidarás para siempre? ¿Hasta cuándo esconderás de mí Tu rostro?

2 ¿Hasta cuándo he de tomar consejo en mi alma, *Teniendo* pesar en mi corazón todo el día?
¿Hasta cuándo mi enemigo se enaltecerá sobre mí?

3 Considera y respóndeme, oh Señor, Dios mío; Ilumina mis ojos^a, no sea que duerma *el sueño de* la muerte;

4 No sea que mi enemigo diga: “Lo he vencido;” Y mis adversarios se regocijen cuando yo sea sacudido.

5 Pero yo en Tu misericordia he confiado; Mi corazón se regocijará en Tu salvación.

6 Cantaré al Señor, Porque me ha llenado de bienes.

El lamento es la fe que hace jornada pasando por la duda, por el dolor, por el silencio, por el llanto, por el vacío, y el desierto. En esta jornada se confía en Dios en diferente manera. La fe crece por medio de esta jornada.

Es más profundo que la teología del triunfalismo- “Clamálo y recíbelo”. Ese triunfalismo que me oprime porque no deja escuchar mi voz, no deja que se cuenten las injusticias y deja corta mi fe porque no se atreve a decirle a Dios : Dios, mira a ver qué vas a hacer, porque aquí estamos bien oprimidos- hasta cuándo?

El lamento puede ser expresión pública donde cantamos el dolor y los gritos de los demás porque no pueden hacerlo ellos mismos. Entonces cantamos *PARA* ellos, convirtiéndonos en sus voces. Así hace el Espíritu Santo con gemidos indecibles.

Deseo demostrarles como es que algunas personas con el don de arte pintan su Biblia mientras la van leyendo y orando con ella en forma de lamento personal. **Esas personas** se enfocan en algún verso en particular y van pintando.

De la queja del lamento sale una proclamación de fe y una alabanza nueva no vista antes. **Y sale de Dios** un llamamiento y una respuesta a servir. En Éxodo 3 Dios llama a *Moisés* y le dice: ⁷ Bien he visto la aflicción de mi pueblo que está en Egipto, y he oído su clamor a causa de sus exactores; pues tengo conocidas sus angustias:

- ⁸ Y he decidido librarlos de mano de los Egipcios, y sacarlos de aquella tierra a una tierra buena y ancha, a tierra que fluye leche y miel,.
- ¹⁰ Ven por tanto ahora, y te enviare a Faraón, para que saques a mi pueblo, los hijos de Israel, de Egipto.

Fíjense como el lamento nos permite ser honestos y vulnerables ante Dios y la situación. Al hacer esto nos paramos en la realidad donde encontramos a Dios y a nuestro prójimo. De ahí sale la compasión, fuerza nueva para servir a Dios en medio de lo que se esta llevando a cabo. Es una forma de ir levantándonos.

Presencia en ausencia

Pero, la pandemia ha tronchado nuestra expresiones de compasión. ¿Qué pastoral podremos construir? ¿Como estar presentes si estamos obligados a estar ausentes y a no tocarnos? Bien se sabe que las expresiones de cariño, hospitalidad, agradecimiento y respeto han sido parte de todos los pueblos a lo largo de la historia. Contamos con los apretones de mano y los abrazos como medios de fortalecer las expresiones de relacionamiento humano especialmente en medio de las dificultades. Así nos comunicamos la solidaridad que con palabras es difícil decir.

Aquiles Ernesto Martínez nos habla acerca del ósculo santo en medio de la pandemia y dice: “sin duda, a parte del abrazo y la sonrisa que usualmente le sirven de fieles aliados, el beso (dado una o varias veces), cuyo origen es un enigma, ha sido quizá el más antiguo y popular de todos.”² Pero Martínez nos presenta alternas expresiones al beso

² Aquiles Ernesto Martínez, “Ósculos santos en tiempo de pandemia: reflexiones socio-bíblicas en cuarentena”, en *Todas las Voces: Reflexiones bíblicas en tiempos de emergencia global*, 2020.

que sirven de beso al alma. Entre estos el nombra a los doctores, enfermeras u otros trabajadores de salud pública que han arriesgado sus propias vidas en el cuidado de los afectados por el covid y los que han cargado con recados exhortadores de los familiares a los enfermos. También a los animadores de cacerolas y cucharones han celebrado a los trabajadores del público o los bocineros en los carros que pasan por el frente de los que celebran años, aniversarios, graduaciones y otros momentos especiales de la vida. Martínez continua diciendo que hay que entonar el canto de que la mejor medicina siempre es el amor y sus entretejidos sinónimos. Como especie de labios que no tocan pero tocan en lo más profundo, a lo lejos y en el anonimato, muchos se han esforzado por enviar cestas de comida y artículos de primera necesidad a los desempleados y los más vulnerables, como consecuencia del colapso de la economía mundial.”³

Estás son expresiones de amor, cariño y bondad que nos llevan a la misma intención del ósculo santo que cultivan las relaciones fraternales y de amistad que ayudan a cultivar la vida en el alma moribunda, cansada, y traumada. Son formas de reafirmar los nexos fraternales en base a la fe en Cristo que nos une. Fortalecen el sentido de solidaridad, de pertenencia de comunidad o comunión de los santos. Yo escribo cartas, envío mimes jocosos, textos con versos y llamo a la gente. Son parte de las practicas para una espiritualidad de aprecio y cuidado los unos a los otros- una pastoral comunal.

Una pastoral de presencia va acompañada con las intervenciones psicoterapéuticas cuando es necesario. Somos un cuerpo y trabajamos juntos. En la terapia se trabaja hacia el fortalecimiento del cliente fomentando el sentido de control personal y por medio de la promoción y desarrollo de relaciones auténticas. Les conectamos con redes de apoyo incondicional. No diré mucho más sobre esta área porque no soy psicóloga y en una de las respuestas quizás se comentara más al respecto.

Para los que trabajamos para levantar el alma es importante que nos cuidemos nosotros **haciendo un** balance de vida donde incluimos no solo el trabajo sino el descanso, ejercicio y el entretenimiento. Estas son practicas diarias espirituales para poder seguir amando.

³ Ibid., p.4.

Reafirmemos que las personas PUEDEN transformar las experiencias. De lo trágico han salido valientes y creativas formas de vida. Nada me separa de su amor (Roms. 8), “estamos atribulados en todo, mas no angustiados, en apuros mas no desesperados” (2Cor. 4:8). Desarrollemos visiones del mundo más realistas y menos idealistas. No tratemos de hacer más de lo que se puede hacer en este momento- trabajemos a un paso más humanizante. Hagamos por adquirir un aprecio más profundo por nuestras propias vidas y adquiramos una mayor sensibilidad a los prejuicios.

Cultivemos la resiliencia, lo mejor que este viento del covid pueda agitar dentro de nosotros: el sentido de humor, la flexibilidad o disposición de cambiar, el pensar en más posibilidades- yo **puedo seguir** inventándome, me repienso, me lleno de energía, descubro nuevas capacidades dentro de mí que se encontraban más profundas- esto es resurrección 101 en tiempos de covid.

Cultivamos la generosidad, la gratitud-dad gracias en todo (1Tesa. 5:18), el aprecio por aprender nuevas cosas, el crear un propósito en la vida, el reactivar la espiritualidad personal, el altar familiar especialmente ahora que tenemos que pasar mas tiempo juntos. Orad sin cesar, en mis pensamientos me acuerdo de personas y/o situaciones y le hablo al Señor por unos momentitos.

Cultivemos todo lo bueno que puede salir del corazón y compartámoslo. Hay mucho que sembrar del corazón en estos momentos y estoy segura de que la creatividad de la bondad que caracterizara esta siembra dará cosecha nueva, alimenticia a la fe, y sanadora al alma y cuerpo. La bondad siempre busca el modo de hacerse sentir de manera creativa, renovadora, relevante y desafiante. Nuestros brazos no pueden abrazar pero podemos colmarlos de bondad en acción.

Entiendo que no todos estamos en la posición de pensar así o de sembrar. No tienes las energías, quizás por encontrarte en la depresión en estos momentos? No te preocupes hoy me toca a mi hacerlo, hoy yo levanto los lamentos por ti y le peleo a Dios por ti, te enviare palabras de aliento en cartas y textos. Te invito sin embargo, a levantar tu mirada para ver mas que lo que te presiona en estos momentos y recuerda el refrán: “Hoy por ti, mañana por mí.”

Construyendo Comunidad

El espíritu del Señor está sobre mí,
² a anunciar el año favorable del Señor,
⁴ Se reconstruirán las viejas ruinas,
se levantarán los edificios destruidos hace mucho,
y se repararán las ciudades en ruinas.
⁶ Y a ustedes los llamarán sacerdotes del Señor,
siervos de nuestro Dios. (Isaías 61:1-2;6)

Por último deseo hablar de una espiritualidad y pastoral que construye comunidad. ¿Quién es negociante, o empresario, quien es honesta, sabe de mercadeo, quien sabe sembrar- que de proyectos de amor que levantan a la comunidad económicamente para que ganemos el respeto, volviendo a valores de colaboración y comunidad? Esto también es parte de una espiritualidad y pastoral pues estamos trayendo vida en abundancia a la comunidad. Formas de que las personas tengan su propio poder económico. Hay redes eclesiósticas que pudieran promover tales proyectos, que poseen los recursos de influencia, dinero y talento para con otros, poder soñar los sueños del corazón de Dios para traer vida en abundancia. El tiempo es amor y es herramienta espiritual, invirtamos en tiempo para planificar, escuchar comunidades e ir levantándoles, trayendo todas las fuerzas positivas que hay en ella para juntos poder entender a lo que se pudiera parecer el reino de Dios en nuestro medio. Si algo positivo ha de salir de toda esta pandemia seria la colaboración en proyectos de amor- iglesias y fuerzas positivas comunitarias unidas.

Levantémonos unos a otros- pues no hay mayor fuerza que el amor. Nada nos separará de este amor divino que en estos momentos se mueve en innovadoras formas entre nosotros y por medio de nosotras- una espiritualidad y pastoral se activa derredor.

