

## **LAS GRANDES NECESIDADES PSICOLOGICAS DEL SER HUMANO:**

Este tema abarca dos capítulos XI y XII. Se funda en descubrir las carencias del ser humano, para luego orar pidiendo su sanación.

**LA NECESIDAD DE EXPRESARSE:** El hombre está hecho para comunicar a otros su mundo interior, necesita compartir con otras personas lo que es, lo que anhela, lo que teme, lo que ama, lo que piensa. El ser humano no está satisfecho si tiene que reservarse lo que vive y bulle en él. Y para que él pueda expresarse, necesita alguien que le escuche, que le preste atención. Por eso necesita expresarse, dirigir a otros su palabra, sus gestos, aun su silencio. Sobre todo su palabra, es el vehículo habitual de su expresión.  
Modos de expresarse: la palabra, el gesto, lo que escribe, lo que crea, lo que imagina. (teatro mudo)

La imposibilidad o la dificultad que impide el compartir puede ser tan dañosa que termine en el refugio sobre sí mismo, en la depresión ó en la violencia.

**LA NECESIDAD DE PERTENENCIA:** El hombre está hecho para vivir en comunidad. El hombre es a la vez un ser individual y comunitario. La más simple de estas comunidades es la conyugal, que al formarse va saciando esa necesidad de pertenencia. La necesidad de pertenencia es uno de los grandes estímulos que se hallan en el fondo de esta mutua atracción de los sexos y de la entrega mutua por el matrimonio. Esta necesidad de pertenencia durará toda la vida. En la primera infancia, la pertenencia a los padres; más adelante la pertenencia a un hogar, a un grupo de amigos, a un club, a una comunidad. La pertenencia se materializará de una u otra forma, pero la exigencia estará siempre viva en el hombre. Caben sustitutos mas o menos aptos, pero nunca podrán apagar esa exigencia enraizada en la esencia misma del ser humano. Un caso especial es el de aquellos que llenan esa necesidad con la pertenencia total a Dios. Aquí la exigencia de la pertenencia humana queda intacta, pero su actividad se orienta y es satisfecha por otra superior capaz de llenarla y darle expresión plena. La pertenencia fundamental que Dios ha puesto en el hombre es la pertenencia a El mismo, fuente y modelo de toda otra. Pero al darle una psicología humana, la pertenencia a otras personas estará siempre ahí. El pertenecer a un hogar, a un grupo o a una comunidad, satisface una necesidad primaria. Además es el lugar donde podemos tener acceso más fácil a la comunicación y a la seguridad que no se alcanza en la vida solitaria. LA NECESIDAD DE PERTENENCIA CUANDO NO ES SATISFECHA ENGENDRA LA SOLEDAD. Es el miedo a la soledad de un ser que solo puede vivir con los demás. El auténtico miedo del hombre no puede vencerse mediante la razón, sino mediante la presencia de una persona que lo ama.

**LA NECESIDAD DE SEGURIDAD Y DE AFIRMACION:** El hombre con toda su riqueza interior es un ser pobre cuando vive solo. Si puede soportar la soledad o ha encontrado sustitutos que la apaciguen vendrá un tiempo en el que no podrá tolerarla. Ambas aspiraciones, comunicación y pertenencia dan la posibilidad de satisfacer otra gran apetencia humana: la seguridad.

Cuando niños necesitamos a alguien que nos alimente, vista.... Luego podemos por nuestra cuenta llenar alguna de estas necesidades, pero otras seguirán siendo necesarias que las suplan los demás. Somos inseguros por nosotros mismos porque vemos que necesitamos de los que nos rodean. La inseguridad fundamentalmente proviene de la carencia de amor.

El individuo sano (seguro) goza de una base de cierta seguridad. Al ir superando las etapas de la vida, se acepta a sí mismo, con una identidad, una autonomía. Se siente dotado de consistencia, de valores positivos y siente a los demás como personas con características propias a las que acepta y con las que puede relacionarse. Los acontecimientos de la vida le pueden ser adversos, pero no constituyen una eterna amenaza, porque cuenta con recursos de adaptación a las situaciones de cambio. Pero aun en esta hermosa realidad, sentimos nuestra pobreza y somos conscientes de que necesitamos la cercanía, la acogida y el amor de los otros.

Para un niño, el amor y la acogida es tan esencial como el aire que respira. Cada uno de los sentidos del infante recibe la agradable experiencia del amor y se siente satisfecho de ser querido así.

A medida que crecemos la necesidad de ayuda y de acogida no desaparece. El campo en que necesitamos la aceptación de los otros crece y ahora se centra en las facultades del hombre: la voluntad y el entendimiento. Sin desaparecer totalmente la ayuda que necesitamos en el campo físico, como en la infancia, se centra más sobre sentimientos más profundos. La necesidad de seguridad es tan radical que las consecuencias de no poseerla dan lugar a sufrimientos, depresiones, angustias, temores, comportamientos extraños, como reacciones a una situación interior de inseguridad.

## LAS GRANDES NECESIDADES PSICOLOGICAS Y ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

**A-La necesidad de apreciarse y ser apreciado por sí mismo o por lo que él es:** Entramos en el campo de la curación de las heridas causadas por las carencias afectivas. El hombre necesita ser apreciarse y ser apreciado; amar y ser amado por sí mismo. Aquí se traza la diferencia entre persona sana y persona traumatizada psicológicamente.

La frustración de este anhelo trae consigo el que seamos personas traumatizadas o sanas.

**\*El hombre es creado por Dios por amor,** es creado a su imagen y semejanza por amor, en el relato evangélico todo manifiesta el designio de Dios de crear un ser aparte de toda la creación anterior, dotado de una dignidad especial.

**\*El hombre creado a imagen y semejanza de Dios por amor.** Vemos en esos términos el parecido de un hijo con su padre. La consecuencia de esto es clara: confiere al hombre una dignidad intangible, lo reviste de la majestad de Dios y lo eleva por encima de toda la creación. Pero aun dentro de esa grandeza, al verse, ve una realidad infinitamente inferior a Dios, es su imagen pero no es Dios. La semejanza divina no desaparece aun en la persona más desfigurada por el pecado. Esta semejanza tiene otro significado infinitamente mayor: la que el hombre tiene por la participación de la vida divina de Cristo a partir del Bautismo. La semejanza divina confiere al hombre una dignidad intangible. Lo reviste de la majestad de Dios y lo eleva por encima de toda la creación.

**\*Reconocer a la persona por lo que es.** Hay tres grandes campos en los que las heridas son muy sensibles: Una persona está hecha para amar y ser amada profundamente; está hecha para reconocer y ser conocida y reconocida; y está hecha para servir y al mismo tiempo ser considerada útil por los demás. Cuando sobre uno de estos aspectos, la persona NO es amada, No es reconocida o No es considerada útil, ella vive un traumatismo muy profundo.

**B-La necesidad de ser reconocido como útil, de servir, de tener una razón de ser:**

Las tres enumeraciones están unidas entre sí íntimamente, ninguna de ellas obra sola y se hallan ligadas de modo que una conduce a la otra. Los niños o adolescentes a los que se les ha repetido una y otra vez ``tú no sirves para nada``, ``serás un fracasado``, han ido perdiendo la confianza en sí mismos, en los otros y en Dios. Las tres cosas: falta de confianza en mí mismo, en los otros y en Dios están muy ligadas. Jamás se ha contado con ellos y entienden que no tienen ningún valor. El redescubrimiento del verdadero sentido de Dios, de su amor, de su aprecio, llena a esas personas traumatizadas en su ser íntimo y les ayuda a verse como preciosos y valiosos, aumentando la confianza en sí mismos. No es difícil encontrar personas que fracasan una y otra vez en todo lo que emprenden. Si se va a indagar en su historia, encontraremos que sus fracasos actuales tienen una raíz honda en el comportamiento negativo de quienes, quizá inconcientes de sus consecuencia le han destruido, los aplastaron brutalmente con sus repetidos juicios y expresiones de inutilidad. De tanto oírlo, esa persona se convenció de su sentido de inutilidad, y como consecuencia llega a sentir que la vida no tiene razón de ser, se da por vencido.

**Desde que la persona toma conciencia de su herida ya comienza a abrirse al proceso de curación.** Se impondrá dar el perdón a las personas que le han destruido. Con la oración de curación irá recuperando la confianza y la libertad de hacer las cosas de manera exitosa. Todo hombre, ya desde los mismos comienzos de su existencia, anhela apreciarse, ser considerado y apreciado por sí mismo. Es el anhelo humano más profundo y persistente porque en él está fundamentada una realidad indestructible: su persona. Por más soterrada que esté en los traumas psicológicos, el hombre conserva un resto de su innata dignidad personal, un rayo de su propia grandeza.

Todo aprecio y valor que no vaya dirigido al ser mismo de la persona que se pretende ayudar, será un paliativo transitorio. Hay que destacar aquí el respeto sincero y continuado que debe tenerse con la persona que tratamos de ayudar, respetando su conciencia moral, sus sentimientos religiosos, para evitar traumatizar más en lugar de ayudar a la persona.

**C-La centralidad de las necesidades humanas: La necesidad de amar y de ser amado de los demás, por sí mismo:** Las heridas más frecuentes se encuentran en las personas que no han sido reconocidas en su necesidad de amar y ser amadas y que no han recibido ese aliento vital psicológico. La persona es hecha a imagen de Dios cuya esencia es el amor. La persona humana ha sido desde su mismo origen, profundamente impregnada , hecha a imagen y semejanza de Dios , en lo que Este tiene de esencia: el amor.

- **El hombre redimido por el amor de Dios en Cristo Jesús.** La expresión mayor de amor que conocemos los seres humanos, es la muerte, la entrega total, por amor a otro. La revelación del misterio del amor infinito de Dios por nosotros, se realiza en la muerte y resurrección de Cristo. NOS DAMOS CUANDO NOS ABANDONAMOS NOSOTROS MISMOS. NOS COMPLETAMOS CUANDO SOMOS ACEPTADOS. En la muerte se nos da esta posibilidad de realizar el ansia más grande del amor. EL AMOR Y LA MUERTE SON HERMANOS INSEPARABLES. QUIEN ELIGE EL AMOR NO PUEDE DECIRLE QUE NO A LA MUERTE.
- **Dios se entregó a sí mismo en la infinita radicalidad de su amor por nosotros.** Se convirtió verdaderamente en uno de nosotros e hizo lo máximo que un hombre puede hacer por otro. Desde entonces su corazón está plenamente abierto a nosotros.
- El hombre tiene a la Santísima Trinidad en el fondo de su alma. Esta Trinidad de amor que se engendra continuamente dentro de su ser tiene que manifestarse en su propio ser, a todos sus niveles (psíquico, físico y espiritual), porque todos ellos están bajo el suave imperio del amor de Dios.
- Y esta exigencia de amar y ser amado está impregnada del anhelo de que el amor que se le da sea por sí mismo. Dios infinito le prodiga un amor, no por lo que el hombre pueda darle, si no por total generosidad, por ser una obra salida de sus manos y de su corazón, a la que El aprecia y ama infinitamente. El hombre debe amar a sus hermanos conforme a este criterio divino.

**D- El amor permite al hombre su unificación y lo recrea.**

**Toda la psicología presupone la unidad del hombre. Este depende del amor que trasciende lo psicológico. El amor permite al hombre su unificación. El don de sí no llama en modo alguno a la negación de sí, al contrario, amar al otro totalmente es darse a él dándole lo que se tiene de mejor. El amor del otro no se opone al amor de sí mismo, muy al contrario, lo supone.**

Amar al otro supone que se le busca por sí mismo, darse a él dando lo que se tiene de mejor. El amor del otro no se opone a un amor a sí mismo, muy al contrario, lo supone. El que, por amor creó al hombre y dejó su marca en lo más profundo de su ser, lo orienta fundamentalmente hacia la realización del amor a los demás como manera de realizarse a sí mismo en El, por el amor ofrecido y prodigado.

## LA CURACION POR EL AMOR, DE LAS HERIDAS CAUSADAS POR LA CARENIA AFECTIVA

### A nivel Humano

**A- El aporte de una presencia.** El que no ha recibido el amor que debieran haberle dado, sobre todo en su infancia, **necesita el aporte de una ``Presencia``**. Esta presencia no es un mero estar ante otro que me necesita, es mucho más que eso. El verdadero yo de esas personas está empujado, rechazado al fondo del alma. Sin embargo, no todo él es un yo falso, quedan restos del yo verdadero. El anhela a alguien que comprenda su situación. Necesita a alguien que tenga el deseo de hacerse cargo, de meterse dentro de su piel, de tomar, de algún modo su persona. Se trata de una comprensión que no emite juicios, que no es mera presencia física, ni mera piedad. **Es la presencia de quien está presente con sus oídos: de quien escucha atentamente, es la presencia de la acogida hecha con todo el ser.**

Esta presencia, comprendida y vivida así es de una ayuda imprescindible y valiosa.

**B-El contacto de persona a persona.** El otro es una persona, hijo de Dios, que le da un valor único, sobrenatural. El otro es una persona, por lo tanto, algo distinto y único. En una relación de ayuda a esa persona, debemos percatarnos de lo que es individual y distinto en ella. Si quiero penetrar en su verdadero ser y valorar adecuadamente lo que piensa de sí mismo, debo revivir en mí su situación existencial. **La empatía, es una característica que permite al oyente consejero comprender cómo piensa y siente la persona que se le acerca a pedir consejo, a ser consolada, sanada interiormente.**

No es posible entrar en el pensamiento ni en la afectividad de la persona, pero sí puedo imaginar cómo reaccionaría él en circunstancias similares, qué sentimientos brotarían en su interior. La empatía requiere la actitud de despegarse de sí mismo, desprenderse del yo durante el tiempo de escucha y caminar hacia el campo de percepción del otro. La empatía es el profundo respeto por la dignidad del otro. Por ende tiene derecho a tomar sus propias decisiones.

**C- Sentir con el corazón del otro.** Sentir con el otro es la médula de la empatía, no a través de los sentidos, si no a través de los sentimientos. En ello está implicada toda la persona: ver con los ojos del otro, escuchar con los oídos del otro, sentir con el corazón del otro. No llegamos a entender al otro si no captamos sus sentimientos. El mundo emotivo de la persona a la que ayudamos es comparable a un iceberg. Sólo una parte mínima de esa montaña emerge a la superficie. La verdadera mole permanece sumergida. Como conclusión la persona puede expresar sentimientos evidentes pero que estén soportados sobre una estructura distinta y mayor que está escondida.

## LA CURACION POR EL AMOR DE LAS HERIDAS CAUSADAS POR LA CARENIA AFECTIVA

EL APORTE DEL AMOR

## **A- Compensar la deficiencia del amor.**

La exigencia de toda persona es la del amor; la de recibir un amor auténtico. La realidad más íntima de nuestro ser está conformada por Dios para ser la depositaria del amor. La neurosis de privación (o carencia) se produce por el hecho de que la condición de un desarrollo normal de la vida emocional ha faltado durante la infancia. Esto produce una incapacidad para dirigirse a los demás de manera normal, un sentimiento de inseguridad que se manifiesta en el temor y también en la indecisión, en la hipersensibilidad, que les hace sentirse fácilmente heridos por cosas muy ligeras, hasta el punto de deprimirse, descorazonarse o reaccionar violentamente. El deseo de agradar a otros, el temor de causar molestias a los demás, el temor de pedir un favor, el sentirse desamparado o impotente.

Todas estas son manifestaciones de la enfermedad de carencia de amor. La afirmación emocional procura la restauración óptima de aquellas condiciones que hacen posible a la vida emocional reasumir su natural crecimiento. El crecimiento emocional del hombre es un proceso natural. Para que esto pueda ocurrir se necesitan afirmaciones complementarias y la creación de un clima apto: La afirmación afectiva, la afirmación intelectual y la religiosa. En todas ellas repercuten poderosamente los efectos de la carencia de amor y todas deben ser atendidas. La afirmación capital es la emocional. Se requerirá entonces de un ambiente en el que las circunstancias externas e internas influyan beneficiosamente. Un sitio donde la persona se sienta bien, comprendida, animada, estimulada y perdonada. Aquí juega un papel muy importante la vida comunitaria. Dar a la persona carente la afirmación emocional que no recibió en su infancia. Debe tener los sentimientos de afecto que otros por ejemplo sus padres no le dieron.

## **B-Descubrir la persona a sí misma y afirmarla volitiva, intelectualmente.**

A nivel volitivo, la indecisión; a nivel intelectual, el sentimiento de inferioridad y de insuficiencia, y la incapacidad de relacionarse normalmente con los demás; a nivel intelectual, el sentimiento de inferioridad y de insuficiencia; a nivel de vida afectiva en los sentimientos de inseguridad, de temor, de inhibición y como consecuencia, la depresión o la reacción violenta.

La verdadera personalidad de quien está dentro de la neurosis de carencia o sufre en cierta profundidad efectos similares, está soterrada, relegada al sótano de la persona, se ha ido refugiando en el inconsciente cada vez más escondida e impenetrable. Es una personalidad disminuida si no está casi trasformada. La persona verdadera puede llegar a ser una extraña a sí misma.

Es pues necesario redescubrirla e irla ayudando a que emerja, a que salga a la superficie, que se reconozca a sí misma, que se acepte y se valore.

Se trata de afirmar a la persona en todas las realidades de su vida que han sufrido el impacto de la carencia de amor.

## **C-Otras ayudas básicas para la ``recreación`` de la persona.**

Ayudar al paciente a crear en un mejoramiento posible. La mirada positiva y el optimismo que tenemos son elementos terapéuticos reales que pueden ayudar a los pacientes a renacer a la esperanza. Este rayo de esperanza se agranda y se hace

refulgente cuando consideramos que Dios es verdaderamente nuestro Padre, padre de todos los hombres a quienes ama personalmente. No se ama en montón; el amor va de persona a persona.

Otra valiosa ayuda es motivarlos a ir realizando actos libres, a usar sanamente de su libertad, a través de decisiones y de actos que van asumiendo progresivamente. La enfermedad tiende a encerrarnos en nosotros mismos. Es necesario abrir a la persona a la dimensión de los otros. El servicio, aunque sólo fuese para evitar el aislamiento, sería un medio valioso y muy recomendable.

## **LA CURACION POR EL AMOR, DE LAS HERIDAS CAUSADAS POR LA CARENCIA AFECTIVA:**

### **A NIVEL SOBRENATURAL:**

#### **A-PRESUPUESTOS:**

El amor es el secreto de nuestro ser, nuestro constitutivo esencial de seres contruidos por la energía del amor, hechos para construir el mundo por medio de la energía del amor, ``armonizadores``. El amor que Dios nos da, tiene su fuente en su Don: Jesús es el primer gesto del amor del Padre. En él se nos da a conocer, en él se manifiesta su amor. Este don sin medida, es definitivo, va más allá de la existencia humana de Jesús. Es llevado al extremo en la muerte del Hijo para que seamos hijos de Dios. La vida entera de Jesús es manifestación de este amor.

El amor divino no es cuestión de razonamientos ni de fuerzas humanas. Hace falta el don del Espíritu que crea en el hombre un corazón nuevo. Todo hombre necesita del espíritu para poder decir `Padre`, para glorificar a Cristo.. Pero el amor es esencialmente comunión del amor del Padre en Cristo por el Espíritu a los demás. Este amor divino será el medio más eficaz para la ayuda de curación de nuestros hermanos, en los que Dios hará su obra a través de su amor infundido en ellos.

**B-JESUS, SENOR DEL INCONSCIENTE.** Jesús es el Señor es una afirmación que hay que extenderla a todos los niveles: es el Señor, el que domina con su poder la creación. Nada se escapa a este dominio, que posee por derecho propio. **También el mundo del subconsciente y del inconsciente está dentro de la esfera de su poder. Este profundo depósito donde se encuentran los recuerdos de nuestros traumatismos, las causas que los originaron.**

Entrar en contacto con Jesús resucitado es entrar en su mundo de poder y de amor. Un poder que se dilata a lo largo de la historia de la salvación del mundo y de cada persona particular.

#### **C-LA CURACION POR EL AMOR DE DIOS:**

La necesidad de las `mediaciones humanas`. El Espíritu Santo actúa en nosotros y su actuación es, esencialmente, lo que corresponde a su persona: obra de Amor.

Su obra puede ser, y de hecho es, muchas veces, directa y las maneras de actuar en la persona partirá de realidades diversas: de la recepción de los sacramentos, de la comunicación con Dios por la oración, etc. Pero muchas veces el Espíritu para actuar quiere valerse de mediaciones humanas, de la oración que otros hacen por la persona en el nombre de Jesús. A esto designamos oración de curación interior.

#### **D- PROCESO DE LA CURACION POR EL AMOR DE DIOS.**

Sería un error funesto poner la eficacia de curación en el método seguido. La curación está en manos del Señor y es El, quien con su poder y su Amor, atiende las necesidades de sus hijos. Los pasos que se indican deben ser tomados como orientaciones fundadas, pero no como un método inflexible del cual no pueda salirse.

Se da por supuesto que la persona o la comunidad que ora tiene ``confianza`` grande en El. No pierde la importancia, y se aconseja reavivarla a través de una prolongada oración comunitaria, previa a la oración que se hace sobre el enfermo. Siempre se ha de empezar por aquí: por suscitar la fe en el poder y el amor misericordioso de Dios. Los modos de hacerlo pueden ser muy diversos: lectura de un texto de la Escritura, hacer una oración que exprese esa confianza en el amor de Dios, se puede dar un paso ulterior: invitarla a repetir la oración, a su modo, aunque interiormente no sienta nada.

**Luego de creer en el amor de Dios, viene experimentar ese amor;** El contacto afectivo con una persona psicológicamente sana, produce una transferencia afectiva beneficiosa en la que necesita curación. Al exponer la persona a la fuerza que emana del amor que Jesús da, a través de los que oran, se va operando la experiencia de ese amor. El yo enfermo se va convirtiendo en un yo `cristificado` porque se abre a la transformación operada por Cristo y a la acción de su amor. Se recomienda usar discretamente representaciones diversas confortantes: Cristo presente, visto con los ojos de la imaginación, verlo en su mirada de amor sobre la persona, oírlo con su voz llena de ternura, sentir el roce cálido de su mano. **A este experimentar el amor de Dios, hay que añadir lo que, de algún modo va implícito, pero necesita explicarse: Llevar a la persona por la que se ora a que se deje amar por Dios.**

Luego deberá presentarse al amor de Jesús la carencia de amor de la persona y los traumatismos que han sido causados por ella. Aquí no cabe seguir con rigor ningún método. En esa paz interior y en ese dominio del amor se van presentando al Señor los acontecimientos que fueron la causa de la carencia de amor; las reacciones afectivas y las mismas heridas o traumas producidos por la carencia.

La alabanza y la acción de gracias estará especialmente presentes al final.