



# 07/3

## Experiencia de esperanza en salud mental.

**Begoña Moreno Guinea,**

SAER. Centro San Juan de Dios.  
Ciempozuelos (Madrid).

**Elena Iglesias López ,**

SAER. Clínica Nuestra Señora de la Paz.  
Madrid.

Con motivo del año Jubilar de la Esperanza, muchas son las iniciativas que se están llevando a cabo como Iglesia para reflexionar y promover una vida con esperanza en estos momentos donde la polaridad, los conflictos o la oscuridad parecen llenar de contenido las noticias.

Para la Orden Hospitalaria de San Juan de Dios (OHSJD), como institución socio-sanitaria de Iglesia la esperanza ha sido una constante en todas nuestras Obras (centros) y aún más si cabe en el ámbito de la salud mental o las adicciones donde el estigma y la lucha contra los prejuicios siguen siendo una realidad con la que lidiar a diario. En ocasiones las personas atendidas en nuestros centros comparten frases como “no sé si podré conseguir llevar una vida normal”, “no me veo capaz de superar este momento”, “para qué voy a trabajar este aspecto si cuando salga de aquí todo va a volver a ser igual” o “una vida así no tiene sentido”. Es justo, en estos momentos donde la esperanza es más necesaria y poderla contagiar, transmitir o reavivar se convierte en fuente de alivio y consuelo.

En relación al concepto de Esperanza, tomaremos como punto de partida estas tres definiciones:

- “La esperanza no es la convicción de saber que algo saldrá bien sino la certeza de que algo tiene sentido, salga como salga” (**Václav Havel**) que nos lleva a desprendernos del futuro y pone foco en el presente sabiendo que esta decisión, esta acción, más allá de lo que genere dentro de un tiempo, hoy tiene sentido.
- “La esperanza es contener dentro de sí el fruto de lo cierto” (**Fray Luis de León**), ponemos foco en la idea de que es algo interno que nace dentro de cada uno de nosotros.
- “La fe y la esperanza coinciden en que tanto el objeto de la una como el de la otra es invisible” (**San Agustín**). En su deseo de conocer a Dios y el alma humana, se refiere a la esperanza como algo que se puede ver, medir y cuantificar

La experiencia concreta que hoy compartimos tiene lugar en dos centros de Salud Mental en Madrid: el **Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos (CSJD)** y la **Clínica Nuestra Señora de la Paz (CNSP)**.

En el CSJD hemos querido que la palabra **ESPERANZA** nos acompañe y esté presente todo el año. Reproducimos el gesto concreto de abrir la “puerta” del año jubilar y hemos generado un lema que nos recuerde a todos la importancia de este valor. **Portadores de esperanza** es el lema que hemos elegido para guiarnos en este curso. Esta frase no es solo un título; es una invitación profunda a vivir y compartir un don muy especial: la esperanza.

Este regalo de Dios no es solo para nuestro consuelo personal, sino para ser transmitido a todos aquellos que lo necesiten. La esperanza, en su esencia más pura, es un don precioso que nos ayuda a mantenernos firmes en tiempos difíciles y, sobre todo, a ofrecer luz a los demás en medio de sus propias oscuridades.

En el mundo de la salud mental la esperanza a veces se torna un concepto ambiguo que tiene más que ver con la suerte o vivir algo “perfecto”. Para romper con esa idea, estamos intentando profundizar en las herramientas que todos tenemos para construir un futuro esperanzador, pero para llegar a eso debemos partir del compromiso comunitario de generar algo bueno los unos para los otros. Por eso. En los grupos, tanto de catequesis como de valores, resaltamos las capacidades que tenemos todos para mirar la vida con esperanza, y que esa mirada no es de perfección sino de superación y de sentirse acompañados por otros y por Él en ese camino vital. La esperanza es un don, pero también debe significar para cada uno de nosotros un compromiso para vivir la vida de una manera concreta.

En la CNSP atendemos a personas que presentan problemas de salud mental en fase aguda tanto adultos como infanto-juvenil y personas que están queriendo afrontar una adicción con o sin

LH n.341

patología dual. Desde el [Servicio de Atención Espiritual y Religiosa \(SAER\)](#) cuidamos dicha dimensión de formar multidisciplinar y se promueven grupos de reflexión que inviten al cuestionamiento y favorezcan el autoconocimiento a través de los valores.

La experiencia nos ha mostrado que en ocasiones detrás de una persona con una adicción, hay una persona que sufre y que ha perdido la esperanza. Por todo ello a través del propio grupo y de cuentos o textos reflexivos como herramientas metodológicas se les propone volver a encontrarse consigo mismos, conectar de nuevo con sus valores personales y poder desde ahí dar respuesta a las preguntas de la vida de un modo diferente.

Consiste en aprender a vivir desde la aceptación de una enfermedad y sabiendo que el reto es día a día, y las acciones llevadas a cabo han de tener sentido hoy para seguir teniendo un futuro mejor, pero con la esperanza de la definición de Václav Havel: **saberse en el presente trabajando por estar bien.**

Otra de las propuestas que se ofrecen, es la posibilidad de participar en grupos voluntarios de contenido más religioso como es el “coro” donde compartimos nuestra semana empleando la música como herramienta. Con ella pueden llegar a expresar preocupaciones, sentimientos o encontrar palabras de alivio y consuelo ante la dificultad. Se ensayan las canciones que sonarán en la misa del domingo, pero va más allá de un mero ensayo pues creamos música juntos, lo que hace que tengan que escuchar, y aportar con su voz o instrumentación a un momento común.

Les invitamos a disfrutar de la belleza de la música que creamos juntos. Analizamos la letra de las canciones y se refuerza la esperanza de no sentirse solos en el camino, sino que Dios y la comunidad cristiana acompaña en los momentos buenos, pero sobre todo en los malos. Conectan con esa “**esperanza que no defrauda**” desarrollada en la Bula de convocación del

Jubileo “**Spes non confundit**”.

“Y la esperanza no quedará defraudada, porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo, que nos ha sido dado”. (Rm 5,1-2.5).

En este espacio de coro los asistentes refieren frases como “Aquí no me siento juzgado y he vuelto a hablar con Dios”, “Estos ratos me dan fuerza y esperanza para afrontar la semana” “Bajo a la capilla porque me siento tranquilo y en paz” “La Palabra sigue siendo actual y me ayuda a dar sentido a la vida y a sentirme acompañada”.

Terminamos con la frase del apóstol [San Pablo](#) a los Romanos que refleja lo que nuestras experiencias en Salud Mental reflejan

“Que el Dios de toda esperanza les colme de todo gozo y paz en su fe, hasta rebosar de esperanza por la fuerza del Espíritu Santo” (Rom 15, 13).