

Mercy Acción global: Presencia a sí misma/o y a los demás

Siobhán Golden (MIA): 'Cultivando un sentido de pertenencia en medio de la pandemia'

La pandemia de COVID-19 ha cambiado nuestras vidas, causando que muchos se sientan aislados, decepcionados y apenados. A nivel mundial, se han puesto de relieve las desigualdades sistémicas y se sigue experimentando una inmensa pérdida, sufrimiento y angustia. Ha tenido un impacto terrible en los derechos humanos, poniendo en primer plano tanto la fragilidad como la unidad de la humanidad y la Tierra.

Para cada uno de nosotros, la experiencia emocional de la pandemia es altamente individual. Nos conecta con nuestros valores más profundos, nuestro sentido de identidad y nuestro sentido de pertenencia. Para sanar de esta crisis y crear una cultura inclusiva, debemos mostrarnos cada día con la Presencia. Una Presencia que nos llama a tener paciencia, empatía y compasión por nosotros mismos y por los demás. Una Presencia que nos invita a sentir una inevitable gratitud y esperanza por la vida y los vivos.

Como seres humanos, anhelamos seguridad, estabilidad y paz mental, los mismos rasgos que están amenazados por COVID-19 y su niebla de incertidumbre. Esta niebla nos presenta la oportunidad de descubrir el crecimiento y poner a prueba nuestra resistencia humana frente a las dificultades. Hay una renovada voluntad de estar presente, de ser testigo y aceptar las emociones crudas de alegría y dolor, y de permitirnos la paciencia de centrarnos en lo sagrado en nuestro interior.

Hemos experimentado diversos grados de pérdida, dolor y trastornos que afectan a nuestro bienestar físico y mental. El desgaste mental, agravado por la falta de conexiones sociales, desafía nuestra necesidad de pertenecer, tanto espiritual como emocionalmente. La poetisa Jessica Powers describe esta lucha personal por pertenecer como *"la falta de hogar del alma en el cuerpo sembrado; de verse una hoja, inexplicable y desconocida, arrojada de un árbol inimaginable"*.¹

El cultivo de la pertenencia emocional y espiritual puede ser extenuante y a menudo requiere inclinarse hacia nuestro sufrimiento y aceptar nuestras limitaciones humanas para abrazar la plenitud de lo que somos. La Jerarquía de Necesidades de Maslow argumenta que sin un sentido de pertenencia, no podemos sentirnos valorados, ni tenemos la autoestima necesaria para establecer metas y alcanzar nuestro potencial.² Durante este tiempo increíblemente estresante, debemos recordar ser gentiles con nuestros corazones y dedicar nuestra energía a lo que estamos agradecidos y hemos logrado. Al reconocer nuestra

¹ Powers, J. "There is a homelessness", My Carmel, consultado el 26 de noviembre de 2020.

<https://mycarmel.blog/tag/jessica-powers-poetry/>

² Whybrow, N. "Un sentido de pertenencia: ¿Los niños todavía se sienten parte de su comunidad escolar si está cerrada?". Medio. 24 de julio de 2020 <https://medium.com/ungei-blog/a-sense-of-belonging-do-children-still-feel-part-of-their-school-community-if-it-is-closed-2369c3308476>

resistencia y valor para mostrarnos cada día y mantener la resistencia frente a la adversidad, podemos encontrar la fuerza para emerger más resistentes, más fieles y más amorosos.

En su libro "*Día a día*", hermana religiosa de la caridad, la hermana Stan Kennedy escribe que debes estar "*en paz contigo mismo, para que puedas ser una presencia pacífica para los demás*". *La paz viene del corazón y se nutre de la visión de que toda la vida es sagrada y que todos los humanos de la tierra son iguales*".³

Durante este tiempo de distanciamiento físico y de estar separados, es más importante que nunca que defendamos una cultura de pertenencia valorando a los demás y creando una atmósfera de amor, amabilidad y aceptación.

Desarrollar el hábito de estar verdaderamente abierto a la experiencia del otro, exige empatía y compasión, los mismos atributos que permitieron a Catherine McAuley ayudar y potenciar a tantos. "*La empatía es la capacidad de tolerar la tensión de estar verdaderamente abierto a la experiencia del otro, la capacidad de intentar activamente comprender el mundo subjetivo del otro y al mismo tiempo seguir siendo una persona diferenciada*".⁴ Para aliviar los sentimientos de aislamiento y sufrimiento, se requiere una presencia empática en cada uno de nosotros que pueda fomentar un sentido de pertenencia en el otro. Es el espíritu de Catherine McAuley el que puede sacarnos de nuestro enfoque para priorizar el bienestar mutuo de la humanidad.

La actual crisis de la falta de vivienda también debe ser entendida como una crisis de pertenencia. Aproximadamente 1.800 millones de personas no viven en viviendas adecuadas en todo el mundo.⁵ La organización de la sociedad civil [Back on My Feet](#) afirma que una de las razones del creciente número de personas que viven sin hogar es la falta de iniciativas que estén atentas a la dignidad y a la inclusión social.⁶ Cuando las personas pierden su hogar físico, también pierden su sentido de pertenencia. Un enfoque verdaderamente holístico y humano para acabar con la falta de hogar debe mejorar las funciones de la comunidad para que todos, incluidos los más marginados, sientan que se valora su participación y presencia.

La pandemia puede ser el punto de inflexión que ponga fin a la complicidad inconsciente que impulsa la marginación, la desigualdad y las violaciones de la dignidad. Aunque ha causado tragedias devastadoras en todo el mundo, ha habido innumerables historias conmovedoras de personas que se han unido y apoyado mutuamente, a medida que se despierta la conciencia mutua. Hemos visto una renovada atención a la humanidad en la

³ Kennedy, S. 2013. "Día a día - Un tesoro de meditaciones sobre la atención para consolar e inspirar". Dublín, Irlanda: Transworld Irlanda.

⁴ Musgrave, B. 2003. "Empatía: El cuidador mira a ambos lados" en *Partners in healing: Llevando compasión a las personas con enfermedad o pérdida: Un manual*. ed. Musgrave, B. y Bickle, J. Mahwah: Paulist Press. (31-34.)

⁵ OACDH. 2020. "Global housing crisis results in mass human rights violations - UN expert". <https://www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=25662&LangID=E>

⁶ Protección Social-Derechos Humanos. 2017. "Dignidad e inclusión social": Civil society's role in social protection for homeless". <https://socialprotection-humanrights.org/expertcom/dignity-social-inclusion-civil-societys-role-social-protection-homeless/>

forma en que hemos mantenido nuestra distancia para proteger la salud humana y en la movilización de las comunidades para ayudar a los marginados y los solitarios.

Cada acto de bondad, ya sea grande o pequeño, es un paso hacia la salvación de la humanidad.

La reciente publicación de la Asociación Mercy International, ["Hope in a Time of Pandemic - Responding to COVID-19 through a Mercy Lens" \(Esperanza en tiempos de pandemia - Respondiendo a COVID-19 a través de la lente de la misericordia\)](#), destaca las historias de presencia y cooperación en todo el Mundo de la Misericordia durante la crisis de COVID-19. Una Hermana de la Misericordia escribió,

"Ser una Hermana de la Misericordia en estos tiempos es estar presente con la gente en las calles desiertas, incluso si no tienes palabras, pero ellos saben que estás ahí, y eso es lo que hemos compartido en esta cuarentena".⁷

A veces, nuestra sola presencia es suficiente para llevar paz y bienestar a otro.

A través de la reflexión de abajo hacia arriba podemos ver que es el liderazgo, la resistencia y la presencia de las personas sobre el terreno lo que trae esperanza y fomenta la cooperación por encima de la división. En Irlanda, nos referimos a este resurgimiento de la energía comunal como el espíritu de *Meitheal*.

Meitheal es la expresión irlandesa de la antigua y universal aplicación de la cooperación a la necesidad social.⁸ La presidenta de los Ancianos y ex presidenta de Irlanda, Mary Robinson, ha declarado que el flujo de cuidados, la solidaridad intergeneracional y el sentido de propósito colectivo aprendido a lo largo de la pandemia, nos enseñan el verdadero significado y espíritu de *Meitheal*.⁹ Su espíritu puede unirnos en nuestra dignidad inherente, promover la igualdad y restaurar el sentido de pertenencia en todos nosotros.

Mediante la defensa de la dignidad innata de cada persona, el fomento de la unidad de mente y corazón, y el desafío a los sistemas opresivos de exclusión, desigualdad y poder, Mercy Global Action mantiene la solidaridad con toda la humanidad a nivel mundial. Seguimos pidiendo la presencia de un liderazgo justo y misericordioso, ya sea local o mundial, para reconocer las necesidades de los más vulnerables, amplificar sus voces y, mediante la cooperación, construir un mundo más pacífico, inclusivo y sostenible.¹⁰

⁷ Asociación Internacional de la Misericordia - Acción Global. Esperanza en tiempos de pandemia: Respondiendo a COVID-19 a través de una lente de misericordia" 18 de agosto de 2020.

<https://www.mercyworld.org/f/45074/x/e3711034bd/f-covid-guide-web.pdf>

⁸ Meitheal. El Centro Mary Robinson. Extraído de: <http://www.maryrobinsoncentre.ie/meitheal.html>

⁹ Echo Live. "Debemos reconstruir, mejor" - dice Mary Robinson al Consejo de Enseñanza. 3 de octubre de 2020. <https://www.echolive.ie/nationalnews/We-must-build-back-better-Mary-Robinson-tells-Teaching-Council-24e69455-00ea-45f1-b17c-82ba6e030f17-ds>

¹⁰ Asociación Internacional de la Misericordia - Acción Global. Esperanza en tiempos de pandemia: Respondiendo a COVID-19 a través de una lente de misericordia" 18 de agosto de 2020.

<https://www.mercyworld.org/f/45074/x/e3711034bd/f-covid-guide-web.pdf>

Todos somos los pacificadores en un mundo que se desmorona con las crisis. La paz viene de llegar a nuestro interior y reavivar nuestros corazones para que podamos difundir el amor, la compasión y la bondad y, a su vez, cultivar una cultura de pertenencia para todos.

Nuestra presencia es nuestra esperanza.