



El ocio compartido en la vida fraterna

Materiales para el octavo encuentro de formación permanente
Abril de 2018

Contenido

- I. Introducción
- II. El ocio en la Palabra de Dios y el Magisterio
- III. El ocio y el descanso
- IV. Medios para compartir el ocio y el descanso
- V. Algunas actitudes a considerar en el equipo
- VI. Guía para el encuentro de operarios

I

Introducción

El presente material de formación permanente afronta un aspecto práctico de la vida fraterna que al mismo tiempo es profundo por la gratuidad que lo caracteriza: el ocio y el descanso compartidos. Se trata de un punto importante para recrear la fraternidad, pues sin duda al compartir espontáneamente las actividades lúdicas y recreativas se establecen vínculos de conocimiento y de afecto entre los operarios. Como introducción al tema escuchemos con agrado las palabras, llenas de sentido común, que dirigió don Manuel a los Operarios sobre el recreo que estaba prescrito en las Constituciones:

“La expansión y la comunicación es un sentimiento natural del corazón humano, y aun de las almas más abstraídas y contemplativas, tienen necesidad de un desahogo.

Y si este desahogo no se ordena y canaliza, se derramará tal vez de otra manera o irá a parar a una familiaridad particular, que es la peste, como sabéis, de toda colectividad o asociación; y de este modo se encauza sin peligro y con utilidad y se santifica aquella necesidad.

Y esta expansión es igualmente necesaria no solo a los que están dedicados al estudio o composición de trabajos mentales, o de contabilidad, o de ministerios espirituales, sino aun de los que estarán a esa mecánica exterior de cuidado de los alumnos, o de atenciones a visitas, u otros ministerios exteriores. Porque todo esto es labor, es trabajo, es atención, se obra como superiores y con el modo y gravedad de tales, o con el cuidado y presión de miramientos y atenciones enojosas, si son con personas extrañas. No es pues una expansión, ni mucho menos; no es un acto de esparcimiento fraternal y recreación o un descanso del ánimo.

Es preciso, pues, una válvula que dé salida a esta expansión natural. Y nada digo tampoco de su utilidad y edificación para el bien de la Obra.

Porque satisfecha esta expansión, no hace falta ni se desea tanto luego el hablar en otras ocasiones y se evitan muchos cuchicheos. Se evita luego que en las otras horas quietas ocurra el estorbar a los Operarios en sus ocupaciones, puesto que allí se habrán comunicado muchos encargos, o hecho advertencias, lo cual debe procurarse, porque a veces, por no tenerlas delante, o por no ser hora, olvidamos ciertos consejos. Se evitan las familiaridades que he dicho, origen de murmuraciones, celos y malestar.

Se estrechan los lazos de fraternidad con la común comunicación de alegrías y penas, con las noticias que se reciben de otras partes, o en las crisis que se están pasando en la propia casa, o con los felices acontecimientos que han podido tener lugar en la misma.

Desaparecen, y más de una vez ha sucedido, las asperezas o tirantez que acaso han podido mediar de algún Operario con otro, y ante la alegría común, se ha disipado muchas veces la niebla de alguna tristeza ocasionada por algún choque entre algún individuo o individuos.

Todas estas utilidades puede reportar el recreo común ordenado y bien hecho.

Muy espiritual debería ser aquél a quien no sirviera de solaz este esparcimiento. No siendo por esta causa de gran espiritualismo, no sería señal de estar en su centro, o indicaría alguna habitual tristeza espiritual, o de peor género, o de carácter muy desengañado o impropio, o daría sospecha de que su corazón no está en la Obra, aquél a quien no causara fruición esta mancomunicación de afectos comunes, y no alegraran o interesaran los asuntos de la Hermandad comunicados en los recreos”¹.

¹ Escrtos, I, 5º, 36.

II

El ocio en la Palabra de Dios y el Magisterio

“El que haya entendido la trascendencia que se encuentra en la esencia de todos los seres que participan en la creación podrá jugar, pues él sabrá el justo medio entre la seriedad y la broma, entre la tragedia de la existencia y esa alegre y confiada entrega al juego de la vida, la cual es guiada misteriosamente por la bondad de una sabiduría lúdica”. Esta cita de Hugo Rahner² nos remite al equilibrio entre tiempo de trabajo y tiempo de ocio, tiempo de seriedad y tiempo de juego. La relación entre ambos elementos es más profunda de lo que a primera vista se podría pensar: el autor se refiere al “juego de la vida”, porque el tiempo de ocio y el juego nos ofrecen claves importantes para la interpretación de la existencia, claves de sabiduría.

En nuestro contexto de entrega a ministerios que con frecuencia son exigentes, necesitamos equilibrar el tiempo de trabajo con el tiempo de descanso, ocio y recuperación. Es importante que exista un tiempo destinado solo a vivir y disfrutar la vida entre los amigos y con el equipo en la Hermandad; momentos de gozo y fraternidad. En el equilibrio está la clave del rendimiento y la eficacia, del sentido y de la alegría en lo que somos y también en cómo vivimos. Cuando conseguimos este equilibrio nos aproximamos a una mejor comprensión de la esencia de Dios y de la creación, del don de Dios dado en el ministerio y el fin último para el cual servimos al pueblo de Dios.

Es hermoso considerar que el descanso de Dios es ya presentado en el libro del Génesis como un elemento presente en la creación:

Así quedaron concluidos el cielo y la tierra con todo lo que contienen. Cuando llegó el día séptimo, Dios había terminado su obra, y descansó el día séptimo de todo lo que había hecho. Bendijo Dios el día séptimo y lo consagró porque en él había descansado de toda su obra creadora (Gn 2, 1-3).

“El descanso divino no es un añadido ni un apéndice; creación y reposo forman un todo. El autor juega con la homofonía hebrea de sábado y descansar que son de la misma raíz, y con siete, que suena casi igual... Dios descansa ya para siempre e invita a su criatura a descansar como él”³. El antropomorfismo que dibuja a Dios como un artesano no se olvida de complementar su imagen, rebosante de energía y laboriosidad con el rasgo discreto, pero absolutamente necesario, del reposo, que da una plena justificación a la ley del descanso sabático. Por su parte, el libro de los Proverbios personaliza la sabiduría de Dios con estas palabras:

Cuando consolidaba los cielos, allí estaba yo, cuando trazaba la bóveda sobre la superficie del océano, cuando condensaba las nubes en lo alto, cuando fijaba las fuentes del océano, cuando señalaba al mar su límite

² Rahner H., “El hombre lúdico”, EDICEP. Colección: Lo eterno y el tiempo, nº 31. Traducido por Rafael Claver Fos y Tatu Fchmidt. Valencia 2002, p. 22.

³ Comentario al Antiguo Testamento I. La Casa de la Biblia. 5ª edición, p. 41.

para que las aguas no rebasaran sus orillas, cuando establecía los cimientos de la tierra, a su lado estaba yo, como confidente, día tras día lo alegraba y jugaba sin cesar en su presencia; jugaba con el orbe de la tierra, y mi alegría era estar con los hombres (Prov 8, 27-31).

En este texto el autor utiliza el "género autobiográfico". La Sabiduría es presentada con los rasgos de una persona descrita como un confidente que se toma la libertad de jugar con la creación. Muestra un camino para la relación del hombre con la creación. Sugiere la imagen del niño jugueteando en el taller del padre artesano. El creador se alegra con el aprendizaje de su confidente; la sabiduría se alegra de poder estar entre los hombres para mostrarles el camino del orden⁴. Es curioso cómo en medio de la acción creadora de Dios hay un espacio para el juego y la alegría. La realización de la obra magistral del Todopoderoso se combina con la alegría de la presencia de un confidente que juega. Surge la imagen del Dios lúdico. San Gregorio de Nacianceno decía a propósito: "Así juega el Logos sublime, a su gusto; embelleciendo el cosmos con las representaciones más coloridas, embelleciendo el cosmos de todas las maneras posibles."⁵

Dios, en su maravilloso juego, se manifiesta de tal modo que hace la creación comprensible para sus criaturas. Por su parte, Máximo el Confesor refiere que esta vida terrenal es tan sólo como un juego de niños.⁶ Quien capta en su esencia la vida del ser humano descubrirá que es una pieza en la inmensidad de posibilidades, una parte de la armonía de la creación, donde la gratuidad es sobreabundante y exige una contemplación igualmente gratuita.

Si Dios es lúdico, el ser humano, creado a su imagen, está llamado a ser *homo ludens*. Éste tiene una doble naturaleza: por un lado, es un hombre de alegre libertad de ánimo, con elegancia de espíritu, de seguridad invencible; por otro lado, está lleno de fragilidades y de historias trágicas, de risa, de llanto. Al final, acaba por tomarle la medida a los aplastantes límites de la vida terrenal. El ser humano es serio pero a la vez alegre, capaz de reír cuando llora y, sobre todo, capaz de reír de sí mismo. Esta vida pasa pronto. Ahora el ser humano celebra, ríe y llora, canta y se lamenta, pero un día celebrará una fiesta con Dios, una fiesta que no tendrá fin.⁷

No podemos dejar de recordar la entrañable invitación de Jesús a sus discípulos: *Vengan ustedes solos a un lugar deshabitado, para descansar un poco* (Mc 6, 31). ¿Qué incluía esta invitación a apartarse y descansar en la mente y el corazón de Jesús? No lo sabemos porque el Evangelio describe solo la renuncia a este descanso: *Al desembarcar, vio Jesús un gran gentío, sintió compasión de ellos, pues eran como ovejas sin pastor, y se puso a enseñarles muchas cosas* (Mc 6, 34). Sin embargo, podemos suponer que efectivamente Jesús tomó más momentos de descanso con sus discípulos que equilibraban sin duda el trajín en que vivían, que *no les dejaba ni tiempo para comer*.

⁴ Cfr. Comentario al Antiguo Testamento II. La Casa de la Biblia. 4ª edición, págs. 605-606.

⁵ Cornelius a Lapide, *Commentaria in Proverbia*. Citada en Hugo Rahner, "El hombre lúdico", p. 32.

⁶ Citado en Hugo Rahner, "El hombre lúdico", p. 33.

⁷ Cfr. Hugo Rahner, "El hombre lúdico", págs. 35-55.

Un texto magisterial expresa la importancia del ocio compartido en la vida presbiteral:

*Reúnanse también [los presbíteros] de buena gana y alegremente para recreación del ánimo, pensando en aquellas palabras con que el Señor invitaba, lleno de misericordia, a los apóstoles cansados: "Venid a un lugar desierto, y descansad un poco" (Mc., 6, 31). Además, a fin de que los presbíteros encuentren mutua ayuda en el cultivo de la vida espiritual e intelectual, puedan cooperar mejor en el ministerio y se libren de los peligros que pueden sobrevenir por la soledad, foméntese alguna especie de vida común o alguna conexión de vida entre ellos, que puede tomar formas variadas, según las diversas necesidades personales o pastorales*⁸.

Es interesante poner atención a los adverbios que utiliza este texto solemne del Concilio: "de buena gana y alegremente", pues es necesaria una adecuada disposición personal para dar este paso hacia un estar gratuitamente con los hermanos. Además, el texto señala la finalidad de este reunirse: "para recreación del ánimo", cosa que el mismo documento juzga como absolutamente necesaria, consideradas las características de la vida y el ministerio presbiteral, no libre de los peligros que conlleva la soledad.

El Papa Francisco ha añadido una matización interesante a esta experiencia íntima de los discípulos que se apartan del trajín apostólico y fácilmente se puede aplicar a la vida presbiteral:

*La intimidad de la Iglesia con Jesús es una intimidad itinerante, y la comunión «esencialmente se configura como comunión misionera»*⁹.

No se trata de una huida, de un escape o de establecer un contraste demasiado rígido entre el tiempo privado y el tiempo público, o entre la comunidad apostólica y la misión, entre trabajo y descanso. Al contrario, se entiende como un ocio totalmente necesario y profundamente vinculado al buen ejercicio del apostolado. Precisamente por eso, porque la intimidad de los discípulos con el Señor es itinerante, es necesario cuidarla y es posible también, en ciertos momentos, la renuncia al descanso.

⁸ PO, 8.

⁹ EG, 23.

III

El ocio y el descanso

El ocio se puede definir como actividad y el descanso como inactividad; son complementarios entre sí. Tanto el ocio como el descanso implican a toda la persona: en el sentido físico-muscular, el psíquico-mental y el emocional. Ocio y descanso se realizan de modo personal y también se comparten en la vida común. Existe un vínculo profundo entre el bienestar personal y la calidad de las relaciones.

El ocio¹⁰

Aristóteles considera que el ocio es una actividad contemplativa; para él tiene una relación directa con la felicidad, pues la felicidad radica en el ocio. No es un medio para alcanzarla. Es meta y a la vez cauce de una vida feliz. El trabajar seriamente es importante, pero también lo es el ocio. Éste es el principio fundamental. El trabajo persigue un fin que nunca se alcanza plenamente; el ocio, en cambio, lo ha conseguido ya. Por ello, el ser humano ha de pensar muy bien a qué dedica el ocio para que alcance su más alta nobleza en la contemplación de la belleza, la verdad y el bien.

Por su parte, Cicerón, en el contexto político, reprueba a los ambiciosos que ansían el poder, a los individualistas que se conforman con poco y a los egoístas que pretenden conquistar la libertad limitando sus deseos. Para él, los hombres encargados de llevar a buen puerto la nave del Estado son aquellos que reciben la aprobación de los mejores, contrario a los que pretenden agradar a la multitud; los primeros hacen compatible lo privado y lo público, el servicio a los demás y el cuidado de sí mismos. Así, el que se ocupa de los demás cuida también de sí mismo. En esto consiste el ocio digno. Cicerón propone a los jóvenes que tiendan a encontrar armonía entre la felicidad personal y el bien comunitario, entre el interés propio y el servicio a los demás. Esto excluye el ocio centrado solo en la diversión y en el placer. El fin apunta a la plenitud personal.

Séneca piensa que la mejor forma de vida es la que armoniza adecuadamente tres elementos: satisfacción, reflexión y acción. El beneficio del ocio es sin duda provechoso para la humanidad.

En el contexto de la sociedad industrializada del siglo XIX, los autores critican el estilo de vida, donde el ocio se contrapone al trabajo. Las jornadas de trabajo tan largas y sin descanso hacían necesario el descanso y el ocio, al que solo las clases poderosas podían tener acceso. Desde ahí se postula la reducción de las horas de trabajo para dedicar más tiempo al ocio. Más adelante se entenderá el ocio como un tiempo gratuito, incluso más próximo el juego. Es interesante observar que en la sociedad la valoración del ocio y del tiempo libre ha ido surgiendo paralelamente a la toma de conciencia de la necesidad de la formación permanente, coincidencia significativa para nuestro tema.

¹⁰ Cf. Cuenca Cabeza M., "Ocio valioso", Universidad de Deusto, Bilbao 2014.

Podemos apreciar un concepto amplio que a lo largo de la historia ha tomado diversos matices. Lo interesante en nuestra etapa de la historia es recoger la amplitud y belleza, equilibrio y sentido del término, que lleven a los operarios al crecimiento personal y comunitario. Este es un tema que ha de estar muy presente en el desarrollo de la vida del equipo en la Hermandad. Queremos tomarlo en cuenta para establecer un nexo entre los dos elementos que caracterizan a nuestros equipos: la vida presbiteral y el trabajo apostólico en los intereses del corazón de Jesús. Quizá el ocio compartido sea un signo elocuente de la calidad de nuestra vida en común y una necesidad significativa del tipo de actividad apostólica que realizamos.

Ocio es todo aquello que las personas realizamos de un modo libre, sin un afán utilitario, sino, fundamentalmente, porque disfrutamos con ello. No implica necesariamente una programación previa, ni unas actividades organizadas; consiste más bien en una acción personal y/o comunitaria que tiene su raíz en la voluntad y en una percepción de la vida. Está al alcance de todas las personas y se hace presente, entre otras manifestaciones, a través del juego, la fiesta, el disfrute de la naturaleza y de la cultura. Cubierta la necesidad del descanso, el ocio va más allá, porque enfoca la ocupación libre y gustosa. No es un tiempo vacío que sigue al trabajo, sino un tiempo pleno, intenso y productivo.

Podemos distinguir un ocio elevado de un ocio vulgar. El primero enriquece y dignifica a la persona, tanto como el trabajo. El segundo, en cambio, se reduce a una mera diversión, acciones que buscan un entretenimiento. Por ello es necesario seleccionar las actividades a las que cada persona o grupo dedica el tiempo libre. Este discernimiento es importante a la hora de compartir el ocio en la vida fraterna: compartimos actividades que nos edifican y son consonantes con nuestros intereses y los valores que nos caracterizan. Podríamos hablar así de un ocio consistente, es decir que tiene solidez con nuestro estado sacerdotal e identificar como contraparte otro tipo de ocio que sería mejor no promover.

Para comprender mejor el contenido axiológico del ocio cabe distinguir algunos modos de su comprensión y vivencia:

- El ocio como divertimento, que entretiene a la persona pero no le compromete en nada, por ejemplo, mirar el paisaje.
- El ocio que señala a una experiencia vital, un ámbito de desarrollo humano que parte de una actitud positiva ante la realidad e induce a la acción, como por ejemplo, sembrar un árbol.
- El ocio humanista, que promueve la dignidad de la persona. Es un ocio positivo, centrado en el desarrollo personal y social. Se sustenta en tres valores, -libertad, satisfacción y gratuidad-, en conexión con otros valores, - identidad, superación y justicia-. No es un ocio espontáneo, requiere formación.
- Finalmente, el ocio valioso, que guarda relación directa con un valor objetivo, de tal manera que no es algo extraordinario para unos pocos, sino que por su carácter objetivo llega a ser significativo para todos. El ocio valioso pone el

acento en los valores positivos y en las experiencias satisfactorias con potencial de desarrollo personal, comunitario y social.

Cada una de estas comprensiones y experiencias del ocio tiene un valor. Por ejemplo, el concepto de divertimento, une campos semánticos como el juego, la risa, el disfrute, el humor... que están vinculados al sentido positivo de la vida. Es así como una experiencia positiva del ocio ilumina la actividad ordinaria y las circunstancias de la vida. Cuando ese ocio es compartido en el equipo nos ayuda a ver las cosas con sentido del humor. El ocio humanista despierta una sensibilidad social significativa para la actividad pastoral, que nos lleva a disfrutar el gozo de ser pueblo, como ha señalado en varias ocasiones el Papa Francisco.

El ocio deja de ser un mero pasatiempo. Va más allá del disfrute, el descanso y la evasión, transformándose en motivo de crecimiento, expresión personal y encuentro comunitario. El ocio vivido como experiencia satisfactoria y contemplativa, es fuente de desarrollo personal. El que experimenta sentimientos positivos a través del ocio tiende a modificar sus pensamientos y su sensibilidad, favoreciendo una emotividad positiva ante la vida, particularmente en favor de otros. Además propone para cada persona mejoras orientadas a conseguir un mayor grado de libertad, autonomía, satisfacción, comprensión, tolerancia, solidaridad, etc. Con todo ello, la persona se transforma en fuente de bienes. El ocio es un aspecto importante de la calidad de vida, es un ámbito que rompe la rutina y posibilita la dimensión lúdica. Esta experiencia puede ser trasladada a otros ámbitos, llegando a percibir las obligaciones cotidianas como elecciones libres que conllevan satisfacción y disfrute. Además, el ocio ayuda en el proceso de socialización. El ocio ha de vivirse como un proceso de maduración en el que las personas se vean implicadas a lo largo de la vida. Así el modo de vivir el ocio es una característica que, entre otras, define la identidad personal.

Se pueden señalar diferentes tipos de ocio: activo, creativo y solidario.

- El ocio activo: es aquel que implica una actividad física y mental; permite tener conciencia de lo que hacemos, incluyendo una serie de emociones y consecuencias; es un ocio en el que nos implicamos, reaccionamos o ponemos algo de nosotros mismos, un ejemplo son las actividades deportivas y artísticas. El ocio pasivo sería aquel que nos encontramos en el camino sin haberlo buscado, es un modo de pasar el tiempo (pasatiempos) cuando no hay otra cosa mejor que hacer, cuando no hay iniciativa.
- Ocio creativo: es un ocio unido a la creatividad, entendida en un sentido experiencial. La creatividad es un aspecto esencial para entender y re-crear las culturas. Un ocio creativo es un ocio automotivado, consciente, intencional, complejo y lúdico. Frente a una actitud objetivista, que ansía en exclusiva poseer y manipular objetos, propia de la sociedad de consumo, la experiencia de ocio pone el énfasis en crear ámbitos, en transformar la existencia, en suscitar situaciones inéditas.
- Ocio solidario (sostenible e incluyente): es aquella vivencia altruista y social del ocio motivada por la necesidad de participar y "hacer partícipes de". La experiencia de ocio valioso permite la apertura, la comunicación y la entrega

al otro. El ocio solidario es una acción orientada al desarrollo comunitario, lo que implica cooperar en la felicidad de los demás a través de experiencias que a su vez son gratificantes. Su objetivo es la felicidad ajena. El ocio solidario crea un ámbito de encuentro, que hace posible el diálogo, la apertura y el enriquecimiento personal y social.

El ejercicio de un ocio voluntario facilita el control de la atención que favorece el disfrute y la autodisciplina, disposiciones tan necesarias para otras facetas de la vida.

El descanso

El descanso es un elemento de primer orden que permite la recuperación tras la actividad, a veces muy intensa en nuestra vida ministerial. Es esencial para la salud, la calidad de vida y el bienestar. El descanso es un estado de actividad mental y física, que hace que la persona se sienta fresca, rejuvenecida y preparada para afrontar las actividades cotidianas. El descanso no es simplemente inactividad. El descanso requiere tranquilidad, relajación, ausencia de estrés emocional y liberación de la ansiedad. La persona que descansa se encuentra en paz, libre de ansiedad y físicamente calmada. Una persona puede descansar cuando:

- siente que las cosas están bajo control,
- siente aceptación por parte de los que le rodean,
- tiene cierta lucidez ante los acontecimientos,
- realiza un número satisfactorio de actividades concretas,
- siente el apoyo en momentos de especial dificultad.¹¹

La vida en común de los operarios ha de garantizar algunos elementos simples pero profundos que faciliten una adecuada recuperación. En el equipo no sólo funcionamos para producir y llevar adelante una tarea, hemos de cuidar el descanso de los hermanos. Los temas de este ciclo de la Formación permanente nos han hecho conscientes de la amplitud de la vida fraterna. Cada operario ha de ser responsable del equipo y de evitar que la convivencia sea una causa de tensión¹². Cada quien tiene que trabajar por mantener una buena salud psíquica y física a través del descanso, sobre todo con el clima fraterno, la comunicación continua y transparente, con el gesto sencillo de hacer sentir bien al hermano, con los acuerdos y decisiones tomadas en equipo, con el perdón y la corrección fraterna. Teniendo en cuenta la importancia de estos detalles de la vida ordinaria estaremos propiciando la estabilidad y calidad de vida necesarias para quien construye el reino de Dios.

Algunos se sitúan con una seriedad excesiva ante la vida que se manifiesta en un trabajo descomunal, rayando con el activismo. Quien se coloca en esta perspectiva voluntarista, dando poca importancia a la necesidad del descanso, fácilmente tiende a juzgar a quienes no mantienen sus mismos ritmos, viviendo una ascesis que hace violencia a sí mismo y a los demás. Tampoco facilitan el ocio compartido quienes no trabajan como debieran y viven una especie de vacaciones interminables. El equilibrio

¹¹ Cfr. <http://mira.ired.unam.mx/enfermeria/wp-content/uploads/2013/05/necesidades>

¹² AG XXII, 11.

entre trabajo y descanso es siempre la mejor opción. La vida de equipo ha de objetivar nuestra situación personal para conseguir este equilibrio.

IV

Medios para compartir el descanso y el ocio

Anteriormente se ha dicho que el ocio y el descanso son personales y también se comparten en el equipo. Cada operario debe gestionar su tiempo libre. En la línea del ocio hay actividades individuales que son significativas, como los deportes y las aficiones o hobbies; son actividades que enriquecen la vida del equipo y se comparten con los demás en cierta medida. Algo similar ocurre con el descanso. El ocio y el descanso personales son significativos para los demás y requieren valoración y respeto de parte de los compañeros de equipo, porque el bienestar de los hermanos y su expansión es un bien objetivo. En este apartado queremos abordar la dimensión práctica del tema. Primeramente lo haremos señalando un conjunto de medios que permiten u obstaculizan el ocio compartido y el descanso:

La comunicación abierta. La comunicación posibilita el mutuo conocimiento y descubre los intereses comunes en los que es posible compartir el ocio. En el equipo uno conoce los gustos y las aficiones de los demás, y puede o no sintonizar con ellas. También se identifica aquello que desagrada o repugna al hermano. Es importante mantener el diálogo, a veces sobre cosas serias (trabajo, dificultades, tareas pendientes, relaciones, economía), otras veces sobre cosas ligeras (chistes, anécdotas, noticias, programas de televisión) y también sobre asuntos personales (situación actual, sentimientos, familia, trayectoria de vida, sensibilidad). En todo ello se muestran las propias aficiones, gustos, lecturas, temas de autores interesantes, películas favoritas, páginas de internet, podcasts, etc. No llegamos al equipo siendo amigos, con quienes se tiene toda la confianza; es precisamente en el equipo donde se trabaja con ahínco, sin complacencias, con honestidad, para llegar a fundar relaciones sanas y afectuosas. Hacemos el esfuerzo de compartir comenzando por lo superficial hasta llegar a un grado de comunicación digno de personas llamadas a configurarse con el Buen Pastor. Cuando comunicamos las anécdotas, los triunfos, las alegrías disfrutamos de un ambiente distendido y agradable. Se abre el espacio para la risa, el juego y, en algún momento, para una carcajada.

La iniciativa para invitar a otros. Tomar la iniciativa para invitar a los hermanos compartiendo con ellos las propias aficiones o intereses: teatro, cine, deportes, actividades de tiempo libre, etc. Porque se trata de algo importante para la persona lo compartimos con alguien especial. Así se establece un vínculo. Nos invitamos unos a otros y tenemos la delicadeza de introducir a los demás en el propio gusto, permitiendo que capten la belleza de lo que se les presenta. Compartimos aquello que es muy personal, y así como esa realidad nos ha llevado a la alegría, al equilibrio, al gozo, al disfrute, lo mismo anhelamos para el compañero de equipo.

La escucha-acogida. Necesitamos escucharnos unos a otros. Prestar delicada atención a lo que el hermano quiere transmitir. No es oportuno bloquear la comunicación con prejuicios o imponer el propio punto de vista. Escuchar implica salir de sí mismo y captar el valor de la experiencia de la otra persona, haciendo un esfuerzo por entrar en la óptica del otro, tratar de comprender cómo lo vive, dónde

pone el énfasis. Ese esfuerzo traerá como resultado que el hermano se sienta tomado en cuenta, valorado. Se trata de acoger y de contemplar lo que Dios contempla en esa persona, mirarlo como Dios lo mira, gozando con su sensibilidad. La escucha crea una experiencia de encuentro profundo. En la vida del equipo estamos llamados a invertir tiempo en relacionarnos con quienes el Señor ha puesto a nuestro lado creando verdaderas relaciones. Muchos son los testimonios de operarios que refieren la cualificación que recibieron a partir de sentirse y saberse escuchados. El reto es aprender a escuchar fielmente a los hermanos.

Garantizadas estas actitudes, conviene proponer actividades concretas mediante las cuales compartimos el ocio y aprovechamos los tiempos libres. Estas actividades se realizarán más o menos de acuerdo a la sensibilidad de los integrantes del equipo. Algunas de ellas son las siguientes:

Los juegos de mesa¹³. El juego de mesa es un espacio precioso para compartir la vida. Algunos elementos que nos ayudan a reconocer como valioso este espacio son los siguientes: Los juegos de mesa son una herramienta para divertirse, pero al participar en ellos desarrollamos otro tipo de habilidades cognitivas, motrices y de aprendizaje, y maduran las que se han conseguido con el tiempo. Aprendemos jugando. En el juego nos conocemos mejor y surgen algunos elementos para optimizar las relaciones. Puede ser, por tanto, fuente de relaciones más positivas. Jugar con otros desarrolla las habilidades para comunicarse. Se puede aprender mucho acerca del propio carácter y también del carácter de la otra persona.

Los lazos que se establecen entre los compañeros de partidas crean recuerdos comunes de experiencias gratificantes, algo importantísimo para enriquecer las relaciones del equipo de vida y trabajo. El juego también puede inquietar a la persona para investigar sobre algún tema concreto que despierta interés y esto, naturalmente, se convierte en una experiencia de vida.

En muchos juegos de mesa se compite entre los jugadores. El juego nos enseña que algunas veces ganaremos y otras perderemos, sin que eso reste al juego lo que más nos ha aportado, es decir, el placer de estar juntos, la alegría de compartir, que es mucho mayor que la de conseguir un premio o un puntaje más alto. Existen otro tipo de juegos en los que se coopera entre los jugadores para lograr un objetivo común. Esto educa la capacidad de trabajar en equipo y promueve la disponibilidad para ayudarnos unos a otros. Incluso en los juegos competitivos hay grandes oportunidades de cooperación, pues en el fondo existe un objetivo común.

Los juegos de mesa plantean un problema que hay que resolver e implican la resolución del mismo. Este aprendizaje es importantísimo para la vida de una persona: valorar la situación, comprender las reglas de actuación, manejar los propios recursos, asumir unos riesgos y tomar decisiones. Los juegos de mesa permiten realizar este aprendizaje por ensayo y error.

El contacto con la naturaleza y el deporte. Es frecuente entre los operarios invitarse a dar un paseo, a veces se hace aprovechando una tarde hermosa o más propiamente organizando una excursión. Allí se comparte la contemplación de la

¹³ Ver: <http://fernandotrujillo.es/juegos-de-mesa-2-competencias-basicas/>

naturaleza unida a la actividad física. El solo hecho de respirar profundo, aspirando el olor del bosque o del mar en la playa y caminar a un ritmo suficiente produce asombrosos beneficios para la persona y también para el grupo. Se dice vulgarmente que un paseo "nos oxigena". En medio de ese paseo o excursión, compartimos sentimientos, ideas, nuestra propia historia, etc. A través de estas caminatas se establece un vínculo de afecto, que se muestra posteriormente enviándose las fotografías por WhatsApp.

Las actividades culturales. Invitarse a ver una obra de teatro o una película, asistir a un concierto o a una exposición, visitar un lugar turístico o un museo es un modo siempre interesante de compartir el ocio. Las actividades culturales suponen una sensibilidad e incluso una preparación que compartimos con los demás al invitarlos a participar en ellas. Allí se despiertan sintonías que están ligadas a la historia personal de cada uno y al lugar en el que el equipo ejerce el ministerio sacerdotal. Con el video y el internet se han multiplicado las posibilidades: volver a ver la película favorita, un video de YouTube o una serie de televisión. Está de por medio una experiencia estética marcada por la gratuidad que sin duda fortalece los vínculos fraternos.

La pausa. Es típico en los equipos de la Hermandad el invitarse mutuamente a hacer una pausa provocando un momento de ocio compartido y necesario en medio del trabajo. No se trata de poner una regla, sino de realizar una invitación fraterna que se repite cotidianamente. Hay diversos esquemas que dependen de las costumbres del lugar y se le dan distintos contenidos gastronómicos: el café o el vino a media mañana, la merienda por la tarde, una copa o una cerveza por la noche. La pausa en el equipo constituye un momento importante de comunicación, en el que todos se enteran de los últimos acontecimientos o se comenta algún punto. Es conveniente tener el espacio preparado para ello, de modo que estén a mano las viandas correspondientes. A veces se puede invitar a este momento a personas que están de visita, que se llevarán sin duda una imagen de nuestra fraternidad sacerdotal.

Los momentos de comer. Comer es un acto fundamental de recuperación, conviene hacerlo bien para que realmente lo sea; en la sociedad ha crecido la sensibilidad al respecto de frente al "fast food". Pero la comensalidad es una categoría antropológica importante, profundamente vinculada a la vida fraterna. Es también un reflejo de la celebración eucarística en la que hemos compartido el pan de vida. Se requiere una delicadeza para hacerse presentes puntualmente y avisar con anticipación cuando uno va a ausentarse, de modo que los demás se preparen psicológicamente. En el libro de los hechos se narra que los discípulos "compartían los alimentos con alegría y sencillez de corazón" (Hech 2, 46). Este es el clima que hemos de experimentar en el equipo de Hermandad. Conviene considerar diversas modalidades: los tres momentos de comer de cada día, que bendecimos porque los consideramos momentos significativos; la comida que celebra un acontecimiento, como por ejemplo un cumpleaños, la publicación de un libro, la bienvenida o despedida de un operario; la comida que se realiza en casa, que tiene sabor de hogar; la que se realiza en un restaurante y requiere, como otras actividades culturales, una

introducción y una sensibilidad; la comida realizada en la intimidad del equipo y aquella en la que invitamos a nuestra mesa a otras personas.

Las redes sociales. La realidad virtual es también un ámbito de vida fraterna. La mayoría de los equipos de la Hermandad tienen hoy un grupo de WhatsApp por el que se comunican los operarios y en ocasiones incluyen también a los destinatarios de la misión, algunos tienen una página web y prácticamente todos los equipos interactúan entre sí por medio de las redes sociales. Nos encontramos a través del FaceTime o del Skype, recibimos por internet las noticias mensuales, los aniversarios de los operarios y los materiales de formación permanente. Son conocidos de todos los muros de FaceBook de los operarios y de algunas de las casas. Existe un FaceBook y un Twiter de la Hermandad por los que nos damos a conocer a través de diversos medios. A través de las redes sociales nos felicitamos unos a otros o establecemos contactos motivados por determinado interés. En ello empleamos parte de nuestro tiempo libre. En las redes sociales se mezcla la experiencia estética y espiritual, la comunicación, la fraternidad y el tiempo libre. Esta considerable lista nos ayuda a percibir la importancia de estar presentes en las redes sociales y de utilizarlas de manera adecuada. Hoy es un signo de elemental educación responder a un mensaje y es un gesto de delicadeza enviar una fotografía o un video.

En la vida diaria se pueden encontrar momentos preciosos que apuntan al ocio compartido. Es importante planificar los medios que pueden proponerse en el ritmo semanal, mensual o anual.

Por ejemplo, **anualmente** puede planearse una visita a la familia de cada operario del equipo, cuando esto es posible. El solo hecho de compartir las relaciones familiares es un motivo para reforzar la fraternidad. Esto no queda reducido a un día de visita: se crea la experiencia de toda una vida de relación y familiaridad. La visita a algún amigo. Va en la misma línea de lo anterior. Mis amigos son tus amigos. Que demos el mensaje claro de que no hay espacios privados, intocables. La transparencia y la comunicación de sentimientos fortalecen las relaciones fraternas. Por otro lado, esto nos evitará algunos peligros que atentan contra la vida de equipo. Cada uno comparte lo importante, se da a sí mismo y lo que tiene. Quien da su vida en lo pequeño estará disponible para compartirla entera. Otra posibilidad podría ser una salida extraordinaria al teatro o a algún concierto. Planear unas vacaciones juntos es otro momento a destacar. Se pueden tener las vacaciones personales con la familia, pero alguna vez coincidir en organizar una salida de dos o tres días juntos; puede ser a la playa o a algún lugar culturalmente significativo. La invitación a arreglar el jardín, limpiar la casa, cambiar el orden de la misma, hacer un arreglo menor, como pintar las paredes... fortalece el sentido de pertenencia y conduce a amar y cuidar el espacio común. Cuando ya existe un conocimiento mayor se puede invitar a escribir algún artículo en colaboración; se crean momentos de reflexión, de debate, donde todos se enriquecen; escriben y comparten obras comunes.

En el ritmo mensual se puede organizar la visita a otro equipo de operarios para pasar juntos un día o realizar la formación permanente. También puede proponerse un retiro o una jornada de oración para descansar en el Señor en un lugar adecuado preferentemente fuera de casa; medio día de retiro y medio día para compartir la vida. En este ritmo puede proponerse también reunirse para ver alguna

película de interés o reunirse para ver en la televisión un partido de fútbol u otro deporte.

En el ritmo semanal: la comida juntos, alguna vez con una sobremesa más extensa por ejemplo los domingos; la hora santa, la preparación de la homilía; compartir las lecturas personales, momentos de recreo, ver las noticias, crear un momento para compartir la propia vocación o la historia de cada uno.

En el ritmo diario. Como ya se ha indicado, los momentos de pausa, la comida cotidiana, los gestos de saludo por la mañana y de despedida por la noche, que muestran la riqueza de la vida familiar.

Respetar el momento de descanso. Un silencio extraordinario en la residencia o en los pasillos parece de sentido común; sin embargo, siempre es bueno recordarlo. Cuando alguien llega a casa por la noche o durante el tiempo de la siesta, cuida el descanso de los demás, camina por la casa con sigilo; evita música con sonido alto, ruidos que rompan la paz del vecino como portazos, pisadas sonoras, arrastrar muebles, etc. Si algunos trasnochan por cualquier motivo evitan las voces o carcajadas; si hay llamadas telefónicas se hacen en voz baja o mejor se busca un lugar donde no se interrumpa el silencio de los demás.

V

Algunas actitudes que entran en juego de manera especial en el ocio

A la hora de compartir el ocio entran en juego algunas actitudes que están vinculadas a la madurez de cada operario. Algunas de ellas se enumeran a continuación.

Control de las emociones. Dado que en la vida cotidiana hay roces, enfados, conflictos de diversa índole, es importante que entre los miembros del equipo circule un cierto control de las emociones. Se trata de encauzar la emoción que se experimenta. Sabiendo que permanecemos en un proceso de crecimiento y que somos frágiles, debe haber la cordura suficiente en el equipo para evitar engancharse en las inconsistencias de los demás. Es necesario ir más allá. La dificultad y el desánimo no tienen la última palabra. Quien presencia un enojo, quien escucha una palabra altisonante está llamado a desdramatizar la situación, para consigo mismo o para con otro. Conviene ser conscientes de lo que sentimos, de manera que la razón pueda establecer un filtro para tomar el control de las propias emociones; esto no significa que no podamos estallar en algún momento de la vida, pero un cierto control siempre es necesario. Si lo que queremos expresar se dice desde la serenidad y la reflexión tendrá un efecto muy distinto. De esta manera estaremos sentando las bases de una sana relación, sabiendo que los sentimientos vienen y van como las nubes en el cielo en un día de viento. Es más difícil un compartir gratuito cuando falta madurez para controlar las propias emociones.

Apertura al desarrollo de capacidades nuevas. La mayoría de los seres humanos venimos al mundo con el equipamiento suficiente para múltiples 'haceres', son capacidades que se transforman en habilidades, actitudes y hábitos de la persona. Se desarrollan en la interacción con el entorno social. Cuando una persona reconoce esta riqueza se abre a una diversidad de posibilidades y tiene la oportunidad de sumar y crear climas que posibilitan el ocio y la espontaneidad. Por el contrario, cuando no reconoce y más aún se cierra, entorpece las propuestas, y se coloca como obstáculo en el buen ambiente del grupo. Con humildad hemos de reconocer que tenemos un reto delante, agradeciendo la maravilla de tener algo que aprender. La responsabilidad es de cada uno: cultivar las diversas áreas de oportunidad. Vivir y trabajar con otros exige que desarrollemos habilidades continuamente.

Superación de los apegos. El apego es una vinculación mental y emocional (generalmente obsesiva) a objetos, personas, actividades, ideas o sentimientos, originada en la creencia irracional de que ese vínculo proveerá de manera única y permanente placer, seguridad o autorrealización¹⁴. Es importante vivir en la conciencia de los vínculos que de manera permanente se dan en cada personalidad. Si la persona no se da cuenta, estos vínculos estarán en un primer plano y los objetivos comunes y la vida de equipo pueden pasar a un último plano. La conciencia

¹⁴ Riso W., *Desapegarse sin anestesia. Cómo soltarse de todo aquello que nos quita energía y bienestar.* Océano. México 2017, p. 27-28.

de los valores que nos unen y las renunciaciones que sean necesarias, aportarán calidad a la vida de equipo.

La falsificación del yo. Cuando una persona lo sitúa todo en clave de competencia o cuando continuamente se compara con otros está falsificando el propio yo. Esto va en contra de la sana convivencia y de disfrutar del ocio compartido. Es la persona que continuamente está insatisfecha y siempre busca el sentido fuera: fuera de la familia, fuera del grupo de convivencia, fuera del núcleo que lo convoca. En la experiencia del equipo hemos de cuidar este aspecto, de tal manera que seamos conscientes de lo que puede falsificar el yo, trabajarlo y dar pasos para la sana convivencia y el aporte positivo en el equipo de vida y de trabajo.

Encontrar el valor. Cuando la persona toma conciencia de un valor, no compete, no envidia, no juzga. Es sano saber que no todo es para todos. Es importante reconocer con humildad el valor que cada uno tiene y desde allí aportar su mejor versión. Vernos a nosotros mismos ni mejores ni peores, sino objetivamente, como realmente somos. Cada uno tiene una riqueza que aportar y todos tenemos mucho con qué enriquecernos. Captar el propio valor y también reconocer el valor de los demás es una tarea cotidiana, así como tener la madurez para dar y también para recibir.

El cuidado de sí y el cuidado del otro. *Consiste en verme como Dios me ve y hacer mío su apasionado interés por todas las facetas de mi humanidad.*¹⁵ Tal como se hace para sí se hace para los demás, sobre todo para quienes integran el equipo. Es mirar la altura que Dios mira en el otro y ser consecuente con el querer de Dios para con la otra persona. Me sitúo al lado del otro para procurarle el bien. Dios nos ha colocado al lado de los demás para buscar la santificación, para recorrer un camino hacia la plenitud.

Paciencia y tolerancia. El que es paciente y tolerante admite que lo insignificante, lo defectuoso, está presente en cierta medida, dada la condición precaria del ser humano, y lo seguirá estando. Quien no acepte esta condición se sitúa como un superhéroe viviendo en un idealismo desencarnado y se convertirá en un intolerante, alejándose cada día más de los demás.

Sentido de gratuidad. Es el carácter de aquello que nace, de modo incondicional y libre, de una iniciativa sobreabundante. Gratuito es el amor de Dios plenamente revelado en Cristo y propio también de los cristianos. Una persona que reconoce el bien dado lo agradece, sabe que muchos de los bienes han venido por los hermanos, quienes han trabajado para que hoy tenga un espacio dónde vivir, un apostolado donde servir, etc. Se reconoce lo pequeño y también lo extraordinario. El agradecimiento facilita la salud psíquica y predispone al orden interno. En la vida hay muchas cosas que hemos de agradecer, entre ellas, la presencia de los hermanos, que son regalo de Dios. Cuando esto se vive con sencillez puede propiciar la espontaneidad para invitar a disfrutar de un momento de descanso u ocio compartido. Se rompe la rutina y la vida se torna distinta.

¹⁵ Stefano Guarinelli, Los consejos evangélicos. Notas psicológicas y espirituales de un canto a tres voces. Sígueme, Salamanca 2017. P. 85

Evitar la complicidad. Hemos de reconocer que los seres humanos tenemos afinidad por algunas personas en particular. En la vida cotidiana no faltan excusas para faltar a los momentos comunes o simplemente se crea el mal hábito de nunca aparecer. En el equipo, con caridad y calidad, hemos de invitar continuamente a participar al que nunca llega o al que pocas veces aparece. Evitar la complicidad, cubriendo las espaldas de quien me es afín, excusándolo continuamente; evitar, por otro lado, minimizar el asunto. A la larga se va convirtiendo en una costumbre que nada tiene que ver con la vivencia de la fraternidad y hemos de reconocer que a nadie beneficiamos.

Abrir las agendas ocultas. La vida del operario se caracteriza por la libertad: libre de ataduras que le permitan entregarse a la misión y en torno a ello organizar la vida. La vida del equipo tiene la parte del trabajo, pero también el momento de disfrutar el descanso. Cuando esto no se tiene claro y solo se pone atención a la actividad, el tiempo restante se organiza desde los intereses personales. Entonces surgen las agendas ocultas: eso que tengo programado individualmente. Parte de la vida común es compartir las agendas ocultas, eso que me interesa personalmente y puede ser satisfecho a la luz del día.

Consecuencias de no cuidar el ocio y el descanso

Sin sueño y descanso la capacidad de concentración, de juicio y de participar en las actividades cotidianas disminuye, al tiempo que aumenta la irritabilidad y el estrés¹⁶.

- Obsesión y dureza. Puede que los objetivos que se persiguen sean justos y honestos pero la metodología y los modos de conseguirlos fallan. Esto crea tensiones y las relaciones interpersonales se gastan con demasiada facilidad. La dureza infravalora los sentimientos, dejando una escasa oportunidad a la manifestación de gestos espontáneos de alegría o mina la posibilidad de tomar iniciativas para invitar al ocio.
- Pérdida de creatividad. Por no dedicar suficiente tiempo al ocio se pierde la creatividad. Las mejores ideas nuevas surgen cuando se está caminando, corriendo, paseando, escuchando música, asistiendo a una puesta en escena, etc. Un problema en la actualidad es que no tenemos las destrezas para utilizar el tiempo libre de manera satisfactoria.
- La estabilización¹⁷. Se cae en la cotidianidad, la rutina y la ausencia de novedad. Se tiene la sensación de que el tiempo transcurre despacio. La estabilización corre el riesgo de convertirse en cansancio. Puede aparecer, por tanto, el aburrimiento, la sensación de que ya nada sorprende.

¹⁶ Cfr. Gastón de Mezerville, "Madurez sacerdotal y religiosa". Un enfoque integrado entre Psicología y Magisterio. CELAM-CEM, Tomo II, p. 18-123.

¹⁷ Cfr. Stefano Guarinelli, Los consejos evangélicos... p. 90-91.

VI Guía para la reunión

1. Preparación personal

Lectura del tema y colección de recuerdos. El tema del ocio compartido es más importante de lo que a primera vista pudiera parecer. Además de leer el tema podría ser recomendable que cada operario del equipo recurra al baúl de los recuerdos seleccionando los momentos felices de ocio compartido que ha pasado en diversos equipos de Hermandad.

2. Apertura

Convocación del director del equipo.

Disposición. Para iniciar la sesión puede ser útil que los operarios compartan diversos momentos de ocio compartido que han disfrutado en los equipos por los que han ido pasando. De algún modo se están dando ideas para poner en práctica en el equipo actual.

3. Palabra de Dios

El siguiente texto, tomado de la carta a los Gálatas, puede iluminar el compartir de este día.

Es cierto, hermanos, que han sido llamados a la libertad. Pero no tomen la libertad como pretexto para satisfacer sus apetitos desordenados; antes bien, háganse esclavos los unos de los otros por amor. Pues toda la ley se cumple, si se cumple este solo mandamiento: amarás a tu prójimo como a ti mismo. Pero si se muerden y devoran unos a otros, terminarán aniquilándose mutuamente (Gal 5, 13-15).

Podríamos interpretar este "hacerse esclavos por amor" en la clave de la adaptación a los demás en la vida fraterna, aceptando morir un poco a los propios gustos y a la propia comodidad para compartir con los demás el ocio y el descanso.

4. Diálogo.

Sería recomendable centrar el diálogo de este encuentro en las iniciativas que podrían ayudar a compartir el ocio en el equipo.

5. Conclusión.

Se puede terminar con una breve oración, dando gracias a Dios por el hecho de compartir la vida gratuitamente. Para ello puede ser útil este famoso texto de San Agustín:

*Rezar juntos, pero también hablar y reír en común,
intercambiar favores, leer juntos libros bien escritos,
estar juntos bromeando y juntos serios,
estar a veces en desacuerdo, sin animosidad,
como se está a veces con uno mismo,*

*y utilizar este raro desacuerdo para reforzar el acuerdo habitual,
aprender algo el uno del otro,
echar de menos a los ausentes con pena,
acoger a los que llegan con alegría
y hacer manifestaciones de este estilo y de otro género,
chispas del corazón de los que se aman y atraen,
expresadas en el rostro, en la lengua, en los ojos,
en mil gestos de ternura, y cocinar los alimentos del hogar
en donde las almas se unan en un conjunto
y donde varios no sean más que uno.*