



▶ La ancianidad: riqueza de frutos y bendiciones

Orientaciones para la pastoral de las personas mayores

▶ Subcomisión Episcopal para la Familia y la Defensa de la Vida

SUMARIO

1. INTRODUCCIÓN
2. RETOS QUE SE LES PRESENTAN A LAS PERSONAS MAYORES
3. EL VALOR DE LA VEJEZ
4. LA PASTORAL PARA LAS PERSONAS MAYORES
5. PASTORAL DE LAS PERSONAS MAYORES
6. ACOMPAÑAR A LOS QUE ACOMPAÑAN
7. EXPERIENCIAS DE PASTORAL DE PERSONAS MAYORES
8. CONCLUSIÓN: A LA VEJEZ NECESITAMOS CONOCERLA, RECONOCERLA E «INVENTARLA». PROPUESTAS CONCRETAS

1. INTRODUCCIÓN

Fruto de la caridad pastoral de los Obispos que formamos la Conferencia Episcopal Española y haciéndonos eco de la llamada del Papa Francisco a «promover el servicio pastoral a los ancianos y con los ancianos»¹, en la CXVII Asamblea Plenaria de los Obispos, celebrada del 19 al 23 de abril de 2021, se decidió que, dependiente de la Subcomisión Episcopal para la Familia y Defensa de la Vida, se crease una Comisión de trabajo dedicada a la pastoral de las personas mayores.

Esta Comisión se propuso preparar un documento que sirviera de punto de partida para consolidar los trabajos que, desde múltiples realidades eclesiales, se desarrollan en el mundo de los mayores y poner en marcha, allí donde sea necesario, ese servicio pastoral a los ancianos.

1.1. ¿De qué hablamos cuando hablamos de personas mayores?

Ahora bien, ¿quiénes son los mayores? ¿Cuándo podemos considerar que una persona es mayor? ¿Qué ha de pasar en la vida de una persona para que consideremos que ha pasado de la edad adulta a la ancianidad?

¹ Cf. FRANCISCO, *Discurso a los participantes en el Congreso Internacional «La riqueza de los años»*. Sala Regia (31.I.2020).

De la misma manera que podemos afirmar que hay un criterio objetivo para considerar que una persona es “mayor de edad” —cumplir 18 años—, pero que al mismo tiempo hay personas que llegan a esa mayoría de edad en circunstancias de maduración y de experiencias vividas muy distintas; cuando nos referimos a «personas mayores», hemos de hacerlo con ciertas cautelas. Hay criterios cronológicos, médicos, laborales y familiares que configuran el paso a lo que consideramos “mayores”, pero ni en todas las personas estos criterios han de darse en el mismo momento, ni una vez llegados a la llamada “tercera edad” han de tratarse del mismo modo a los que tienen 70 años que a los que tienen 90.

Podemos afirmar que hay ciertas circunstancias que marcan un antes y un después en el itinerario de las personas y que, cuando varias de estas situaciones confluyen, ya se puede decir que se trata, efectivamente, de una «persona mayor»:

- El final de la “vida laboral”. Aun cuando no todos se jubilan al mismo tiempo, ni el cese de la vida laboral “remunerada” supone el cese de la actividad personal, consideramos que es una persona mayor quien ya no tiene que “salir a trabajar” para adquirir el sustento cotidiano.
- La “pérdida de facultades”. No es necesario tener una patología determinada para caer en la cuenta de que el paso del tiempo provoca, tanto en el ámbito físico —menor movilidad, aumento de cansancio— como en el psíquico —pérdidas de memoria, menor concentración, distracciones—, la conciencia de que «ya no somos lo que éramos».
- La ausencia de compañeros de viaje. Poco a poco la persona mayor va despidiéndose de quienes han compartido con él trabajos, ilusiones y proyectos. Quizás ha fallecido la pareja u otras personas cercanas, y eso va dejando heridas en el alma, propias de la condición de mayores.
- El aumento de los recuerdos y la disminución de los proyectos. Cuando la persona es joven está llena de proyectos a largo plazo y son pocas las experiencias que se evocan, según vamos madurando, la “mochila vital” se llena de experiencias y los proyectos cada vez son más a corto plazo.
- El paso de ser cuidador a ser cuidado. Las experiencias asociadas al “nido vacío” y la necesidad de ayuda que aumenta con la citada “pérdida de facultades” hacen tomar conciencia de que se es una “persona mayor”.
- La cercanía de “la meta”. Para muchos la muerte es un tema del que no se quiere ni oír hablar, pero, se tenga o no fe en la vida eterna, se crea en un Dios que nos espera al otro lado del tránsito o no se tenga ese don, lo cierto es que afrontar el hecho de que vivimos una vida finita en este mundo es, en general, indicativo de que una persona es mayor.

Sin embargo, aunque algunas de estas circunstancias pudieran ser valoradas negativamente, también hay habilidades que se mejoran: hay más calma en la toma de decisiones, más sabiduría acumulada, más capacidad de reflexión, etc. No podemos considerar como un absoluto la ausencia de proyectos de futuro. El proyecto vital no se extingue hasta el último momento de nuestra existencia en esta vida. Hemos de ser muy conscientes de esta realidad, sobre todo en el trabajo pastoral de acompañamiento y motivación de las personas mayores. No debemos ocultar que este tramo del viaje va acabando, pero sin renunciar o dar por cumplido un proyecto vital: hemos de seguir buscando y respondiendo al plan que Dios tiene para cada persona, aunque sea a un plazo más corto, aunque sea más “sencillo”.

1.1. Envejecimiento de la población

El aumento de la esperanza de vida y la mayor calidad de vida durante más años provoca que cada vez haya más mayores que están más sanos y durante más tiempo. En Europa se ha pasado de haber un 16% a un 30% de personas mayores en menos de 50 años. Y este dato, que inicialmente se nos presenta como algo positivo, se convierte en un problema económico, sanitario, social y eclesial: el envejecimiento de la población —habida cuenta de los problemas relativos a que cada vez son menos los niños que nacen— se ha convertido, a día de hoy, en un problema para muchos.

La precaria situación económica, acentuada por la actual crisis, en la que viven muchos países provoca además que cada vez sean más los emigrantes —también personas mayores— que se desplazan buscando una salida para sus familias. Crece la fragmentación de la realidad familiar, la institución matrimonial es más vulnerable que nunca, y todo ello provoca que cada vez haya más ancianos solos y desplazados de sus raíces.

Sin pretender hacer un análisis exhaustivo de la realidad de las personas mayores, advertimos con preocupación que este envejecimiento de la población viene acompañado de no pocas situaciones que los ancianos padecen: pensiones bajas, viviendas no adecuadas a las limitaciones de movilidad propias de la edad, complicaciones en la percepción de ayudas a la dependencia, atención sanitaria deficiente, dificultad de acceso telemático a los medios e instituciones. Asimismo, a menudo nos sorprendemos con noticias que revelan situaciones de deficiencias en la atención de las personas mayores, de mala praxis, e incluso en ocasiones de malos tratos. Somos testigos de los retos que suponen la inadecuada atención de los ancianos que sufren enfermedades y no son debidamente atendidos, priorizándose el destino de los recursos sanitarios a otras edades y dejando abandonados a su suerte a los que ya han vivido más años.

Por otra parte, nuestras iglesias, que antes de la pandemia se veían llenas de personas mayores, cada vez se encuentran más vacías, y no solo por la situación de miedo post-covid —que se ha llevado a muchos de los nuestros y que suponemos coyuntural—, sino porque nos encontramos con nuevas generaciones de mayores que ya no forman parte de aquella llamada “sociedad de cristiandad”. Son mayores a los que tenemos que llevar el anuncio del Evangelio.

2. RETOS QUE SE LES PRESENTAN A LAS PERSONAS MAYORES

2.1. El drama de la soledad no deseada²

Es importante entender que el sentimiento de soledad puede aparecer a cualquier edad. La soledad no es una experiencia exclusiva de las personas mayores, aunque sí es cierto que a medida que se van cumpliendo años es más probable que aparezcan factores que pueden aumentar el riesgo de sufrirla.

Habitualmente se relaciona la soledad con la idea de estar solo o sola, es decir, con la falta de compañía, con el hecho de no tener a nadie al lado. Entendida así, la soledad puede tener dos caras, una positiva y otra negativa. La soledad buscada —para pensar, descansar, etc.— y la soledad impuesta —falta de compañía que causa malestar—.

Sin embargo, hay otra forma de entender la soledad, no como “estar” sino como “sentir”. Puede gustar más o menos estar solo, pero a nadie le gusta sentirse solo. El sentimiento de soledad es

² CÁRITAS ESPAÑOLA, *Prevenir y aliviar la soledad de las personas mayores. El papel único del voluntariado en los procesos de acompañamiento*, 2001.

siempre una experiencia desagradable, incómoda y dolorosa que, curiosamente, puede darse incluso estando en compañía.

Sentir soledad depende de factores como los deseos y necesidades de relación de cada persona; la calidad de sus relaciones —confianza, seguridad para expresar los sentimientos, etc.— y la duración de la soledad. Estos tres factores ayudan a entender que el sentimiento de soledad es algo muy personal y que, ante circunstancias aparentemente similares, hay personas que se sienten bien mientras que otras padecen una dolorosa soledad.

El que la soledad sea impuesta, la duración de la misma y la cantidad y calidad de las relaciones son los aspectos más importantes para entender por qué se siente en algunas circunstancias, teniendo presente la diversidad de personalidades, y por qué a medida que se envejece es más probable que los tres se den a la vez, produciendo un sentimiento de soledad más profundo que en etapas anteriores de esta vida. Sentirse y vivir sin compañía cuando uno la desea y/o la necesita es uno de los problemas más graves que conciernen a los mayores, especialmente si carecen de afectos y lazos familiares. La soledad no siempre es ausencia de personas en nuestro entorno, porque también es cierto que esta sensación y vivencia de soledad en los ancianos se produce tanto en el ámbito familiar, en el de las residencias, así como en otros recursos asistenciales.

Aunque socialmente se reconoce que el sentimiento de soledad es una experiencia desagradable, que puede hacer que la persona se sienta triste, vacía, nerviosa, angustiada, no querida e incluso enfadada con quienes están cerca, con frecuencia se piensa que sus consecuencias no van más allá de su malestar. Sin embargo, numerosos estudios indican que el sentimiento de soledad mantenido en el tiempo puede ser perjudicial para la salud, tanto física como mental. Se ha relacionado la soledad con un peor funcionamiento del sistema inmunitario, mayor incidencia de problemas cardíacos, tensión arterial más elevada, mayor uso de los servicios médicos, peor calidad de sueño, mayor riesgo de depresión, deterioro cognitivo, problemas de alcoholismo, etc.

En la actualidad, según las estadísticas, la soledad representa un grave problema personal para alrededor de la décima parte de los mayores. Algunos datos estadísticos apuntan a que entre el 12% y el 15% de las personas confiesan sentirse frecuentemente solas. Por tanto, es vital tomar conciencia de la relevancia que puede tener el sentimiento de soledad en las personas mayores, no para caer en el alarmismo sino para valorar la importancia de su prevención y tratar de evitar que sea una experiencia que se mantenga en el tiempo. Salir al paso de esta soledad nos incumbe a todos, no es exclusivamente una responsabilidad de la persona mayor que la sufre o de la familia, lo es también de las instituciones sociales y de Iglesia.

2.2. Fomentar el diálogo entre generaciones

Al igual que en la Iglesia se da la sucesión apostólica, por medio de la cual hay una continuidad entre la Iglesia naciente y la Iglesia actual, también debe haber una sucesión intergeneracional; esto es: un diálogo entre generaciones, como un «tesoro para conservar y alimentar»³.

De ahí que sea tan necesario promover una «alianza entre jóvenes y ancianos», para llenar el vacío de la indiferencia y ayudar a los jóvenes a «afrontar el futuro»⁴, para que se dé esa continuidad entre generaciones y no haya un abismo entre unos y otros como está sucediendo en nuestros días.

³ FRANCISCO, *Ángelus* (26.VII.2013).

⁴ FRANCISCO, «Compartir la sabiduría, comienzo de una nueva alianza», prólogo al libro *La sabiduría de los años*, Mensajero, 2018.

Es cierto que la convivencia entre diferentes edades no se improvisa. Es un camino de apertura al diálogo que, también a los adultos, debe fascinar de una manera siempre nueva como un aprendizaje permanente. Es un aprendizaje mutuo: los jóvenes tienen en cuenta la sabiduría y ven en los mayores puntos de referencia y modelos de fidelidad. Y cuando el futuro genera ansiedad, inseguridad, desconfianza, miedo, el testimonio de los ancianos puede ayudarles a levantar la mirada hacia el horizonte y hacia lo alto. Precisamente porque los mayores llevan un recorrido largo en esta vida y han vivido muchas etapas difíciles, pueden mostrar a los jóvenes una perspectiva de la vida real y no ficticia, como a veces se construyen, motivados quizá por la sociedad y el tiempo en el que viven. Recíprocamente, los jóvenes ayudan a los mayores a sumergirse en el momento presente tan avanzado en el uso de la tecnología y en tantas ramas del conocimiento que a los mayores les resulta desconocido y casi un reto enfrentarse a ello.

Es muy importante crecer en el diálogo y la convivencia entre generaciones, de ahí que

[...] los adultos deben superar la tentación de subestimar la capacidad de los jóvenes y juzgarlos negativamente. Los jóvenes, en cambio, deberían vencer la tentación de no escuchar a los adultos y de considerar a los ancianos como «algo antiguo, pasado y aburrido», olvidando que es absurdo querer empezar siempre de cero, como si la vida comenzara solo con cada uno de ellos⁵.

En realidad, los ancianos, con su posible fragilidad física, siguen siendo la memoria de nuestra humanidad, las raíces de nuestra sociedad, el pulso de nuestra civilización. Por eso el papa, en el mensaje con motivo de la primera Jornada Mundial de los Abuelos y las Personas Mayores, les decía que su vocación es ser custodios de las raíces y transmisores de la fe, y aquí los adultos deben educar a las nuevas generaciones en el reconocimiento de la riqueza de sus raíces, del patrimonio de fe y de experiencia, de la santidad madurada con el tiempo, sin que todo esto se convierta en un lastre que los ate al pasado. Este diálogo intergeneracional debe llevarse a cabo principalmente en el contexto familiar. Así el mismo papa se lo decía a los jóvenes:

Para que el amor dé frutos, no se olviden las raíces. ¿Y cuáles son sus raíces? Los padres y, sobre todo, los abuelos. Presten atención, los abuelos. Ellos les han preparado el terreno. Rieguen las raíces, vayan a ver a sus abuelos, les hará bien; háganles preguntas, dediquen tiempo a escuchar sus historias⁶.

2.3. Lo que la pandemia ha puesto de manifiesto

Decía el Papa Francisco en su Mensaje con motivo de la I Jornada de los Abuelos y los Ancianos:

[...] la pandemia ha sido una tormenta inesperada y violenta, una dura prueba que ha golpeado la vida de todos, pero que a nosotros mayores nos ha reservado un trato especial, un trato más duro. Muchos de nosotros se han enfermado, y tantos se han ido o han visto apagarse la vida de sus cónyuges o de sus seres queridos. Muchos, aislados, han sufrido la soledad durante largo tiempo. El Señor conoce cada uno de nuestros sufrimientos de este tiempo. Está al lado de los que tienen la dolorosa experiencia de ser dejados a un lado. Nuestra soledad —aggravada por la pandemia— no le es indiferente⁷.

Si todos somos conscientes de que la pandemia nos ha hecho sentir vulnerables y necesitados del afecto de nuestros seres queridos, de un modo especial muchas personas mayores han

⁵ FRANCISCO, *Discurso al inicio del Sínodo dedicado a los jóvenes* (3.X.2018).

⁶ FRANCISCO, *Discurso a los jóvenes, Estadio Lokomotiva de Kosice, Eslovaquia* (14.IX.2021).

⁷ FRANCISCO, *Mensaje con ocasión de la I Jornada Mundial de los Abuelos y de los Mayores* (25.VII.2021).

experimentado en este tiempo la necesidad de que la Iglesia se muestre más que nunca como una comunidad sensible y cercana a los que sufren el abandono, la soledad y la cultura del descarte.

Hemos de reconocer la heterogeneidad del colectivo de personas mayores, sin caer en la trampa de la generalización, que siempre tiende a desdibujar la variada realidad de las personas mayores, de modo que, siendo cierto que han sido las personas más vulnerables en la crisis provocada por el coronavirus, también es verdad que muchas de estas personas han puesto al servicio de la sociedad y de la Iglesia sus muchas capacidades. Así hemos podido contemplar cómo durante los momentos más duros de la pandemia han estado ayudando con gran generosidad: mujeres mayores cosiendo mascarillas y batas, hombres y mujeres mayores llamando por teléfono a otras personas mayores que se sentían solas, mayores con mucha autonomía que han apoyado desde casa labores comunitarias, etc.

3. EL VALOR DE LA VEJEZ

3.1. Los mayores en la Sagrada Escritura

«En la vejez seguirá dando fruto» (Sal 92,15). Esta es la promesa que Dios hace a su pueblo reconociendo que la ancianidad es un tiempo de gracia, que puede ser de especial vitalidad. Así, la fe de Abrahán tendrá como recompensa una descendencia numerosa como las estrellas del cielo (cf. Gén 15,5), la ofrenda de Melquisedec será el prelude del sacrificio salvador de Cristo (cf. Gén 14,18-20) y la ley mosaica iniciará el camino hacia el mandamiento del amor alcanzando en Cristo su plenitud (cf. Mt 5,17-18). La fe de las personas mayores del Antiguo Testamento es el gran depósito de la sabiduría del Israel escogido por Dios.

El Nuevo Testamento nos ofrece el testimonio de dos personajes, Simeón y Ana (Lc 2,22-38) que nos ayudan a penetrar en la promesa del salmista, porque en la vejez nos ofrecen los frutos agradables al Señor. Simeón es presentado como el hombre del Espíritu que, impulsado por él, acude al templo para, sin dejar de cumplir lo establecido por la ley, reconocer en Jesús al Mesías esperado y anunciar el misterio pascual —la espada que atravesará el alma de María— como el modo en que Dios obrará la salvación. Ana, por su parte, nos enseña que en la vejez la esperanza no nos instala en la pasividad, sino que hasta el último momento tenemos la oportunidad de ser testigos de aquel que se hizo hombre para salvarnos.

Aun cuando la Sagrada Escritura no nos habla de los padres de la Virgen María, Joaquín y Ana aparecen en los apócrifos del protoevangelio de Santiago y el evangelio del pseudo-Mateo, que coinciden en presentarles, como otras muchas parejas en la Biblia, como un matrimonio que durante veinte años no pudieron tener hijos. No generar descendencia, para la cultura judía del tiempo, era una señal de la ausencia de bendición y el favor de Dios; de ahí que —siempre siguiendo los relatos apócrifos— Joaquín reciba las burlas de sus coetáneos al llevar sus ofrendas al templo, sintiéndose indigno por no haber procreado. Joaquín, como años más tarde hará su nieto, se retiró al desierto cuarenta días y cuarenta noches implorando a Dios una descendencia. Ana también se nos presenta en oración pidiendo a Dios la gracia de la maternidad, hasta que un ángel se les aparece por separado y les advierte de que están a punto de convertirse en padres. La tradición rememora el beso que la pareja de esposos intercambia ante la puerta dorada de Jerusalén, donde, según la tradición judía tendrá lugar la entrada del Mesías.

Esta visión respetuosa y llena de admiración ante la ancianidad que nos muestran la Escritura y la más antigua tradición cristiana, en la que se subraya la profunda vinculación de las personas mayores con sus familias, contrasta con la realidad que se nos impone en los albores del tercer milenio que nos toca vivir.

3.2. En el seno de la familia, la sociedad y la Iglesia

Cometeríamos un grave error si consideráramos a las personas mayores como entes aislados, sin vínculos. Como hemos afirmado en el documento *Fieles al envío misionero*:

Hemos pasado de una sociedad moderna que buscaba la solidez en los grandes principios ideológicos y en las grandes causas, a una sociedad posmoderna que es líquida y voluble. Como consecuencia surgen la desvinculación y la desconfianza, la fragmentación de las vidas y la precariedad de los vínculos humanos en una sociedad individualista de relaciones efímeras en las que no se mantienen ni la lealtad ni el compromiso adquirido⁸.

Las personas mayores ante todo son esposos, hermanos, abuelos de otras personas. Por lo tanto, queremos poner de relieve que el lugar natural de las personas mayores es su familia, donde, por una parte, tienen mucho que aportar y, por otra, deben ser acogidos, cuidados, respetados.

¡Debemos promover una conversión por parte de las familias para que las personas mayores nunca sean abandonadas! Recordemos siempre que la familia es el lugar donde ellos deben poder vivir y que, cuando esto no sea posible, las comunidades eclesiales deben convertirse ellas mismas en familia para quien ha sido privado de ella⁹.

El Papa Francisco subraya también esta idea al decir que

[...] las narraciones de los ancianos hacen mucho bien a los niños y jóvenes, ya que los conectan con la historia vivida tanto de la familia como del barrio y del país. Una familia que no respeta y atiende a sus abuelos, que son su memoria viva, es una familia desintegrada; pero una familia que recuerda es una familia con porvenir¹⁰.

En este mismo sentido es muy significativo que el Papa Francisco, al instituir una jornada para las personas ancianas, haya querido resaltar la dimensión familiar al denominarla Jornada de los Abuelos y las Personas Mayores.

Esta vinculación de las personas mayores con sus familias fue puesta de relieve en el congreso «La riqueza de los años», organizado por el Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida, al dedicar la segunda sesión a profundizar en lo que las familias están llamadas a realizar para valorar la presencia de las personas mayores en medio de ellas. En esta sesión se habló del diálogo entre las generaciones, del reconocimiento del papel de los abuelos en la transmisión de la fe y, sobre todo, de la conveniencia de procurar que toda persona mayor, incluso la más frágil, pueda vivir en su contexto familiar.

3.3. El valor de los mayores, portadores de las raíces y de la memoria

Desde hace años la Iglesia es una voz profética ante el peligro de que la cultura predominante incluya a la población anciana entre los nuevos descartados. San Juan Pablo II, al dirigirse a unos ocho mil mayores recibidos en audiencia el 23 de marzo de 1984, ya decía:

No os dejéis sorprender por la tentación de la soledad interior. No obstante, la complejidad de vuestros problemas, las fuerzas que progresivamente se debilitan, las deficiencias de las organizaciones sociales,

⁸ *Fieles al envío misionero. Aproximación al contexto actual y marco eclesial; orientaciones pastorales y líneas de acción para la Conferencia Episcopal Española (2021-2025)*, EDICE, 2021, n. 2.

⁹ KEVIN FARRELL, *Introducción al congreso «La riqueza de los años»*. Roma (29.I.2019).

¹⁰ FRANCISCO, *Amoris laetitia*, n. 193.

los retrasos de la legislación oficial y las incomprensiones de una sociedad egoísta, no estáis ni debéis sentirnos al margen de la vida de la Iglesia, o elementos pasivos en un mundo en excesivo movimiento, sino sujetos activos de un período humanamente y espiritualmente fecundo de la existencia humana. Tenéis todavía una misión por cumplir, una contribución para dar.

La Sagrada Escritura afirma decididamente que una vida larga es una bendición de Dios (cf., por ejemplo, Is 65), pero vivimos una paradoja farisaica: la misma sociedad que hace que las personas vivan más tiempo, luego abandona a los ancianos, los empuja a aquellas instituciones que los alejan de la familia y del entorno en el que siempre han vivido. Si en la Biblia y en muchas culturas cercanas larga vida es sinónimo de sabiduría, en la nuestra parece que no.

Marco Impagliazzo, presidente de la Comunidad de San Egidio, durante su intervención en el citado congreso, hacía esta reflexión:

Los pueblos que viven en el sur del Sahara son conocidos por la actitud de veneración reservada tradicionalmente a la persona mayor, considerándola depositaria de la sabiduría y de la historia de la comunidad, un elemento indispensable de equilibrio y fiabilidad: «Cuando un anciano muere, es una biblioteca que arde», se decía. Pero en las metrópolis formadas por barrios marginales, así como en los pueblos, la tradición ya no importa, y los ancianos, cada vez más numerosos a pesar de las deficiencias en el sistema de seguridad social y sanidad, se consideran extraños, extranjeros, peligrosos. En algunos casos se les define incluso *ndoki*, *sorciers*, hechiceros: viven más tiempo, porque «robaron años de vida a los demás». La longevidad se convierte así en un robo, una falta punible, unas veces estigmatizándoles, otras con violencia, que obviamente se dirige a los más débiles y los que están solos.

En lo relativo a la dimensión social los mayores han perdido visibilidad: no gusta lo viejo, parece que la ancianidad es una enfermedad contagiosa, se ha pasado de una gerontocracia a una dictadura de la eterna juventud. En la Iglesia, los mayores están muy comprometidos con la acción pastoral, participando en la liturgia, la catequesis, la pastoral de la salud, Cáritas, etc., aportando su fe, su experiencia y su tiempo, pero todo esto pasa a menudo inadvertido. No debemos conformarnos con esa acción frecuentemente desapercibida de las personas mayores en la Iglesia. Los ancianos son, por derecho propio, testigos de la historia, protagonistas del hoy y agentes del mañana de la Iglesia.

Hemos de ayudarnos a romper con una sociedad que se reduce a una mera realidad económica o una red de relaciones guiadas por la funcionalidad y por el interés, y para eso es necesario poner en valor la vejez como el depósito de la sabiduría y la experiencia que ayuda a los más jóvenes a caminar en el camino correcto.

4. LA PASTORAL PARA LAS PERSONAS MAYORES

La preocupación de la Iglesia por la atención pastoral del mayor viene de lejos. «En la tradición de la Iglesia hay todo un bagaje de sabiduría que siempre ha sido la base de una cultura de cercanía a los ancianos, una disposición al acompañamiento afectuoso y solidario en la parte final de la vida»¹¹. Esta cultura se ha manifestado en las constantes intervenciones magisteriales y en múltiples iniciativas de caridad que a lo largo de la historia de la Iglesia han tenido a los ancianos como destinatarios y como protagonistas; entre estas iniciativas cabe señalar las realizadas por congregaciones religiosas al servicio de los ancianos, asilos, voluntariado. Pero esta preocupación se torna más urgente y necesaria en el momento actual debido al aumento de dicho grupo de población y a la realidad de abandono que sufre por parte de la sociedad, incluso de sus propias familias; agravado todo esto por la pandemia. Por tanto, todos nos debemos sentir invitados a estimar y valorar a las personas mayores, a ayudarlas en sus necesidades pastorales y acompañarlas para que

¹¹ FRANCISCO, Catequesis (4.III.2015).

puedan ser protagonistas de su propio acompañamiento pastoral, impulsando su rol activo en la Iglesia y en la sociedad.

Cuando el ser humano toma conciencia de que es una persona mayor y, por tanto, asume que todo lo relacionado con él va cambiando, surge en su interior la pregunta: ¿y ahora qué? Envejecer no debe sacar a la persona de la realidad en la cual está inserido, debe seguir formando parte de la sociedad y continuar implicado como antes en su relación con los demás, incluso desde sus limitaciones físicas, psicológicas, sociales y hasta espirituales.

Por esta razón, la sociedad y la Iglesia deben empeñarse en la tarea de dar más valor a las personas mayores a través de nuevos instrumentos que ayuden a escucharlas, a educar para asumir dicha etapa de la vida, entendiéndola como una nueva oportunidad, aunque todo esto traiga consigo una respuesta revolucionaria, tanto social como pastoral, de la que hoy nuestra sociedad está tan necesitada y que las nuevas generaciones agradecerán de manera inestimable. Tener proyectos y llevarlos a cabo mejora la calidad de vida, a nivel físico, psicológico y espiritual, ya que creerse un “estorbo” supone renunciar a ideales de ayuda a los demás, lo que puede llevar a la persona mayor al tedio y a la pérdida del sentido de la vida. Para aprovechar esta etapa hay que ser miembro activo de la sociedad en la cual le ha tocado vivir.

En esta pastoral, las personas mayores han de ser sujetos activos y han de aportar sus propias sugerencias. Teniendo presente que esta etapa vital llega cuando la persona aún tiene capacidades y, quizá también, mayor disponibilidad de tiempo, la comunidad eclesial ha de considerar esta cuestión desde los distintos ámbitos que afectan a las personas mayores procurando atender sus demandas sociales y eclesiales. Quien ha vivido el dinamismo de la espiritualidad en clave cristiana, sin cerrarse en sus propias costumbres, encontrará en sí la energía y la ductilidad requeridas para hacerse útil, aunque sea en actividades diferentes a las llevadas a cabo antaño.

Hay que valorar y enfatizar la valiosa aportación que las personas mayores con honda vivencia de fe pueden hacer a la Iglesia en este momento de la historia, de manera que puedan poner al servicio de la comunidad su capacitación catequética, su conocimiento y experiencia de la Palabra de Dios y su acción inestimable en la evangelización, siendo los heraldos de la fe, especialmente al transmitirla a la familia. Aun así, se debe reclamar con mayor ahínco la presencia del mayor en el seno de la familia, la Iglesia y la sociedad elaborando una propuesta pastoral específica para las personas mayores.

Las personas que han llegado a esta etapa de la vida con fortaleza espiritual han de saber convertirse en auténticos «maestros del espíritu» y en guías seguros de una espiritualidad que aterrice en una pastoral del mayor, en la cual sea el protagonista, tanto como agente pasivo como activo. Entre los objetivos para que dicha espiritualidad desemboque en una pastoral se deben tener en cuenta:

- Crear vínculos más profundos de amor a Dios, desarrollando la propia vida espiritual a través de la oración, la lectura, la meditación, el disfrute de la belleza de la creación y de los seres creados.
- Ayudar a proveer las necesidades espirituales y materiales de las personas, trabajando en pro de la justicia, la paz y el cuidado de la casa común.

Por otra parte, la Iglesia tiene un compromiso serio y profundo en la organización de una pastoral adecuada para las personas mayores que genere esperanza, vida y capacidad oblativa; una pastoral evangelizadora que ahonde en los cimientos de la fe para poder vivir y anunciar la Buena Noticia con plenitud esta etapa existencial; una pastoral impregnada de calor humano en la cercanía del mayor, en la escucha, acogida y comprensión, desde una dimensión humana y sobrenatural.

Ahora es un momento para poner los cimientos de esta pastoral del mayor, momento en el que la Iglesia debe aprovechar para abrirse al *kairós*¹² de la presencia de los mayores y de su acción con una mirada nueva, ayudando a que las personas mayores creen en ellas mismas, que estén activas y que haya una fluida relación intergeneracional como posibilidad de descubrir algo nuevo en el interior de uno mismo.

4.1. Pastoral para personas en situaciones especiales

Cuando hablamos de la pastoral de las personas mayores en situaciones especiales, que son aquellas que presentan algún tipo de discapacidad o limitación mental —deterioro cognitivo u otras situaciones que limitan su participación normal en la vida de la Iglesia— las preguntas que debemos hacernos son: ¿cuál es el lugar en la Iglesia de la persona con alguna discapacidad?, ¿cómo conseguir que ocupe ese espacio en ella?, ¿cómo podremos responder hoy desde la pastoral a las situaciones más concretas que son realidad en la sociedad y en la Iglesia y que precisan de una atención “especial” porque especial es su situación?

Esta es una realidad compleja por la amplia variedad de discapacidades y sus grados, a lo que se une el desconocimiento que se ha tenido de esta necesidad a la hora de planificar en la Iglesia programas pastorales específicos para estas personas. Esto implica que habrá que realizar un esfuerzo por hacer más comprensibles, adaptadas y cercanas las manifestaciones religiosas, ayudando a crear un diálogo abierto desde el marco de la atención integral.

La parábola del buen samaritano nos pone en camino para entender que lo diverso y lo plural también forma parte de nuestra manera de estar presentes en esta realidad, en la que es posible, y quizás más actual que nunca, poner en práctica el mensaje de la parábola. ¿Quién es mi prójimo?

¿Quién es el prójimo de quién? Si decimos que es el prójimo quien se acerca, quien se aproxima, la preocupación no debería estar centrada en el «yo», sino en el «otro» y en cuál es mi actitud al acercarme al que está herido en su mente, limitado en su capacidad de comprensión, entristecido en medio de su soledad. Por eso, como Iglesia estamos llamados a aproximarnos a esta realidad social y religiosa que nos interpela y nos mueve a hacernos prójimos y próximos de todas las personas que lo necesiten, sean cuales sean sus situaciones de vida y sus convicciones.

La pastoral de evangelización o reevangelización del anciano en sus limitaciones debería tener las siguientes características:

- Una pastoral enfocada hacia el desarrollo de la espiritualidad que caracteriza esa situación de deterioro.
- Una pastoral más centrada en mostrar, a veces con gestos, más que con palabras, que la misericordia de Dios está en sus vidas, en su soledad, en su limitación física y psíquica. Porque debemos hacer visible y ayudar a experimentar la bondad del Dios amor, con miradas que entrañen paz y serenidad, con gestos que pacifiquen y calmen su vida, a veces inquieta y desajustada.
- Una pastoral que celebre la vida y acompañe aquello que está latente en las personas a las que se dirige, a pesar de las limitaciones en su capacidad de comprensión y participación.

Es necesario renovar la necesidad y las ganas de querer seguir haciendo camino con los hermanos y hermanas, más vulnerables, afectados por la enfermedad, la limitación mental, el desasosiego, la dificultad para comprender el mensaje de salvación desde la perspectiva de aquellas personas que, cansadas de la vida, no encuentren sentido a la misma.

¹² El significado literal de *kairós* es “momento adecuado” o “tiempo favorable”, asociado directamente en teología cristiana con el “tiempo de Dios”.

Pongamos el bálsamo de una pastoral que toque la sensibilidad y el espíritu de estos hermanos que experimentan la fragilidad, imitando el saber hacer y estar presente con amor del buen samaritano.

4.2. Acompañar con esperanza hasta el final de esta vida

La dignidad de cada ser humano es inherente, intrínseca, inviolable e independiente de las condiciones que lo rodean. Aunque el dolor, el sufrimiento y la enfermedad son realidades que nos hacen sentir impotentes, la respuesta no se encuentra en descartar la vida de una persona enferma, porque cuando ya no es posible curar a la persona de su enfermedad es obligatorio éticamente acompañarla en los momentos finales de su vida en este mundo. Para ello se debe disponer de unos buenos cuidados paliativos integrales, de los que forma parte también una pastoral y acompañamiento que dé esperanza y aliento a las personas en el camino final de su vida, atendiendo a sus necesidades espirituales, entendidas más allá de lo estrictamente religioso. Estos cuidados paliativos deben estar planificados para atender todas las necesidades de la persona en esa situación, y deben ser ejercidos con misericordia y humanidad, lo cual nos recuerda la figura del buen samaritano volcado sobre el herido.

Por lo tanto, es decisivo reaccionar y acercarnos al que sufre, al que está viviendo los momentos finales de su vida, al que está sumergido en el mundo de la soledad para descubrir, de cerca, que es un hermano necesitado que nos está llamando, que necesita las manos, la mirada, la cercanía de quien se identifica con las palabras de Jesús: «Lo que hicisteis a uno de estos mis hermanos, me lo hicisteis a mí» (Mt 25,40).

Hemos de tener en cuenta que la mayor parte del sufrimiento, aparte de provocarlo el dolor físico, tiene que ver también con temas espirituales emocionales, sociales y con la incapacidad que tiene quien se encuentra en esta situación para resolver los interrogantes más profundos de su vida. Este aspecto espiritual es quizás ignorado con frecuencia por la medicina, pero es el que los enfermos demandan más conforme su vida se va debilitando y acabando.

Recordemos que, a medida que se va envejeciendo y consecuentemente la condición física va debilitándose, la dimensión espiritual, que es genuinamente humana, puede fortalecerse, ya que es especialmente importante en los momentos más críticos de la vida del ser humano y le sitúan en una vivencia que puede considerarse más profunda y auténtica, como se desprende de una reflexión del doctor Moisés Broggi:

Cuando parece que todo ha terminado y que las degradaciones y pérdidas de la vejez lo abarcan todo, todavía es posible una tercera etapa que podemos calificar como la de la vida espiritual, que significa el desarrollo de la vida interior. El anciano acaba comprendiendo que el mundo que le rodea ya no es su mundo y que su propio cuerpo se está derrumbando visiblemente. Ya no es posible identificar su propio «yo» con todo aquello que está desapareciendo y es necesario dirigirlo hacia el sentido de aquella parte espiritual y escondida que todos llevamos dentro, que nos conecta con el espíritu divino y nos da una esperanza de vida eterna¹³.

No debe confundirse lo espiritual con lo religioso. La espiritualidad, según la OMS, se refiere a aquellos aspectos de la vida humana que tienen que ver con las experiencias que trascienden los aspectos sensoriales. No es lo mismo lo espiritual que lo religioso, aunque para muchos la dimensión espiritual incluye el componente religioso, que se percibe vinculado al significado y al propósito y, al final de esta vida, con la necesidad del perdón, la reconciliación o la afirmación de los valores.

¹³ MOISÉS BROGGI, *Bioética&Debat*, 2008; Vol. 14, p. 53.

La espiritualidad en la persona mayor la define; la hace sentir más deseosa de la trascendencia; la interpela ante el mundo de los valores, priorizando aquellos esenciales frente a los no esenciales. Dicha espiritualidad lleva a experimentar la confianza en Dios. A semejanza del alpinista que, al coronar la cima de la montaña que está escalando, contempla el trayecto recorrido, cuando se llega a cierta edad y mirando atrás, se constata que el amor de Dios le ha ido acompañando a lo largo de su vida.

Por eso, los agentes de pastoral que se acercan a los que sufren y se sienten solos deben saber que estas personas necesitan hacer una relectura de su vida y encontrar sentido a la misma, liberarse de la culpabilidad, perdonarse y sentirse perdonados, depositar sus vidas en algo más allá de sí mismas; necesitan la esperanza de la vida eterna, no ilusiones falsas; necesitan expresar sus sentimientos y vivencias religiosas.

La dimensión pastoral del acompañamiento al enfermo en el proceso final de esta vida tiene que ser contemplada y ejercida desde la implicación total, desde un compromiso que incluye vocación, formación y sentido de Iglesia. Es preciso una labor de concienciación, así como un esfuerzo de organización en las comunidades parroquiales, para que se creen equipos de voluntarios, suficientemente formados, con madurez y discreción, capaces de atender esta delicada tarea pastoral, con la determinación de acoger, comprender y acompañar en la esperanza o desesperanza, en la fe o en la duda.

5. PASTORAL DE LAS PERSONAS MAYORES

Una forma privilegiada del apostolado de nuestros mayores es el acompañamiento, no solo en la dimensión humana, sino también y especialmente en la espiritual y religiosa. Su acción evangelizadora como agentes pastorales en el acompañamiento tiene, principalmente, dos grandes ámbitos de actuación: con las nuevas generaciones y con sus coetáneos.

5.1. Acompañamiento de los mayores a las nuevas generaciones

Siendo conscientes de esta misión insustituible de los mayores, la Iglesia se convierte en el lugar donde las generaciones están llamadas a compartir el designio salvífico universal de Dios en una profunda relación de intercambio mutuo de los dones del Espíritu Santo. Esta unión intergeneracional nos impulsa a dirigir nuestra mirada hacia las personas mayores, a aprender a mirar el futuro junto con ellos.

Cuando pensamos en nuestros hermanos de mayor edad y hablamos con ellos y de ellos, sobre todo en la dimensión pastoral, debemos aprender a cambiar un poco los tiempos de los verbos que solemos emplear. No solo hay un pasado, como si para ellos solo hubiera una vida concluida y unos recuerdos condenados a su desaparición; al contrario, el Señor los está llamando a seguir construyendo este momento presente y a colaborar en el tiempo futuro. En efecto, los mayores son también el presente y el mañana de la Iglesia. Son copartícipes del futuro de la Iglesia que, junto con los jóvenes, profetiza y sueña. Por eso es tan importante que los mayores y los jóvenes hablen entre ellos, se relacionen y se comuniquen los tesoros que cada uno posee. Así, los que poseen la sabiduría de la experiencia de la fe transmiten los valores religiosos y morales a sus hijos y nietos, su rico patrimonio espiritual que enriquece la vida de sus descendientes, del mundo y de la Iglesia.

Los mayores, de forma natural y desde toda la historia de la humanidad, han tenido siempre la vocación de custodiar las tradiciones —que contienen las raíces de los pueblos—, así como la de cuidar a los niños y transmitir la fe, su tradición religiosa, a los jóvenes. Misión a la que están llamados y que la sociedad espera que cumplan con abnegado esfuerzo.

Hoy en día, en nuestra sociedad secularizada, las generaciones actuales de padres no tienen, en su mayoría, la formación cristiana y la fe viva de sus padres. ¿Quién mejor, en esta tesitura, que los abuelos para transmitir la alegría de la fe, el amor de Dios y la esperanza que no defrauda, a las jóvenes generaciones? Son un eslabón indispensable para educar a los niños y a los jóvenes en la fe.

Los abuelos constituyen un ejército inmenso cuyo potencial evangelizador para con sus nietos es ciertamente valioso, que debe ser continuamente promovido para estimularlos a que dediquen sus esfuerzos al cuidado de sus nietos bajo el signo de la fe cristiana y movidos por el amor de Dios; de tal modo que, por la fuerza del Espíritu Santo, el corazón de los nietos se llene de la gracia divina que les mueva a elevar su mirada a aquel que los está atrayendo hacia sí con lazos de amor. Ayudemos a los abuelos a cumplir con la sagrada misión de compartir y transmitir la fe que un día recibieron.

Recordemos siempre que el futuro de la Iglesia y del mundo es tanto de los jóvenes como de los mayores: de los jóvenes, porque han de construirlo; de los mayores, porque han de enseñar a los jóvenes a construirlo con la sabiduría de la experiencia de su vida iluminada por la fe en Cristo.

5.2. Acompañamiento de los mayores a sus coetáneos

En los últimos tiempos se está dando cada vez más importancia a la gran labor que las personas mayores hacen en el acompañamiento espiritual, además de con las nuevas generaciones, con los de su misma o semejante edad, pues son quienes conocen mejor los problemas y la vivencia emocional de esa fase de la vida humana. Hoy cobra especial importancia el apostolado de las personas mayores con sus coetáneos en forma de testimonio de vida porque como decía Pablo VI en el n. 41 de la exhortación apostólica *Evangelii nuntiandi*. «El hombre contemporáneo escucha más a gusto a los testigos que a los maestros, o si escucha a los maestros lo hace porque son testigos».

Este acompañamiento debe basarse en el testimonio de una vida vivida en la experiencia del amor de Dios, iluminada por la fe en Cristo y en la esperanza de la vida eterna a la que el Señor nos está llamando.

Todos los mayores están invitados a participar en esta misión evangelizadora, tanto a través de su testimonio personal como a través de asociaciones y movimientos eclesiales, especialmente los de personas mayores, que promueven su participación activa en la evangelización, fomentando su formación, su compromiso y su apostolado, transformándose en verdaderos protagonistas de la comunidad cristiana.

No se ha de olvidar que, en esta sociedad cada vez más secularizada, muchos de nuestros mayores se han ido alejando progresivamente de la Iglesia, por lo que es necesaria una pastoral de acercamiento que los lleve a reencontrarse con ese Dios bueno que nunca los ha abandonado. Tampoco demos por hecho que todos los que envejecen han conocido a Jesús a lo largo de sus vidas. Por ello, necesitamos imaginación pastoral para esta nueva evangelización de personas de edad avanzada, que también son destinatarios de la buena noticia del amor de Dios.

Esta tarea de evangelización se puede desarrollar en el acompañamiento como voluntarios en los centros socio sanitarios —residencias de mayores y centros de día—, en la visita a los mayores en sus propios domicilios, en su propio ambiente familiar, con sus seres queridos coetáneos, y, de una manera específica, acompañando en la fe a sus amigos y conocidos, creyentes o no creyentes, con los que comparten sus aficiones y su tiempo. El testimonio de su vida coherente e iluminada por la fe tiene un gran valor para todos los que lo contemplan.

6. ACOMPAÑAR A LOS QUE ACOMPAÑAN

6.1. La formación de un voluntariado específico de pastoral de las personas mayores

El acompañamiento pastoral que requieren las personas mayores es una necesidad creciente frente al desafío actual de una mayor longevidad, pues cada vez será más numeroso el grupo de personas de mayor edad. En nuestra sociedad, donde va creciendo la cultura del descarte y la exclusión de las personas poco productivas, que suelen ser las más vulnerables, y donde van cambiando las condiciones familiares, políticas y sociales, no siempre «la riqueza de los años» es entendida como la bendición de una larga vida, es decir, como un don, sino como una carga. En este contexto, la Iglesia está llamada a acompañar a las personas y a la sociedad para hacerles conscientes del don que supone una larga vida.

Esto implica la necesidad de formar sacerdotes, personas consagradas y laicos dedicados específicamente a esta labor, pero la tarea es tan inmensa que no es suficiente con ellos. Por ello, se hace necesario también contar con los voluntarios —jóvenes, adultos y los mismos mayores— que, ricos en humanidad y espiritualidad, tengan la capacidad de acercarse a las personas de la tercera y de la cuarta edad y de satisfacer sus necesidades, con frecuencia muy individualizadas, de orden humano, social, cultural y espiritual.

La formación de un voluntariado específico de pastoral de las personas mayores ha de tener en cuenta diversos principios, algunos de ellos específicamente enunciados en el documento La dignidad del anciano y su misión en la Iglesia y en el mundo, del Pontificio Consejo para los Laicos, de 1998 y que, dada su plena actualidad, puede seguir siendo un instrumento útil.

Dicha formación ha de incluir también conocimientos y habilidades para la comunicación fructuosa con las personas mayores, así como de los posibles condicionantes derivados de su falta de salud física y mental. Debe ser una formación continua y actualizada.

Una formación —ya que se va a centrar en el cuidado y acompañamiento personal— que no se olvide de la ternura. El Papa Francisco nos invita, una y otra vez, a hacer la revolución de la ternura. Son muchos los estudios y autores que afirman que los recuerdos que más acompañan a la persona no son los de triunfo y éxito en la vida, sino las experiencias de ternura, de encuentros compartidos, de palabras de agradecimiento. Por ello es importante formar a los voluntarios para encauzar esta expresión de la ternura.

Muchas instituciones de la Iglesia tienen formación para el voluntariado. Incluso formación específica en voluntariado de acompañamiento pastoral a personas mayores. Sería positivo apoyarnos en estas entidades —que ya tienen un largo recorrido y experiencia— para crear estos programas de formación de voluntariado.

6.2. Los cuidadores

Cuidar de los demás puede ser una experiencia dura y de sacrificio que, en ocasiones, puede llevar al cuidador a un estado de agotamiento físico, emocional y mental que se conoce como el «cuidador quemado». A su vez, también puede ser una de las experiencias más bonitas y enriquecedoras, capaz de proporcionarnos un bienestar profundo por el simple hecho de cuidar, atender y desvelarnos por otra persona, lo que se conoce como la «satisfacción por compasión».

Un principio fundamental en la atención a las personas mayores dependientes es el de «cuidar al cuidador». Las personas que cuidan a personas mayores dependientes, tanto si son familiares, voluntarios o profesionales, tanto si lo hacen en sus propios domicilios como en los centros socio-

sanitarios —residencias de personas mayores dependientes y centros de día— pueden sufrir un gran desgaste emocional.

Es de especial relevancia prestar la adecuada atención a los cuidadores familiares de las personas mayores dependientes en sus hogares. Así, debemos entender por «cuidador informal» a aquella persona que dedica gran parte de su tiempo y esfuerzo a conseguir que la persona mayor dependiente pueda desenvolverse en su vida diaria, ayudándole a adaptarse a las limitaciones que su dependencia le impone, y que pertenece al entorno de familiares, amigos o vecinos. El cuidador desempeña también otras funciones importantes, como ser informador de la situación y evolución del estado de salud de la persona dependiente y participar en la toma de decisiones de la vida de la persona mayor dependiente, debiendo respetar las decisiones y las preferencias del mayor dependiente siempre que la situación de este lo permita.

Los cuidadores informales, que principalmente son familiares, tienen las siguientes características:

- Existe afectividad en la relación.
- Realizan el cuidado con cierta permanencia o duración y nunca de manera ocasional.
- Se trata de una prestación altruista al estar dentro del entorno de la familia o amigos.
- El número de cuidadores para la atención del mayor dependiente es de reducido tamaño.
- Ayudan a que la persona mayor dependiente permanezca en su entorno habitual y social.
- Evitan o retrasan la institucionalización, es decir, el ingreso en un centro socio-sanitario, de la persona mayor.
- Reducen la necesidad de utilización de recursos formales.

Hay aspectos que hacen que cada cuidador sea único en función de por qué se cuida, a quién se cuida, la relación previa con la persona cuidada, la causa y el grado de dependencia, el apoyo formal e informal recibido, las exigencias que se marque el cuidador, etc. Los cuidados prestados por la familia a las personas mayores dependientes constituyen la red de apoyo más importante y mejor valorada por ellas.

La función del cuidador no es siempre la misma porque los problemas de la persona mayor dependiente a la que atiende son progresivos además de complejos. Puede que cambie su función en las situaciones en que se hace necesaria la institucionalización de la persona mayor dependiente, pero ello no supone el final de la dedicación al cuidado.

La función de la persona cuidadora puede variar en el tiempo. La intensidad, la complejidad y la duración de los cuidados son factores determinantes a la hora de establecer las actividades del cuidado y en la valoración de su repercusión en el cuidador, que tendrá que enfrentarse, además, a la incertidumbre sobre la situación de los cuidados a largo plazo.

Ser cuidador puede implicar:

- Responsabilizarse de todos los aspectos de la vida del enfermo: higiene, alimentación, vestido, medicación, seguridad, etc.
- Decidir dónde y cuándo deben invertirse los esfuerzos y los recursos personales y económicos.

- Tener que afrontar la sobrecarga física y emocional que supone la dedicación continuada al cuidado.
- Enfrentarse a la pérdida paulatina de su autonomía, teniendo que compaginar los cuidados con el mantenimiento de sus relaciones en el entorno familiar, laboral y social, ocio, etc.

El cuidador desconoce cuánto tiempo tendrá que serlo, así pues, debe formarse, planificarse y prepararse para poder desarrollar su función en las mejores condiciones. Para ello, debe, entre otras medidas, atender a su propia salud y bienestar, evitando el aislamiento y la pérdida de contactos con su entorno familiar, social y religioso, así como pidiendo ayuda a las personas de su entorno sin esperar a que se la ofrezcan.

El cuidador presenta dos riesgos que hay que atender y prevenir: la soledad y el ya citado síndrome del cuidador quemado.

Por otro lado, también es reseñable que en el cuidador se puede manifestar la imagen del «sanador herido». Ese momento en el que confrontamos nuestra propia vida con la vida de la persona que estamos acompañando, que nos hace reconocer nuestras propias limitaciones y vulnerabilidad.

6.3. Acompañamiento a los cuidadores familiares

Cuidar a un familiar dependiente es una de las experiencias más dignas; suele requerir un gran esfuerzo y, por ello, merece todo el reconocimiento de la Iglesia y de la sociedad. Cuando se cuida a un familiar dependiente, también se está cuidando en él a Cristo necesitado, enfermo, anciano, dependiente, pudiendo llegar a cumplirse en plenitud la totalidad de las obras de misericordia corporales y espirituales. Recordando el juicio según san Mateo:

«Venid vosotros, benditos de mi Padre; heredad el reino preparado para vosotros desde la creación del mundo. Porque tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y me disteis de beber, fui forastero y me hospedasteis, estuve desnudo y me vestisteis, enfermo y me visitasteis, en la cárcel y vinisteis a verme». Entonces los justos le contestarán: «Señor, ¿cuándo te vimos con hambre y te alimentamos, o con sed y te dimos de beber?; ¿cuándo te vimos forastero y te hospedamos, o desnudo y te vestimos?; ¿cuándo te vimos enfermo o en la cárcel y fuimos a verte?». Y el rey les dirá: «En verdad os digo que cada vez que lo hicisteis con uno de estos, mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis» (Mt 25,34-40).

Aun siendo la de los cuidadores familiares una labor digna de encomio, e incluso alcanzando algunas veces el grado de heroicidad —por el gran esfuerzo y sacrificio que comporta—, sin embargo, estos cuidadores no suelen recibir la ayuda y el apoyo que en justicia merecerían.

Lamentablemente, en nuestros ambientes no existe aún una cultura que observe la necesidad que tienen nuestros cuidadores informales de ser acompañados, tanto humana como espiritualmente. Si el acompañamiento espiritual a nuestros mayores dependientes domiciliados es, en general, bastante deficiente, pues queda habitualmente reducido a una breve visita de algún agente pastoral alguna vez a la semana o al mes —en caso de que se reciba tal visita, pues hay muchos fieles cristianos que no son visitados nunca en sus domicilios, por diferentes causas—; el acompañamiento a los que los cuidan es, si cabe, aún más escaso.

Los cuidadores necesitan sentirse acompañados en el sufrimiento, angustia y agotamiento que producen el continuo cuidado de una persona mayor dependiente. No es suficiente la genérica valoración positiva que reciben, sino que necesitan un apoyo real y efectivo.

La soledad del cuidador se agrava por la pérdida de las relaciones familiares, sociales y de amistades, al encontrarse continuamente condicionado por la atención al dependiente. El acompañamiento espiritual también tiene como objeto que el cuidador constate palpablemente que no se encuentra solo en su entrega y sacrificio, sino que está siendo acompañado por la Iglesia. En este sentido, las parroquias, y otras instituciones religiosas, tienen un gran campo de actuación por descubrir y trabajar.

Este acompañamiento debe ser realizado en primera instancia por los agentes pastorales que realizan la visita al mayor domiciliado, sin limitar su interés pastoral al mayor dependiente, sino preocupándose también por todos aquellos que lo están cuidando, pues de la salud corporal y espiritual de los cuidadores dependerá la salud corporal y espiritual de quien es cuidado. Así, el acompañamiento espiritual a los mayores en sus hogares debe abarcar también a sus cuidadores.

Del mismo modo, los sacerdotes en las parroquias deben tener muy presente su responsabilidad pastoral tanto para con estos mayores domiciliados como para sus cuidadores, facilitando el acceso a los sacramentos, al consejo espiritual y a alguna actividad eclesial, en los momentos en que el cuidador pueda tener disponibilidad temporal, aunque no coincida con los horarios habituales parroquiales.

Cáritas, como parte de la acción social de la Iglesia acompaña igualmente a las personas mayores y a quienes les cuidan —en su mayoría mujeres— en el acceso al derecho a los cuidados que como hijos e hijas de Dios merecen. En este sentido, su labor es subsidiaria y complementaria a la de las administraciones públicas —quienes sí están obligadas a garantizar la protección social—. Los equipos de voluntariado de Cáritas se suman a la acción de otros agentes ofreciendo compañía, empatía, red social, etc.; y acompañando a las personas y sus familias en el reconocimiento y acceso a sus derechos.

Los cuidadores también pueden requerir otra forma de acompañamiento de gran valor: el “respiro familiar”, que tiene por finalidad luchar tanto contra la soledad como contra el síndrome del “cuidador quemado”. Se trata de proveer un voluntariado social cuya labor sea sustituir regularmente al cuidador en su trabajo habitual, para que disponga de algunas horas a la semana en las que pueda relajarse y desconectar de la presión asistencial continua en la que vive. Esta actuación caritativo-social es de gran importancia para evitar el temible agotamiento por sobrecarga del cuidador, que conlleva graves consecuencias tanto para el cuidador como para el mayor que es cuidado. Dicho voluntariado puede ser promovido en las parroquias tanto desde Cáritas como desde las actividades juveniles parroquiales o desde los grupos de pastoral de los enfermos y mayores. Este hermoso acompañamiento pastoral muestra la solicitud de la Iglesia por la salud mental y espiritual de los familiares que están dando su vida por sus mayores.

6.4. Acompañamiento a los cuidadores de residencias y centros socio-sanitarios

Nuestra labor de acompañamiento a los que cuidan a nuestros mayores dependientes se extiende también a los centros socio-sanitarios, apoyando en ellos tanto a los familiares de los residentes como al personal profesional que allí realiza su labor. El acompañamiento a los profesionales se realiza tanto de una forma directa, personal, apoyándolos en su labor diaria, como de una manera indirecta, mediante las actividades pastorales en estos centros.

Efectivamente, resulta de gran interés la presencia de la Iglesia en los centros socio-sanitarios, de manera especial en las residencias de personas mayores dependientes, tanto en la celebración regular y habitual de la eucaristía, a ser posible semanal, como en la celebración de los sacramentos, en particular el de la santa unción. Que las parroquias se hagan presentes en los centros socio-sanitarios subraya esa vinculación cercana, tan necesaria, que posibilita que la comunidad cristiana

viva el cuidado y el acompañamiento de las personas mayores. También es importante suscitar la participación de un voluntariado pastoral que regularmente visite y acompañe a los residentes fuera de los momentos celebrados, invirtiendo un precioso tiempo en escucharles y acompañarles en su vida y en su soledad.

Del mismo modo, se deben organizar visitas regulares y ocasionales de nuestros jóvenes para que se hagan presentes, especialmente en los momentos más emotivos y señalados del año. Una acción clásica es la visita de los niños cantando villancicos en Navidad o la participación de nuestros jóvenes en actividades lúdicas con nuestros mayores durante los fines de semana o en el verano. En estas actividades se debe traslucir claramente el fundamento del amor de Dios y la fe en nuestro Señor, para no quedarse en meras tareas sociales sin contenido pastoral. Todo momento es bueno para evangelizar.

Otra acción de acompañamiento pastoral es la celebración de jornadas de puertas abiertas en las residencias, para que las familias, los agentes pastorales y los residentes puedan convivir y celebrar algún momento importante de sus vidas o de la propia institución.

La participación de los cuidadores en acciones formativas que les enriquezcan humana y espiritualmente, además de aclararles muchas de las dudas que puedan tener derivadas de acompañar a una persona mayor, en muchas ocasiones y especialmente en los mayores con demencia, es también una gran ayuda.

7. EXPERIENCIAS DE PASTORAL DE PERSONAS MAYORES

Incluimos a continuación algunas realidades que, dentro de la Iglesia, trabajan con y para los mayores, siendo conscientes de que hay muchas otras que deberían de ser añadidas, ya que entendemos que todas son importantes y necesarias.

7.1. Movimiento Vida Ascendente

Es un movimiento dinámico y flexible, atento a la realidad cambiante del mundo en medio del cual vivimos. Quiere ser una respuesta a la llamada que Dios nos hace, a través de este signo de los tiempos, para compartir la Palabra de Dios, incrementar la formación humana, cultural y espiritual, para que las personas mayores dejen de ser miembros pasivos de la sociedad y de la Iglesia y se conviertan en miembros activos poniendo al servicio de los demás sus conocimientos, sus valores humanos, sus experiencias, sus carismas y su fe; ayudándoles a descubrir su propia misión.

Vida Ascendente es un movimiento eclesial de personas mayores, nacido en Francia (1952), extendido por todos los continentes, presente en todas las diócesis de España y aprobado por la Conferencia Episcopal Española (1986).

Ofrece a la persona mayor un proyecto de vida que ayuda a dignificar el proceso de maduración y envejecimiento, a vivir con sentido —los mayores no son trastos viejos que se retiran y se arrinconan porque estorban—, con unos valores que llenan de esperanza, sin caer en el desánimo, el desencanto, la desilusión, la rutina, el aburrimiento, los miedos y el pesimismo. En Vida Ascendente se aprende que nos necesitamos unos a otros. La soledad produce un sentimiento de abandono que aísla, mata la esperanza, las ganas de vivir. Por eso, Vida Ascendente quiere ser un lugar de encuentro y de servicio, para mejorar la sociedad, colaborar en la Iglesia y enriquecer a la familia, como se expone a continuación:

- Un lugar de encuentro para compartir la Palabra de Dios, escuchar y dialogar, rompiendo silencios que aíslan y empobrecen, reflexionar juntos, ya que lo que los otros piensan, opinan, contemplan, proponen, nos enriquece y nos abre posibilidades. Compartir vivencias. Muchas cosas que a uno le ocurren, le ocurren también a los demás, aunque con matices distintos. La forma de enfocar los éxitos y los fracasos de unos y otros ayuda a comprender mejor la propia vida. Vivir la amistad no es un concepto bonito, ni un sentimiento pasajero, sino una experiencia vital, una realidad que llena de contenido nuestra relación con otras personas y ayuda a descubrir la propia misión según las posibilidades de cada uno, y a cumplirla en la realidad de cada día.
- Un lugar de servicio para ayudar a los mayores, compartiendo experiencias, vivencias, problemas y dificultades.
- Mejorar la sociedad como miembros activos, no siendo solo consumidores de bienes y servicios, sino aportando capacidades y valores como la honradez, el equilibrio, el criterio y la sabiduría de la experiencia.
- Colaborar en la Iglesia con su presencia, los pequeños o grandes servicios y el testimonio creyente, como miembros vivos, sarmientos unidos a la vid y llamados a dar fruto.
- Enriquecer a la familia, aportando serenidad, equilibrio y sensatez, consejo desinteresado y ayuda en la atención, educación y cuidado de los nietos.

Vida Ascendente no es una asociación para la “atención” asistencial, cultural, social o religiosa de los mayores, sino un movimiento eclesial de mayores en el que estos optan libremente por participar con responsabilidad en las realidades temporales y en la misión de la Iglesia. No es un movimiento para mayores en el que todo se da pensado, planificado, estructurado por otros sin que los mayores tengan capacidad de decisión y elección personal.

El movimiento no tiene obras ni actividades propias. La decisión sobre las acciones que realizan los miembros corresponde libremente a estos, bien individualmente o bien en pequeños grupos, que deben estar encarnados en su ambiente, en contacto constante, vivo y activo con el mundo, para ser luz, sal y levadura de vida cristiana, para participar en los temas que afectan a la sociedad en que vivimos, ya sean estos sociales, económicos, éticos, políticos... Vida Ascendente es un don de Dios para la Iglesia, para la familia, para la sociedad y para el crecimiento personal.

7.2. La pastoral de la salud y el mayor

La pastoral de la salud es el servicio de atención espiritual y religiosa que la comunidad cristiana católica realiza en el mundo de la salud y la enfermedad.

Atiende principalmente a personas mayores y a enfermos en cualquiera de las etapas, en centros socio sanitarios, residencias, hospitales de la red pública y concertada y en domicilios, a través de las parroquias.

Esta atención espiritual y religiosa la realiza fundamentalmente a través del acompañamiento pastoral. No es posible la evangelización sin un encuentro personal que incluya la escucha, la empatía, la acogida y la comprensión, que son las herramientas que mejor nos permiten llegar al corazón del otro, porque facilitan que la persona se comunique hondamente y que, al hacerlo, se escuche a sí misma, aceptando su realidad, haciendo su propia síntesis de la situación que vive y de su momento vital. Invitamos a releer el capítulo VI de la encíclica *Fratelli tutti*, del Papa Francisco, en el que habla del diálogo y la amistad social.

A través de la escucha, proporcionamos a la persona la posibilidad de ir adentrándose en su interioridad, tomando conciencia, viviendo con hondura y sin ansiedad la enfermedad, su vida y tal vez la posibilidad de su muerte. Es muy importante cuidar la dimensión emocional en estos momentos de fragilidad, de forma que tanto el enfermo como el mayor puedan sentirse valiosos, cuidados y amados. Igual de importante es cuidar la dimensión espiritual porque es parte fundamental de la persona y la que en estos momentos nos da la oportunidad de “sentido”.

Este proceso de acompañamiento incluye, si la persona es creyente, los sacramentos que, fundamentalmente —en esta pastoral— son el perdón, la eucaristía y la unción de enfermos: son soporte y ayuda para acoger la realidad, reconciliarse y celebrar la presencia del Señor junto a nosotros, que da sentido y la fortaleza a nuestros pasos y a nuestro espíritu, para afrontar la enfermedad, la soledad, la vejez y las pérdidas diversas que rodean a todas estas situaciones.

Todos tenemos necesidades espirituales, y esas necesidades tienen que ser satisfechas. Atender a las necesidades humanas de cada persona, a todas sus necesidades, es lo propio de la atención integral, atención holística, atención que no deja ningún cabo suelto en su preocupación por el desarrollo total del ser humano. Una manera de excluir a los mayores consiste en no tomar en cuenta sus necesidades espirituales; no hacer caso de esas necesidades es causa de sufrimiento en la persona del anciano¹⁴.

Hay que resaltar que, en la pastoral de la salud, la mayoría de los agentes son adultos mayores, que a su vez acompañan a enfermos y mayores. Enviados por la comunidad a evangelizar, desde la compasión y la ternura, son ellos el mejor ejemplo a través de su propia situación de vulnerabilidad y por su experiencia de vida, que les hace más cercanos, más comprensivos, más sensibles al dolor y la realidad del hermano. Han desarrollado más su capacidad de empatía y su sensibilidad espiritual y religiosa, cualidades fundamentales para el acompañamiento pastoral.

Señalamos a continuación tres ideas clave para los agentes de pastoral de la salud, que son las siguientes:

- Tenemos un principio: no basta la buena voluntad; para hacer bien el bien, hay que formarse. Nos sabemos siempre inacabados, siempre en proceso de crecimiento humano y espiritual. Aprendemos y tratamos de hacer experiencia aquello que predicamos. Porque solo desde la experiencia de vida, se puede transmitir vida. El adulto mayor, por su propio recorrido vital, por la propia dinámica psicológica, emocional y espiritual, puede ser más consciente de su propia realidad, más humilde y más sabio.
- Por otro lado, nos define la metáfora del «sanador herido» que nos ayuda a situarnos como hermanos y compañeros de camino de los mayores y enfermos que acompañamos. Nos sabemos heridos y tratamos de conocer cuáles son nuestras heridas. Nos sabemos con capacidad de sanación desde el amor y la compasión. Sabemos que la persona que acompañamos no solo tiene heridas y fragilidades, también zonas sanas y capacidad de sanación; por ello ayudamos a que las puedan reconocer y desarrollar. Así nos convertimos no en salvadores de nadie, sino en compañeros que recorren juntos un camino de «salvación-sanación» mutua.
- Por último, es crucial para nosotros dedicar tiempo al silencio, a la meditación, a la reflexión y la oración personal y comunitaria, como consecuencia y compromiso de la misión que aceptamos. Solo desde el Señor Jesús podemos realizar nuestra misión de liberación como él lo hizo. Somos liberados y sanados de forma integral por el Dios de la vida. Aprendemos de Jesús a retirarnos para contemplar lo vivido y nutrirnos en él, para que la misión que

¹⁴ JOSÉ LUIS YSERN DE ARCE, *Espiritualidad del adulto mayor. La eficacia del corazón*, Chile, 2014.

realizamos no sea una actividad meramente humana, por muy buena que esta pueda ser, sino evangelización que sana y libera.

7.3. Programas de personas mayores de Cáritas

Cáritas lleva más de siete décadas desarrollando, a través de 70 Cáritas diocesanas y más de 6.000 parroquias, diversos programas, proyectos y actividades orientadas a mejorar la calidad de vida de las personas mayores, a acompañar los diversos procesos de envejecimiento, a facilitar cuidados de larga duración en entornos respetuosos, a acompañar en la garantía de acceso a sus derechos, a prevenir y aliviar las situaciones de soledad en las que se encuentran muchas de las personas mayores que viven en diferentes contextos, a sensibilizar sobre el sistema edadista, que es el que aparta a las personas mayores de los espacios sociales y comunitarios, etc.

Para esto, Cáritas pone en marcha proyectos de acompañamiento, en coordinación y de manera subsidiaria con la administración, en tres niveles que son complementarios y no excluyentes:

- Nivel comunitario: para acompañar a las personas mayores que en diferentes contextos se sienten solas, se ponen en marcha proyectos comunitarios y parroquiales, desarrollados mayormente por personas voluntarias, con el apoyo del personal contratado de Cáritas. Estos programas están presentes en casi todas las Cáritas del territorio.
- Nivel domiciliario: espacios y/o servicios como son centros de día, servicios de ayuda a domicilio, cáterin, lavandería, etc., que permiten a las personas mayores continuar viviendo en sus domicilios.
- Nivel residencial: se gestionan más de 40 recursos altamente especializados como centros residenciales, unidades de convivencia y/o pisos compartidos.

En el nivel comunitario, los equipos que programan y dinamizan las actividades están formados en su inmensa mayoría por personas voluntarias. En torno al 80% de estas personas voluntarias son también personas mayores, lo que hace más inmediata la mirada preventiva y de acompañamiento a los diversos procesos de envejecimiento que tienen las personas. Para lograr la estabilidad de los programas, todos los equipos cuentan con personas contratadas por Cáritas con funciones de acompañamiento a estos equipos de voluntariado.

Los niveles domiciliario y residencial necesitan una mayor cantidad de personal contratado, aunque el voluntariado sigue teniendo un papel central e irremplazable.

Todos los programas y actividades responden al modelo de acción social de Cáritas y se desarrollan dentro del marco de la atención centrada en la persona.

La tipología de actividades es muy diversa y variada:

- Acompañamiento social para la prevención y alivio del sentimiento de soledad.
- Actividades de intercambio y enriquecimiento intergeneracional.
- Acompañamiento en el acceso a derechos —protección, salud, vestido, vivienda, etc.—.
- Dinamización y/o acompañamiento a actividades de acondicionamiento y rehabilitación física y cognitiva; de participación en el tejido asociativo de la zona; de encuentro y formación; de recuperación de artes tradicionales; lúdicas y culturales, etc.

- Sensibilización y formación específica a familiares, equipos de trabajo, equipos de voluntariado y tejido social.

En el nivel residencial además se añaden otras actividades como:

- Servicios de alojamiento, limpieza y lavandería, servicio de restauración, servicio de higiene, servicio de supervisión y promoción de la salud, servicio de atención directa y religiosa.
- Servicios complementarios y acompañamiento fuera del centro.

Como muestra de algunos de los programas desarrollados, presentamos los siguientes con sus correspondientes enlaces:

- «Un antídoto contra la soledad»¹⁵, de Cáritas Barcelona.
- «Tiempos compartidos»¹⁶, de Cáritas Bizkaia.
- «Apadrinar un Avi»¹⁷, de Cáritas Girona.
- «Me llamo Carmen»¹⁸, de Cáritas Málaga.

7.4. Lares

Lares atiende a personas mayores, dependientes, con discapacidad y en riesgo de exclusión social, bajo el prisma de la gestión solidaria. Pertenecen a Lares un total de 17 asociaciones que aglutinan 1.050 centros y servicios en toda España.

Lares reúne el histórico compromiso de congregaciones religiosas y la voluntad solidaria de las fundaciones y las ONG, manteniendo como bastión la gestión solidaria de todas sus entidades.

Tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores, dependientes, con discapacidad y en riesgo de exclusión social a través de la personalización de la atención directa, de la formación de los profesionales y de búsqueda de financiación y ayudas.

7.5. Desde la vida consagrada

La atención a nuestros mayores siempre ha sido un “tesoro” al que muchas congregaciones, órdenes y asociaciones religiosas se han sumado a lo largo de los siglos, recibiendo por la fuerza del Espíritu el carisma de la acogida, el “asilo”, encarnando la honda hospitalidad a la que nos ha llamado el mismo Jesús, con su ternura compasiva especialmente para con los ancianos y con los niños.

En España son más de doscientas las congregaciones, órdenes y asociaciones religiosas que, repartidas por todos los rincones, acogen y se acogen mutuamente. Superando el desafío de un

¹⁵ <https://www.youtube.com/watch?v=c7I66dOqE-A>

¹⁶ <https://www.caritasbi.org/cas/tiempos-compartidos/>

¹⁷ <https://www.youtube.com/watch?v=d0Rbus09nRI>

¹⁸ <https://www.youtube.com/watch?v=IFbB5mS14kk>

cuidado que traspasa las líneas meramente asistenciales, acompañan al mayor a recibir su vida como don, hasta el final de sus días, aun en medio de la enfermedad o el temor a la muerte.

¡Cuántas residencias, atendidas por personas consagradas, son para los mayores hoy su “casa”, la “gran familia” que les acoge, no solo en sus necesidades materiales!

Para las personas consagradas el compromiso con los mayores sigue buscando ser ese hogar donde «se lavan sus pies» y se les escuchan, al calor de la acogida incondicional, sanando los muchos sinsabores recibidos desde la cultura imperante, llena de tecnicismo y pragmatismo, donde el mayor tiene poca cabida.

La vida consagrada, apoyada en la humildad y el deseo del sueño de la fraternidad, quiere y se compromete en el acompañamiento a nuestros mayores, siente el compromiso de custodiar el don sagrado de la vida hasta el final, y potencia el desarrollo de estructuras de atención que la dignifiquen.

8. CONCLUSIÓN: A LA VEJEZ NECESITAMOS CONOCERLA, RECONOCERLA E “INVENTARLA”¹⁹. PROPUESTAS CONCRETAS

Concluimos estas orientaciones con algunas propuestas para realizar en distintos ámbitos. Estas propuestas en ningún caso quieren ser exhaustivas, más bien pretenden abrir horizontes ya que este documento busca ante todo alentar en la Iglesia la creatividad para el desarrollo de esta pastoral tan necesaria.

- a) Promover la pastoral de las personas mayores en las parroquias y en las diócesis, generando comunión y sinergia entre las distintas iniciativas que ya existen en este campo de la pastoral y aprovechando para visibilizarlas.
- b) Habilitar los medios necesarios para apoyar a las familias, buscando estar presentes con ellas cuando necesiten cuidar de los abuelos ancianos, ya que las familias deben ser un hogar para las personas mayores.
- c) Organizar un «Congreso anual de pastoral de jóvenes jubilados, abuelos y personas mayores». Dicho congreso tiene como objetivo la difusión de esta pastoral y facilitar el encuentro de las distintas realidades que trabajan con y para los mayores y así buscar la comunión y el modo de colaborar entre ellas, poniendo en común medios, conocimientos y objetivos. En estos congresos será conveniente exponer testimonios de voluntarios que trabajan en las distintas realidades para visibilizar la presencia de los mayores en sus actividades como agentes de pastoral y como receptores de las prestaciones de dicha pastoral.
- d) Celebrar las Jornadas referidas a las personas mayores, tanto en el ámbito civil como en el eclesial, para lo que haremos llegar materiales y recursos. Las fechas de dichas Jornadas son las siguientes:
 - 15 de junio: día mundial de la toma de conciencia del maltrato del mayor (ámbito civil);
 - 26 de julio: Jornada Mundial de los Abuelos y las Personas Mayores (ámbito eclesial);
 - 1 de octubre: día internacional de las personas mayores (ámbito civil).
- e) Suscitar la realización de encuentros diocesanos con personas mayores. Ofrecemos un posible esquema para estos encuentros: café de bienvenida; oración; tertulia (tema de

¹⁹ Cf. Presentación de Mario Noouer en el congreso «La riqueza de los años», organizado en Roma (29-31.I.2020) por el Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida.

formación); testimonio (animar al voluntariado), festival (con actuaciones de personas mayores); despedida.

- f) Reclamar los derechos de los mayores. Es cierto que al inicio de la pandemia del coronavirus hubo mucha confusión y mucho miedo que condujeron a las autoridades a tomar decisiones muy drásticas que tuvieron consecuencias dramáticas, especialmente para las personas mayores, sobre todo en lo que se refiere a la soledad y al aislamiento. Pero esa situación ya pasó y ahora debemos defender lo que son derechos básicos de las personas mayores que en ningún sentido pueden ser conculcados, como son la posibilidad de ser acompañados por sus seres queridos en las residencias y en los hospitales y de recibir la asistencia espiritual tan necesaria.
- g) Promover encuentros intergeneracionales entre jóvenes y mayores, siguiendo el modelo de iniciativas en este sentido que ya se están llevando a cabo tanto por diócesis como por congregaciones religiosas. Como modelo presentamos un encuentro con niños y mayores en un colegio organizado por Vida Ascendente. El objetivo es tratar de responder a los niños y jóvenes sobre las preguntas que ellos realicen a los mayores sobre sus inquietudes o curiosidades acerca de las personas mayores, y responder desde la vida en la fe. Con esta actividad se busca salir al encuentro de los jóvenes dejándonos sorprender por sus curiosidades con la esperanza de que en las respuestas vean que llegar a mayor no es un drama, sino solo una parte del camino de la vida.
- h) Alentar la formación del voluntariado de pastoral de las personas mayores, contando con las experiencias que ya se están llevando a cabo.
- i) Ser voz profética que siga visibilizando la dolorosa realidad en la que viven muchas personas mayores procurando la atención y el apoyo necesarios para responder a sus problemas económicos, sanitarios y sociales.

Confiamos al Señor y a nuestra Madre, la Virgen María, los frutos de este trabajo eclesial con la oración que acompañó las jornadas del Congreso «La riqueza de los años».

ORACIÓN POR LAS PERSONAS MAYORES

*Señor nuestro, Jesucristo, que nos has donado la vida
haciéndola resplandecer de tu reflejo divino,
tú reservas un don especial a las personas mayores
que se benefician de una larga vida.*

*Te las entregamos para consagrarlas a ti:
hazlas testigos de los valores evangélicos
y devotos custodios de las tradiciones cristianas.*

*Protégelas y preserva su espíritu
con tu mirada amorosa y con tu misericordia.*

*Dales la certeza de tu fidelidad
y hazlas mensajeras de tu amor,
humildes apóstoles de tu perdón,
brazos acogedores y generativos
para los niños y los jóvenes
que buscan en la mirada de los abuelos,
una guía segura en la peregrinación hacia la vida eterna.*

*Danos la capacidad de donarles el amor,
el cuidado y el respeto
que merecen en nuestras familias y en nuestras comunidades.*

*Y concede a cada uno de nosotros la bendición de una larga vida,
para podernos unir un día a ti, en el cielo,
tú que vives y reinas en el amor, por los siglos de los siglos. Amén.*

8 de marzo de 2022