



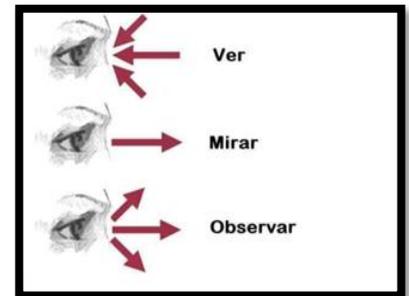
El Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de la Clínica, nos invita este mes a poner el foco en la forma de mirar aquello que nos rodea. Cada uno tenemos una mirada diferente, propia... la nuestra. María Zambrano nos regala este verso "Sólo cuando la mirada se abre al par de lo visible se hace una aurora". Esa mirada abierta, consciente, que desea observar la realidad genera pensamientos y éstos a su vez provocan respuestas. Como cristianos estamos llamados a ver con la mirada de Dios, con la certeza de que, en palabras del Papa Francisco, "Sólo Él conoce verdaderamente el corazón del hombre, sólo Él puede liberarnos de la cerrazón y la rigidez y abrirnos a la vida y a la esperanza."

www.nuestraseñoradelapaz.es

VER CON TU MIRADA

**Ve lo que los demás no ven, lo que los demás deciden no ver, por temor, conformismo o pereza. Ver el mundo de forma nueva cada día" (Harold Gould).
"Quien lee sabe mucho; pero quién observa sabe todavía más:" (Alejandro Dumas)**

Ver, mirar, observar son tres verbos para recrear en el lenguaje el sentido de la vista, pero no tienen el mismo significado.



- **Ver:** Se usa cuando se hace un rápido vistazo, sin mucha atención, a algo o a alguien. Capta apariencia o aspecto externos. Se realiza con el simple hecho de abrir los ojos. Capta imágenes sin enfocar la vista en algo específico. Es necesaria la presencia de luz. Ver es percibir los objetos, pero no se realiza ningún estudio ni análisis. La percepción es un proceso que nos permite darnos cuenta de aquello que nos rodea, gracias al modo en que la luz se refleja en los objetos y las características físicas del ojo.
- **Mirar:** Se refiere a algo que vemos primero con los ojos y luego retenemos en nuestro pensamiento. Mirar es dirigir la vista, es perseguir algo que te gusta o interesa, atender, pensar, juzgar, consultar, buscar, informarse de ello. La diferencia entre ver/mirar es clara: mientras que ver es exclusivamente quedarse con lo superficial de las cosas, mirar es tomar parte del objeto, de su propia alma, de su interior. La diferencia entre ver y mirar es la siguiente: a) Mirar es algo que hacemos con nuestro cuerpo. b) Ver es algo que pasa en nuestra mente. Entre mirar y ver se da un vínculo: ver es lo que ocurre cuando tiene éxito la acción de mirar. Cuando la acción de mirar tiene éxito, vemos. Así se explica que podamos mirar y, sin embargo, no ver. Por ejemplo: "Yo sabía que estaba allí porque oía perfectamente la sirena". "Sin embargo, por más que miraba a lo lejos, no conseguía ver el barco".
- **Observar:** La palabra observar tiene varios significados. Uno de ellos, "hacer un comentario". Otra acepción es "descubrir". Observar también puede significar "mostrar cuidadosamente gran interés". Observar es prestar atención a lo que estás mirando: para observar tenemos que ver y mirar. La observación es el primer paso del método científico. Observar es el resultado de una necesidad física, psíquica y espiritual ya que, si no existiera interés o motivación, dejaríamos pasar el estímulo sin registrarlo. Cuanto mayor sea nuestro conocimiento, mejor será el resultado. La persona que sabe, puede observar lo que nadie ve.

Además, conviene reflexionar sobre los siguientes "casi axiomas", que otros ya lo han hecho antes que nosotros:

- El más largo aprendizaje de todas las artes es aprender a ver.
- Basta mirar algo con atención para que se vuelva interesante.
- El tiempo dedicado solo a mirar, escuchar y absorber tiene un valor tremendo.
- Si miras mucho atrás, a ninguna parte llegarás.
- Sin especulación no hay ninguna nueva observación.
- Observar atentamente es recordar distintamente.
- Quien observa termina por ver.

Y con el afán de buscar una buena ruta que nos guíe hacia la Hospitalidad para con las personas, las cosas y la naturaleza, traemos a este fin de reflexión, las palabras de Santiago Ramón y Cajal que, no se conforma con solo mirar y ver: "No basta examinar; hay que contemplar: impregnemos de emoción y simpatía las cosas observadas; hagámoslas nuestras, tanto por el corazón como por la inteligencia."

MIRAR LA VIDA DESDE LA ESPERANZA



¿Nos hemos parado en algún momento a pensar sobre lo que vemos, y qué tiempo le dedicamos? ¿Nos hemos preguntado como miramos a las personas o a las cosas? Con solo tener los ojos abiertos y la necesaria luz, vemos todo lo que nos rodea, independientemente de nuestra voluntad, esta realidad se da porque estamos usando uno de nuestros sentidos, una de nuestras capacidades, como seres vivos que somos, para ello no es necesario aplicar la voluntad. Sin embargo, para mirar es necesario en alguna medida ejercer la voluntad, ya que se entiende que es algo que se hace intencionadamente, cuando miramos estamos fijando la vista en alguien o algo con cierto grado de atención. Los ojos son faros luminosos que nos ponen en contacto con el mundo que nos rodea y con las personas. Sería oportuno distinguir entre ver y mirar, ya que no siempre miramos en profundidad. Es muy conocida la frase del zorro en el libro del Principito, acerca de que lo esencial es invisible a los ojos, pues solo se puede ver bien con los ojos del corazón. **“Mirar desde el corazón transforma el gesto de mirar en una experiencia de presencia. Supone una acción revolucionaria porque cuando miro desde el corazón aquello que veo se transforma”** expresó el filósofo José María Toro. Quien mira con el corazón, explicó, toca con su alma aquello que contempla y permite, a la vez, ser tocado y afectado por aquello que ha visto.

Una característica de nuestra sociedad actual es la creciente deshumanización. A esta característica tan negativa contribuyen distintas causas, por ejemplo nos estamos acostumbrando a vivir de espaldas a Dios, estamos sacando a Dios de nuestras vidas; otra causa es la consecuencia de cambiar muchas personas sus relaciones de comunidad, por relaciones interpersonales al utilizar de forma excesiva vínculos virtuales, para comunicarse, informarse, etc., de forma que cada vez más se produce un mayor aislamiento, en detrimento de una interacción social, alejándose cada vez más estas personas de su esencia natural como seres humanos. Ante esta cruda realidad ¿qué podemos hacer los cristianos para paliar en alguna medida esta situación? Quizás profundizar en nuestra mirada, cuando nos comuniquemos con nuestro prójimo, o simplemente mirar en vez de solamente ver. Sería un primer paso para crear una escucha activa, crear empatía, practicar la solidaridad, el altruismo, la humildad, portarnos con sencillez y en el carisma de San Juan de Dios abrírnos a la acogida y la hospitalidad. El Papa Francisco nos dice: Cada cristiano debería preguntarse ¿soy capaz con la oración de intercesión, con mi trabajo como cristiano, de ayudar a fin de que la gente que sufre consiga ser reintegrada en la sociedad, en la vida de familia, en la vida de trabajo, en la vida cotidiana? Recojo parte de las palabras del recibimiento que el Papa hizo en el Vaticano, a una asociación que acompaña a personas invidentes: Empezó recordando la frase del zorro, en el Principito “lo esencial es invisible a los ojos, pues solo se puede ver bien con los ojos del corazón”. **Ver con el corazón es ver el mundo y a los hermanos a través de la mirada de Dios.** Seamos testigos de la Luz, porque estamos llamados a dar testimonio de Jesús en nuestra vida, con el estilo de la acogida y el amor fraterno. Dejemos que Jesús venga a nosotros, sane nuestras heridas y nos enseñe a ver con el corazón.

PARA PENSAR

“La actividad del ojo puede dividirse en mirar y observar. El mirar sirve en primer lugar para nuestra seguridad corporal, la observación empieza allí donde concluye el mirar; conduce a disfrutar de las imágenes descubiertas por la mirada.” **(Ernst Neufert)**

EL RINCÓN DEL COLABORADOR

Hay muchas clases de miradas: miradas penetrantes, miradas retadoras, miradas transparentes, miradas de asombro, etc. Pero hay otra mirada ¿Sabéis cuál? La más difícil de tener pero no por ello inalcanzable: “Ver con Su mirada”. Si pudiéramos mirar así, todo cambiaría. No habría tanta hipocresía, habría más ilusión, más alegría por las cosas, menos enfados y odio, habría más compasión entre nosotros. Esa compasión que Él tiene con cada uno de nosotros. Os animo a todos que miremos al otro con la mirada de JESÚS.

Begoña Pérez Pombo
TCAE Unidad de Toxicomanías
Y miembro del SAER