



El Servicio de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de la Clínica, nos propone este mes una reflexión sobre las creencias, como esquemas o ideas acerca de cómo es el mundo, de cómo funciona y de cómo se debe actuar ante las diferentes circunstancias de la vida. Las adquirimos a lo largo de nuestro desarrollo y consideramos que son ciertas. Por tanto, son verdades subjetivas, convicciones que no deben ser confundidas con la verdad objetiva. Cuestionar siempre todo, de lo más dudoso a lo más evidente, es el primer paso para abrir la mente a una visión más holística, a una consciencia de unidad, entendiendo que aquello que vemos es el reflejo de nuestras creencias inconscientes. Las creencias que nos mantienen atrapados en una forma inflexible de vivir, y que nos hacen experimentar un bucle constante en nuestras vidas, suelen estar alejadas de nuestro nivel de consciencia.

www.nuestraseñoradelapaz.es

CREENCIAS

“Tus creencias no están hechas de realidades. Es tu realidad la que está hecha de creencias” (Richard Bandler).

“Cuando vemos nuestras vidas, podemos estar mirando directamente nuestras creencias más verdaderas, y a veces más inconscientes, reflejadas en el espejo”

Creer: Ya lo dijo Miguel de Unamuno (1864-1936) al reflexionar sobre la fe religiosa en Tres novelas ejemplares y un prólogo: “Y la fe es la fuente de la realidad, porque es la vida. Creer es crear”. El escritor afirmaba que podíamos crear con la imaginación y que “la fe no es creer en lo que no vimos, sino crear lo que vemos”.

Creer es: 1. Tener algo por cierto sin conocerlo de manera directa o sin que esté comprobado o demostrado./ 2. Tener por cierto que alguien o algo existe verdaderamente. / 3. Tener confianza en alguien o algo.

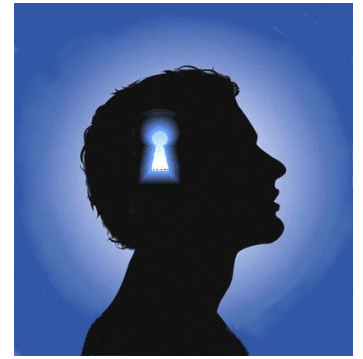
Creencia y Creencias es y son:

1. Idea o pensamiento que se asume como verdadero (una falsa creencia muy extendida relaciona el sangrado nasal con una subida de la tensión arterial).
2. Conjunto de creencias, de normas de comportamiento y de ceremonias de oración o sacrificio que son propias de un determinado grupo humano y con las que el hombre reconoce una relación con la divinidad (un dios o varios dioses) (una parte importante de la población no abandonó su creencia, como es el caso de los mozárabes y de los judíos).

Las creencias hacen referencia a muchos aspectos de la vida, como los valores morales, el género, la pareja, la sexualidad, el trabajo, la abundancia y la crianza, entre otros. Estas creencias son como raíces, aprendidas desde la infancia, que nos llevan a posicionarnos en una interpretación de lo que observamos, impidiéndonos en muchos casos ver la auténtica realidad. El sistema de creencias se ha formado a lo largo de acontecimientos que hemos percibido como verdaderos o falsos según lo haya creído nuestro entorno familiar, social, cultural, etc. Mencionamos dos tipos de creencias: limitantes y potenciadoras: Una creencia limitante es algo que se manifiesta en el estado de ánimo o algo que creemos de nosotros mismos que, de algún modo, nos condiciona. Por lo general, son acusaciones falsas que nos hacemos a nosotros mismos y que pueden derivar en resultados negativos. En este sentido, todas las creencias son limitantes per se. Por este motivo, debemos evitar usar cualquier creencia de una forma inflexible, incluso aquellas que en principio parecen potenciadoras. Sin embargo, como adultos podemos tomar consciencia de nuestras creencias, llevar a cabo un juicio crítico sobre ellas y comenzar a cuestionarlas para poder transformarlas. Es muy importante saber transformar las creencias ya que no vemos el mundo como es, vemos el mundo como somos, y es importante asumir un papel proactivo en nuestras dificultades. Seamos hospitalarios radicales, incluso con nuestras creencias y así seremos libres. **Y en esta vida que tenemos, habremos que fomentar un crecimiento personal como capacidad que tenemos los seres humanos de aprender de nuestro entorno, emociones, relaciones, experiencias, etc. y utilizar esos aprendizajes para mejorar nuestra calidad de vida y afrontar desafíos que ayuden a alcanzar nuestros sueños y aspiraciones.** Sin embargo, muchas veces, nos encontramos estancados dentro de lo que se conoce como la zona de confort. Es un territorio en el que nos sentimos seguros y del que no queremos salir para afrontar situaciones nuevas y con riesgos. Pero, en el camino a la felicidad necesitamos crecer, aprender y cambiar ciertos aspectos de nuestra vida para desarrollarnos completamente.

CREENCIA O FE

Todos los seres humanos tenemos creencias, sobre la vida y el mundo en que vivimos; cuando estas son numerosas, hasta el punto de formar sistemas en la sociedad, inciden en ella creando unas características que la distinguen y conforman; estos sistemas pueden ser religiosos, filosóficos, ideológicos o meramente ambientales. Normalmente entendemos como creencias, a la confianza de una persona o actitud, hacia la existencia de algo. En este sentido desempeña un papel importante en la creencia religiosa, con respecto a la creencia en Dios; y pueden venir determinadas por la relación con nuestro entorno. La formación sobre las creencias de cada individuo puede ser distinta, por ejemplo, a nivel interno una creencia puede estar basada en experiencias propias, si es así la anclamos en nuestro intelecto, y podrá influir en nuestro comportamiento, o pueden ser creencias adaptadas de otras personas, estas creencias adaptadas solo nos servirán para movernos de forma rutinaria en nuestro entorno, para identificarnos con la mayoría que nos rodea, o simplemente pasar desapercibidos y no identificarnos, en una sociedad que a veces exige o da por buenos, ciertos comportamientos de modos, maneras y lenguaje.



Podemos describir diferentes vías de formación de creencias, las más comunes han sido adquiridas a través de nuestros padres en casa, la sociedad o la religión; también puede influir algún líder carismático, y los medios de comunicación; incluso a veces nos dejamos llevar por la fuerza de los mensajes publicitarios, o la necesidad de asociar experiencias de la realidad, con teorías en las que justificamos algunos de nuestros comportamientos; a veces también la imitación de ciertas conductas, sobre todo si están avaladas por lo que consideramos, en estos momentos, éxito social, etc. Y respecto a nuestra vida de Fe, ¿nos hemos quedado en creencias aportadas por la sociedad, y que a título personal no las hemos trabajado?; o nuestra Fe va creciendo en la medida que lo hacemos a nivel personal, laboral, y social, es decir ¿estoy creciendo dentro de un humanismo cristiano, estoy alimentando mi Fe? Hace unos domingos con motivo del Evangelio del Buen Pastor, el teólogo José Antonio Pagola nos decía: “En las comunidades cristianas necesitamos vivir una experiencia nueva de Jesús reavivando nuestra relación con él. Ponerlo decididamente en el centro de nuestra vida. Pasar de un Jesús confesado de manera rutinaria a un Jesús acogido vitalmente. La Fe cristiana no consiste en creer cosas sobre Jesús, sino en creerle a él: vivir confiando en su persona. Es vital caminar en la vida teniendo a Jesús delante de nosotros. Por eso el Papa Francisco ha reconocido que necesitamos crear espacios motivadores y sanadores, lugares donde regenerar la Fe en Jesús”.

PARA PENSAR

Tus creencias se convierten en pensamientos, tus pensamientos se convierten en tus palabras, tus palabras se convierten en actos, tus actos se convierten en tus hábitos, tus hábitos se convierten en tus valores, tus valores se convierten en destino (**Mahatma Gandhi**)

EL RINCÓN DEL COLABORADOR

Crear en San Juan de Dios es creer que existe una forma diferente de cuidar, alguien que sintió el amor misericordioso de Dios y supo hacerlo vida, alguien en quien puedo encontrar un carisma de amor, de pobreza y penitencia, de oración y sacrificio, de trabajo y caridad. Creer en San Juan de Dios es creer en la Caridad. Por tanto, CREER en San Juan de Dios significa CREER en alguien que permanece vivo, que sigue presente, que no simplemente conoce mis necesidades, sino que también quiere dar a ellas una respuesta.

En definitiva, CREER desde el carisma de la hospitalidad es Compartir Misión. La corresponsabilidad en “misión compartida” nace de la aceptación de los valores y la identificación con el carisma de la hospitalidad, es la CREENCIA del legado de San Juan de Dios, es el dar mi trabajo, año tras año aportando mi granito de arena...

Carmen Gómez López
Coordinadora de Admón. y Servicios y