



La Soledad

El Solitario





Es parte importante de nuestra vida; puede ser la oportunidad de: un crecimiento interior profundo, del desarrollo de una espiritualidad honda, de la experiencia que nos lleve a una mayor humanidad.

Contexto actual

Estamos en una época en la que contamos con muchos recursos tecnológicos que favorecen la interconexión, la comunicación y paradójicamente, es también un tiempo de grandes soledades.

...en muchos casos, puede ser una soledad no deseada, sino la consecuencia de diversas situaciones vitales dolorosas que causan sufrimiento

Las soledades que toca atravesar, las que la vida puede implicar, pero que se tornan más duras por las formas de relación que impone la sociedad actual, como el individualismo, el abandono, la segregación, el aislamiento social...

- Ancianos que viven solos aun teniendo hijos o en una residencia con el sentimiento de ser “aparcados”
- Vacío interior que experimentan de forma especial jóvenes y que provoca situaciones tremendas, problemas mentales, el suicidio...

- Niños, adolescentes y jóvenes sin amigos, que no tienen con quien salir, divertirse, socializar.
- También aquellos que no son atendidos en casa porque los padres priorizan el trabajo.
- Personas que vienen de otros países y que no encuentran la ayuda que necesitan para insertarse, que son tratados como ciudadanos de segunda categoría.
- Personas que han sido abandonadas
- Quienes han perdido a una persona querida



- Personas no aceptadas o no valoradas en sus entornos vitales: trabajo, familia, círculo de conocidos o amigos...
- Soledad real, objetiva, y otra psicológica. Sentimiento de soledad que hace sufrir.
- La soledad que deriva de la “contradicción de buenos”, de no ser comprendido, que separa, que divide...
- El quedarse solo-a ante opciones éticas, ante situaciones conflictivas...

Movimientos



Muchas veces el otro es ajeno, inconsciente del sufrimiento lo que aumenta la percepción de insignificancia, retraimiento social, sensación de abandono, de invisibilidad, de descarte

- Pérdida de raíces, desconexión con nuestro origen, desvinculación familiar.
- Selección de personas, sentido de utilidad y de descarte. Unas tienen importancia y otras no.
- Depresión o daños mentales.
- Encerramiento en uno mismo, personas que no salen de casa ni se relacionan con otros.
- Pérdida de sentido de la vida.
 - Experiencia de vulnerabilidad.
 - Vivencia silenciosa, que no se expresa.

- Instituciones públicas y privadas que favorecen el cuidado y la acogida, que atienden las necesidades que van surgiendo a nivel social.
- Voluntariados que trabajan con: ancianos, migrantes, adolescentes, etc., que ayudan a estas personas y que favorecen la amistad y la compañía.
- Políticas de derechos humanos y servicios sociales.
- Grupos de apoyo, de espiritualidad, etc. que buscan el desarrollo de las personas.
- Terapia online. Recursos para personas que necesitan hablar y compartir.

Resquicios de Esperanza



- **Enrique experimenta la soledad personalmente, derivada de la “contradicción de buenos”. Le lleva a vivir confiando ilimitadamente en Dios.**

- Estar atentos a las necesidades de la sociedad de nuestro tiempo y trabajar por dar una respuesta.
- Los “Intereses de Jesús” nos implican a no desentendernos de la realidad, del sufrimiento de los demás, sea del tipo que sea.
- Trabajo en red con otros para multiplicar el mensaje evangélico; buscando alianzas, amigos de proyectos, involucrar a muchos más...

-La experiencia íntima de soledad, vivida en relación con el Dios que nos habita, puede despertar la confianza y fortalecer la salida de uno mismo al encuentro del otro. Puede favorecer la interioridad, el conocimiento propio, el crecimiento personal.

- Poner todo el interés y esfuerzo en cuidar y acompañar a las personas; hacer sentir al otro importante, tratarle con dignidad.
- Educar para la solidaridad, el compromiso social, valoración de la dignidad de la persona, cuidado de las personas vulnerables...
- Conocer lo que se está haciendo (instituciones, grupos, políticas,...) y apoyar las distintas iniciativas desde el propio compromiso, uniéndose a lo que otros hacen.
- Reivindicar los derechos que son vulnerados.