

# Soledad y compañía: dos amigas íntimas<sup>1</sup>

Francisco García

*“Cuando la naturaleza, el hombre y Dios se unen, la soledad tiene un nombre: gracia”<sup>2</sup>*

*“No dejes encarcelarte por ningún afecto. Preserva tu soledad. Si alguna vez ocurre que se te ofrezca un afecto verdadero, aquel día no habrá oposición entre la soledad interior y la amistad, sino al contrario. Precisamente lo reconocerás por ese indicio infalible”<sup>3</sup>*

## **Aproximación. ¿Dónde estamos en relación la soledad?**

Cada época tiene una percepción de la soledad. La sociedad moderna en la que vivimos y cuyos principios llevamos interiorizados, más allá de nuestra voluntad, así como sus desarrollos posmodernos dan un color propio a esta experiencia humana<sup>4</sup>. En concreto, la concentración en el sujeto y la valoración extrema de sus decisiones como fuente de verdad y de su acción como principio de realidad ha desarrollado en ser humano una creatividad sin parangón, pero a la vez le ha dejado sin más referencias que sí mismo, habitado por una experiencia de soledad nunca antes experimentada.

La experiencia de compañía íntima, de un espacio de pertenencia compartido, de un proyecto común del que saberse participe, de relaciones donde sentirse reconocido por encima de cualquier distancia, de un sentido y un orden global al que unirse, se ha debilitado radicalmente con la afirmación del hombre como centro autónomo y absoluto de acción y de sentido. De esta forma, la soledad ha mostrado su cara más angustiosa extendiéndose como uno de las características de nuestra época<sup>5</sup>.

---

<sup>1</sup> Publicado en M. Iglesias (coord.), *Acompañar y educar en tiempos recios - La amistad un modo de vivir la cultura del encuentro*, Ávila 2022, 125-151.

<sup>2</sup> O. González de Cardedal, *Raíz de esperanza*, Salamanca 1995, 178.

<sup>3</sup> S. Weil, *La gravedad y la gracia*, Madrid 1994, 109.

<sup>4</sup>Cf. S. Álvarez Turienzo, *El hombre y su soledad. Una introducción a la ética*, Salamanca 1983, pp.185-262: «Antropología moderna: hombre en soledad», «Antropología contemporánea: el hombre es soledad».

<sup>5</sup> El reverso de esta absolutización del ser humano es descrito en la canción de Antonio Vega, *Lucha de gigantes*: “Lucha de gigantes convierte el aire en gas natural... En un mundo descomunal siento mi fragilidad. Vaya pesadilla corriendo con una bestia detrás. Dime que es mentira todo un sueño tonto y no más. Me da miedo la enormidad donde nadie oye mi voz [...] Monstruo de papel no sé contra quién voy ¿O es que acaso hay alguien más aquí?”

Por otro lado, las mismas formas de vida social, muy determinadas por los imperativos económicos, que han roto los lazos tradicionales de pertenencia y generado redes funcionales de relación, no favorece el desarrollo de relaciones que compensen la sensación de soledad que el hombre actual tiene<sup>6</sup>. Nos encontramos aquí con una paradoja, que viene apuntándose desde hace tiempo: “El s. XX que no habla más que de comunicación, de diálogo, de compartir, experimenta más que nunca el sentimiento de soledad”<sup>7</sup>.

#### *Entre Edvard Munch y san Juan de la Cruz.*

No es extraño entonces que la pintura *El grito* de Edvard Munch se haya convertido en un icono de la experiencia interna del sujeto en nuestra época. Quizá ya no con esa intensidad conscientemente expresada que desarrolló el existencialismo de posguerra, pero sí como representación de los abismos angustiados del corazón del hombre contemporáneo, habitualmente escondidos bajo el ruido, la distracción y el activismo de nuestra sociedad. El cuadro refleja un estado de conciencia en el que el autor, tal y como confiesa en un apunte de su diario, se ve separado del fluir de una vida en la que aparentemente está acompañado. De repente, una soledad angustiada le rodea y le retiene, soledad que se expresa en un grito. En un apunte de su diario que parece relacionado directamente con la pintura, dice Munch:

“Caminaba por la calle con dos amigos, el sol se ponía, sentí como una oleada de melancolía. El cielo se puso de repente rojo sangre. Me detuve, me apoyé en la barbacana, cansado de muerte. Vi las nubes llameantes como sangre y una espada. El mar y las ciudades de un negro azulado. Mis amigos siguieron caminando. Yo me quedé allí, temblando de angustia, y sentí como un gran e interminable grito que atravesaba la naturaleza”<sup>8</sup>.

Hoy no es extraño encontrar hombres y mujeres que experimenten esta sensación de estar aislados y atrapados en el recinto de la propia interioridad incomprendida hasta por ellos mismos o bien de estar presos en una forma de existencia en la que no parece haber lazos de relación real con los otros, como si se viviera en celdas adosadas e incomunicadas<sup>9</sup>. De hecho es ya un tópico la afirmación de que la soledad se ha convertido en una verdadera pandemia en las

---

<sup>6</sup> Así se expresa la canción de Joaquín Sabina, *Corazón de neón*: “La ciudad donde vivo ha crecido de espaldas al cielo. La ciudad donde vivo es el mapa de la soledad. Al que llega le da un caramelo con el veneno de la ansiedad. La ciudad donde vivo es mi cárcel y mi libertad”.

<sup>7</sup> “Tal es la paradoja del hombre contemporáneo. Vive en grupo, habla de comunicación, pero el discurso lo lleva a conjurar su aislamiento. Aspira a la tranquilidad, pero es incapaz de entrar dentro de sí mismo. Se mete entre la gente, pero sufre por el anonimato en que se disuelve. Anhela la paz, pero tiene miedo de encontrarse consigo a solas. Siente dolorosamente la imposibilidad de comunicar con los demás, lo mismo que su impotencia para entrar dentro de sí. En el fondo, es incapaz de vivir con los demás, lo mismo que es incapaz de vivir solo” (R. Latourelle, *El hombre y sus problemas a la luz de Cristo*, Salamanca 1984, 270).

<sup>8</sup> Cf. J. M. Prado (dir.), *Los grandes maestros de la pintura*, Barcelona 1994, 103-104.

<sup>9</sup> “La gran ciudad que reúne a tanta gente, que acerca hasta la promiscuidad, debería desarrollar el sentido de comunidad. Pero en realidad establece el reinado de la «célula» y del «encarcelamiento»” (R. Latourelle, *El hombre y sus problemas...*, 271).

sociedades occidentales<sup>10</sup>. El aislamiento al que nos ha obligado la COVID'19 lo ha hecho aún más evidente, ya que este ha revelado no solo la necesidad de relación, sino el vacío o la soledad angustiada que habitaba en nuestra sociedad y que estaba escondido.

Pues bien, nos encontramos ante la experiencia de una soledad opresiva, que fractura la identidad humana, que siempre necesita vínculos sociales y personales para afirmarse, y que se convierte en el sujeto en angustia, más o menos consciente, una angustia que se expresa habitualmente en múltiples compulsiones o en la caída en la apatía.

Sin embargo, esta no es la única experiencia posible de la soledad. Al otro lado del espectro experiencial están aquellos que son atraídos por la soledad como espacio de vida, de serenidad, de reconocimiento y encuentro común, que han descubierto en ella un lugar de descanso, de encuentro consigo mismos, un lugar donde situar con verdad la relación con los otros, y donde encontrar la compañía íntima y radical de Dios mismo<sup>11</sup>. San Juan de la cruz es, en este sentido altamente ejemplar. En una de sus últimas cartas afirma: en esta “santa soledad me encuentro muy bien”<sup>12</sup>. En ella ha descubierto la compañía fundante como afirma en la estrofa XXXV del Cántico y desde allí se encuentra sin apegos ni dominaciones con los demás:

“En soledad vivía,  
y en soledad ha puesto ya su nido,  
y en soledad la guía  
a solas su querido,  
también en soledad de amor herido”.

Hasta llegar a esta experiencia de soledad, estos hombres pasan por noches oscuras de vacío y angustia, que son las que parecen haberse convertido en la conciencia del hombre actual en punto de partida de la experiencia de sí y haberse enquistado como espacio último de vida. Podríamos decir, con algunos autores, que nuestro mundo vive en una especie de noche oscura colectiva, no solo de Dios, sino también antropológica<sup>13</sup>. Por eso, incluso en el místico, en el

---

<sup>10</sup> *Médicos del Mundo* organizó durante los primeros meses del año 2021 un seminario titulado “La soledad, aislamiento social y la salud”, patrocinado por *la Caixa* (Cf. [https://www.youtube.com/watch?v=Tte5YqvavEw&list=RDCMUChFH-n8YQFcnaZ92066Qw&start\\_radio=1&rv=Tte5YqvavEw&t=290](https://www.youtube.com/watch?v=Tte5YqvavEw&list=RDCMUChFH-n8YQFcnaZ92066Qw&start_radio=1&rv=Tte5YqvavEw&t=290)). No pocos libros se han publicado sobre este tema, valga como referencia uno de los últimos: Noreena Hertz, *El siglo de la soledad. Recuperar los vínculos humanos en un mundo dividido*, Paidós 2021.

<sup>11</sup> Aquí puede integrarse los movimientos de espiritualidad (también laica, véase Comptes-Sponville), el *mindfulness*, el interés por la meditación con ejemplos como la asociación Amigos del desierto, etc.

<sup>12</sup> San Juan de la cruz, *Obras completas*, Madrid 1992, 1088 (carta a Doña Ana del Mercado y Peñalosa. La Peñuela, 21 de septiembre de 1591).

<sup>13</sup> J. Martín Velasco, *La experiencia cristiana de Dios*, Madrid 1996, 176-183: “La noche de la nada y la luz de la nada. Nihilismo contemporáneo y experiencia de Dios”; O. González de Cardedal, *Meditación teológica desde España*, Salamanca 1970, 141-160: “Noche oscura del alma individual y ateísmo colectivo”. Cf. también J.-C. Mèlich, *La fragilidad del mundo. Ensayo sobre un tiempo precario*, Barcelona 2021.

‘solitario’ actual, aquel que encuentra vida en la soledad y lo hace con una profundidad que le saca del ensimismamiento y una compañía que le sostiene en su mismo vacío, la soledad es una mezcla del gozo encontrado y de la agonía propia de nuestra época<sup>14</sup>.

Pues bien, en este primer acercamiento podemos ver hasta qué punto la palabra soledad es especialmente ambigua y define una experiencia paradójica que va desde una prefiguración de la nada desidentificante hasta el encuentro con un espacio de una compañía fundante y plenificadora<sup>15</sup>. Intentaremos mostrar ambas proceden del despertar de una soledad estructural que el hombre debe afrontar y que habitualmente está reprimida social y personalmente.

### *El itinerario de la soledad: entre Escila y Caribdis*

Esto significa que la soledad, cuando despierta, y *este despertar es la condición primera del desarrollo de una vida real y personalizada*, debe recorrer un camino que ciertamente no es fácil.

El hombre debe salir de la multitud, debe escuchar la llamada a ser el mismo frente al mundo y entre los que le rodean. Solo así el hombre accede a sí mismo saliendo del magma social que le define de antemano y en el que es una posibilidad por hacer, una posibilidad real, pero no evidente e inmediata (imágenes 2). El primer escollo que deberá evitar el hombre será el de permanecer en ese magma de una multitud indiferenciada o absorbida por una definición previa a la propia libertad<sup>16</sup>. Esta es la razón por la que el hombre para llegar a sí mismo debe atravesar un espacio de soledad radical, un espacio en el que no simplemente estar solo sino ser solo, extraño, distinto, único<sup>17</sup>.

---

<sup>14</sup> Cf. Thomas Merton, “Notas para una filosofía de la soledad”, en: <https://studylib.es/doc/6177500/notas-para-una-filosof%C3%ADa-de-la-soledad-thomas-merton> (Consultado el 27-12-2021). Un ejemplo, especialmente significativo por la relevancia de su pensamiento espiritual, es el de Henri Nouwen. Entre nosotros Martín Descalzo escribía en su último libro: “Estamos solos, flores, frutas, cosas/ Estamos solos en el infinito/ Yo sé muy bien que si en esta noche grito / Continuarán impávidas las rosas./” (*Testamento del pájaro solitario*, Estella 2006, 33. Puede verse toda la sección: “La noche oscura del pájaro solitario”, 31-36).

<sup>15</sup> “Conozco dos tipos de soledad –escribía Etty Hillesum en su diario. Una me hace muy infeliz y me provoca la sensación de estar perdida y abandonada, la otra me hace fuerte y feliz. La primera se presenta siempre que no siento ningún contacto con mis semejantes, cuando no siento ningún tipo de contacto con nada, entonces estoy aislada de todos y de mí misma y no encuentro sentido a la vida ni a la relación entre las cosas, y tampoco sé cuál es mi lugar en esta existencia. El otro tipo de soledad me da fuerza y seguridad, me siento conectada con todas las personas y cosas, y con Dios y sé que puedo afrontar la vida y no dependo de los demás. Entonces siento que formo parte de un engranaje mayor y lleno de significado y sé que puedo dar mucha fuerza a otros (9 de agosto de 1941)” (Etty Hillesum. *Obras Completas*, Burgos 2020, 171-172).

<sup>16</sup> Dado que la homogeneización es una tendencia social continua en las sociedades humanas, salir de este magma significa quedar expuesto en mayor o menor medida al juicio e incluso a la exclusión, como puede verse, por poner ejemplos de muy distinta cualificación, en las historias de Sócrates y de Juan Salvador Gaviota.

<sup>17</sup> En el límite, González de Cardedal lo ha afirmado de la soledad de Cristo: “Jesús, antes de ‘estar solo’ o ‘ser dejado solo’, es solo, único, diferente”, *Jesucristo...*, 61.

Esta salida de lo indiferenciado, esta separación del orden definido, inserta una no-coincidencia (una ‘dis-incidencia’) entre los individuos, que es el precio de la identidad personal. Sin embargo, cuando se absolutiza esta no-coincidencia, este es el segundo escollo que debe superarse, el sujeto pierde un espacio común de relación donde recibir serenamente la experiencia de la compañía. Así, lo alcanzado, su propia individualidad se pierde en un vacío de relación, pues esta solo acontece en una relación de arraigos y proyectos comunes, de reconocimientos y entregas de vida. Se produce, entonces, como es fácil de apreciar en nuestra sociedad, una salida en falso del orden represor de la identidad, una salida hacia un callejón sin salida.

Así pues, en relación a la soledad, el ser humano está siempre entre Escila y Caribdis, entre la sujeción alienante a la homogeneidad social y el vacío abismal de una individualidad desarraigada.

### *El despertar de la soledad*

Una última idea que queremos subrayar, y que está contenida en lo anteriormente dicho, es que la soledad se nos impone en el contexto de un orden que es siempre primero y necesario, donde fácilmente quedan identificados estos dos adjetivos haciendo que la libertad y la creatividad humana queden retenidas por un orden absolutizado. Venimos siempre de un orden humano dado, vivido como verdadero y omniabarcante, no pocas veces con una justificación teológica. Cuanto más primitivas son las sociedades, este orden aparece más interiorizado, como una especie de instinto social que definen y protegen la vida. Son lo que podríamos llamar sociedades míticas. En ellas la libertad queda retenida porque no encuentra acceso a posibilidades nuevas. Por eso en estas sociedades no se puede hablar de soledad en el sentido en que la experimenta nuestra cultura occidental moderna.

La experiencia de la soledad tal y como la conocemos, nace en sentido propio, con las crisis de estas mitologías que definen el orden social de forma absoluta. Estas crisis dejan espacios vacíos donde el ser humano debe volverse a sí mismo y definirse haciendo dar de sí sus mismas posibilidades no conocidas frente a un mundo desconocido. El ser humano entra en un espacio nuevo donde la relación con la naturaleza no está predefinida, la posición social de los individuos no está predeterminada y la presencia de Dios, cuando se reconoce, no estructura un mundo sin fisuras donde se diluya la incertidumbre. Esto es lo que ha sucedido, radicalmente, con la liberación de la individualidad de las sociedades modernas<sup>18</sup>. Hay que decir que si bien ha generado conflictos sociales continuos han ensanchado el espacio de lo humano, aunque creando esa forma de soledad que ahora nos oprime porque no sabemos cómo manejar. Se trata del “descubrimiento moderno de la condición abismática de cada uno”<sup>19</sup>.

---

<sup>18</sup> Una experiencia que tiene sus antecedentes, pero que ha llegado a una extensión desconocida anteriormente. Cf. O. González de Cardedal, *Raíz de Esperanza...*, 66-71: “El camino hacia la concentración antropológica”.

<sup>19</sup> O. González de Cardedal, *Jesucristo. Soledad...*, 18.

Así pues, *la soledad que conocemos es una soledad liberada pero no integrada, una especie de soledad salvaje que revela el lugar de las posibilidades máximas del hombre y a la vez el espacio de su angustia mayor.*

Esta soledad es una criatura de Dios que debe encontrar su lugar, y mientras no lo hace o se sale de él crea una distorsión dolorosa al ser humano<sup>20</sup>. En este sentido, afirma González de Cardedal que “la soledad es una posibilidad y una amenaza para el hombre, una necesidad y una tentación. Hay que reconocerla y educarla, asumirla y superarla”<sup>21</sup>.

### **Una comunión habitada de soledad**

La tesis de fondo que, a partir de ahora, nos guiará afirma que *para que el ser humano pueda alcanzar una relación verdadera con el mundo, con los otros y con el mismo Dios, debe ser el mismo, poseerse en su propia verdad, asumiendo su propia limitación y haciendo de ella un lugar de recepción agradecida y de ofrecimiento gratuito.* En este sentido, aunque el ser humano es un ser de compañías, estas requieren estar habitadas por una soledad de fondo que debe ser asumida con radicalidad. La soledad aparece, en esta perspectiva, como una dimensión propia de la vida y, a la vez, como un itinerario íntimo que recorrer. Una dimensión inevitable que expresa su individualidad e identidad única, propia; y un proceso obligado que se funda en la necesidad de interpretar esta individualidad como lugar de encuentro y creatividad compartida.

#### *La soledad evitada*

Un paso en falso en este proceso es subsumir la propia individualidad en una orden social que defina el propio ser sin participación del sujeto. Esto sucede, como ya hemos apuntado, en el periodo mítico de la humanidad en el que el miedo al desorden provoca una identificación inconsciente con la interpretación de la realidad que define el cuerpo social. No hay soledad, en el sentido moderno de esta palabra, salvo si uno queda fuera de este orden voluntaria o involuntariamente, por ejemplo, por un defecto físico. La soledad proviene entonces de la exclusión y genera la muerte simbólica, a veces también física, del sujeto en cuanto sujeto social.

El ser humano de los últimos siglos se ha hecho cada vez más consciente de que el mundo no posee un orden previo al que acogerse como una pieza predeterminada y con un sentido dado. El hombre moderno sabe que debe insertarse en él configurándolo a través de la interpretación y la acción y, aquí está el problema, que estas no pueden ser nunca absolutas ni definitivas. Esto obliga al sujeto a incorporar a su conciencia una diástasis estructural en su

---

<sup>20</sup> Algo así se podría afirmar de la *noche* (y también del *desierto*), que podría servirnos igualmente de símbolo de esta soledad. Mientras está en su lugar creatural aparece como un lugar de descanso, de intimidad... Ahora bien, fuera de él aparece como tinieblas, como puede verse en Gn 1, 1-5.

<sup>21</sup> O. González de Cardedal, *Jesucristo. Soledad...*, 10.

relación con el mundo y con los otros ya que se hace consciente de que su ser no coincide ya nunca con el mundo, ni con los otros, ni con lo divino, sino que vive en lo que podríamos llamar una permanente dis-incidencia, es decir, una falta continua de un marco de acción y significado que le ayuden a integrar la finitud y la incertidumbre que esta conlleva<sup>22</sup>.

Esta situación ha generado en el hombre un sentimiento de extrañeza radical respecto al mundo y a los otros, arrojándole a una soledad abismal<sup>23</sup>. Por otro lado, las posibilidades abiertas que ha desarrollado la creatividad humana en esta situación ha producido igualmente una especie de huida hacia adelante en dos formas. En un primer momento la absolutización de la acción política y técnica como forma de crear un mundo donde puedan superarse la incertidumbre. Lo que se ha llamado ideología del progreso. El siglo XX se ha hecho consciente de hasta qué punto este dinamismo, cuando es absolutizado, produce sociedades en la que aquellos individuos o propuestas no concordantes con el orden proyectado son excluidos y aislados en una soledad social que interrumpe su propia identificación plena.

Por otro lado, la crítica de este proyecto moderno ha generado, por contraste, la concentración en los dinamismos de la vida sin remitirlos a significados globales o sentidos últimos, viviéndolos en una concentración individual. Se trata de una entrega a la propia acción sin distancias, a la velocidad de los hechos, a la euforia de las sensaciones inmediatas, que hace olvidar la falta de fundamento y armonía que el ser humano tiene en sí. Hay que decir que esto se produce no solo a través de actividades del ámbito lúdico, sino igualmente a través del trabajo. La razón interna de estas respuestas es la incapacidad que parece sentir el sujeto para enfrentarse y aceptar el vacío interior que realmente nos habita<sup>24</sup>. Por eso cuando una crisis, del tipo que sea, hace tocar la falta de fundamento interior, la experiencia de la incertidumbre y vulnerabilidad se hace mayor creando procesos de angustia, como hemos visto con la presión que ha ejercido el COVID en nuestras sociedades occidentales.

---

<sup>22</sup> “Habitar el mundo es intentar establecer un lazo cordial con él, significa aprender a vivir en la duda y el sinsentido, en la inquietud y la extrañeza” (Cf. J.-C. Mèlich, *La fragilidad del mundo...*, 31).

<sup>23</sup> En los últimos decenios se vienen utilizando expresiones como ‘muchedumbres solitarias’, ‘vidas adosadas’... para explicitar esta situación de soledades en relación externa.

<sup>24</sup> “En realidad, todos los seres humanos son solitarios. Solo que, en su mayor parte, tienen tanta aversión a estar solos, a sentirse solo, que hacen todo lo que pueden para olvidar su soledad. ¿cómo? En gran medida, mediante lo que Pascal llamaba *divertissement*, diversión, distracción sistemática: esas ocupaciones y enfrentamientos, tan compasivamente proporcionados por la sociedad, que permiten al ser humano evitar su propia compañía durante veinticuatro horas al día” (Th. Merton, “Notas para una filosofía de la soledad”, Uno.1, en: <https://studylib.es/doc/6177500/notas-para-una-filosof%C3%ADa-de-la-soledad-thomas-merton> (27-12-2021)). Así se expresaba el mismo Pascal: “Nada hay tan insoportable para el hombre como el de permanecer en pleno reposo, sin pasión, sin negocio, sin diversión, sin aplicación. Siente entonces su nada, su abandono, su insuficiencia, su dependencia, su impotencia, su vacío. Al instante saldrán del fondo de su alma el fastidio, las negruras, la tristeza, la pena, el despecho, la desesperación”.

Frente a estas dos formas de afrontar la soledad, la personalización del sujeto humano le obliga a renunciar a una interpretación de la realidad y de sí misma como un todo sin fisuras. Se trata del mismo proceso que se da en el nacimiento físico, es decir, el desarraigo de la previa fusión del ser con la madre. Sin este desgarramiento, no puede acontecer el nacimiento de un verdadero sujeto personal. Pero al igual que en el nacimiento físico, el ser humano se resiente al sentir la vulnerabilidad a la que es arrojado, el abismo sin fundamento que le constituye y que debe ser sostenido por otro al cual no se controla. Por eso el niño intentará de una u otra forma volver al estado de fusión previo.

La posmodernidad muestra a este sujeto que rechaza marcos que no respeten su unicidad, y lleva al extremo la unicidad que le constituye, pero a la vez le entrega a una sensación de angustia por no encontrar asideros para la falta de fundamento de su propio ser<sup>25</sup>. Podríamos decir que el sujeto es arrojado a una noche abismal donde no se perciben horizontes ni suelo firme, como bien supo describir Nietzsche y ahora tantos de nuestros contemporáneos experimentan<sup>26</sup>.

### *La soledad integrada*

En cualquier caso, por las buenas o por las malas el hombre debe afrontar esta situación de soledad radical. Además, sin ella en cuanto “distancia material a las cosas; sin la experiencia del vacío y de nuestra diferencia frente a todo, sin el reposo y el silencio correspondientes, no llegaremos a saber quién somos, qué abismo de gloria y de miseria albergamos, y lo que es peor: no nos crecerán la libertad y la alegría de ser hombres”<sup>27</sup>. Por eso podemos decir que, pese a aparecer siempre y en un primer momento como un lugar asfixiante, la soledad en la vida humana se muestra necesaria, buena y posibilitante.

En primer lugar, porque solo en ella podemos descubrir nuestra identidad personal, nuestro lugar propio y único en el mundo y frente a Dios. Estamos en el mundo, pero existimos igualmente y siempre frente al mundo. Somos desde el interior de las relaciones, pero estamos siempre frente a los demás. Somos por Dios y en él, pero igualmente existe una distancia ontológica que nos separa siempre de su ser y nos sitúa frente a él; un espacio que siempre es extraño para los otros y por eso es complicado de aceptar para nosotros mismos. Este *coram*

---

<sup>25</sup> Uno de los pensadores españoles que ha reflexionado últimamente sobre esta situación del sujeto actual ha sido J.-C. Mèlich que comenta: en este sentido: “Una razón desvalida se sabe ‘desvalida’ porque no puede dar respuestas absolutas o apriorísticas, para hacer frente a algunos estados de ánimo que en ocasiones irrumpen y desestructuran la percepción del mundo [...] La angustia, la melancolía y el pánico ... Una razón desvalida sitúa los cuerpos frente al abismo y los obliga a mirar fijamente los ojos de la Gorgona. Entonces llega el instante en el que uno sabe que no hay nada que hacer, que no hay salida, que no habrá final ni reconciliación. Sin embargo, hay que mirar, hay que seguir” (*La fragilidad...*, 75).

<sup>26</sup> Un ejemplo es esta sensación puede verse en la canción de Adan Jodorowski, *Me siento solo*: “Me siento solo, abandonado, no deseado. Quiero ser otro. Pero en el fondo, si me lo pienso, siempre fui amado, acompañado. Por qué me siento así si todo brilla en sí. Me quiero ir de aquí lejos de mí. Intento curarme, solo amarme. Pero nada lo cambia, vivo con rabia. A veces me quiero, a veces me odio. Pero hoy es tan obvio quiero ser otro”.

<sup>27</sup> O. González de Cardedal, *Jesucristo. Soledad...*, 17.



(estar ante, cara a cara) es el que define la posición propia del hombre donde se define su vocación y, en ella, su identidad<sup>28</sup>. Sin esta dimensión el ser humano quedaría subsumido fusionalmente en la realidad sin alcanzar una identidad personal, y su libertad se haría insustancial. Esta es la posición en la que Dios crea al hombre para que pueda identificarse como pastor creativo del mundo, compañero de los otros y criatura gozosamente agradecida frente a Dios<sup>29</sup>.

La soledad es el espacio donde el hombre responde a la pregunta radical sobre su vida. Su identidad, para llegar a ser propia, debe adquirir forma justo en ese espacio vacío, indeterminado, que es él mismo. Un espacio que produce incertidumbre y angustia porque nada parecería justificar la elección que se haga y ninguna seguridad se tiene de encontrar en ella el propio ser, tanto frente al mundo, como frente a los otros y a Dios. Sin embargo, solo aquí, en esta soledad radical se conjuga la vocación humana y, por tanto, solo en ella el hombre se reconoce responsable, ser que responde a una petición previa que no se ha hecho a sí mismo y que viene solicitada por lo otro (el mundo, los otros y Dios) y cuya respuesta no está escrita y es solo suya.

Por último, la soledad se convierte en el ámbito desde el que el hombre puede establecer relaciones reales, es decir, que asuman la alteridad radical del otro y la conviertan en un espacio de vida al recibirlo como un don gratuito (irreductible a uno mismo) y una llamada a la gratuidad creativa frente a él. *Solo quien ha acogido la soledad en sí, como una dimensión irrenunciable de sí mismo, puede reconocer en las relaciones el amor in-debido, no obligado, la gracia de una entrega, la sorpresa de la presencia del otro que se me da. En este sentido, la soledad es una dimensión del amor, en cuanto que es el espacio donde este se revela como tal, como acontecimiento gratuito de entrega libre y, por tanto, como lugar de sorpresa y gozo en la vida.*

Así pues, la soledad esta llamada a convertirse en una bendición, tal como afirma Madeleine Delbrêl: “El día que comprendamos que esta falla insanable entre las demás y nosotras es el lugar en el que, a través de todos los amores, de todas las influencias, de todos los avatares, nos hace ser lo que somos, cuando entendamos que en ese preciso lugar es donde Dios nos habla en nosotras llamándonos por nuestro nombre, habremos operado el cambio que hace de la soledad mala, la soledad bendita”<sup>30</sup>.

Ahora bien, esta soledad fecunda, debe pagar un precio para alcanzarse. Ha de atravesar “insulas extrañas”, “desiertos poblados de aullidos”, “abismos donde

---

<sup>28</sup> “En cada persona hay algo que nunca será entendido por nadie. Ese algo es la causa de nuestra soledad, de la soledad que nos es intrínseca. Esta soledad rudimentaria es la que, antes que nada, tenemos que aceptar” (M. Delbrêl, *La alegría de creer*, Santander 1997, 104. Puede verse todo el apartado “Nuestras soledades”, 96-106).

<sup>29</sup> Puede ser útil recordar que el proceso de constitución del pueblo de Dios y luego del mesías comienza por un camino por el desierto en donde se experimentará la falta de fundamento y podrá elegirse la ley de la propia vida.

<sup>30</sup> M. Delbrêl, *La alegría de creer...*, 105.

no se hace pie” que invitan a la confianza y tientan a la desesperación<sup>31</sup>. Es en este espacio donde el mundo, los otros y, sobre todo Dios, pueden ofrecer su presencia definitiva como fundamento dado, pero gratuito; como futuro vivo, pero indomeñable; como compañía verdadera, pero inasible. *Es en la fe y solo en ella, donde se redime nuestra soledad*. Y si bien esta soledad solo alcanza su última bienaventuranza en la relación con Dios, *es siempre el otro, en la medida en que, sobrepasando el miedo, nos ofrece una relación de amistad o amor, el que, si creemos en él, salva o redime nuestra soledad a pequeña escala, sacramentalmente*<sup>32</sup>.

### *Soledad y compañía*

Estamos pues ante una unidad simbiótica de dos dimensiones de la vida humana. Una de ellas, la compañía, que es la forma que da vida y sentido a lo humano; la otra, la soledad, que es un componente estructural necesario para que la relación sea verdadera y pueda plenificar. Quisiéramos detenernos por un momento en dos tipos de relaciones que frustran el camino hacia un verdadero encuentro. Estas tienen su origen en la no aceptación de la soledad en cuanto distancia, no coincidencia. Se trata de las relaciones de dominio y las relaciones de seducción. Las dos tienden a configurar un encuentro que cierre los vacíos con los que el sujeto se siente incómodo y absorba las contradicciones que le hacen sentirse amenazado superando la incertidumbre y la ansiedad que le provocan. Estas dos formas pueden vivirse de forma activa o pasiva, como sujetos dominantes o dominados, como seductores o seducidos, y siempre se trata de relaciones asimétricas en las que la dimensión personal del sujeto no es tenida en cuenta.

Ambos dinamismos, aunque ciertamente la seducción es una forma particular de dominio, generan relaciones frustradas que realmente no arrancan al sujeto de la soledad, sino que simplemente la encubren creando un autoengaño, consciente o inconscientemente, que retiene a la persona en estados ilusorios de seguridad y dependencia, que o bien no la dejan madurar o la entregan, cuando se descubren, a una soledad más honda aún. De ahí la recomendación de Simone Weil que encabezaba nuestra reflexión: “No te dejes encarcelar por ningún afecto. Preserva tu soledad. Si alguna vez ocurre que se te ofrezca un afecto verdadero, aquel día no habrá oposición entre la soledad interior y la amistad, sino al contrario. Precisamente lo reconocerás por ese indicio infalible”.

---

<sup>31</sup> Miguel Delibes recogía en su novela *La partida* la necesidad de superar el miedo para sostenerse donde no se hace pie: “- Dime Catarro, ¿por qué si uno sabe nadar flota sin moverse y cuando no sabe se hunde? / - El miedo pesa, hijo”. Este miedo no es sino un reflejo del miedo a la muerte, a la falta de fundamento en sí, que impulsa al hombre a autofundarse frente a todo, especialmente frente a Dios y que convierte su vida en una entrega angustiada a un imposible y, por tanto, a la nada misma.

<sup>32</sup> “Amar quizá no sea otra cosa que «cuidar la soledad del otro», decía Christian Bobin, «sin pretender nunca colmarla, ni siquiera conocerla» (Ch. Ternynck, *L'uomo di sabbia. Individualismo e perdita di sé*, Milano 2012, 51).

La soledad, en cuanto aceptación de esta imposibilidad de abarcar y reducir todo a mí mismo y, por tanto, en cuanto renuncia a someter lo distinto a mí, crea la posibilidad de un encuentro de hospitalidad y entrega mutua que podríamos identificar con el amor<sup>33</sup>. Este amor, al ser siempre limitado en nuestra vida, y estar transido de las heridas, recelos, miedos, hace que la soledad no pueda alcanzarse a vivir como lugar de compañía plena, no deje que sea del todo bienaventurada.

En este sentido, solo en la confianza en la presencia íntima de Dios como fundamento personal, una presencia que requiere de la fe para ser alcanzada, encuentra el ser humano la posibilidad de adentrarse en un mundo de necesidades y, por tanto, de apego al yo, sin hacer de este un absoluto. La razón de fondo es que esta confianza le hace reconocerse fijado y sostenido en la misma eternidad de Dios. Esto es lo que permitiría resistir la soledad impuesta por el mundo, la distancia mortal de mi ser con el mundo y con los demás.

### **La soledad del creyente y del cristiano**

#### *El Dios que empuja a la soledad y la llena de vida*

Como hemos dejado entrever el ser humano antes o después se encuentra arrojado a un espacio donde siente que su vida queda desarraigada del mundo, de los otros y de Dios, experimentando así una soledad vacía, un aislamiento mortal. Es entonces cuando la soledad se despierta como un monstruo interior que parece tragarlo todo pues se lanza a una apropiación fusional de lo distinto que nunca es suficiente y que siempre le deja a las puertas de la angustia. Esto es a lo que San Juan de la Cruz, en su poema *Llama*, las ‘cavernas del sentido’, que son “profundas en cuanto de grandes bienes son capaces, pues no se llenan con menos que infinito [... y aunque] es cosa admirable que, con ser capaces de infinitos bienes baste el menor de ellos a embarazarlas de manera que no lo puedan recibir hasta de todo punto vaciarse [...] como son profundos los estómagos de estas cavernas, profundamente penan, porque el manjar que echan menos también es profundo, que, como digo, es Dios”<sup>34</sup>.

En la sencilla expresión “profundamente penan”, Juan de la Cruz da a conocer la realidad del hombre que se ha desasido de los bienes y relaciones del

---

<sup>33</sup> “La experiencia demuestra que únicamente quien sabe vivir solo sabe también vivir plenamente las relaciones. Más todavía, *para ser tal y no caer en la fusión o en la absorción, la relación requiere soledad*” (E. Bianchi, “Soledad”, en: *Palabras de la vida interior*, Salamanca 2006, 193. El subrayado es nuestro). En otro sentido González de Cardedal apunta que “es una sorprendente ley de la historia que quienes más soledad han soportado, más compañía han suscitado; que quienes más se han adentrado en la noche, más han sabido de la luz del día; que quienes más silencio han cultivado, más palabras vivas han tenido” (*Jesucristo. Soledad...*, 105).

<sup>34</sup> San Juan de la Cruz, *Obras completas*, Madrid 1992, 818-819. Para una reflexión centrada en san Juan de la Cruz puede verse la conferencia de Juan Antonio Marcos, “Silencio y soledad en la mística sanjuanista”, en: *Aula Pedro Fabro* de la UPComillas (5 noviembre de 2020) ([https://tv.comillas.edu/media/Silencio+y+soledad+en+la+m%C3%ADstica+Sanjuanista/1\\_txmzc2e7/65835571](https://tv.comillas.edu/media/Silencio+y+soledad+en+la+m%C3%ADstica+Sanjuanista/1_txmzc2e7/65835571)).

mundo, aunque podríamos extender su sentido hacia la situación del que ha sido despojado de ellos y ha llegado a conocer que ninguno de ellos podría colmar nunca su deseo.

En este sentido, la presencia de Dios, que inicialmente se da a conocer al creyente por medio de los bienes y relaciones del mundo haciendo de ellos muestra de su compañía, en un momento parece separarse dejándoles ser lo que son, criaturas finitas que no pueden colmar la sed del que a ellas se apega quedando entonces dos opciones: la creyente, que busca del misterio que las habitaba y en ellas se daba<sup>35</sup>, o el del *amor fati* del ateo que intentar hacerse fuerte en la aceptación de un mundo en el que se borran los horizontes y los sentidos, los fundamentos y los arraigos absolutos<sup>36</sup>.

Así pues, Dios mismo que ofrece compañía al creyente de manera mediada a través de la creación (sus bienes y sus relaciones), invita al hombre a través de la contingencia de las mismas, a remitirse a un misterio de presencia subyacente, continua, entregada, compañera que no coincide con nada, aunque se revela en todo. El hombre es llevado aquí a una soledad radical, pues descubre que nada le acompaña en su “más profundo centro” y aquello que puede llenarlo no está a su disposición y requiere un salto de fe sobre su mundo dominable<sup>37</sup>.

Pues bien, es en este desapego, habitualmente forzado, del mundo donde el hombre es llevado a *la máxima soledad y a la posibilidad de máxima compañía* si elige el camino de la fe en la presencia silenciosa que se venía ofreciendo como Misterio fundante del mundo. Ahora bien, hay que tener en cuenta que el hombre se hace trampas con suma facilidad y, en vez de entregarse al encuentro con Dios a través de esta noche solitaria y abismal, suele crearse divinidades falsas, idolátricas, es decir sometidas a sus necesidades, que vuelven a entretenerle en su camino hacia la verdadera compañía. Es pues importante asumir que Dios no es nada de este mundo, que es inefable e indomeñable. Llegados a este punto Dios se muestra como “tiniebla luminosa” (san Gregorio de Nisa), como silencio compañero, como fundamento donde no se hace pie, tal y como han mostrado, de una u otra manera, los grandes creyentes. Puede releerse ahora y descubrir la hondura de la estrofa XXXV del *Cántico espiritual* que citábamos al inicio de nuestras reflexiones donde soledad y compañía se

---

<sup>35</sup> La esposa del *Así Cántico espiritual* lo expresa de una bella manera: “¡Ay, quién podrá sanarme!/ Acaba de entregarte ya de vero;/ no quieras enviarme/ de hoy más ya mensajero,/ que no saben decirme lo que quiero./ Y todos cantos vagan,/ de ti me van mil gracias refiriendo./ Y todos más me llagan,/ y déjame muriendo/ un no sé qué que quedan balbuciendo.”. Las notas de C. S. Lewis en torno al duelo por su mujer recogidas en *Una pena en observación* son especialmente iluminadoras de este movimiento que comentamos.

<sup>36</sup> “Mi fórmula -dirá Nietzsche- para expresar la grandeza en el hombre es *amor fati* [amor al destino]: el no-querer que nada sea distinto ni en el pasado ni en el futuro ni por toda la eternidad. No solo soportar lo necesario, y aún menos disimularlo -todo idealismo es mentira frente a lo necesario- sino amarlo” (*Ecce Homo*, Madrid 1988, 54).

<sup>37</sup> En la tradición judeo-cristiana esta situación es descrita con el símbolo del desierto. Baste citar el texto del libro de Oseas 2,14: “la atraeré y la llevaré al desierto, y hablaré a su corazón”. Puede verse en los versículos siguientes que en este desierto donde todo se pierde finalmente todo termina recuperándose en verdad.

entrelazan armónicamente: “En soledad vivía,/ en soledad he puesto ya su nido,/ y en soledad la guía/ a solas su querido,/ también en soledad de amor herido”.

Puede verse, entonces, que el creyente es el más solitario de los hombres a la vez que el más acompañado, en un camino paradójico en el que debe aunar el amor por las cosas y el desprendimiento de ellas, el amor por los demás y su renuncia al dominio y seducción sobre ellos, pues está arraigado en el lugar de la gratuidad absoluta que sostiene todo. Es así como el creyente desde su soledad se convierte en compañero universal de todos sin atarse a nadie. No necesita seducir o dominar por que no necesita sostenerse en nadie ya que ha aceptado que su fundamento está en Dios y en nadie más. A la vez puede acompañar a todos desde dentro, porque conoce los abismos de vacío y angustia que los habitan y que les hacen estremecerse y atarse a bienes y relaciones caducos, ya que él mismo los conoce y los lleva consigo en una noche permanente habitada, pero nunca resuelta del todo<sup>38</sup>.

Ahora bien, esta compañía la realiza como un *outsider*. Ya que renuncia a absolutizar cualquier orden porque sabe que todo orden, por más que contenga elementos de verdad, no es sino un espacio de seguridad relativo. El creyente, se convierte así en un extraño para quien nadie es extraño. En un fuera de sistema que acoge en sí a todos, ya que se nutre no de las cosas o las personas, sino solo del amor con que Dios le funda y le sostiene. A partir de unas palabras de Madeleine Dêlbrel, comenta Bernard Pitaud: “«Todas nuestras soledades humanas no son más que cauces relativos hacia la verdadera soledad que es la fe». No es estar en el desierto lo que nos constituye como solitarios, es estar en presencia de Dios, es ser atrapados por la «revelación esencial del Evangelio [...] la presencia dominante e invasiva de Dios»”<sup>39</sup>. De igual manera Thomas Merton afirmaba sobre la función del ‘solitario’ en la Iglesia y en el mundo: “El solitario está allí para decirles, de forma que apenas pueden comprender, que si fueran capaces de descubrir y apreciar su propia soledad interior, inmediatamente descubrirían a Dios y comprenderían, por la palabra que les dirige, que son realmente personas”<sup>40</sup>. Por tanto, el creyente en su itinerario de fe debe dejarse llevar por Dios al abismo de la soledad y de la muerte, pues es allí donde acontece la pascua de la compañía y de la comunión.

---

<sup>38</sup> Esta dimensión última de la vida humana que es el arraigo primigenio y último en Dios es la que convierte al monje en un arquetipo de lo humano. Cf. R. Pannikar, *Elogio de la sencillez. El arquetipo universal del monje*, Estella 2000; F. R. de Pascual, “Nuevo Monasticismo: Manifiesto interespiritual para la Vida Contemplativa en el Siglo XXI” (Pliego), *Vida nueva* 3039 (10-16 junio 2017).

<sup>39</sup> Citado por B. Pitaud, *Orar con Madeleine Dêlbrel*, Madrid 2018, 114.

<sup>40</sup> Th. Merton, “Notas para una filosofía...”, *Tres*,9. Un ejemplo literario de esta situación es la presentada por el libro parábola Richard Bach, *Juan Salvador Gaviota*, Barcelona 2014, 27: “Juan Gaviota pasó el resto de sus días solo, pero voló mucho más allá de los lejanos acantilados. Su único pesar no era la soledad, sino que las otras gaviotas se negasen a creer en la gloria que les esperaba al volar, que se negasen a abrir los ojos y a ver”.

### *El cristiano como hermano universal*

Ahora bien, no es el creyente el que ha iniciado este viaje, sino Dios mismo que nos sale al encuentro en nuestra misma soledad por haberla asumido en la encarnación del Hijo. En él la vida de los hombres esta visitada y acogida por la misma vida divina en un espacio filial permanente. Así pues, en Cristo se ha creado un espacio de reconocimiento fraterno donde todos son llamados a la compañía mutua, espacio que se activa al recibir su mismo espíritu.

Esta presencia filial de Dios entre los hombres crea una situación en la que el creyente descubre que nada de lo humano es ajeno a Dios, que todo sucede en el espacio de su mirada paternal. Esto queda especialmente manifiesto en la asunción del sufrimiento, la agonía y la muerte injusta por Cristo, lugar existencial límite donde acoge en sí la soledad radical de todo hombre al entrar en contacto con la anonadación con la que amenaza la muerte, la expulsión con la que nos excluimos del orden social y el silencio último donde Dios parece desaparecer como compañero creador y protector. Es en este “descenso al infierno”, donde aparece la humanidad es recogida en su soledad última, la de la muerte y, en ella, de todas sus expresiones, para ser acompañada al lugar de la comunión definitiva.

Así pues, para el creyente la experiencia de la soledad agónica, se dé en la forma que sea, no expresa la palabra última de la vida, sino que aparece envuelta por el misterio pascual en el que la distancia da lugar a una compañía y arraigo definitivo y sin posibilidad de ruptura (Rom 6,5-11; Col 3,1-4).

Los creyentes celebramos este acontecimiento en el bautismo y lo actualizamos permanentemente en la celebración de la eucaristía donde vamos asumiendo esta nueva vida en la que soledad y compañía se reconcilian. En primer lugar, porque el vacío y la soledad de nuestro ser finito se van transformando en el lugar de encuentro con la entrega radical de Dios que nos funda integrándonos en su propio espacio filial. Por otra parte, porque este acontecimiento se nos ofrece como fundamento de nuestro encuentro común, pues al hacernos partícipes de una misma vida filial somos entregados unos a otros como hermanos de camino y de destino, de forma que nuestra soledad se revele como espacio de encuentro y comunión mutua.

Por eso, la eucaristía acontece siempre como sacrificio filial y fraterno, ya que en ella se renueva memorialmente el descenso a los infiernos de Cristo (su muerte en nuestra vida) para recogerlos en nuestras soledades y hacernos partícipes de su compañía radical a través de su comunión filial con nosotros. Por eso, “el cristiano es, por definición, aquel que ha vencido a la soledad de la muerte mediante la inserción en la alteridad ‘plenificante’ de Cristo resucitado”<sup>41</sup>.

---

<sup>41</sup> L. Álvarez, “Soledad”, en: L. Pacomio (et al.) *Diccionario Teológico Enciclopédico*, Verbo divino 1995, 928. “En la medida en que Jesús habita en nosotros y nosotros en él, en la fe y en el amor de la plegaria contemplativa, podremos amar como él nos ha amado (Jn 13, 34; 15, 12). Nuestra soledad como la suya, y gracias a la suya, será para nosotros una fuerza unitiva en este mundo, ya que expresará nuestra donación total, sin importarnos que seamos recibidos o no, o

Podríamos decir que inicialmente en el bautismo y continuadamente en la eucaristía encontramos “los ojos del hermano eterno”<sup>42</sup> en el que reconocernos acompañados en los espacios más oscuros de nuestra soledad. Y que en ellos se define a la Iglesia como una comunidad de soledades redimidas, visitadas por una presencia gratuita e irrevocable de Dios que posibilita una mutua referencia en la que la relación supere todo interés particular y genere una mutua entrega, donde su vida se expresa sacramento de amor. Así es como la Iglesia queda constituida como “sacramento de unidad del género humano” (LG 1) y enviada como samaritana a los hombres y mujeres heridos de soledad que se encuentre en su camino.

Debemos terminan nuestra reflexión, sin embargo, anotando sin ingenuidades que el anhelo interior de comunión nunca se resolverá totalmente en la historia de nuestra vida, y que la soledad aparecerá continuamente en nuestra vida, incluso si vivimos en el ámbito de su redención, como una herida abierta que clama con gemidos en busca de un amor pleno, de una comunión sin fisuras donde seamos del todo nosotros habitados por la total presencia del mundo, de los otros y de Dios<sup>43</sup>. Quizá sea esta una de las formas de definir el Reino de Dios que “no es comida y bebida, sino justicia, paz y alegría en el Espíritu Santo” (Rom 14, 17).

---

las consecuencias de nuestra donación. La soledad, para que no resulte estéril, la debemos aceptar con fe, esperanza y amor. Únicamente entonces la soledad podrá ayudar a que germine y crezca la fe, la esperanza y el amor en las vidas de los otros” (E. Malatesta, “Jesús y la soledad”, *Selecciones de Teología* 17 (1978) 310).

<sup>42</sup> Hacemos referencia aquí a la novela de Stefan Zweig *Los ojos del hermano eterno* en la que la búsqueda de una identidad por parte del protagonista le hace llegar a la conclusión que solo estaremos unidos cuando el olvido de sí y la compasión por los otros alcancen a definirnos.

<sup>43</sup> San Juan de la cruz en *Llama* lo expresa, con enorme belleza, de esta manera: “¡Oh llama de amor viva que tiernamente hieres de mi alma en el más profundo centro! Pues ya no eres esquiva acaba ya si quieres, ¡rompe la tela de este dulce encuentro!”