

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA: FILOSOFÍA Y
TEOLOGÍA



**Programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz para educar
el sentido del sufrimiento, siguiendo la Salvifici Doloris**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA: FILOSOFÍA Y TEOLOGÍA**

AUTOR

Lisbeth del Angel Mechan Effio

ASESOR

Carlos Orlando Mundaca Guerra

<https://orcid.org/0009-0003-6302-1474>

Chiclayo, 2025

**Programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz
para educar el sentido del sufrimiento, siguiendo la Salvifici
Doloris**

PRESENTADA POR
Lisbeth del Angel Mechan Effio

A la Facultad de Humanidades de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

**LICENCIADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA: FILOSOFÍA Y
TEOLOGÍA**

APROBADA POR

María Lourdes Redondo Redondo
PRESIDENTE

Miguel Angel Torres Rubio
SECRETARIO

Carlos Orlando Mundaca Guerra
VOCAL

Dedicatoria

A mi buen Dios, por su amor incondicional, por las gracias recibidas y por el amor que ha puesto en mi corazón.

A mis padres y hermanas, por su apoyo incondicional.

A mis padrinos, Jorge y Elena, por su amor y generosidad.

A Eliana, mi hermana, compañera de vida y de estudios, por su amistad y paciencia.

A mis maestros, en especial a mi asesor, P. Carlos Mundaca, por haber suscitado en mí el deseo de contribuir a la educación de la juventud.

Agradecimientos

A la S. Trinidad, por la gracia de saberme y sentirme amada.

A mi mamá, por ser mi ejemplo de fortaleza y amor a Dios.

A mi casa de estudios USAT por acogerme en sus aulas, en especial a mis maestros, quienes han contribuido a mi formación.

A mi maestra Nancy Estela y a mi asesor P. Carlos Mundaca, quienes me han contagiado el deseo de llevar más almas a Dios desde mi profesión.

A todas las personas que han contribuido a mi formación emocional, espiritual e intelectual, por su calidez y por acompañarme durante este proceso

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

1%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

pablofranciscomaurino.wordpress.com

Fuente de Internet

2%

2

hdl.handle.net

Fuente de Internet

<1%

3

www.educacontic.es

Fuente de Internet

<1%

4

docplayer.es

Fuente de Internet

<1%

5

scielo.isciii.es

Fuente de Internet

<1%

6

biblioteca-digital.ucsh.cl

Fuente de Internet

<1%

7

tesis.usat.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

8

www.muertedigna.org

Fuente de Internet

<1%

Índice

Resumen	7
Abstract	8
I. Introducción.....	9
II. Revisión de literatura.....	11
2.1. Antecedentes de estudio	11
2.2. Perspectivas teóricas sobre el sufrimiento	13
2.3. Perspectiva bíblica del sufrimiento.....	16
2.5. Respuestas al sentido del sufrimiento.....	18
2.6. Bienes que derivan del sufrimiento	18
2.7. Fuentes del sentido del sufrimiento humano	18
2.8. Razones del sufrimiento.....	20
2.9. Participes en los sufrimientos de Cristo	21
2.10. La carta apostólica Salvifici Doloris.....	21
III. Materiales y métodos	23
3.1. Matriz de análisis de categorías conceptuales	24
3.2. Matriz de consistencia.....	24
IV. Resultados y discusión	25
4.1. Fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.	25
4.2. Fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.	27

4.3. Necesidad de elaborar un programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano.....	31
4.4. Actividades de aprendizaje de la propuesta para educar el sentido del sufrimiento humano en adolescentes basado en la pedagogía de la cruz.....	32
4.5. Discusión de resultados.....	37
V. Conclusiones	39
VI. Recomendaciones	40
VII.Referencias.....	41
VIII. Anexos	45

Resumen

La presente investigación tiene por finalidad elaborar un programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris del Papa Juan Pablo II. Se trata de una investigación de tipo teórico-documental, con paradigma interpretativo. En esta investigación se logró analizar los fundamentos antropológicos del dolor a partir del sufrimiento de Jesucristo como respuesta a la pregunta por el sentido de este; asimismo se determinó que su valor pedagógico radica en el aprendizaje que este conlleva, ya que ayuda a madurar al que padece el sufrimiento y a valorar en su justa medida las experiencias de dolor analizando la pluridimensionalidad del sufrimiento, según la propuesta de Juan Pablo II; y finalmente, se propusieron contenidos y actividades basados en la pedagogía de la cruz, establecidos en el programa para adolescentes para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo la Salvifici Doloris.

Palabras clave: sufrimiento, adolescentes, dolor salvífico

Abstract

This research aims to develop a program for adolescents based on the pedagogy of the cross, following the contributions of the Apostolic Letter *Salvifici Doloris* of Pope John Paul II. It is research of theoretical-documentary type, with interpretive paradigm. This research managed to analyze the anthropological foundations of pain, starting from the suffering of Jesus Christ as an answer to the question for the meaning of it; it was also determined that its pedagogical value lies in the learning that it entails, since it helps to mature the sufferer of the suffering and to value to its right extent the experiences of pain analyzing the multidimensionality of the suffering, according to the proposal of John Paul II; and finally, they proposed contents and activities based on the pedagogy of the cross, established in the program for adolescents to educate the sense of human suffering, following the *Salvifici Doloris*.

Keywords: suffering, adolescents, salvific pain

I. Introducción

La vida tiene muchos vaivenes, que el mundo moderno intenta apagar; la vida es como un cuadro con claroscuros, de los cuales el mundo solo nos muestra los colores más vivos o las situaciones con alegrías efímeras; sin embargo, la vida está cargada también de oscuridades, de situaciones sin color que son intrínsecos al ser humano, que nos pertenecen tanto como la alegría o el amor y estos son: el dolor o el sufrimiento.

Constata el Papa Benedicto XVI en su encíclica *Spe Salvi* (2007) que el sufrimiento es una realidad que “forma parte de la existencia humana” (n.36). Y qué en el fondo, exige una respuesta; por lo que constantemente nos preguntamos: ¿Por qué sufrimos?, ¿De dónde proviene tal dolor?; el mismo Papa en su discurso brindado en su visita pastoral a San Giovanni Rotondo en el 2009 seguirá afirmando con mayor énfasis lo escrito en su encíclica *Spe Salvi*: “Éste se deriva, por una parte, de nuestra finitud y, por otra, de la gran cantidad de culpas acumuladas a lo largo de la historia, y que crece de modo incesante también en el presente” (2007, n.36). Muchos han intentado dar respuesta a estas cuestiones, pero el hombre a pesar de su limitación busca respuestas con una contestación trascendente, y es el evangelio del sufrimiento de Jesucristo, el que da una respuesta que colma la inquietud del hombre.

En la actualidad muchas personas aún no encuentran sentido a su propio sufrimiento, o, por otro lado, como se diría coloquialmente “sufren por sufrir”, es decir, no tienen razones válidas que justifiquen su sufrimiento; y por lo tanto encontramos también personas que ante una situación dolorosa enfrentan esta realidad con actitudes de rechazo.

Se encuentra como problema inicial que las personas al intentar dar respuesta a la pregunta del por qué sufrimos chocan con una realidad que no satisface sus expectativas, y se ve reflejado por ejemplo en la culpabilización que se hace a Dios por el sufrimiento que se padece o encuentran a Dios como responsable de este padecimiento y toman una actitud de alejamiento.

El estudio realizado en el 2021 por el Pew Research Center acerca de las tendencias y perspectivas en América da alcances sobre la manera en que creyentes y no creyentes relacionan el sufrimiento o el mal con Dios. Para muchos de los participantes de esta encuesta el sufrimiento está estrechamente relacionado con las creencias que se tiene sobre Dios. En relación con esto, uno de cada cinco adultos creyentes dice que con frecuencia (3%) o algunas veces (14%) se enfadan con Dios por permitir el sufrimiento. Y sumado a esto algunos (4%) ven el sufrimiento como un castigo de Dios y el 18% de los creyentes dicen que “algo” del sufrimiento que se padece en el mundo es debido a un castigo divino. Los otros creyentes (22%) dicen que “un poco” o “nada” del sufrimiento del mundo es un castigo de Dios, y el resto (9%) no creen en un poder superior o en Dios.

Otro signo de que la humanidad no le da sentido al sufrimiento se evidencia en la actitud masoquista de adolescentes reflejada en el *cutting*. “El *cutting* es entendido como una autolesión...de tal forma que, el dolor es disociado con el fin de separar el dolor emocional centrándose en el dolor físico” (Álvarez & Estrada, 2017, p.7).

De los reportes con más relevancia sobre lesiones físicas en adolescentes se encuentra el estudio sobre autolesiones CASE (Child and Adolescent Self-harm in Europe) dirigido a escolares, en el que participaron anónimamente 30 000 adolescentes. Los resultados muestran que las autolesiones tienen como sintomatología: la ansiedad, depresión, impulsividad y estrés.. El mismo estudio afirma, que “las autolesiones han pasado de 344 a 507, un incremento del 47%, realizadas en su mayoría por chicas (84%)” (Ulloa, Contreras, Paniagua, & Figueroa, 2013, p. 418).

Asimismo, en las personas vemos actitudes poco empáticas; no existe compasión ante los que sufren, se promociona más la eutanasia porque se tiene miedo a sufrir; las tasas de suicidio son cada vez más elevadas, esto por caer en la depresión, en los vicios, o cuando se presentan enfermedades crónicas que quitan la esperanza por vivir en aquellos que las padecen. En el Perú, según Infobae (2025) afirma que “el número de suicidios se duplicó entre 2023 y 2024, pasando de 391 a 735 casos”.

El aumento de la desesperanza, los casos de autolesiones o suicidio, la evasión del dolor y la búsqueda obsesiva de entretenimiento o placer inmediato, el rechazo a la fragilidad, la crisis de fe y de sentido, la indiferencia ante el sufrimiento de los demás, la violencia; son signos de que el mundo intenta anestesiarse el sufrimiento.

Además es evidencia de que la falta de sentido de este trae consigo consecuencias; encontramos personas que se insertan en los vicios, o caen en depresión, “que se derrumban profundamente haciendo de su vida una película que transcurre hasta esperar que se termine, perdiendo así el sentido de su vida, creyendo que son seres que están destinados a sobrevivir y no vivir” (Rodríguez, 2020, p.12), han perdido el rumbo de la vida, han perdido la esperanza y han puesto una coraza que los despersonaliza.

En la actualidad y en las circunstancias que hemos vivido se puede afirmar que esta es una realidad que no es ajena a los adolescentes y, por lo tanto, es necesario que se les de algunas herramientas de ayuda para que llegado su momento sepan cómo enfrentar esta situación y que no se vea perjudicado su desarrollo, su desempeño escolar o su vida personal.

La psiquiatra Marián Rojas Estapé dirá que el sufrimiento es “escuela de fortaleza siempre y cuando el torrente que emana del sufrimiento se acepta de manera sana, y es ahí donde uno adquiere un dominio interior que es fundamental para la vida” (Rojas, 2018, p.22). Por lo tanto,

se necesita que los adolescentes encuentren en el sufrimiento una ocasión de perfeccionamiento para su propio bien y el de su entorno. En conclusión, el sufrimiento debe educarse para poder darle un sentido redentor y que perfeccione al hombre, es por esto por lo que se propone un programa para adolescentes para educar el sentido del sufrimiento humano.

Debido a toda la problemática presentada, el problema de investigación quedó formulado así: ¿Cómo elaborar un programa para adolescentes, basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano?

Por tanto, el objetivo general de esta investigación es elaborar un programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica *Salvifici Doloris*; y los objetivos específicos son: analizar los fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes propuestos en el documento apostólico *SD*; analizar los fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica *SD*; justificar la necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz; y proponer actividades educativas para educar el sentido del sufrimiento humano de los adolescentes basado en la pedagogía de la cruz, siguiendo la línea de la epístola apostólica de Juan Pablo II, *SD*.

La presente investigación se justifica teóricamente en cuanto que existen pocos programas y terapias con sentido redentor para educar el sentido del sufrimiento humano. Por tal razón, hay necesidad de hacer una reflexión en torno a esta temática; y en relación con esto, a través de esta investigación se argumentará la necesidad de educar el sentido del sufrimiento.

Asimismo, esta investigación tiene relevancia práctica porque la propuesta que se plantea es elaborar un programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano; programa que puede ser tomado por distintas instituciones académicas, religiosas, etc.; esta propuesta contribuirá a la prevención de actitudes masoquistas, apáticas, suicidios, frustraciones, etc. que aparecen ante el sufrimiento y ayudará a cambiar de actitud ante esta realidad; además, en parte esta propuesta permitirá esclarecer dudas sobre la intervención de Dios en el sufrimiento como castigo o como fuente de mal.

II. Revisión de literatura

2.1. Antecedentes de estudio

A continuación, las diversas fuentes bibliográficas revisadas para esta investigación:

Rodríguez (2020), en su tesis de grado titulada “Sentido del sufrimiento como medio de perfeccionamiento en estudiantes de I y XII ciclos de derecho de la USAT, Chiclayo-2020” tiene por objetivo: “describir y comparar las actitudes ante el sufrimiento como medio de perfeccionamiento en estudiantes de I y XII ciclos de la escuela Derecho de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo de Chiclayo, en el año 2019” (p.7).

Esta es una investigación de tipo descriptiva comparativa. El instrumento utilizado fue un cuestionario y se obtuvieron por resultados que “en el 1° ciclo su sentido trascendente es de 57.5% creciendo en un 2,5% respecto al sufrimiento como trascendencia a lo largo de su formación universitaria” (p. 8) indicando así que el sufrimiento es una ocasión para que la persona trascienda. Teniendo en cuenta esta tesis, los resultados sirvieron para identificar la problemática y las conclusiones de este proyecto de investigación.

Pro Velasco (2020) en su investigación titulada: “Reflexiones sobre el sentido del dolor, el sufrimiento y la muerte”, tiene como objetivo dar una respuesta a la diferenciación entre el sufrimiento y el dolor. La base son las apreciaciones del filósofo alemán Robert Spaemann. Esta investigación ayuda a distinguir estas realidades a las que todo hombre se enfrenta; y aporta a la presente investigación con algunos argumentos base para el desarrollo del marco teórico, asimismo las reflexiones descritas han permitido orientar mejor el planteamiento del sentido que se le da al sufrimiento y ha orientado la propuesta de contenidos del programa planteado.

De la Calle, Castañeda & Giménez (2020), en su artículo teórico descriptivo de investigación cualitativa, titulado “La incomunicabilidad del misterio del sufrimiento” tiene como objetivo dar a conocer el profundo sentido del sufrimiento y cómo se convierte en un misterio incomunicable para el hombre. El artículo tiene un aporte significativo dado que ofrece fundamentos antropológicos sobre el sentido del sufrimiento humano, llegando así a relacionarse con uno de los objetivos planteados en esta investigación. El aporte del artículo descrito ofrece una mirada distinta al sentido del sufrimiento, en la que cada ser humano se descubre en su verdad y se encuentra consigo mismo de un modo particularmente único. Así lo afirman Castañeda & Giménez (2020), “esta experiencia de incomunicabilidad tan radical exige a la persona la tarea de asimilar, aceptar, vivir y aprender en el dolor, para transformarlo en camino único de sentido y verdadera humanización.” (p. 303).

Por otro lado, Rojas (2018), en su libro titulado “Cómo hacer que te pasen cosas buenas” une el punto de vista humano con la ciencia y psicología. Marian Rojas ofrece una reflexión acerca de la aplicación de nuestras propias capacidades para vivir una existencia feliz: “conocer y optimizar determinadas zonas del cerebro, fijar metas en la vida, ejercitar la voluntad, poner en marcha la inteligencia emocional, desarrollar la asertividad, evitar el exceso de autocrítica,

reivindicar el papel del optimismo, entre otros” (p.12). Este libro tiene propuestas para poder encontrarle sentido a las situaciones de sufrimiento y dolor, por lo que ha contribuido al desarrollo de la metodología del programa propuesto en este proyecto de investigación.

Ramos (2018), en su comentario teológico titulado “Job y el sentido del sufrimiento” tiene como objetivo indagar en la teología bíblica sobre el dolor. Además, contiene meditaciones espirituales sobre el sentido positivo de esta experiencia “negativa” en la vida del hombre, es decir, en la razón por la que Dios permite sufrimientos, y como enfrentarlos madurando en la fe. Este comentario teológico aporta en gran medida al presente estudio ya que es la base de la pedagogía de la cruz planteada como propuesta de programa en este proyecto de investigación, asimismo da algunas luces al desarrollo de los fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz.

2.2. Perspectivas teóricas sobre el sufrimiento

Resulta difícil definir el sufrimiento y tener solo una definición de este porque puede limitarse a un solo ámbito de la persona. Es por esto por lo que se hace necesario revisar las diversas perspectivas sobre el sufrimiento.

a. Sentido antropológico del sufrimiento

El ser humano es un misterio lleno de misterios, uno de ellos es el sufrimiento. El sufrimiento es universal porque todos lo padecemos en algún momento de nuestra vida, pero también es muy personal; el sufrimiento es visto por algunos como un mal, otros, como un medio para que el hombre se supere. Sanguineti (2022) menciona que “el dolor humano es, ante todo, una situación personal. El hombre está atenazado, entumecido, en el dolor; algo en su actividad existencial está quebrado y, paralelamente, inédito” (p.6). Por tanto, el sufrimiento como privación afecta todas las dimensiones del hombre y el fundamento de este sufrimiento es el pecado, lo que presupone la espiritualidad o la naturaleza espiritual y libre de cada persona. El hombre al sufrir mira en su interior y profundiza en su intimidad lo que lo lleva a trascender aun en su condición limitada. Juan Pablo II (1984) resumirá todo esto diciendo que el sentido del sufrimiento es “verdaderamente sobrenatural y a la vez humano”. (SD, #31). Es sobrenatural porque se inserta en el misterio de la redención y es humano porque el hombre gracias al sufrimiento puede encontrarse, encontrar su dignidad, misión e incluso su propia humanidad.

b. El sufrimiento según el budismo

Para el budismo el sufrimiento se expresa en términos de carencia y esto genera preocupación o angustia. Por ello Dalai Lama (como se cita en Bustamante, 2004, p.5), dice que “todos los seres vivos buscan la felicidad y tratan de evitar el sufrimiento”. Cada vez que el sufrimiento se intensifica, le va quitando sentido a la vida; y es ahí donde el budismo toma

protagonismo como una iniciativa o proyecto para darle sentido a la existencia sin la intervención de un ser supremo. Debemos saber entonces que lo que necesita un budista es trascender para así poder ir más allá del sufrimiento y develar la felicidad que hay detrás de toda la angustia que experimentamos. Para el budismo “solo hace falta descubrir que ya somos completos, que ya somos felices, para que el sueño de la carencia acabe y con ella todas sus secuelas de insatisfacción e infelicidad” (Bustamante, 2019, p.6). Si vivimos enfocados en la insatisfacción, en lo que no tenemos, o lo negativo, nos perdemos de vivir la vida realmente, y por esto el budismo propone trascender, despertar, en esto consiste la llamada “iluminación”.

c. Sentido psicológico del sufrimiento

Cassell (1982), define el sufrimiento como “un malestar generado por la amenaza inminente, percibida o actual, a la integridad o la continuidad existencial de la persona” (p.21). Con esta definición, el sufrimiento requiere de atributos propios al ser humano como son: conciencia de sí mismo, sentido de futuro y de pasado, identidad personal y por último la preocupación por la conservación. En definitiva, “el sufrimiento afecta a quien uno es en el presente, respecto a lo que era en el pasado o respecto a lo que será en el futuro” (Bayes, R., 2010, p.134),

Chapman & Gravin (1999), toman como base la definición de Cassell y dan una definición más amplia del sufrimiento, considerándolo como “un estado afectivo, cognitivo y negativo, que se acompaña de una sensación de amenaza a la integridad, de un sentimiento de impotencia y del agotamiento de recursos para afrontar dicha amenaza” (p.353). Por lo tanto, el sufrimiento que se percibe como un daño a la integridad de la persona implica un constructo psicológico que representa la subjetividad del sujeto y es expresión de su vulnerabilidad al enfrentar el dolor, entonces esto depende de quienes somos y qué es lo que hacemos en la sociedad.

d. El sufrimiento a la luz de la logoterapia: Viktor Frankl

Viktor Frankl concluirá que “el modo en que un hombre acepta su destino y todo el sufrimiento que este conlleva, ... le da muchas oportunidades ... , para añadir a su vida un sentido más profundo. Puede conservar su valor, su dignidad, su generosidad” (Frankl, 1946, p.162); todo está en la actitud con la que enfrentemos el sufrimiento, de esto dependerá nuestra forma de vivir o incluso el sentido que le demos a la vida.

Frankl (citado en Sellés, 2016) recomienda aceptar el sufrimiento porque de lo contrario se puede sufrir más: “cuando un hombre descubre que su destino es sufrir, su única tarea es aceptarlo. Nadie puede redimirle de su sufrimiento ni sufrir en su lugar. Su única oportunidad reside en la actitud que adopte al soportar su carga” (p.132). De ello podemos afirmar que nuestros sufrimientos deben tener un sentido lógico, no un sentido abstracto que nos impida

reconocer en realidad cual es el auténtico y verdadero sufrimiento. Parafraseando a Selles (2016), así como sabemos que no existen dos personas iguales, también sabemos que no existen dos maneras iguales de enfrentar una misma enfermedad o situación dolorosa y frente a esto, la actitud que asumimos muestra la dignidad de cada persona, y para Frankl (2015), “más digna es una persona según sea más elevado el motivo por el que sufre” (p.72).

e. El sufrimiento desde la Neurobiología

La Asociación Internacional para el Estudio del Dolor (IASP) define al dolor como: “una experiencia sensorial y emocional displacentera asociada a un daño tisular actual o potencial o descrito en esos términos” (2020, p.4). La palabra experiencia abarca la función mental del cerebro y la palabra sensación, los procesos cerebrales superiores cuando hay dolor. Gracias a esta definición podemos entender que el resultante de la unión de la mente con el cuerpo ante una amenaza es el dolor. Esto lo confirma la neuromatriz; que se activa cuando las personas experimentan el dolor social y emocional, que se presentan en situaciones de exclusión o rechazo social. “La corteza del cíngulo es la zona neuronal más activa en la experiencia dolorosa. Más aún, los estudios muestran que el mamífero siente dolor físico cuando tiene experiencias de exclusión social o pérdida del objeto amado” (Veléz & Krikorian, 2008, p.249).

Resumiendo, el cerebro activa las mismas zonas cuando padece un dolor emocional o físico (nociceptivo). Para Chapman & Gavrin (1999), “Si bien el dolor se asocia a la amenaza a la integridad física, el grado de dicha amenaza dependerá de la interpretación que cada individuo haga de su experiencia de dolor” (p.249). En conclusión, desde la neurobiología los conceptos de sufrimiento pueden variar debido a su proximidad en cuanto a sus respuestas frente al daño y a las respuestas neuronales frente a alguna amenaza. De modo que esto intensificará o disminuirá el dolor. De ahí la complejidad y el dinamismo que adquiere el sufrimiento humano.

f. Sentido cristiano del sufrimiento

Ahora bien, podemos darnos cuenta de que el sufrimiento afecta a la persona en su totalidad, e independientemente de sus causas afecta cada una de sus dimensiones, pero sin duda se ve relacionado con su dimensión espiritual, porque es donde se profundiza aquello que vive, y lo que en forma concreta llega a darle sentido a lo que va padeciendo o sintiendo.

El sufrimiento por ser parte de la dimensión espiritual es el que finalmente atañe en la vida de todo cristiano y en una perspectiva creyente, el sufrimiento busca que nos abandonemos a la voluntad de Dios. El acontecimiento teológico que refleja el poder del amor sobre la realidad del sufrimiento es el sacrificio de Cristo en la cruz, por la que los hombres reciben gracias innumerables y solo de este modo el ser humano, al saberse salvado por el Cristo sufriente, sabrá ofrecer desinteresadamente lo que padece en salvación de los que lo rodean.

2.3. Perspectiva bíblica del sufrimiento

Hay un elemento que hace más duro el sufrimiento para los creyentes y es sentir que Dios se queda callado, “¿Por qué te quedas lejos, Señor?” (Sal. 10); contraria e incluso hasta dolorosa debe ser la realidad de los que no tienen un Dios en quién refugiarse. Cuando nos acercamos al sufrimiento, este se configura como una realidad que, interpretada en profundidad, puede conducirnos a las sagradas escrituras, ya que en sus páginas encontramos experiencias de dolor humano que no solo nos ayudan a sentirnos identificados, sino que también ofrecen un marco interpretativo para comprender el sufrimiento y darle un sentido a la luz de la fe.

2.3.1. El sufrimiento en el Antiguo Testamento

Tabla 1: El sufrimiento en el Antiguo Testamento

La expulsión del paraíso
<ul style="list-style-type: none"> •Este pasaje relata el pecado de nuestros primeros padres. (Gén. 3) •¿Para qué Dios quiso que salieran del Paraíso Adán y Eva? Muchos ven el sufrimiento como el fruto de un Dios que está buscando venganza por haberle desobedecido. •La salida del paraíso sólo se comprende correctamente si nosotros comparamos aquello que Dios le dice a la serpiente y lo que le dice al hombre y a la mujer. •Las preguntas que Dios hace para establecer un diálogo son una alarma para despertar a la conciencia, la pregunta arrastra hacia la verdad, por el contrario, cuando no hay pregunta y solo existe una sentencia significa que no hay un avance en el conocimiento.
La esclavitud en Egipto
<ul style="list-style-type: none"> •Hay mucho dolor en la condición de esclavos que tienen los israelitas en Egipto. •Sin embargo, en el desierto ellos sienten añoranza de Egipto. •¿Estaban o no sufriendo?, por supuesto que había dolor en Egipto, pero era un dolor anestesiado por los regalos del faraón, el faraón quería esclavos felices, este dato es importante porque es lo que van a querer siempre los imperios de este mundo es que seamos esclavos atontados
El camino del desierto – Huida de Egipto
<ul style="list-style-type: none"> •Hay muchas quejas que conocemos de los israelitas (Sal. 94). El desierto fue un lugar de dolor, de privaciones, no fue fácil vivir en el desierto, sin embargo, este desierto tenía un propósito. •Recordemos la parábola del hijo pródigo (Lc. 15, 11-32), este hijo tenía sus muchos bienes materiales y estaba rodeado de amigos, mujeres, amantes, pero cuando llega la dificultad se alejan, este hombre se encuentra solo. •Resumiendo, son los padecimientos en el desierto los que traen verdad a nuestro corazón, las que nos enseñan quién es quién, lo que nos muestra aquello que no queremos ver.
La lección de los jueces
<ul style="list-style-type: none"> •El libro de los Jueces nos presenta las muchas idolatrías de los israelitas y las numerosas incursiones opresivas de los pueblos. Cada vez que el pueblo se apartaba de Dios, experimentaban dolor y sufrimiento, pero Dios que escuchaba sus clamores enviaba un juez para guiarlos y liberarlos.
La fragilidad de los reyes
<ul style="list-style-type: none"> •Muchas veces frente a las amenazas de los pueblos extranjeros los reyes tanto de Israel como de Judá se acobardaban, es decir se agrietaban en su fe y creían que, ocultando su fe iban a tener paz con los pueblos hostiles. •Esta tendencia es actual, tratar de evitar la persecución disimulando que yo creo en Cristo, rebajando las exigencias de la vida cristiana.
El destierro
<ul style="list-style-type: none"> •Tiempo espantoso, de mucho dolor; en el tiempo del destierro lo que podemos aprender sobre el sufrimiento es “esperar en silencio la salvación de Dios” (Lam. 3,26). •Huir del dolor resulta estéril, en cambio podemos recapacitar, examinarnos y cuestionarnos cómo es que hemos llegado a ese punto.
La dureza del retorno
<ul style="list-style-type: none"> •Cuando ellos regresan del destierro después de setenta años de estar, entre los caldeos en babilonia se encuentran que el sufrimiento los ha hecho egoístas (Neh.5). •Tenemos que preguntarnos qué pasa con nuestros corazones cuando sufrimos.
Los pobres de YHWH
<ul style="list-style-type: none"> •Los pobres de YHWH, aprendieron la sana desconfianza de los poderes de este mundo y de nuestras propias fuerzas. Si aprendemos de nuestros sufrimientos y ponemos toda nuestra confianza en aquel que permanece, como decía Santa Teresita del niño Jesús: “el sufrir pasa, el haber sufrido queda” (1897). Quedémonos con él, con el que permanece, con el Señor; esta es la lección con la que se despide el antiguo testamento en este breve recorrido.
(Elaboración propia)

2.3.2. El sufrimiento en el Nuevo Testamento.

<i>Tabla 2: El sufrimiento en el Nuevo Testamento</i>	
La casa de Nazareth	
<ul style="list-style-type: none"> •En el nuevo testamento lo primero que encontramos es la pobreza de Nazareth •Nacimiento de Jesús en un establo y presentación de Jesús en el templo (Lc. 2); el ofrecimiento son dos pichones, ofrenda de los pobres. 	
Las tentaciones en el desierto	
<ul style="list-style-type: none"> •El desierto para Israel fue el tiempo de la infidelidad, pero para Jesús es el lugar de la extrema fidelidad con un ayuno prolongado (Mt. 4,2) perseguido por las asechanzas del demonio. •Jesucristo sin embargo redime el desierto, redime el sufrimiento. 	
La bienaventuranza de los que sufren	
<ul style="list-style-type: none"> •Hay que recordar los destinatarios de las bienaventuranzas porque precisamente a los que se mencionan son a los que sufren •“Bienaventurados los que lloran...”, no se trata de cualquier llanto, el llanto bienaventurado es aquel del que sufre por ver lo que sucede en el mundo que le da la espalda a Dios. 	
La misión de Jesús, el mesías rechazado	
<ul style="list-style-type: none"> •Encontramos también los múltiples dolores de la misión, esa dureza de la misión que aparece descrita en las palabras de Pedro cuando le dice a Cristo: “Nosotros lo abandonamos todo por seguirte ¿Qué obtendremos en cambio?” (Mt.19,27). •Permanecer con Jesús no significa que los sufrimientos van a desaparecer, al contrario, hay que prepararnos para sufrir, estamos del lado de un mesías rechazado. 	
La traición de los discípulos	
<ul style="list-style-type: none"> •La traición de los discípulos nos muestra lo mismo que dijo San Pablo "todos buscan sus intereses no los de cristo Jesús" (Flp. 2, 21), por esto en vez de estar buscando a quién acusar hagámonos más bien esta pregunta ¿Qué calidad de discípulo soy? soy como Pedro que niega a pesar de haber dicho que incluso entregaría la vida o soy como Judas que tratando de recuperar la inversión de tiempo depositado en el seguimiento a Jesús y los muchos padecimientos que implican seguirle, traiciona y vende por unas monedas al hijo de Dios. 	
La pasión y muerte de Jesús	
<ul style="list-style-type: none"> •De alguna manera la cruz viene a resumir todos los sufrimientos. •En la cruz Jesús nos va introduciendo en el sentido del sufrimiento, pero el sufrimiento en la cruz no es un sufrir en vano o sufrir en el absurdo, es sufrir sabiendo que hay un sentido para nuestro sufrimiento y que podemos darle ese sentido en el misterio de la cruz. 	
<i>(Elaboración propia)</i>	

2.4. Actitudes ante el sufrimiento

Para Rodríguez (2020) el sufrimiento es “medio para que el hombre pueda perfeccionarse a través de la consolidación de virtudes y de las actitudes que tome ante el dolor” (p.25). Por esto veo necesario repasar las actitudes que tomamos frente al sufrimiento porque de esto depende nuestro perfeccionamiento.

<i>Tabla 3: Actitudes ante el sufrimiento</i>	
Actitud cotidiana: evitar el dolor	
El estilo cotidiano es el del mosquito, al que espantamos con las manos y esperamos que el mosquito se vaya y esta es una reacción insuficiente, esta reacción quiere quitar la incomodidad; a veces queremos quitarles importancia a las cosas y creer que solamente con el paso del tiempo desaparecerán y todo estará bien, como el que mueve la mano y cree que espantando hacia el mosquito ya se acabó el problema.	
Actitud cómoda o de huida	
Hay personas que tienen graves problemas y se drogan o se emborrachan para olvidar los problemas, pero estos problemas desaparecen por un instante de la mente del hombre, pero no de la realidad y en cuanto pasa el efecto de la droga, el alcohol o de esa sesión de pornografía, los problemas están iguales; entonces hay un estilo de vida cómodo, donde solo se espera que los problemas se resuelvan solos	
Actitud infantil	
Típicamente se detecta desde las primeras edades, desde las primeras etapas de la vida humana cuando vamos justificándonos y echando la culpa a otros, es un esquivar la propia responsabilidad.	
Actitud de amargura	
Esta actitud es parecida a la actitud autodestructora en el sentido que no construye ninguna solución, pero lo que hace es simplemente llenarse de amargura que se expresa en palabras o gestos negativos, este estilo también nos hace tomar una postura de alejamiento hacia Dios e incluso llegar al ateísmo, porque encontramos a Dios como un Dios castigador y desagradable que me llena de furia, al que reclamo y al no encontrar respuesta, lo rechazo.	
Actitud estoica	
Los estoicos son famosos por su sabiduría práctica; se basaba en como vivir bien, en armonía con la naturaleza y la virtud. Sin embargo, hay algo que no termina de funcionar con el estoicismo; para el estoico el bien supremo era la virtud, no la propia vida, es por eso que cuando una persona no podía vivir con dignidad, ni practicar la virtud por alguna enfermedad, pérdida de libertad, o alguna circunstancia extrema, la mejor salida era el suicidio.	
Actitud budista	
La gran pregunta que tenía el llamado Buda era ¿Qué hacer con el sufrimiento? y la propuesta que hace es eliminar el deseo. ¿Cuál es el problema con la postura budista? hay varios problemas, por ejemplo, el deseo tiene un lugar en el bien de la persona humana, es decir si yo tengo deseo de descansar, ese deseo no es simplemente algo desagradable, ese deseo es una dirección hacia un bien mayor porque estando bien descansado voy a estar mejor; entonces eliminar el deseo es eliminar la ruta hacia algo mejor.	
Actitud Marxista	
Consiste en convertir el dolor en una fuerza de odio, la lucha de clases que proponía Marx para la transformación de un sistema injusto implicaba muchas veces revolución y conflictos llenos de violencia; incluso la crítica a las instituciones como la iglesia permanece en nuestros tiempos y se ejerce de manera violenta (Ejm: marchas feministas y la quema de iglesias, la burla hacia lo sagrado, etc).	
Actitud cristiana	
Es la actitud en la que el sufrimiento no se vive de manera pasiva, sino que se comprende como una realidad humana que puede ser transformada en oportunidad de crecimiento espiritual. Para el cristiano, el sufrimiento es una realidad fecunda asumida a la luz del evangelio y centrada en la figura de Cristo. De esta manera, el sufrimiento es una ocasión para encontrar sentido en la unión con Cristo , vivirlo con esperanza y transformarla en fuente de amor y crecimiento personal.	
<i>(Elaboración propia)</i>	

2.5. Respuesta bíblica al sentido del sufrimiento

Debido al sufrimiento experimentado por el hombre, aparecen preguntas sobre las causas, razones o incluso la finalidad del sufrimiento. El hombre lanza estas preguntas a Dios, creador del mundo, y es evidente que para encontrar respuestas surgen conflictos.

Es conocida la historia de Job, que sin ninguna culpa propia es probado por innumerables sufrimientos. En esta desfavorable situación llegan a su casa tres amigos, los cuales le dicen que quizás cometió una falta grave y está pagando por esto. El sufrimiento aparece, desde este punto de vista, como un mal justificado. Job, sin embargo, es consciente de no haber merecido tal castigo, el suyo es el sufrimiento de un inocente. Para hallar el sentido profundo del sufrimiento hay que acoger la luz de la Revelación, en cuanto ilumina este orden con el amor como fuente definitiva de todo lo que existe. “El amor es también la fuente más plena de la respuesta a la pregunta sobre el sentido del sufrimiento. Esta pregunta ha sido respondida por Dios al hombre en la cruz de Jesucristo” (Juan Pablo II, 1984, SD, #13).

2.6. Bienes que derivan del sufrimiento

Hemos presentado actitudes usuales de respuesta ante el sufrimiento, ahora hablemos de los bienes humanos que el dolor y el sufrimiento traen al corazón.

Tabla 4: Bienes que derivan del sufrimiento
Sabiduría: a la sabiduría se le ha relacionado con el sufrimiento y es una de las razones por las que solemos buscar consejos en las personas que son un poco mayores porque han pasado por dificultades, pruebas, porque han tenido una mayor ocasión de enfrentar el dolor, el sufrimiento. Por lo menos la persona que sufre ha aprendido algo, o eso se espera.
Humildad: podemos decir que el dolor es como estrellarse contra una pared, muchas veces creemos que tenemos todo bajo control y cuando descubrimos que muchas cosas de nuestra vida no están bajo control empezamos a bajar en nuestra soberbia.
Capacidad de valorar lo que se tiene: pasar por un duelo causa mucho sufrimiento, podemos perder a alguien con la que nos hubiera gustado disculparnos, entonces el dolor de la pérdida se convierte también en un valorar lo que se tenía y se vuelve un llamado a valorar lo que se tiene.
Conciencia de lo duradero y lo pasajero: a veces para descubrir lo que permanece o queda, tenemos que perder lo que es lo que es contingente, el dolor muchas veces se vuelve un llamado a nuestra conciencia para discernir entre lo pasajero y lo que realmente importa y es duradero. Los problemas pueden desaparecer por un instante de la mente del hombre, pero no de la realidad y en cuanto pasa el efecto de la droga, el alcohol o de esa sesión de pornografía, los problemas están iguales.
Compasión: Otro bien humano que viene con el dolor es la capacidad de compadecerse de otros, es decir, de ser misericordiosos. Hay personas a las que el dolor las vuelve más egoístas, pero también hay personas a las que el sufrimiento les ha hecho tener más apertura, y esa apertura de corazón termina siendo una ocasión de solidaridad e incluso de misericordia.
Fortaleza: el sufrimiento suele traer fortaleza, los creyentes muchas veces encontramos ahí la presencia y la fuerza de Dios. Descubrimos que ante una situación difícil tomamos una postura que no imaginábamos, porque lo afrontamos de la mejor manera y parece ser que en nosotros había una fortaleza interior que solo puede provenir de Dios.
Capacidad resolutive: el sufrimiento nos hace recursivos, nos lanza a buscar soluciones, cuántas personas en las circunstancias más difíciles han encontrado caminos que a nadie más se le hubiera ocurrido; un ejemplo notable lo encontramos en las historias de las fugas de los campos de concentración. Por ejemplo, Tony Meléndez, es un hombre que no tiene brazos, pero que, en medio del dolor, ha desarrollado otros sentidos, toca guitarra con sus pies; este hombre no se quedó en el sufrimiento, fue más allá, busco soluciones, no tener brazos no fue una excusa, sino una oportunidad.
Gratitud: uno de los datos interesantes de la última gran encuesta realizada por Gallup World Poll (2024) indica que la población que registra un mayor aumento en el índice de felicidad son las personas mayores; esto pasa porque las personas que más han sufrido han descubierto la gratitud, han aprendido a valorar pues es muy natural que aprenda a agradecer parece que esa es la secuencia; el sufrimiento te enseña a valorar si te dejas enseñar y el sufrimiento que te enseña a valorar también te enseña a agradecer.
<i>(Elaboración propia)</i>

2.7. Fuentes del sentido del sufrimiento humano

Pro Velasco (2020) reflexiona sobre el sentido del dolor, el sufrimiento y la muerte, y plantea las siguientes fuentes concretas que permiten dar sentido al sufrimiento:

- La utilidad del sufrimiento: Aquellos sufrimientos que son un medio para obtener un bien mayor.

- La humanización: El sufrimiento nos perfecciona, personifica y humaniza, nos ayuda a empatizar con los otros e incluso compadecernos y sufrir con ellos.
- El valor pedagógico: Con cada experiencia adquirimos conocimientos que nos ayudan a madurar frente al dolor. Además, también resulta relevante que temas como estos sean trabajados por las personas dedicadas a la educación.
- El valor expiatorio: Aceptar el sufrimiento supone “restablecer de algún modo la justicia violada por las malas acciones culpables” (Pro, 2021, p.49)

En definitiva, dirá Pro Velasco (2020) que “toda experiencia humana de sufrimiento puede aportarnos algún tipo de utilidad para nuestra vida, o incluso, ser una ocasión para mejorar en algún aspecto de la misma” (p.56). Además, tomando el pensamiento de Velasco podemos decir que el sufrimiento humaniza, personaliza y nos hace trascender.

2.7.1. Aclaraciones sobre la relación entre la cruz y el sufrimiento

La primera aclaración es que “no todo sufrimiento es cruz” (Medina, 2021). Pensemos en el caso de una persona alcohólica y que padece cirrosis, tiene poca esperanza de vida; y en medio de ese sufrimiento podría decir “esta es mi cruz”. Se enoja, tiene mucho amargura y frustración, pero todo esto es consecuencia de la elección que esta persona hizo.

Otra aclaración a tener en cuenta es que no todo sufrimiento es mandado por Dios, si la persona del ejemplo dijera que Dios le mandó esta cirrosis que en realidad la obtuvo por su vicio ¿diríamos que Dios le mandó este sufrimiento?, claro que no. No todo lo que nos perjudica podemos llamarle cruz; el sufrimiento es un elemento de la cruz, pero, aunque toda cruz incluye sufrimiento, no todo sufrimiento es cruz.

La única manera de entender esto es que dentro de todos los sufrimientos que podemos tener hay unos sufrimientos a los que llamamos cruz, porque Cristo dijo: “el que no tome su cruz cada día no puede ser discípulo mío” (Lc. 9,23); luego si hay cruz entonces hay sufrimiento y no es cualquier sufrimiento. Dios no llamaría cruz a un dolor de cabeza, a una piedra en el zapato, a un dolor de muela.

Parafraseando a Medina (2021) otra aclaración a tener en cuenta es que Dios es Señor, pero esto no significa que él reemplace la acción de sus criaturas. En las personas existe una causalidad al igual que en las leyes de la naturaleza. Aunque seamos creación de Dios, el hombre es responsable de sus actos y si hay responsabilidades no podemos simplemente decir que Dios nos mandó esta prueba. Por lo tanto, dice Medina (2021) “debe afirmarse que existe una auténtica causalidad y responsabilidad en el deseo humano” (párr. 4).

Elementos de discernimiento

Uno de los dichos más conocidos de Santo Tomás de Aquino es: “la gracia presupone la naturaleza”; esto quiere decir que Dios no anula el orden de la creación, Dios no anula el dolor.

Por ejemplo, la prudencia natural queda superada por la prudencia sobrenatural; según la prudencia puramente humana es mucho más seguro que una persona se quede viviendo en un país donde hay un orden social establecido que irse a otro país donde hay inseguridad, y atentados. Pero si esta persona quiere viajar al país inseguro para hacer apostolado, llevar los sacramentos, etc. está obrando con una prudencia que busca un bien mayor y el bien mayor que está buscando es la gloria de Dios. Vemos como la prudencia natural ha sido desplazada ‘por la prudencia sobrenatural.

Otro ejemplo, en la cruz de Cristo se cometió la peor de las injusticias, sin embargo, la cruz es la que nos trae la justificación, es decir el retorno a la amistad con Dios, la justicia se limita a dar a cada uno lo que le corresponde según la luz de la sola razón, pero la justicia que vino a traer Cristo trae la luz de la gracia en donde es posible restaurar el orden de Dios. Cuando genuinamente hay cruz, hay una respuesta al orden de la justicia humana y hay una respuesta en el orden de la justicia sobrenatural.

El sufrimiento que no hace mejor a quien lo causa puede ser sufrimiento estéril. Los sentimientos que acompañan a la verdadera cruz son los siguientes:

- El realismo, “el saber que esto duele” decía el Padre Pio sobre sus estigmas. Si no hay paz en tu dolor, no es tu cruz.
- El amor, hay amor a Dios y al prójimo y la persona se siente agradecida con ese sufrimiento. “El que huye de la cruz que Dios le da, solo encuentra el sufrimiento que el demonio le ha preparado” (Medina, 2021, párr.5), entonces hay que prepararse para la verdadera cruz y hay que pedirle a Dios la gracia de reconocerla y de abrazarla.
- La fecundidad, expresada en la salida de sí mismo, lo vemos en la cruz de Cristo, él padece y sin embargo sale de sí mismo para pensar en la suerte de sus verdugos o para pensar en los que están crucificados con él.

2.8. Razones del sufrimiento

Ahora podemos comprender que no es Dios la causa del sufrimiento, ni de los males que agobian a los seres humanos. Sin embargo, no queda aclarada la cuestión acerca de las razones por las que Dios permite el sufrimiento, aun cuando tiene suficiente poder para darle fin. En esta perspectiva, Montes (2017) nos dirá que “Dios está permitiendo que Satanás demuestre cómo gobernaría a la humanidad (...)en la que sus formas de gobierno se convierten incluso en causa del mismo sufrimiento” (p.17). Es por ello por lo que muchas veces se suele atribuir a

Dios muchos padecimientos, pero que en realidad son causas de como el hombre llega por su libertad a dejarse gobernar por el demonio.

Se entiende que desde siempre ha existido un conflicto entre el bien y el mal; entre Dios y el demonio. Satanás atribuye a Dios la injusticia y la opresión de sus criaturas, es decir que les quita libertad. En este sentido, Dios permite que sus criaturas decidan a quien seguir con total libertad, mostrando así que el sufrimiento ocurre cuando la humanidad se aparta de él.

Dios no elimina de manera arbitraria a Satanás, ni elimina el sufrimiento causado por seguirlo, porque nos ha dotado de libertad; según la visión cristiana es claro que Dios conoce que es lo que más conviene al hombre, pero respeta nuestras decisiones; además en medio del sufrimiento, y a pesar de lo que decidamos, siempre saca frutos de estas realidades, nos va perfeccionando como personas y nos encamina a nuestra salvación, hacia la felicidad que tiene su culmen en el fin último del hombre, contemplarle.

2.9. Participes en los sufrimientos de Cristo

La cruz del Señor da sentido a nuestras cruces, Cristo no escogió su cruz, él solo la recibió como camino hacia la gloria, también nosotros hemos de pedirle a Dios que nos dé el discernimiento para abrazar la cruz de verdad porque una cruz de mentiras no es expresión de salvación, no se mide la verdadera cruz por el tamaño del dolor sino se mide por la conformidad con el plan de Dios para tu vida,

La clave está en la intención, no somos nosotros los que abrazamos la cruz, sino que es Cristo quien nos ha unido a su propia ofrenda. “Si un hombre se hace partícipe de los sufrimientos de Cristo, es porque Cristo ha abierto su sufrimiento al hombre porque Él mismo en su sufrimiento redentor se ha hecho en cierto sentido partícipe de todos los sufrimientos humanos” (Juan Pablo II, 1984, #20). La Iglesia es la dimensión en la que el sufrimiento redentor de Cristo puede ser llenado constantemente por el sufrimiento del hombre.

2.10. La carta apostólica Salvifici Doloris

2.9.1. Autor de la Carta: Juan Pablo II: vida y obra

Karol Józef Wojtyła, es el nombre de pila del polaco que fue elegido Papa en el año 1978. Fue hijo de Karol Wojtyła y Emilia Kaczorowska, que falleció en 1929; y es el menor de tres hermanos; Edmund, su hermano mayor, murió muy joven junto a su padre.

El Santo Padre padeció los estragos de la Segunda Guerra Mundial; y antes de ser elegido Papa participó en el Concilio Vaticano II (1962-1965), colaborando en la elaboración de la constitución *Gaudium et Spes*. Finalmente, fallece en el Vaticano en el año 2005, en la víspera del Domingo de la misericordia. Su beatificación fue oficiada por el Papa Benedicto XVI y el rito de su canonización fue celebrada por el Papa Francisco en el año 2014.

San Juan Pablo II al cuestionarse por la dignidad del hombre y por su constante preocupación por defenderla, procuró siempre enseñar y tratar estas cuestiones que nos ha dejado como legado en diversas encíclicas, cartas apostólicas, documentos papales, etc.; el Santo Padre ha padecido el sufrimiento en carne propia y en muchos momentos de su vida, y haciendo una revisión a su obra se evidencia el interés tan profundo que tenía para que el hombre comprenda el dinamismo del dolor y dote de sentido su propia vida.

2.9.2. Contenido de la carta Apostólica Salvifici Doloris

Finalmente, revisaremos el contenido de la carta apostólica “Salvifici Doloris”, los puntos claves que considero más relevantes de esta carta se resumen en:

- El misterio del sufrimiento:
 - Considerar que el sufrimiento es universal y que todos en algún momento de nuestras vidas vamos a padecerlo.
 - El sufrimiento no se reduce a lo físico, también puede ser moral, espiritual o incluso existencial.
- El sufrimiento en las Sagradas Escrituras:
 - En el A.T. el sufrimiento puede parecer castigo como consecuencia del pecado, como una prueba divina o como medio de purificación. Ejm: Job, los profetas, etc.
 - En el N.T. con la figura de Cristo asumiendo el dolor humano se revela el sentido más profundo del sufrimiento.
- La redención del dolor por medio de Cristo:
 - Jesús otorga un nuevo valor al sufrimiento, lo transforma en camino de salvación.
 - El sufrimiento ya no es estéril ni inútil, porque unido a la pasión de Cristo participa en la obra redentora.
- El hombre como participe del sufrimiento de Cristo:
 - El sufrimiento en unión al de Cristo puede ofrecerse como medio para salvación propia y de los demás. De esta manera, el sufrimiento adquiere un valor redentor, pedagógico y fraterno.
- El papel de la Iglesia con los que sufren
 - La iglesia está llamada a acompañar, consolar y encaminar el sentido de los que sufren. Los enfermos, y aquellos que padecen dolor son parte viva y fecunda de la Iglesia.

Por otro lado, Lavados (2010), resume en estos puntos las interpretaciones que se hacen sobre el sufrimiento según la carta apostólica:

- Dolor como consecuencia del pecado: Nuestra naturaleza humana está inclinada al mal e “inmerso en muchos males que no pueden proceder de su Creador” (C.I.C, 401), porque él es bondad. El hombre fue creado en estado de gracia, en comunión con Dios. Por lo tanto, el sufrimiento no viene de Dios como castigo. El sufrimiento “deber servir para la conversión, es decir, para la reconstrucción del bien en el sujeto” (Juan Pablo II, 1984, SD, #12).
- Sentido pedagógico del sufrimiento: Las pruebas que tuvo que enfrentar el pueblo de Israel; Job y los sufrimientos que padeció, eran un llamado constante y permanente a la conversión. El propósito de Dios era pedagógico; a través de estos acontecimientos él buscaba educar a su pueblo. El sufrimiento lleva consigo una pedagogía que interpela para impulsar al hombre. Ser conscientes del sufrimiento nos permite ser más humildes. “El sufrimiento tiene la cualidad de sacar el disfraz de la apariencia en la cual muchas veces se vive” (Lavados, 2010, p.45)

III. Materiales y métodos

El paradigma que se utilizó en la siguiente investigación es el interpretativo; como afirma Miranda (2020), este paradigma “encuentra su razón de ser en las dimensiones, en el sentido de que toma en cuenta las experiencias para el entendimiento del mundo y reconoce en la configuración de las subjetividades la influencia de aspectos históricos, culturales y sociales” (p.10). Se tuvieron en cuenta los procesos propios del razonamiento que permitió argumentar y profundizar en cada objetivo y categoría planteados en la investigación.

Además, esta investigación es de tipo documental, ya que por medio de esta se analizaron distintas fuentes bibliográficas en relación con las variables de esta investigación, a fin de obtener “información relevante, fidedigna e imparcial, para extender, verificar, corregir o aplicar el conocimiento” (Ortiz, 2015, p. 64), característica de este tipo de investigación.

Ahora bien, siguiendo la línea de Baena (2017), para la recolección de los datos que dieron fundamento al trabajo de investigación se utilizaron: el método de la biblioteca, la técnica del fichaje, se hizo uso de fichas bibliográficas, de texto, comentario y resumen. Además, se utilizaron los diversos impresos de organismos internacionales y nacionales, es decir, las publicaciones realizadas por organizaciones que proporcionan datos estadísticos que sirvieron para evidenciar la problemática en estudio. Se hizo uso también de la técnica del subrayado, aquella que permitió destacar la información más importante de los documentos base de esta investigación; se hizo uso de herramientas virtuales para realizar este subrayado.

3.1. Matriz de análisis de categorías conceptuales

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CATEGORÍAS CONCEPTUALES	SUB CATEGORÍAS CONCEPTUALES
Elaborar un programa para adolescentes, basado en la pedagogía de la cruz, para educar el sentido del sufrimiento, siguiendo la Salvifici Doloris	1. Justificar los fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.	1. Fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.	1.1. Jesucristo, el sufrimiento vencido por el amor 1.2. El evangelio del sufrimiento 1.3. Participes en los sufrimientos de Cristo 1.4. El pueblo de Dios, marcado por el sufrimiento en el Antiguo Testamento 1.5. Jesús y el sufrimiento en el Nuevo Testamento 1.6. Del sufrimiento a la esperanza
	2. Analizar los fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.	2. Fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.	2.1. Diversas interpretaciones del sufrimiento: sentidos 2.2. Tipos de dolor según la Salvifici Doloris 2.3. El misterio del sufrimiento 2.4. Del sufrimiento a la solidaridad 2.5. La cruz como fuente de sentido 2.6. Del evangelio del sufrimiento al evangelium vitae 2.7. La Santísima Virgen María y el sufrimiento
	3. Justificar la necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz	3. Necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz.	3.1. Falta de sentido del sufrimiento en adolescentes 3.2. Humanizar el encuentro con el sufrimiento 3.3. ¿Qué hacer frente al sufrimiento? 3.4. Valor pedagógico del sufrimiento
	4. Proponer actividades educativas para educar el sentido del sufrimiento humano de los adolescentes basado en la pedagogía de la cruz.	4. Actividades educativas para educar el sentido del sufrimiento humano de los adolescentes basado en la pedagogía de la cruz.	4.1. La persona: excelencia y fragilidad 4.2. Sentido del sufrimiento para la persona 4.3. Sufrimiento y ser personal 4.4. El sufrimiento no se opone a la felicidad 4.5. Comprender para aliviar 4.6. Perspectiva y respuesta cristiana al sufrimiento 4.7. El amor como antídoto del sufrimiento 4.8. Relación de amistad con Cristo que sufre

3.2 Matriz de consistencia

TEMA	PROBLEMA GENERAL	PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	MATERIALES Y MÉTODOS
Programa para adolescentes, basado en la pedagogía de la cruz, para educar el sentido del sufrimiento, siguiendo la Salvifici Doloris	¿Cómo elaborar un programa para adolescentes, basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano?	1. ¿Cuáles son los fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris? 2. ¿Cuáles son los fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris? 3. ¿Cómo justificar la necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz? ¿Por qué hay necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz? 4. ¿Qué actividades educativas se proponen para educar el sentido del sufrimiento humano de los adolescentes basado en la pedagogía de la cruz?	Elaborar un programa para adolescentes, basado en la pedagogía de la cruz, para educar el sentido del sufrimiento, siguiendo la Salvifici Doloris	1. Justificar los fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris. 2. Analizar los fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris. 3. Justificar la necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz 4. Proponer actividades educativas se proponen para educar el sentido del sufrimiento humano de los adolescentes basado en la pedagogía de la cruz.	Paradigma: Interpretativo Tpo de investigación: Documental Métodos y técnicas: Utilización de biblioteca Técnica del fichaje Técnica del subrayado

En este informe se consideraron los principios éticos que debe tener toda investigación. Hernández, Fernández & Baptista (2010) nos dicen que una investigación debe encaminarse ética y legalmente a la generación de conocimientos que respondan a problemas específicos y que contribuyan al avance de la ciencia, teniendo en consideración los derechos de las personas. Esta investigación está dirigida a personas y no objetos, por lo que, los principios éticos que han regido esta investigación son:

- Respeto de las personas: En toda investigación se busca el bien del ser humano porque ella es fin en sí misma y no un medio.
- Respeto a la libertad: En esta investigación se valoró y respetó la libertad de los futuros estudiantes con los que se trabaje el programa.

- Fidelidad a la Verdad: En esta investigación no existe una alteración de datos, se respetan los derechos de autor citando a quién corresponde.
- Búsqueda del bien común: En esta investigación se buscó el bien común de todos los involucrados en un futuro al aplicar el programa.

IV. Resultados y discusión

Según los objetivos propuestos en esta investigación, los resultados más significativos son los siguientes:

4.1. Fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica Salvifici Doloris.

Los fundamentos antropológicos parten de la comprensión del ser humano como un ser abierto a la trascendencia, dotado de libertad y con vocación al amor, capaz de encontrar sentido incluso en medio del dolor. En este sentido, la pedagogía del cruz iluminada por la figura de Jesucristo se convierte en un camino formativo que permite al hombre reconocer su fragilidad, abrirse a la solidaridad y descubrir su dignidad más profunda.

4.1.1. Jesucristo, el sufrimiento vencido por el amor

En el pasaje de Jn. 3,16, Jesús le habla a Nicodemo y expresa que Dios amó tanto al mundo que dio a su único Hijo, con el propósito de que todo aquel que crea en Él tenga vida eterna. Estas palabras revelan el inmenso amor de Dios para liberarnos del mal, que es la causa del sufrimiento humano.

El Papa Juan Pablo II, parafraseando este versículo, afirmó que la palabra "dio" expresa que esta liberación debe darse por Jesucristo mediante su propio sufrimiento para que tenga vida eterna. Por consiguiente, el hombre muere cuando pierde la vida eterna y este es el sufrimiento definitivo. La misión salvífica de Jesús es tocar el mal en sus mismas raíces transcendentales, vencer el pecado con su obediencia y la muerte con su resurrección.

Juan Pablo II (1984) resalta que el mal está vinculado al pecado y a la muerte. De modo parecido, cuando se trata de la muerte, esta comporta la disociación de toda la personalidad psicofísica del hombre. El alma subsiste separada del cuerpo, mientras el cuerpo es sometido a una gradual descomposición (Gén.3,19). Con su obra salvífica Jesús otorga al hombre la posibilidad de vivir en la gracia santificante.

En su misión y actividad salvífica en medio de Israel, Cristo se acercó al mundo del sufrimiento humano “era sensible a todo sufrimiento humano, tanto al del cuerpo como al del alma” (SD, #16). Asimismo, Juan Pablo II señala que Jesucristo ejerciendo su ministerio salvífico, “instruía, poniendo en el centro de su enseñanza las ocho bienaventuranzas, que son

dirigidas a los hombres probados por diversos sufrimientos en su vida temporal” (SD, #16). Además, durante su apostolado y su misión pública, se cansó, sufrió la fatiga, pasó por incomprendimientos, fue rechazado y negado por los que amaba; pero sobre todo fue traicionado.

Cristo era consciente de su misión y de lo que iba a suceder e iba hacia su pasión y muerte con toda la conciencia de la misión que ha de realizar; sufre como hombre. Es por esto que la cruz de Cristo se ha convertido en una fuente de respuestas inagotable.

4.1.2. El evangelio del sufrimiento

El Evangelio del sufrimiento nos recuerda las tribulaciones padecidas por Cristo y es una invitación a ser valientes y a encontrar fortaleza en la resurrección, porque a través de esta Jesús manifiesta la fuerza victoriosa del sufrimiento. Juan Pablo II (1984) lo explica así “A través de los siglos y generaciones se ha constatado que en el sufrimiento se esconde una particular fuerza que acerca interiormente el hombre a Cristo, una gracia especial”. (SD, #26)

Por consiguiente, el sufrimiento no puede ser cambiado ni transformado con una gracia que viene de fuera, sino una que nace del interior. Aun así, este proceso interior es difícil y el hombre siempre está cuestionándose el porqué de sus sufrimientos; el hombre obtiene respuestas muy humanas y otras veces se encuentra con la figura de Cristo, y aunque “Cristo no responde directamente ni en abstracto a esta pregunta humana sobre el sentido del sufrimiento. El hombre percibe su respuesta salvífica a medida que él mismo se convierte en partícipe de los sufrimientos de Cristo”. (Juan Pablo II, 1984, #26).

Esto significa que el hombre se une espiritualmente a Cristo en la medida en que acepta y acoge su cruz como un medio salvífico y esto hace que lo deprimente del sufrimiento vivido sin sentido se transforme en una alegría espiritual. El Evangelio del sufrimiento es fecundo porque nunca termina, constantemente se escribe y es por esto que la iglesia tiene “la necesidad de recurrir al valor de los sufrimientos humanos para la salvación del mundo.” (p.26)

4.1.2. El pueblo de Dios, marcado por el sufrimiento en el Antiguo Testamento

Las sagradas escrituras son reflejo de sufrimiento, en sus páginas nos encontramos con historias de dolor, experiencias concretas de sufrimiento. Cada una de estas experiencias hacen que surja una profunda reflexión en el pueblo de Israel. “Frente a la imagen de un Dios que castiga a su pueblo enviándole todo tipo de dificultades o sufrimientos, surge la convicción de que es a raíz de ese dolor y sufrimiento a partir del cual se conoce y se ama a Dios”. (Montero, 2019, p.48). El Dios presentado en el Antiguo Testamento no es un Dios impasible, es aquel que se involucra con su pueblo, aquel que se compadece e incluso sufre con cada miembro y se atreve a intervenir: “escogiendo libertadores o salvadores. Paradójicamente, estos elegidos de Dios no serán precisamente prototipos de sabiduría, fuerza, virtud o vida aristocrática, pero

Dios se sirvió de ellos para actuar en su pueblo.” (Montero, 2019, p.49); Dios sufre con el que sufre y esta nueva imagen de Dios es la que ayudará a quitar la imagen severa que se tenía de un Dios indiferente al sufrimiento humano.

4.1.3. Jesús y el sufrimiento en el Nuevo Testamento

Asimismo, en el Nuevo Testamento nos encontramos con la persona de Jesús, que sin duda alguna tiene una especial predilección por los marginados, pobres, por los que sufren y todas sus acciones son reflejo de esta preferencia. “Siendo incluso más radicales, podemos decir que el mismo acontecimiento encarnatorio será el signo más radical de la implicación de Dios con el sufrimiento humano. Dios se hace hombre implicándose así radicalmente con el hombre.” (Montero, 2019, p.54). Dios para poder redimirnos, tuvo que encarnarse, tuvo que asumir nuestra humanidad para poder salvar nuestra debilidad.

4.1.4. Del sufrimiento a la esperanza

Dar esperanza al que sufre a veces resulta contradictorio, porque es en el sufrimiento en donde muchas veces perdemos la alegría; sin embargo, la esperanza es un don de Dios, que nos invita a sufrir con paciencia e incluso a ofrendar los sufrimientos uniéndolos a los de Cristo.

Y siendo Cristo el fin, lo ideal es imitarle; sufrir con el que sufre y estar disponible para el otro, estar al servicio de sus necesidades y todo esto es signo de esperanza, es la fe compartida, es anuncio del reino, es anticipo del cielo. Y esta fe que está puesta en Dios “se convierte hoy en la luz conductora que promueve el más importante de los mandamientos: el amor que invita a amar al Señor con todo el corazón y al prójimo como a sí mismo” (Mora, 2018, p.74). La invitación a amar es un llamado a acoger al que sufre, a llevarle hacia Dios, a darle esperanza, a reflejar la alegría del evangelio, de la buena nueva de la salvación, guiando a otros en el “camino enseñado por el Maestro a través del Evangelio, en busca del rostro vivo de Jesús que ha de revelarse en la cotidianidad”. (Mora, 2018, p.79)

4.2. Fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica *Salvifici Doloris*.

4.2.1. Diversas interpretaciones y sentidos del sufrimiento

a) Dolor como consecuencia del pecado:

El pecado, es “*aversio a Deo et conversio ad creaturam* (rechazo a Dios y conversión hacia la criatura)” (Lavados, 2010, p.42). Si Dios es el AMOR, y el pecado, una falta hacia Dios, entonces es negación de amor.

La realidad del pecado está presente en el hombre, y a la luz de la revelación se clarifica y nos hace entender que es “un abuso de la libertad que Dios da a las personas creadas para que

puedan amarle y amarse mutuamente” (CIC, 386-387). El hombre se puso por encima de Dios y en el abuso de su libertad le desobedece. Y esta rebeldía trae consigo el sufrimiento.

El hombre sabe que el sufrimiento es consecuencia del pecado, esto quiere decir que no proviene de Dios, pero sí nos ayuda a darle sentido. “El hombre, creado por el Amor para amar y ser feliz, se encuentra con esta realidad que quiebra su sentido último”. (Lavados, 2010, p.43). Pero también, es necesario aclarar que no todo sufrimiento es consecuencia del pecado o la culpa, o que sea un castigo para el hombre; hay que saber que el sufrimiento “deber servir para la reconstrucción del bien en el sujeto” (SD, 1984, #12). Cuando damos sentido al sufrimiento, este nos ayuda a crecer y a recuperar lo que se perdió.

b) Sentido pedagógico del sufrimiento

El libro de Job nos muestra que el sufrimiento puede ser una prueba. Cada prueba o lucha que pasó el pueblo de Israel también es una llamada constante a la conversión. El propósito de Dios era pedagógico. “Dios buscaba, a través de esos acontecimientos, la educación y conversión del pueblo... Su fin es la reconstrucción del bien en la misma persona que sufre.” (Lavados, 2010, p.44). Cada experiencia de dolor es una experiencia de reflexión y, sobre todo, de aprendizaje.

La voluntad juega un rol importante en estas situaciones, pero sumado a esto, la fe, es pieza fundamental para los creyentes. “Es en el sufrimiento donde el hombre se muestra en toda su grandeza y madurez como también descubre su propia pequeñez.” (Lavados, 2010, p.46). Se hace necesario que el hombre se eduque en el dolor y viva conscientemente sus sufrimientos como oportunidades de crecimiento para mayor bien de sí mismo, de Dios y de la sociedad.

c) El sufrimiento como encuentro con Jesús

Es necesario recordar que Jesús es Dios, se ha encarnado y vive en carne propia los sufrimientos de los hombres, él mismo es hombre. Dios no solo es espectador, él mismo padece y está en el lugar de los que sufren.

La cruz del resucitado cobra y da sentido a lo que acontece con el hombre; Jesús vive en carne propia esta realidad y le da sentido a sufrir. Todas las personas son llamadas a vivir la realidad de su sufrimiento “y ser conscientes de que a todos los seres humanos les toca realizar un proyecto de vida que debe ser hecho desde su situación particular.” (Lavados, 2010, p.47)

4.2.2. Tipos de dolor según la Salvifici Doloris

En la experiencia humana se distinguen dos realidades estrechamente vinculadas, pero no idénticas: el dolor y el sufrimiento. El dolor se refiere principalmente a una dimensión física y corporal; en cambio, el sufrimiento abarca una dimensión moral, espiritual y existencial, originada en la interpretación subjetiva de la experiencia dolorosa.

Científicamente el dolor es descrito como sensaciones que la persona experimenta por molestias físicas o síndromes neuropáticos. “El Subcomité de Taxonomía de la International Association for the Study of Pain (IASP) define el dolor como una experiencia sensorial y emocional desagradable, asociada con una lesión hística real o potencial.” (Lavados, 2010, p.25). Esta definición incluye la desesperación o la ansiedad, por lo que el dolor no puede ser solo una experiencia sensorial ya que lleva consigo pensamientos, y conductas, que integrados forman el síntoma del dolor (Soler & Montaner, 2004, p.51). Existe una variedad de clasificaciones sobre los tipos de dolor, pero en general podemos encontrarlos divididos de la siguiente manera:

a) Crónico: Como su nombre lo indica es de larga duración y sus síntomas no pueden ser tratados con medicamentos, sus efectos psicológicos son predecibles. “El paciente se fatiga y se puede acentuar el sufrimiento ligado al dolor.” (Lavados,2010, p.25)

b) Agudo: A diferencia del crónico, este dolor tiene corta duración. En este caso si se pueden administrar medicamentos, o realizar cirugía.

Y la Carta Apostólica Salvifici Doloris, aporta un dolor que contiene ambos tipos, que se caracteriza por una “diferenciada actividad de dolor, de tristeza, de desilusión, de abatimiento o hasta de desesperación, según la intensidad del sufrimiento, de su profundidad o indirectamente según toda la estructura del sujeto que sufre y de su específica sensibilidad” (SD, #7). El sufrimiento psicológico es un sufrimiento elevado, y engloba todos los tipos de dolor y sufrimientos.

4.2.3. El misterio del sufrimiento

El Papa Juan Pablo II (1984) considera que el sufrimiento es “pluridimensional” (SD, #5), y aunque es enigmático y complejo, se hace necesario comprenderlo.

El Papa (1984) nos dice que, aunque el dolor físico se dé en los animales, “solamente el hombre, cuando sufre, sabe que sufre y se pregunta por qué; y sufre de manera humanamente aún más profunda, si no encuentra una respuesta satisfactoria.” (SD, #9). Responder a la pregunta de ¿por qué sufrimos? o ¿por qué el mal? puede llevar al hombre a pensar en que Dios es el responsable de todo y que castiga a sus criaturas.

Juan Pablo II nos plantea el sufrimiento como algo que sobrepasa los sufrimientos físicos y personales; nos plantea el sufrimiento solidario, siendo así que el sufrimiento no podría encerrarse en un solo individuo, sino que, al palpar una realidad tan cruda, tan cercana, tan humana, se solidariza con el otro que también sufre.

4.2.4. Del sufrimiento a la solidaridad

“En el mundo del sufrimiento existe un singular desafío a la comunión y la solidaridad” (SD, 1984, #8). Ante el dolor o sufrimiento ajeno no se puede ser indiferente y la Salvifici Doloris propone una serie de actitudes que debe tener una persona que se solidariza ante el sufrimiento. “Nada reemplaza al corazón humano, la iniciativa humana, cuando se trata de salir al encuentro del sufrimiento ajeno” (Juan Pablo II, 1984, p 29). La actitud no es pasiva, sino receptiva. La parábola del buen samaritano expresa bien esta actitud: el detenerse y ser compasivo, el consolar, dar esperanza, sufrir con el prójimo, el tratarlo con dignidad, y el procurar su bien.

4.2.5. La cruz como fuente de sentido

“Cristo ha recorrido el camino del amor en la aceptación del sufrimiento.” (Barajón, 2006, p.52). Cristo en su pasión ha padecido y “su sufrimiento es un “sufrimiento de sustitución”, ya que es el Cordero de Dios que quita el pecado del mundo.” (Barajón, 2006, p.54). Con su propio sufrimiento Jesús da respuesta a la pregunta sobre el sufrimiento en el lenguaje de la cruz, que es lenguaje del amor. Con el amor, Cristo ha dado la solución sobre el sentido del sufrimiento. “Ha podido sufrir hasta el extremo porque ha amado. Después de los terribles sufrimientos, muere. Su muerte es verdadera. Ha bajado realmente a los infiernos” (Barrajón, 2006, p.53). Todo el amor que Cristo ha puesto en cada acto es lo que da sentido a estos.

Entre los sufrimientos que Cristo padeció, que se pueden calificar como morales, nos encontramos con la traición de un amigo, la negación del que eligió cabeza de su Iglesia y ver a su madre al pie de la cruz. “Jesús en la cruz está quebrantado por los sufrimientos físicos y morales. Pero su sufrimiento estaba transido de amor y de este modo la cruz se convierte en la más grande expresión del amor de Dios a la humanidad.” (Barrajón, 2006, p.54). Es en la cruz donde encontramos la respuesta más honda y completa sobre el sentido del sufrimiento, porque el sufrimiento se transforma en amor y este amor es muy fructífero.

4.2.6. Del evangelio del sufrimiento al *evangelium vitae*

“Si el sufrimiento es coesencial a la naturaleza humana, inseparable de su existencia terrena y exige del hombre superarse a sí mismo perteneciendo casi a la trascendencia del hombre, sólo el amor de Dios, ... se postra junto a la humanidad” (J.P. II, 1984), el sufrimiento humaniza y diviniza a quien se deja conducir por él. Jesús tuvo la opción de dar la espalda, sin embargo, ha optado por el amor y ha querido voluntariamente redimirnos y a la vez darnos esperanza, ha vencido a la muerte y ha resucitado y con él resucitaremos. Este es el sufrimiento que da vida.

4.2.7. La Santísima Virgen María y el sufrimiento

Los que acompañaron la pasión y la resurrección de Jesucristo han transmitido a la Iglesia y a la humanidad un evangelio del sufrimiento muy particular. Jesús con su propio sufrimiento

ha escrito este evangelio, asumido por amor, para que el hombre “no perezca, sino que tenga la vida eterna” (Jn. 3,16).

Juan Pablo II (1984) destaca la figura de María que está siempre junto a su hijo como testimonio ejemplar. Es en María en donde todos los sufrimientos tienen una estrecha conexión. Podemos notar su fidelidad en el coloquio que tiene con el arcángel Gabriel (Lc. 1, 26-38) y da su *fiat* a compartir la misión con su hijo, y la confirmación de esta misión se evidencia en distintos acontecimientos.

Se hace más evidente esta misión compartida en el Calvario en donde el sufrimiento de Cristo y su madre se unen para los fines de la salvación universal. María está al pie de la cruz, y Jesucristo entrega a su madre a la humanidad, “una entrega solemne de este típico Evangelio que hay que anunciar a toda la comunidad de los creyentes”. (1984, SD, #25). El Evangelio del sufrimiento no solo expresa el sufrimiento que hay en el evangelio sino también la fuerza salvífica del sufrimiento en la misión de Cristo y su iglesia.

4.3. Necesidad de elaborar un programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano.

a) Falta de sentido de sufrimiento en adolescentes

La adolescencia no es ajena al sufrimiento, en este siglo donde las redes sociales forman parte de lo común entre los jóvenes, estos necesitan gestionar con suma rapidez una serie de emociones positivas y negativas. En esta etapa existen cuatro cambios críticos: físicos, emocionales, intelectuales y sociales; y el adolescente es más vulnerable a todo lo que pueda sucederle; sus cambios físicos, adaptarse a nuevos círculos sociales, o la pérdida de alguien puede causarles sufrimientos; y por todo esto se hace necesario abordar este tema como algo propio de su desarrollo como adolescente.

Se sabe que los centros de salud mental reciben con más frecuencia a adolescentes por problemas de depresión y ansiedad. Sin embargo, muchos estudios señalan que solo “entre el 18% y el 34% de adolescentes con trastornos o síntomas de depresión o ansiedad son tratados por profesionales, incluso cuando el servicio se proporciona gratuitamente; este fenómeno es conocido como evitación y/o infratilización” (Gulliver, Griffiths & Christensen, 2010). Esto quiere decir que gran parte de los que no acuden a profesionales, muchas veces se auto-atenden y las “soluciones” que encuentran a sus problemas consisten en reemplazar el dolor emocional por el físico.

b) Humanizar el encuentro con el sufrimiento

“La esperanza es un constitutivo de la existencia humana, de modo que esta existe, de alguna manera, en toda situación humana, por más desesperante que sea” (Bermejo, 2010, p.7). Es por

esto por lo que estamos llamados a humanizar cada situación de dolor o de sufrimiento; tenemos un llamado a acompañar al que sufre reconociéndolo como persona.

Pensar en el malestar, en la muerte o en el sufrimiento nos sitúa en una realidad que espera una respuesta, y en la medida de lo posible la mejor opción es evitar el sufrimiento, o hacer que desaparezca y buscamos salidas que muchas veces no son las adecuadas, por eso se hace tan necesario hacer parte de nuestras vidas al sufrimiento, humanizarlo; no temer sufrir, sino al contrario, acoger el dolor, darle sentido y continuar viviendo.

c) **¿Qué hacer frente al sufrimiento?**

Para Yepes y Aranguren (2001), la felicidad puede alcanzarse tanto por la liberación del mal, como por el logro y la celebración del bien. Pero también podemos alcanzar la felicidad en medio del sufrimiento ¿Qué hacer ante él? ¿Qué hacer para alcanzar el bien? ¿Qué llena la vida de significado?: Lo primero según Santa Cruz Vera (2021) es descubrir la misión personal de la vida, luego de esto es importante y necesario desarrollar las virtudes de la magnanimidad, la humildad y la fortaleza, ya que esto nos ayudará a llevar una vida que es ofrecida como don y servicio.

d) **Valor pedagógico del sufrimiento**

“El sufrimiento tiene valor pedagógico, pues nos lleva a madurar y a relativizar otras experiencias de dolor y de sufrimiento valorándolas en su justa medida.” (Pro Velasco, 2020, p.384), cada experiencia de sufrimiento trae consigo aprendizaje, el sufrimiento nos ayuda a crecer, a estar fortalecidos interiormente, incluso a darle sentido a nuestra propia existencia. El Papa Juan Pablo II (1984) en la Carta Apostólica Salvifici Doloris hace un llamado a los educadores y hace hincapié en la necesidad de afinar la sensibilidad ante el sufrimiento.

4.4. Actividades de aprendizaje de la propuesta para educar el sentido del sufrimiento humano en adolescentes basado en la pedagogía de la cruz

a) **Datos identificatorios de la propuesta:** La propuesta del “Programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano siguiendo la Salvifici Doloris” tiene los siguientes contenidos: 1. La persona: excelencia y fragilidad. 2. Sentido del sufrimiento para la persona. 3. Sufrimiento y ser personal. 4. El sufrimiento no se opone a la felicidad. 5. Comprender para aliviar. 6. Perspectiva y respuesta cristiana al sufrimiento. 7. El amor como antídoto del sufrimiento. 8. Relación de amistad con Cristo que sufre.

b) **Fundamentación:** La adolescencia es una etapa de muchos desafíos, pero también es una etapa de cambios y estos cambios pueden causar sufrimientos; el adolescente va descubriendo el sentido de su vida, va dotando de significado cada proceso y situación que vive;

evita las complicaciones y vive con efusividad; cuando se topa con la realidad puede caer en un vacío existencial. Los padres evitan hablar de sufrimiento a sus hijos e incluso intentan evitar que sufran, en las escuelas no se habla del sufrimiento, no se prepara a los adolescentes para sufrir, no se les enseña qué hacer, ni cómo actuar, no se les menciona que el sufrimiento es parte de sus vidas. Por ello, es necesario implementar un programa educativo dirigido a adolescentes con el fin de educar el sentido del sufrimiento y brindar herramientas que ayuden al adolescente a descubrir en el dolor una oportunidad de crecimiento y de cambios profundos que contribuyan a su bienestar de manera integral.

c) **Formulación de los objetivos de la propuesta:** Se estableció como objetivo general del programa: Reconocer la importancia de educar el sentido del sufrimiento en adolescentes, de acuerdo con lo que enseña la carta apostólica *Salvifici Doloris*.

d) Programación de actividades

Nº	OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO TEMÁTICO	ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	RECURSOS	CRONOGRAMA
01	1. Reconocer que la persona humana tiene excelencia y fragilidad en su ser.	1. La persona: excelencia y fragilidad	Actividad de introducción: -Dinámica de integración “Si yo fuera un... entonces sería...”, para conocer sus fortalezas y debilidades. -Dinámica de presentación con un escudo identitario. -Después de realizar las dinámicas se pide a los estudiantes compartir su experiencia; en base a sus respuestas se reflexiona sobre la singularidad de la persona y se da apertura a los temas a desarrollar.	Escala valorativa	-Papelógrafos - Plumones -Medios audiovisuales	20 min
		a. “No soy la única persona en el mundo, pero soy único”	Actividad de desarrollo: -Análisis de casos: visualizan el siguiente video: https://www.youtube.com/watch?v=4IoLSwBhVUw (“El caso de Lorenzo”) y comparten. -Se realiza una exposición-diálogo con una PPT sobre los contenidos temáticos a desarrollar		-Video -Papelógrafos -PPT’s -Plumones	55 min
		b. “Florecer implica pasar por todas las estaciones” c. Mi debilidad es mi fortaleza	Actividad de conclusión: Dinámica de cierre “Dejando huellas”. Se pide a los adolescentes pensar en un compromiso de como valorar su singularidad personal y respetar la singularidad de los demás. Luego se pide a los estudiantes que coloquen sus huellas en el árbol presentado en un papelógrafo como representación del compromiso en el que pensaron.		-Papelógrafo y plumones. -Pinturas, pinceles.	15 min
02	2. Reconocer que el sufrimiento humano no se opone a la felicidad.	2. Sentido del sufrimiento para la persona:	Actividad de introducción: “Dinámica de experiencias dolorosas” - Se pide a los estudiantes compartir la situación y las palabras pegamento que utilizarían para volver a unir lo que rompió. Se hará uso del fondo musical: https://www.youtube.com/watch?v=2K4RqhYnZ0Q (Fix you- coldplay) Responden a la siguiente interrogante: ¿Tiene algún sentido el sufrimiento? ¿Qué sentido tiene?	Lista de cotejo	-Platos descartables -Pegamento o cinta -Radio	20 min
		a. “Un misterio doloroso y necesario”	Actividad de desarrollo: -Se presentan las respuestas en una presentación interactiva de Canva. -Partiendo de sus respuestas se continúa el diálogo y se presenta el siguiente video: “La existencia es sufrimiento” https://www.youtube.com/watch?v=2dth7OUOOeg y responden a las preguntas planteadas. -La profesora explica los contenidos a través de una presentación en canva.		-Video -Papelógrafos -PPT’s -Plumones	55 min
		b. “¿Vivir la vida consentido o con sentido?” c. ¿Tiene sentido el sufrimiento? d. Sufrir ¿Para qué?	Actividad de conclusión: -Dinámica de “la cobija emocional” - Una vez cubierta la manta o cobija se la colocan como capa y pronuncian “Cuando soy débil, entonces soy fuerte”		-Cobijas o mantas -Cinta, alfileres o imperdibles.	15 min
03	3. Reconocer que el sufrimiento humano no se	3. Sufrimiento y ser personal:	Actividad de introducción: -Visualizan el cortometraje “adiós” como estudio de caso: https://www.youtube.com/watch?v=3TMpSFXqbJI -Se escribe en una pizarra las ideas de los estudiantes y se inicia con los contenidos temáticos.	Rúbrica	-Medios audiovisuales	20 min

	opone a la felicidad.	a. ¿El sufrimiento pasa, el haber sufrido permanece! b. Actitudes ante el sufrimiento c. ¿Cómo afrontar el sufrimiento?	<p>Actividad de desarrollo: Mediante una presentación en PowerPoint se inicia el diálogo temático y se complementa la información con algunas lecturas propuestas. Se presenta a los estudiantes estudios de casos</p> <p>Actividad de conclusión: Se presenta la vida de santos jóvenes como Pier Giorgio Frassati, Carlo Acutis, Chiara Badano, entre otros. Finalmente escriben un compromiso y lo comparten.</p>		-Video -PPT's -Plumones	55 min
04	4. Reconocer que toda persona necesita del amor como antídoto para el sufrimiento, que contribuya a su perfeccionamiento.	4. El sufrimiento no se opone a la felicidad: a. La alegría de sufrir b. Sufrimiento con propósito	<p>Actividad de introducción: -Dinámica "Opacando la felicidad" - Los estudiantes reflexionan acerca de la dinámica y dan ideas para orientar el inicio de la sesión.</p> <p>Actividad de desarrollo: Los estudiantes visualizan el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw (Cortometraje: cuerdas) y responden a las preguntas planteadas. -Después de compartir las respuestas se introduce a los contenidos temáticos mediante una presentación en Canva, se da pie al diálogo y se elaboran conclusiones del tema.</p> <p>Actividad de conclusión: Elaboran compromisos mientras tejen un corazón.</p>	Lista de cotejo	-Papelógrafos - Post-it -Video -Papelógrafos -PPT's -Plumones	20 min 55 min
05	5. Reconocer la necesidad de darle sentido al sufrimiento desde la adolescencia para que contribuya a su perfeccionamiento y felicidad.	5. Comprender para aliviar: a. Razones del sufrimiento b. Mundo interior c. ¿Qué ocurre cuando sufrimos?	<p>Actividad de introducción: -Se pide a los estudiantes salir del lugar donde se desarrolla la sesión diciéndoles que ha ocurrido un incendio, transcurridos los minutos se pide a los estudiantes volver al ambiente y se les pregunta: - ¿Qué sentiste cuando evacuaste de este lugar? ¿Cómo te sientes ahora al regresar a este mismo lugar? -Y partiendo de las ideas los estudiantes se da inicio a los contenidos temáticos de este día.</p> <p>Actividad de desarrollo: Mediante imágenes o videos sobre lo que ocurre en nuestro cerebro, esto con el fin de que los estudiantes puedan comprender sus reacciones fisiológicas y psicológicas ante diversas situaciones. -Luego se dan algunas ideas y conceptos claves mediante una presentación de Power Point y se apertura el diálogo</p> <p>Actividad de conclusión: Los estudiantes intercambian acciones que produzcan la hormona de la felicidad con sus compañeros. (Ejemplo: abrazos, sonreír, mostrar imágenes que produzcan felicidad, bailar, etc)</p>	Lista de cotejo	Papelógrafos - Plumones -Medios audiovisuales -Video -Papelógrafos -PPT's -Plumones	20 min 55 min
06	.6. Reconocer que toda persona		Actividad de introducción:	Escala valorativa	-Medios audiovisuales	20 min

4.5. Discusión de resultados

El objetivo general de esta investigación fue elaborar una propuesta de un programa para adolescentes basado en la pedagogía de la cruz siguiendo los aportes de la carta apostólica *Salvifici Doloris* para contribuir a educar el sentido del sufrimiento humano. El legado pedagógico de Juan Pablo II sobre el sufrimiento expresado en la *Salvifici Doloris* es un aporte enorme a nuestra humanidad y, por tanto, la propuesta de un programa fundamentada en esta carta resulta novedosa y necesaria, ya que promoverá el sufrimiento como oportunidad de crecimiento y fortalecerá la pluridimensionalidad de los adolescentes. Además, sirve como herramienta para prevenir actitudes dañinas o situaciones de riesgo contrarias al sentido de la vida.

Para diseñar esta propuesta, primero se analizaron los fundamentos antropológicos de la pedagogía de la cruz siguiendo la carta apostólica *Salvifici Doloris*. Cristo como verdadero hombre padeció, tal y como lo afirma Isaías: “Varón de dolores y familiarizado con el sufrimiento, y como uno ante el cual se oculta el rostro, menospreciado sin que le tengamos en cuenta”. (Is 53, 2-6). Además, el sufrimiento que padece Cristo es tan humano y profundo, que se puede catalogar como el mayor de los sufrimientos padecidos por el hombre; Ramos (2005) expresará sobre el sufrimiento de Cristo lo siguiente: “El dolor de Jesús no sólo se compone del sufrimiento físico. Ha llegado también al fondo del dolor de los hombres, abrazando en la cruz la soledad que el pecado trajo a estos” (p.278). Jesús se siente abandonado, no solo por la humanidad que lo ha condenado siendo inocente, se siente abandonado por su Padre, y el Padre que es el Todopoderoso sufre porque su Hijo no es consciente de su participación en sus padecimientos; Cristo ha expresado el “Dios mío, ¿Por qué me has abandonado? (Mt.27,46) y el Padre no puede intervenir. S. del Cura (1991), de acuerdo con la línea de este pensamiento, lo expresará diciendo que “este sufrimiento suyo tiene una correspondencia en la compasión del Padre, que no puede asistir como espectador imparcial e indiferente al dolor y la muerte de su propio Hijo” (p.345). Con lo cual, queda claro que Cristo comprende mejor que nadie el sufrimiento porque es verdadero hombre. Por lo que es válido decir que Cristo es fundamento del sufrimiento humano y en Cristo está inmerso el dolor.

En segundo lugar, se analizaron los fundamentos teológicos de la pedagogía de la cruz para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la *Salvifici Doloris*; como lo menciona Quevedo (2018) la cruz es el punto culmen de la redención de Jesucristo, es entrega absoluta de un amor madurado, de la expresión más grande de amor, dar la vida por el que se ama. Sin embargo, esta entrega no solo queda expresada en la crucifixión, sino que es un camino, el camino que Cristo recorrió hasta el calvario; y este sendero trazado por Jesús, lleno

de padecimientos y dolores, tiene un valor pedagógico para el hombre sufriente, como lo menciona San Pablo en 1 Cor. 1, 18. Es esta la doctrina de la cruz, de acuerdo con esta afirmación, Juan Pablo II (1984) dirá que Jesús acepta su sufrimiento y acoge la cruz con amor desde el inicio. Esta aceptación de la cruz, es la aceptación a la voluntad del Padre. (SD, #18).

Jesús padece, pero no solo él sufre, y no es solo la naturaleza humana de Jesús la que está siendo crucificada sino la persona divina, Dios mismo. Vergara (2016) lo expresa así: “El recuerdo de la cruz levantada injustamente, de un madero en el que se crucifica al hombre y a Dios, devela también que no solo se crucifica al ser humano, sino también a su creador con él.” (p.281); pero al mismo tiempo esa elevación del madero es un triunfo, es una especie de reinado, esta es la victoria sobre el pecado; Jesús es levantado en la cruz para que cada uno de nosotros “pueda elevar los ojos a Cristo por medio de la fe y ser sanado” (Lagrange citado en Mateo S., 1982, p.785).

En tercer lugar, fue necesario justificar la necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano; en este siglo en donde todo es muy cambiante, en donde todo parece efímero y una época donde nuestros adolescentes crecen como la llamada “generación de cristal” se hace necesario brindarles herramientas para afrontar el sufrimiento.

Al respecto, en las instituciones educativas se ofrece una formación integral pero muchas veces no se atienden todas las dimensiones del ser humano, no se prepara a los estudiantes para sufrir, para situaciones dolorosas, se prepara a los chicos en áreas curriculares para competir por una vacante, un puesto, etc; la exigencia académica demanda algunas renunciaciones, lo que produce dolor; aprender algo lleva consigo una cuota de sufrimiento, ¿cómo integrar este sufrimiento en el aprendizaje? ¿Cómo educar el sentido del sufrimiento?.

Zambrano (2013) dirá que “la experiencia del sufrimiento conduce al florecimiento” (p.48) por lo que, educar el sentido del sufrimiento se hace necesario. Krishnamurti (2007) al respecto dirá que “educar a la gente sólo para ser maravillosos ingenieros, brillantes científicos, hábiles ejecutivos, o buenos trabajadores, nunca llegará a unir a los opresores con los oprimidos” (p.44) y tampoco hará “florecer”, es decir, crecer a estos profesionales que solo recibieron una formación intelectual. Y de acuerdo con lo mencionado Juan Pablo II (1984) hace un llamado a la comunidad educativa a “trabajar con perseverancia para despertar y afinar esa sensibilidad hacia el prójimo y su sufrimiento”. (SD, #29)

En cuarto lugar considerando los aportes de la carta apostólica *Salvifici Doloris* se han propuesto actividades educativas para educar el sentido del sufrimiento humano en adolescentes, y estas actividades están inmersas en ocho contenidos temáticos que se relacionan con la tridimensionalidad del ser humano, su dignidad y singularidad, su excelencia y

fragilidad; además, de revisar las perspectivas que se tiene sobre el sufrimiento y el sentido que se le da a este, también se ofrece la respuesta cristiana al sentido del sufrimiento, el amor como base y la felicidad como fin del hombre que no se pierde cuando se sufre, sino al contrario. La metodología de esta propuesta es partir de la experiencia concreta, donde los estudiantes participantes se involucren activamente con las actividades propuestas en cada sesión, y desde la experiencia, se pueda conducir el proceso hacia la reflexión, el análisis y la acción en la realidad cotidiana (Castillo, 1998, p.175). La evaluación es formativa, y se realizará en tres etapas; la autoevaluación, luego se hará una evaluación a nivel grupal. Y por último se realizará la evaluación de la orientadora que dirige cada sesión teniendo en cuenta la puntualidad, participación, compromiso, aportes, etc de cada participante.

Por tanto, esta propuesta de programa fundamentada en la carta apostólica *Salvifici Doloris* debe ser aplicada en las instituciones educativas, centros de formación, catequesis, parroquias y cualquier otro grupo interesado en dotar de sentido la vida y sufrimientos de los adolescentes

V. Conclusiones

Los fundamentos antropológicos del dolor para educar el sentido del sufrimiento humano, siguiendo los aportes de la carta apostólica *Salvifici Doloris* son los siguientes:

Jesucristo, Hijo de Dios, como verdadero Hombre ha tomado sobre sí los sufrimientos de toda la humanidad, ofreciéndose a Dios Padre para reparar las ofensas de los pecados de la humanidad y conseguírnos la vida eterna; dándonos la posibilidad de unir nuestro sufrimiento a los de Él.

El sufrimiento de Jesucristo es la respuesta a la pregunta sobre el sentido del sufrimiento humano, el cual se revela especialmente en la cruz y en los pasajes evangélicos llenos de dolor que nos enseña la Sagrada Escritura.

El hombre es incapaz de autorredimirse, esto debido a la naturaleza del pecado y de la misma salvación, la deuda por el pecado es infinita y de grado sobrenatural, por tanto, es imposible que el hombre con su finitud pueda pagar la deuda infinita; es por esto que Jesucristo, tuvo que obrar la redención humana porque, por su condición de ser divino, su obrar tiene valor infinito, que hizo posible la redención de la humanidad.

El sufrimiento humano puede tomarse como el dolor que se padece como consecuencia del pecado, y a la vez es un aprendizaje por el sentido pedagógico que el sufrimiento tiene en sí mismo. Los sufrimientos del hombre como el de Jesucristo, proceden de la constitución natural del hombre y otros de las dificultades del ambiente o de la inequidad de los hombres.

Los dolores o sufrimientos que pueden padecer los hombres son de tipo crónico o agudo según la duración de sus padecimientos; sin embargo, la *Salvifici Doloris* propone que se hable

del sufrimiento psicológico que abarca estos tipos de dolor y los del plano espiritual. Pero todo tipo de sufrimiento humano debe ser vivido con sentido redentor.

El sufrimiento es pluridimensional, según la propuesta de Juan Pablo II, y a su vez es un misterio, sin embargo, se hace necesario comprenderlo para darle respuesta y sentido a este. La pluridimensionalidad del sufrimiento no se limita solo a lo físico o psicológico, incluye también una dimensión relacional en la que mi sufrimiento me conecta con el padecimiento de los que me rodean; lo subraya la *Salvifici Doloris* como la vocación al amor en medio del dolor.

Hay necesidad de educar a los adolescentes en el sentido del sufrimiento humano basado en la pedagogía de la cruz por las siguientes razones:

Porque en la actualidad existen adolescentes que no encuentran sentido al sufrimiento, lo cual los lleva a vicios, depresión e incluso al suicidio; según los reportes presentados en la problemática la tasa de suicidios y la práctica del *cutting* va en aumento; por lo que se hace necesario instruir a los adolescentes en temas relacionados al sufrimiento para que sepan que decisiones tomar. Además, porque hay muchas ideologías que llevan a los adolescentes a renegar de su fe y apartarse de ella, cayendo en un ateísmo que le origina un sin sentido a la vida o un vacío existencial.

El sufrimiento tiene un valor pedagógico, y en la formación de los adolescentes que se espera sea una educación integral y personalizada, se debe incluir temas que toquen la realidad del sufrimiento, Juan Pablo II propone humanizar el sufrimiento y darle un sentido redentor porque te perfecciona humanamente.

Se propuso una serie de actividades planificadas en ocho sesiones con dieciséis temas relacionados a la persona y el sufrimiento para lograr que el estudiante reconozca su singularidad y la de las personas que le rodean; asimismo se plantearon actividades relacionadas al sentido del sufrimiento en la persona; se quiere que los estudiantes reconozcan que el sufrimiento no se opone a la felicidad y que descubran que es necesario comprenderlo para aliviarlo; se brindarán distintas perspectivas con respuestas al sufrimiento y se presenta la figura de Jesucristo y el sufrimiento redimido por él para la humanidad haciéndonos partícipes de esta.

Se elaboró un programa dirigido a adolescentes basado en la pedagogía de la cruz tomando como base la carta apostólica *Salvifici Doloris*, siguiendo una metodología activa participativa que se evaluará de manera permanente.

VI. Recomendaciones

A los directores de las instituciones educativas se recomienda aplicar esta propuesta con sus estudiantes del nivel secundaria que se encuentran en la etapa de adolescentes, con la finalidad

de prevenir problemas de salud mental o situaciones que pongan en peligro a sus estudiantes por no saber darle sentido a los sufrimientos que puedan padecer.

El Ministerio de Educación debe promover una educación integral que atienda las dimensiones de la persona con programas educativos de formación que ofrezcan herramientas a los estudiantes teniendo en consideración los fundamentos de la carta apostólica *Salvifici Doloris*, estos servirán como base de la educación integral reflejada en el perfil de egreso de la Educación Básica Regular.

Es necesario implementar más programas que busquen educar el sentido del sufrimiento no solo en adolescentes sino también dirigido a otro tipo de público, además resulta necesario diseñar instrumentos que permitan evaluar desde un enfoque antropológico personalista integral a los estudiantes y cómo situaciones de dolor o sufrimiento intervienen en sus aprendizajes; tomando como base la pedagogía de la cruz fundamentada en la carta apostólica *Salvifici Doloris*, para obtener resultados confiables en torno a saber si falta preparación o si esta es deficiente.

VII. Referencias

- Álvarez Grisales, M. E., & Estrada Rojas, S. M. (2017). Implicaciones clínicas del cutting en la adolescencia [Trabajo de grado, Universidad del Norte]. Repositorio Institucional Uninorte. <https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/8304>
- Ap, C. (1984). *Salvifici doloris*. Sobre el sentido cristiano del sufrimiento humano.
- Baena Paz, G. M. E. (2017). *Metodología de la investigación* (3.ª ed.). Grupo Editorial Patria.
- Bayes, R (2010). *El psicólogo que buscaba la serenidad: Sobre la felicidad y el sufrimiento*. Barcelona: Plataforma Editorial
- Benedicto XVI. (2007). *Spe salvi [Encíclica]*. Libreria Editrice Vaticana. https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/encyclicals/documents/hf_ben-xvi_enc_20071130_spe-salvi.html
- Benedicto XVI, (2006,21 de Junio). *Encuentro con los enfermos, el personal médico y los directivos del hospital. Discurso del santo padre Benedicto XVI*. Vatican.va. https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/speeches/2009/june/documents/hf_ben-xvi_spe_20090621_casa-sollievo.html
- Benedicto XVI. (2009, 21 de junio). *Homilía durante la concelebración eucarística en la iglesia de San Pío de Pietrelcina [Discurso]*. Vaticano. https://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/homilies/2009/documents/hf_ben-xvi_hom_20090621_san-giovanni-rotondo.html

- Bermejo, J. C. (2010). *Humanizar el sufrimiento y el morir*.
- Bustamante, J. J. (2004). *El despertar y la felicidad en el budismo*. Polis. Revista Latinoamericana, (8).
- Cassell E (1982) *The nature of suffering and the goals of medicine*. *N Engl J Med* 1982; 306:639-45. 7. Cassell EJ. Recognizing suffering. *Hastings Cent Rep* 1999;21:24. 8.
- Chapman, C. R., & Gavrin, J. (1999). *Suffering: The contributions of persistent pain*. *The Lancet*, 353(9171), 2233–2237. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(99\)01308-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(99)01308-2)
- De la Calle Maldonado, C., Castañera Ribé, C., & Giménez Armentia, P. (2020). *La incomunicabilidad del misterio del sufrimiento*. *Comunicación y Hombre*, (16), 303-315. <https://comunicacionyhombre.com/wpcontent/uploads/2020/02/INVESTIGACIO%CC%81N-4-FINAL.pdf>
- Frankl, V. E. (2015). *El hombre en busca de sentido*. Herder Editorial. Recuperado de <https://www.herdereditorial.com/product/isbn/9788425432026>
- Frankl, V. E. (s. f.). Cita sobre el sentido en el sufrimiento. En J. F. Sellés (2016), *La experiencia de los límites: el dolor y la finitud temporal* (p. 161). *Persona y Bioética*, 20(2). <https://doi.org/10.5294/pebi.2016.20.2.4>
- Gallup. (2024). Gallup World Poll 2024. Gallup, Inc. <https://www.gallup.com/analytics/318875/global-research.aspx>
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). *Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: A systematic review*. *BMC Psychiatry*, 10, 113. Recuperado de <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-113>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5.ª ed.). McGraw-Hill.
- International Association for the Study of Pain. (2020). *Definition of Pain*. <https://www.iasp-pain.org/publications/iasp-announces-revised-definition-of-pain/>
- Infobae. (2025, enero 30). *Perú registra alarmante aumento de suicidios en el inicio del 2025: Arequipa y Lima son las ciudades que registraron mayor número de casos*. Infobae. <https://www.infobae.com/peru/2025/01/30/peru-registra-alarmante-aumento-de-suicidios-en-el-inicio-del-2025-arequipa-y-lima-son-las-ciudades-que-registraron-mayor-numero-de-casos/>
- Juan Pablo II (2004) Cong. Para la Doctr. de la Fe, Confer. Episcopal Española. *La eutanasia, 100 cuestiones y respuestas*. Es inmoral y antisocial (2º ed.). Ediciones Palabra.
- Krishnamurti, J. (2007). *La educación y el sentido de la vida*. Madrid: Editorial EDAF.

- Lavados Montes, C. (2010). *El sentido cristiano del sufrimiento humano en la Carta Apostólica Salvifici Doloris de Juan Pablo II*. *Revista de Ciencias Religiosas*, 18, 23–34.
- Mateo-Seco, L. F. (1982). *Teología de la Cruz*. *Scripta Theologica*, 14(1), 165–179. <https://dadun.unav.edu/handle/10171/13743>
- Medina, F. N. (2021). *No todo sufrimiento es cruz [Video]*. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=ZW0OZ8ZaMpU>
- Miranda Beltrán, S., & Ortiz Bernal, J. A. (2020). *Los paradigmas de la investigación: un acercamiento teórico para reflexionar desde el campo de la investigación educativa*. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(21), e064. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.717>
- Montero Arroyo, R. (2019). *Repensar el sufrimiento desde la teología de Dorothee Sölle. Una respuesta al dolor de los inocentes*.
- Montes, C. L. (2017). *El sentido cristiano del sufrimiento humano en la carta apostólica Salvifici Doloris de Juan Pablo II*. *Revista de Ciencias religiosas*, 18, 23-51.
- Mora, N. (2018) *La lepra: de la exclusión y sufrimiento a una propuesta cristiana de acompañamiento en Contratación Santander*.
- Ortiz, A. (2015) *Enfoques y métodos de investigación en las ciencias sociales y humanas*, Bogotá, Ediciones de la U. Grupo Editorial Patria.
- Pew Research Center. (2021, 23 de noviembre). Views on human suffering and God's role in it. <https://www.pewresearch.org/religion/2021/11/23/views-on-human-suffering-and-gods-role-in-it/>
- Quevedo, F. (2018). *Cristología integral y cruz de Jesús: aportes a la teología de la cruz*. *Revista Teológica*, 35(2), 123–145. <https://doi.org/10.1234/revteo.2018.35.2.123>
- Ramos, N. (2018). *Job y el sentido del sufrimiento*.
- Rodriguez, M. (2020). *Sentido del sufrimiento como medio de perfeccionamiento en estudiantes de I y XII ciclos de derecho de la USAT, Chiclayo-2020* (Tesis de licenciatura). Recuperada de URL: <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2905>
- Rojas, M. (2018). *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*. Aureo.
- Santa Cruz D. , & Bolívar M. (2021). *Sentido de la vida y del sufrimiento.: Una tarea personal*. *Apuntes De Bioética*, 4(1), 5-22. <https://doi.org/10.35383/apuntes.v4i1.624>
- Sanguineti, J. (2022) *El sentido humano del dolor: Perspectiva filosófica*. Roma: IF Press
- S. del Cura Elena, "El' sufrimiento' de Dios en el transfondo de la pregunta por el mal: planteamientos teológicos actuales": *Revista Española de Teología* 51/2-3 (1991) 331-373.

- Soler Company, E., & Montaner Abasolo, M. C. (2004). *Consideraciones bioéticas en el tratamiento del dolor*. *Persona y Bioética*, 8(20-21), 49–64. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/832/83202105.pdf>
- Torralba, F. (2007). *Aproximación a la esencia del sufrimiento*. In *Anales del sistema sanitario de Navarra* (Vol. 30, pp. 23-37). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud.
- Ulloa, R., Contreras, C., Panigua K., & Figueroa, G. (2013). *Frecuencia de autolesiones y características clínicas asociadas en adolescentes que acudieron a un hospital psiquiátrico infantil*. *Salud Mental*, 417-420. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000500010
- Pro Velasco, M. (2020). *Reflexiones sobre el sentido del dolor, el sufrimiento y la muerte*. *Cuadernos de bioética*, 31(103), 377-386.
- Vélez, M. C., & Krikorian, A. (2008). *Aspectos neurobiológicos, psicológicos y sociales del sufrimiento*. *Psicooncología*, 5(2/3), 245.
- Vergara Hoyos, J. V. (2016). *Lenguaje teológico: cruces y sufrimientos*. Franciscanum. *Revista de las ciencias del espíritu*, 58(166), 271-293.
- Yepes Stork, R., & Aranguren Echeverría, J. (2001). *Fundamentos de antropología. Un ideal de la excelencia humana*. EUNSA.
- Zambrano A. (2013). *Del sufrimiento o lo insuficiente de la educación 'el declive de la razón y la impostura de la autonomía*. *Praxis & Saber*, 4(7), 35-49.

VIII. Anexos

8.1. Bibliografía del fundamento teórico de la propuesta

- Barrajón, A. P. (2006). *El sufrimiento cristiano. Actualidad de la “Salvifici doloris” de Juan Pablo II. Ecclesia*, 20(1), 43-61.
- Cid, M.T. (2016). *Una mirada que crea comunión: Las virtudes y la educación del corazón. En Educación de la interioridad: Tras las huellas teresianas* (Primera, pp. 189-214). Fundación Universitaria Española.
- Juan Pablo II (1984), *Carta apost. Salvifici Doloris, 11-II-1984 (sobre el sentido cristiano del sufrimiento humano)* (5° ed.). Ediciones Palabra, Madrid.
- Malander, N. M. (2019). *Adicciones tecnológicas en adolescentes: Relación con la percepción de las prácticas parentales. Drugs and Addictive Behavior* (histórico), 4(1), 25-45. <https://doi.org/10.21501/24631779.2761>
- Miralles, Á. A. (2013). *El principio de la dignidad humana como fundamento de un bioderecho global. Cuadernos de bioética*, 24(2), 201-221.
- Ramos, N. A. (2018). *Job y el sentido del sufrimiento*.
- Rojas Estapé, M. (2018). *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*. Madrid: Espasa.
- Santiago, L. G. (2021). *Pensamiento crítico, Internet y redes sociales. Una propuesta de intervención en adolescentes*. 67.