

Construir armonía



Hay una gran preocupación mundial en torno al conflicto entre Israel y los palestinos. La acción terrorista de los palestinos fue horrosa. Y la respuesta israelí también lo es. ¿Qué le ocurre al mundo? Eso comentaba Alberto con Ana, su compañera de colegio y de autobús con quien muy frecuentemente se acompañaban de ida y de regreso.

Luego de ponerse mutuamente al

día con información tanto actual como histórica, Ana, con gran sentido práctico femenino, dijo: Hacemos bien en conversar de estas cosas, pero por qué no buscamos a nuestro alrededor otros conflictos en los cuales podamos tener más influencia, o de los cuales tal vez hasta seamos protagonistas. Vale, dijo Alberto, y se pusieron a recorrer ese camino, como se recorren todos los caminos nuevos, sin saber bien qué sigue, con ánimo

de exploración y con la apertura de que nos vamos a escuchar con atención y en vez de ir rechazando aquello con lo que no estamos de acuerdo, vamos a admitir todas las piezas de pensamiento, para luego ver qué hacemos con ellas.

Buena nota de los chicos, porque lo que ocurre con frecuencia es que, en las discusiones, vamos eliminando argumentos e ideas y esto podría conducir al aparente triunfo de una u otra parte, en



vez de llegar a construir algo conjuntamente.

¿Vos con cuántos compañeros te sentís cercano y con cuántos te sentís lejano? Preguntó Alberto. Con unos cinco me siento en cercanía y a unos diez los veo lejanos, dijo Ana. Es que a una le gusta hablar y compartir con personas con las que pensemos de manera semejante. Cuesta mucho ponerse a hablar con maes a quienes por ejemplo no les guste la misma música, los mismos deportes o por ejemplo con maes que no apoyen al mismo equipo de fútbol.

A mí me pasa igual, dijo Alberto, pero lo que estoy pensando en este momento es si para el grupo y para los maes con los cuales no nos relacionamos, si no sería mejor que fuéramos, como dicen ahora, más inclusivos. Ser inclusivo es como tener la puerta abierta para que entre más gente. Es como si tuviéramos un baile de compañeros y cerráramos la puerta cuando ya entramos, digamos, diez compañeros. Sería mejor el baile si dejamos entrar más gente.

Ese ejemplo del baile me gusta, dijo Ana.

¿Qué raro es eso! ¿Por qué uno se lleva muy bien con unos y con otros como que no tiene la misma vibra? Me parece, siguió diciendo Alberto, que son cosas de la naturaleza. Yo creo mucho en la química. Con unos tenemos buena química. Con otros no. Fijate que hasta con parientes cercanos pasa lo mismo ¿Por qué uno se lleva mejor con unos primos que con otros?

Cierto. A mí también me pasa dijo Ana, pero más importante que ver por qué ocurre eso, sería interesante ver hasta dónde puede uno dejar llegar la química. Por ejemplo, si a un mae le roban la plata en la parada del bus y uno se da cuenta, química o no, sería bonito que viviéramos en un mundo donde uno estuviera dispuesto a pagarle el bus o a darle la plata para que lo pagara.

Esa sí que está buena, Ana. Fijate que yo me pondría a pensar si el mae se puso de acuerdo con quien lo asaltó, para que yo le diera la platilla. O si a lo mejor traía plata en otra bolsa y muy tranquilo agarra la que yo le ofrezco. Pero a veces yo también me pongo a pensar que tal vez es que yo soy muy raro.

No Alberto. Estás pensando con el cerebro. Y así hay que pensar, pero no hay que pensar siempre solo con el cerebro. Hay que pensar en otras cosas. Por ejemplo. En mi casa mi abuela siempre decía que hoy por ti, mañana por mí. Cuando yo era carajilla no le entendía, pero luego le fui agarrando el volado. Leéte este papelillo que siempre traigo yo en un cuaderno. Y sacó un papel, lo desdobló y se lo pasó a Alberto.

Hoy por ti, mañana por mí.

Todas las grandes religiones del mundo hablan de amor. El amor es un tema que de grande e importante, pensamos poco en él. Por eso conviene empezar por explorar el significado de hoy por ti, mañana por mí. A primera vista podría parecer que de lo que se trata es de hacer el bien a otros para obtener un premio o para evitar un castigo. Pero cuando pensamos en las múltiples relaciones de dependencia que hay entre los seres humanos, entre todos los seres vivos, entre los seres humanos y la naturaleza, se llega a entender que deberíamos aprovechar esas relaciones para mejorar el mundo en el cual vivimos. Imaginemos un mundo sin panaderos, sin choferes de bus, sin dentistas. El confort con el cual vivimos nuestras vidas depende de lo que hagan muchas personas, a algunas de las cuales nunca llegaremos a conocer. De manera que, aunque nos parezca muy impresionante la palabra amor, la verdad es que deberíamos tener siempre sensibilidad por todo lo que recibimos de otros.

¿Cuál sería una buena forma de reconocer y agradecer la forma en que otras personas contribuyen a nuestro bienestar? Primero debemos reconocer ese bien oculto que nos hacen.

Luego deberíamos inclinarnos a participar en este intercambio de bien. Aunque quien conduce el bus, no conozca al panadero le permite alimentar a sus hijos, haría bien en disponerse a ser cordial y respetuoso de las leyes de tránsito, porque esa sería su forma de corresponder al bien que el panadero le hace fabricando el pan con esmero y puntualidad.

Lo otro que podríamos hacer es hablar de estas cosas. No basta con pensarlas. No basta con reconocerlas. Y no basta con que nosotros individualmente decidamos hacer nuestras propias cosas de mejor manera en beneficio de los demás. Es importante que nos dediquemos a difundir estas ideas de la interdependencia, del bien que recibimos de otros y del bien que podemos hacer por otros. Toquemos estos temas, expliquémoslos, ayudemos a que más personas se den cuenta de esto y apoyémoslos cuando conviertan estas inquietudes en acciones por el bien de los demás.



Qué vacilón, dice Alberto, creía que el amor era solo cuando uno se enamoraba de una chavala, o ese otro amor, por ejemplo, el amor al prójimo del cual hablan los curas en los sermones. Pero ahora veo que eso que dice el papelillo es una forma de amar. Me acuerdo de que un profe un día se puso a hablar del bien común, y la verdad, me costaba agarrarle el toque. Ahora sí veo más claro lo que es el bien común.

A mí me pasó igual, dijo Ana. Me costaba entender esa vara del amor. Yo me imaginaba el amor que mi madre nos tiene, y el amor que yo un día voy a tener por mis hijos, pero la verdad, no hay que esperar ni ir muy lejos para ponerlo en práctica. El otro día en el teléfono estuve oyendo un podcast. Hablaba un español, creo que el chavalo era psicólogo o coach y estaba explicando que el amor no es un sentimiento. Que no tiene que ver solo con sentir algo bonito por alguien, que no es sentir mariposas en el estómago, sino que es una decisión de la voluntad. Que, si uno ve que alguien necesita ayuda, uno puede decidir no ayudar. O puede decidir sí ayudar, pero no para que lo vean, ni para que se lo agradezcan, sino porque uno, allá dentro, siente que quiere el bien del otro. Y definía el amor como hacer cosas por el bien del otro.

Un día una profe me enseñó algo que estaba leyendo. Decía que en universidades norteamericanas de renombre había cursos sobre felicidad. ¡Te imaginás! ¡Un curso sobre felicidad! ¿Vos te matricularías? ¡Yo, claro que sí! Me enseñó la noticia de una profesora llamada Laurie Santos que hay en la Universidad de Yale. Ella ofrece un curso sobre felicidad, más bien sobre bien-ser. Esto porque no basta con el bien-estar, sino que tenemos que buscar el bien-ser. Bien-estar tiene que ver con cosas. Bien-ser tiene que ver con actitudes, hábitos, sentimientos. Pues ese curso es uno de los que ha tenido la popularidad mayor entre todos los cursos de la universidad. Es como si la gente estuviera muy necesitada de pensar sobre estos temas de los cuales hemos estado hablando, y la verdad, que con todas las cosas que uno ve que pasan en el mundo, y en nuestras calles, se siente la necesidad de ponerse a reflexionar en todo esto.

¿Y sabés qué se dice en esos cursos? Preguntó Carlos, porque yo me imagino que si lo que enseñan es a ser positivo, a creer que todo le va a salir

bien a uno, a tener la creencia de que ahí a la vuelta de la esquina nos está esperando la felicidad, conmigo que no cuenten.

¡Qué va Alberto! Esto es lo más interesante. Según me dijo la profe, porque yo también le pregunté en qué consistirían esos cursos, esos cursos se basan en lo que produce en nosotros, hacer algo por los demás. Parece que en vez de tener los focos hacia adelante iluminando la calle, tenemos los focos vueltos para adentro para mirar lo que nos falta, lo que nos hace sentir mal. Un poco que no somos más felices porque vivimos mucho en nota de pobrecito yo. En esos cursos explican con estadísticas y experimentos que lo que hace feliz a la gente es hacer cosas por los demás. Desde llamar por teléfono a alguien a quien no llamabas hace tiempo, hasta llamar a alguien que una vez te hizo un favor y recordarle lo agradecido que estás. Ni se diga si hacés cosas como visitar a alguien que está solo u ofrecerle a alguien que tiene dificultades que vos podés irle al hacer un mandado a alguna vuelta que tenga que hacer.

Y por qué, dice Alberto, no vamos haciendo experimentos con estas cosas. Tratemos de escuchar más a los compañeros o como dicen en la clase de valores, ser más empáticos y más compasivos. Ayudarnos más en las varas del cole. Ir a las fiestas no solo a divertirnos sino a intentar que los demás se la pasen muy bien. Tal vez nunca nos toque ser mediadores en una guerra, o ayudar a entenderse a distintos grupos políticos, pero sí que nos tocará hacer que aquellos a quienes tenemos cerca, puedan vivir vidas más armoniosas, disfrutando más, buscando más las cosas que valen la pena. Que en vez de la exclusión, practiquen la inclusión. Que en vez de separar busquen juntar. Que en vez de provocar conflictos busquen acuerdos. Esa sería una forma de contribuir a construir la armonía y no esperar a que nos caiga del cielo.

De acuerdo, dijo Ana. Eso me suena fabuloso. Me recuerda algo que dicen que dijo Gandhi: Se tú el cambio que quieres ver en el mundo.

Agradecimiento

Álvaro Cedeño Gómez

Catedrático retirado de la Universidad de Costa Rica y de la Universidad Autónoma de Centroamérica.
Es consultor de empresas y MBA por IESE, Universidad de Navarra

Álvaro Cedeño Gómez informa a sus lectores que todas las semanas publica un artículo en su página web: alvarocedeno.com
Ingrese en la página y solicite el envío gratuito de esos artículos a su correo electrónico

