

FORTALECER LAS RELACIONES



“Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella, no me salvo yo” decía el filósofo Ortega y Gasset. Pues bien, después de muchas semanas confinados en nuestros hogares y a punto de iniciar el proceso de desescalamiento, lo que hay detrás de estas palabras se torna en algo fundamental.

Para Ortega, el grado en que un acontecimiento nos afecta está condicionado no tanto por lo que sucede, sino por la manera en la que interpretamos este acontecimiento. De ahí que sea muy necesario una interpretación juiciosa del contexto actual y para ello ser capaces de un discernimiento lúcido. En este camino y en la lucha contra la Covid-19, nuestro pensamiento se enfrentará a muchos retos y obstáculos. Me gustaría resaltar alguno.

La importancia de discernir las amistades fuertes y verdaderas.

Un estudio liderado por Robert Waldinger en la universidad de Harvard trató de contestar a la pregunta ¿Qué nos hace envejecer con salud y felicidad? El estudio comenzó en 1938 y, examinó la vida de más de 1300 personas durante 80 años, analizando los factores que hacían que algunas personas envejecieran felices y con salud, y otras, terminaran con debilitamiento mental e infelices.

Los resultados mostraron que no era el dinero, la reputación o la fama, sino la fortaleza de las relaciones con las/os amigas/os, la familia, la comunidad y la pareja lo que les hacía tener una vida más feliz y saludable. En los días más complicados del confinamiento, esas relaciones nos ayudan más que nunca.

El discernimiento es, lo que nos permite distinguir las buenas amistades y las relaciones inteligentes, de las que no implican afectos verdaderos. Aristóteles diferenciaba tres tipos de amistad: una primera utilitaria, donde las/os amigas/os tienen una utilidad común y la amistad termina cuando esa utilidad desaparece; una segunda sobre la diversión, basada en el entretenimiento común hasta que este existe; y una última sobre la excelencia, una amistad virtuosa que requiere una atención mutua y que busca la virtud, el éxito y la felicidad de la otra persona. Para Aristóteles, aprender a distinguir estas amistades era fundamental.

También en Caritas, aprender a pensar, el desarrollo del pensamiento crítico, el discernimiento, los comportamientos virtuosos o el cuidado de las verdaderas amistades requiere tiempo, atención y cuidado. Requiere asumir responsabilidades, que nuestra acción vaya unida a la reflexión y vinculada con la oración en una vida armoniosa y en proceso.

Xabier Andonegi
Consiliario de Caritas Gipuzkoako