

## EL ARTE DE CONVIVIR

El arte de vivir en compañía, que eso entendemos por convivencia, se va adquiriendo a lo largo de los años, guiados por el ejemplo y la enseñanza de los otros, de aquellos que nos acompañan y a los que acompañamos. Se inicia en la familia y se continúa después en la escuela y en los sucesivos ámbitos de socialización: el trabajo, la vida de relación, aficiones, etc. Es tan importante la convivencia, vida de cada hombre se puede definir en términos de relación, de mutua participación, de ir progresando en el compartir. Se identifica con el empeño por adquirir la visión del otro, de ponernos en su lugar, de mejorar en comprensión.



Las que la de relación, de mutua

## UNIDOS SOMOS MÁS FUERTES

La tendencia natural nos lleva a ocuparnos de nosotros mismos, y caminamos envueltos en intereses y preocupaciones personales, como si fuésemos dentro de un globo aerostático, necesitando un amplio espacio para no tropezar con nadie. Es decir, ocupamos un gran volumen, que nos impide dejar hueco a los demás, e interactuamos con ellos sin tener en cuenta su propia aura, generando problemas innecesarios.

Aprender a convivir supone reconocer las necesidades de espacio de los demás y respetarlas. No simplemente alejándonos, ya que resultaría imposible vivir independientes, sino compartiendo. Aunque al compartir aparentemente se pierde libertad, se gana en eficacia, se forma equipo y se pueden alcanzar metas más altas.



Caminar cogidos del brazo exige poner la atención en los deseos del otro y viceversa. Esto nos enriquece porque abre nuestros horizontes vitales llevándonos a preocuparnos de los demás. Ya no dominamos la situación, pero como compartimos los objetivos, cada uno aporta lo mejor de sí

mismo para llegar al fin. **Se crea así una red de solidaridad que va conformando la sociedad.** Poco a poco va prosperando y ganando en complejidad. Se produce un crecimiento interior grande que nos lleva a preocuparnos de los demás, a conocer

---

*Se crea así una red de solidaridad que va conformando la sociedad*

---

sus intereses y prestar nuestra colaboración. Esta capacidad de ponerse en lugar del otro se conoce como **inteligencia emocional.** Aunque también puede recibir otros nombres: comprensión, caridad, misericordia o amistad. **En definitiva son los nombres del amor.** Se valora mucho en cualquiera de sus formas, porque impulsa la creación de equipos y el buen funcionamiento de la convivencia. Nadie puede vivir solo, el hombre es un ser social que para ser feliz ha de conjugar siempre la primera persona del plural: el nosotros.

Por eso nos preocupamos seriamente cuando vemos que la sociedad camina en dirección contraria y se cotizan al alza los valores relacionados con el individualismo, porque sabemos que la sociedad se dirige a su destrucción, se desintegra, y la vida de cada hombre reduce su valor, porque renuncia a su propia esencia. Y por eso es tan recomendable establecer equipos, porque la suma de las actuaciones individuales es siempre inferior a la labor

del conjunto. Podríamos decir que con personas corrientes trabajando coordinadamente se obtienen resultados nada corrientes, excelentes.

Volviendo a la imagen del globo aerostático, si llegamos a casa urgidos por la prisa o porque no nos encontramos bien, lo lógico es que toquemos el timbre repetidamente. El que oye nos oye desde dentro, ajeno a lo que pasa fuera, ve invadido su recinto personal, su globo ha sido desplazado violentamente y reacciona enojándose. Solo después, teniendo todos los datos, comprende que ha actuado injustamente. Recuerdo que hace años quedé con un equipo de personas para hacer un trabajo, cuando llegué no encontré a nadie; y al preguntar me dijeron que uno de los jefes los había requerido para otras funciones. Me dirigía al despacho del jefe para pedir explicaciones, cuando me enteré de que estaban implicados en atender a las víctimas de un grave accidente que acababa de producirse.



Enseguida cambié el ánimo y me puse a ayudar a los heridos. No tenía todos los datos y juzgué precipitadamente. Se aprende en estas circunstancias que

parte de los datos que necesitamos para abarcar una situación concreta nos los ofrecen los demás, bien manifiestamente o bien teniendo que obtenerlos indirectamente. Iremos apreciando en detalle las preocupaciones de los demás.

Un gesto, una actitud, unas palabras dichas en un tono distinto, nos orientarán

certeramente. Poco a poco mejoraremos en el conocimiento del globo aerostático que nos acompaña o se cruza con nosotros y se generará esa **empatía** que estamos buscando.

Hay que citar también la memoria, el almacén al que se envían las experiencias para su archivo. Así, las lecciones que vamos aprendiendo, las podemos consultar cuando sea necesario. De este modo, la segunda vez que suene el



timbre con notas de urgencia, lo primero que nos vendrá a la mente, será la necesidad de atención que trae la persona que llama, y nos levantaremos del sillón con un toque de preocupación.

Reconociendo que la sociedad es muy compleja, me parece que un alto porcentaje de los españoles actuales hemos recibido mucho y hemos dado poco. El resultado es que somos unos aprovechados. Nos gusta estar reunidos, agrupados, pero sin que nadie nos invada. Quizá la ausencia de dificultades serias nos ha llevado a gastar las energías sobrantes en temas sin entidad. Acudiendo al almacén de la memoria extraigo alguna película de indios y vaqueros, en la que los primeros decoraban sus cuerpos con pinturas de guerra para estimularse para la lucha, lucha en la que se jugaban la vida. Y quizá de un modo injusto, pienso que ahora nos pintarnos de colorines para hacer el botellón o buscar el **pokemón**, teniendo siempre asegurado el retorno a casa, a la comodidad.

Para crecer en las virtudes que mejoran la convivencia es importante también que aceptemos las reglas sociales y las convenciones. A veces no conocemos el origen, pero hemos de pensar que el hombre ha ido avanzando a lo largo de

los siglos, y que la riqueza que ha conseguido ha de conservarse. **El Papa Francisco repite que hemos de saber pedir permiso y perdón, y también**

**dar las gracias.** Esta lección la recibimos siendo muy pequeños, pero no la asimilamos fácilmente. Después, en la adolescencia, tratando de forjar la propia personalidad, rechazamos cualquier propuesta que se nos haga, y en la edad adulta, la soberbia nos impide aprovechar bien aquello que nos aconsejan y nos conviene. Quizá la mayor parte de los fracasos de nuestra vida se deban a esa actitud de ceguera ante los consejos que nos dan o de las oportunidades que no valoramos.

Es en el matrimonio donde la convivencia alcanza su cima: **seréis dos en una sola carne.** Y es ahí dónde está resultando más difícil. ¡No aguanto más! Es la frase que se repite antes de hablar de divorcio. Para entonces, una de las pocas cosas en que los cónyuges están de acuerdo, es en que tienen que separarse, porque resulta imposible seguir unidos. Me gustaría aportar una idea ingenua, pero muy real. Sugiero que cada uno examine su globo de preocupaciones personales.

Seguramente estará cada uno centrado en sí mismo, incapaz de tomar en consideración las razones y preocupaciones del otro. Surgirá como fruto de esa reflexión, la necesidad de atender a los hijos, que sufrirán un fuerte shock y gozarán de una menor dedicación del padre, de la madre, o de los dos; y después, que piensen en ellos mismos, que se quedarán, sin el cariño

y sin el estímulo de sacarlos adelante. Como las cosas no resultan nunca como a uno le gustaría, tal vez la nueva situación venga a ser peor que la primera, lo que a nadie interesa. Para volver a empezar, quizá convenga buscar un mediador que analice la situación con objetividad y ofrezca pautas de arreglo; o un médico que sane las heridas, porque muchas de las diferencias pueden tener su origen en patologías psíquicas.

Me gustaría, para terminar, hacer referencia a las enfermedades psíquicas, que tienen mucho que ver en la marcha de la convivencia. Todos tenemos defectos, tanto físicos como intelectuales como

psíquicos. En el caso de los trastornos psíquicos los afectados no son conscientes de padecerlos porque forman parte

de sí mismos y como consecuencia ellos se ven normales. La mayoría son leves desviaciones sin importancia, pero hay también verdaderas patologías, que llegan a hacer imposible la relación más sencilla. En estos casos conviene acudir al médico especialista para recibir

ayuda. Es un punto delicado porque no se ve necesario, pero lo es. En España hay un consumo muy elevado de fármacos de este sector y sería aún mayor si acudieran al médico todos los que lo necesitan. A la ventaja personal se sumaría la ventaja social, aún más valiosa, pues trátase de depresión, de ansiedad, o de trastorno de la personalidad, tiene además del desgaste personal una fuerte impronta social.

..... *JUAN ÁNGEL BRAGE*

---

*El hombre es un ser social que para ser feliz ha de conjugar siempre la primera persona del plural: el nosotros*

---



¿dónde mejor?

**COLEGIO CATÓLICO  
SAN JUAN EVANGELISTA  
C/ Valle del Jerte, 2  
Torrejón de Ardoz, CP 28850 (Madrid)  
Telf: 916750806**

**Aseguradores  
de Torrejón S.L.**

AGENTE EXCLUSIVO ZURICH  
ED189866059458

C/ Enmedio, 8 - 1º Izq.  
28850 Torrejón de Ardoz  
(Madrid)

Tfnos. 911 138 722  
691 075 402 / 655 813 340  
Fax. 916 088 856  
zurichtorrejon@gmail.com



*Because change happenz.™*

**Como siempre, le ofrecemos  
las mejores soluciones en  
protección.**