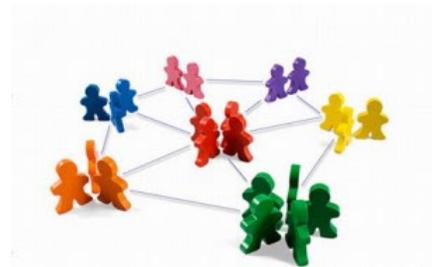


Conoce tu lugar

Hemos perdido de vista el hecho de que fuimos creados para vivir juntos. Sin embargo, podemos recuperar nuestra vida en comunidad —en familia y con los que nos rodean.

Las personas no estamos hechas para vivir solas, al menos no todo el tiempo. Nos necesitamos unos a otros.

Aun alguien solitario necesita la conexión y la interacción humanas. Lamentablemente, nuestro mundo moderno hace que esto sea difícil de lograr. La tecnología nos permite “interactuar” con las personas virtualmente sin realmente llegar a conocerlas.



La vida en comunidad es un arte que se ha perdido. Sin embargo creo que podemos recuperar algo de terreno. De manera que, todo comienza en el hogar.

La comunidad en el hogar



Es probable que usted esté pensando: ¿Por qué en el hogar? ¡Ese es el único lugar donde no tenemos más opción que interactuar con las personas que nos rodean!

Pero piense por un minuto en lo siguiente: ¿Cuánto tiempo empleamos, realmente, en interactuar con los miembros de nuestro hogar? En más de una ocasión, he visto a un papá, una mamá, y a los niños sentados juntos en un restaurante —y cada uno entretenido con un teléfono o a una tableta. ¿Será que se están enviando mensajes de texto unos a otros en la mesa? No lo sé. Pero es claro que no están verdaderamente conectados entre sí. Están distraídos. Los estudios demuestran que las personas promedio dedican diariamente cuatro horas y media a ver televisión —pero el papá o la mamá promedio invierte solo treinta y ocho minutos a la semana en una conversación profunda con sus hijos. El doctor Greg Smalley ha citado un estudio semejante que revela que la pareja promedio invierte solo cuatro minutos al día en conversaciones significativas.



Sin duda, muchos de nosotros estamos sobrestimulados e hiperentretenidos, y el resultado es que nuestras relaciones con las personas más cercanas a nosotros sufren. Para ayudar a resolver este problema, debemos **ENFOCARNOS**, “**Hacer que cada día cuente**”. Las familias deben involucrarse regularmente en cinco conductas clave que fomentan una conexión más profunda. Dichas conductas son las siguientes:

- Orar juntos. El tiempo de oración en familia nos acerca más a Dios y unos a otros.
- Reír juntos. La ciencia confirma los beneficios de la risa para el cuerpo y las relaciones.
- Pasar tiempo juntos. Invertir tiempo en actividades positivas reúne a las familias y las ayuda a evitar vivir como “extraños bajo el mismo techo”.

- **Conversar.** Involucrarse en conversaciones significativas ayuda a fortalecer los lazos familiares.



- Cenar juntos. Las investigaciones

confirman que los miembros de la familia que comen juntos por lo menos cuatro veces a la semana, evidencian una mejor comunicación, hábitos de comida más saludables, mejores calificaciones escolares y menos problemas de conducta.

Involucrarse en estas sencillas disciplinas puede mejorar significativamente nuestro sentido de comunidad en el hogar.

La comunidad

Usted no puede vivir sin amigos en la comunidad. No basta con asistir al trabajo. Así como es posible vivir con la familia y no interactuar, también es posible que usted se ubique en el trabajo sin llegar a relacionarse con sus compañeros. Sí, es importante generar resultados, cumplir con las tareas, realizar lo que nos corresponde, pero si no estamos haciendo un esfuerzo por conectarnos e involucrarnos con los demás, nos estamos perdiendo de un

e l e m e n t o
clave.

La Comunidad



A l g u n a s
empresas son
m e j o r e s
fomentando la
v i d a e n
c o m u n i d a d
que otras, por
s u p u e s t o .

Pero si usted mira a su alrededor, es posible que en su propia organización haya oportunidades para invertir en las vidas de otros y, tal vez aun más importante, en usted mismo.

Pocas organizaciones tienen una “mentalidad de bienestar común” —buscan oportunidades de servir a quienes los rodean y, en última instancia, al mundo. Lo cual nos lleva a otra fuente importante: la comunidad en sí.

La comunidad en la comunidad

Me gusta la cita que dice *"Así que, según tengamos oportunidad, hagamos bien a todos"*, después que hayamos creado comunidad con nuestras familias, tenemos que llevarla fuera de las paredes del hogar.

¿Quiere usted que sus hijos o nietos se interesen por el mundo que les rodea?
¿Quiere que aprendan a tener buenos modales, a respetar a los demás, a desarrollar responsabilidad ciudadana, y a disfrutar del gozo del servicio?
Entonces, ayúdeles a invertir en el mundo que les rodea, comenzando por su propia comunidad.

Ya sea que usted le eche la culpa al desarrollado exagerado del sentido de individualismo o no, la mayoría de nosotros

hemos olvidado lo que significa ser un buen vecino. Podemos saludar al vecino cuando introducimos el automóvil en el garaje, y eso es todo. Pero ¿qué tal si en vez de meternos a toda prisa en la casa, atravesamos el patio, y hacemos el esfuerzo de hablar realmente con las personas que viven a nuestro alrededor?
¿Conocemos por lo menos sus nombres? ¿Conocemos sus historias o siquiera nos interesa saberlas?



Si mira a su alrededor, es probable que haya oportunidades por doquier para amar y servir a quienes le rodean. Esto no tiene que ser complicado. Solo una vez, ofrezca a su vecino cortar el césped. Pídale a la viuda solitaria de su calle que venga a cenar con su familia.



Invite a los niños del vecindario a tomar un refresco en una calurosa tarde de verano. Ofrézcase como voluntario para ayudar en un refugio. Organice una campaña de donación de ropa usada o de alimentos. Las posibilidades son infinitas. Crear relaciones genuinas con quienes nos rodean nos da la oportunidad de hablar a sus vidas.



A pesar de lo que piensa la sociedad en cuanto a las virtudes de “abrirse uno su propio camino” o “hacer las cosas por uno mismo”, la verdad sigue siendo que nos necesitamos unos a otros. Es la manera como fuimos diseñados. Y si tenemos verdadera intención de fomentar la comunidad real y auténtica en nuestros hogares, trabajos y vecindarios experimentaremos abundancia en **salud, felicidad, éxito y prosperidad.**

