

mapas de amor

ALDEA CARDENAL RAÚL SILVA HENRÍQUEZ

Notas sobre el amor

DIARIO DE REFLEXIONES

humániti

“Quiero un país donde se pueda vivir el amor. ¡Esto es fundamental! Nada sacamos con mejorar los índices económicos o con levantar grandes industrias y edificios, si no crecemos en nuestra capacidad de amar”.

CARDENAL RAÚL SILVA HENRÍQUEZ

(en “Mi sueño de Chile”, noviembre de 1991)

Todos somos seres amorosos, tenemos la capacidad innata de amar y ser amados. No existe ningún niño que no quiera abrazar a su madre al nacer. A medida que vamos creciendo nos podemos ir alejando del camino del amor. Cuestión de suerte.

La sociedad está llena de estímulos y exigencias que nos llevan a desviarnos de nuestro propio corazón. Hoy frente a esta pandemia que sacude el mundo nos hemos dado cuenta de aquella capacidad de trabajar nuestra propia existencia olvidada. Hemos sido testigos que una sociedad más humana y más sincera sólo se construye desde el amor.

Es un concepto complejo de definir. Es inabarcable, inexplicable y abstracto a la vez. Todo puede ser considerado amor. Al ir creciendo en esta vida vamos construyendo y sintiendo amor de diferentes formas. Puede ser el amor que experimentamos hacia nuestras raíces, el amor de familia, el hecho de ser padres, hijos, parejas hermanos y amigos.

Se trata de un potente sentimiento universal y a la vez único. Todos merecemos amor, pero cada uno tiene su propia manera de manifestarlo, vivirlo y expresarlo.

Es inagotable, somos capaces de entregar amor de mil y un formas, así como también podemos abrirnos a recibirlo de los demás hacia nosotros.

Esta interacción que creamos es una energía recíproca que no se ve pero se siente. Es un motor que nos mueve día a día a ser mejores personas, a vivir conectados con nuestro corazón. Cuando el amor está bien dirigido se produce una entrega que busca el equilibrio en una relación, donde pueda respetarse a sí mismo y a la vez al otro considerando sus propias emociones e identidad.

Sentir amor ayuda a recordar que estamos vivos, que estamos despiertos ante una sociedad muchas veces dormida. Es creer en la vida, creer en alguna fuerza superior que nos mueve y nos da esperanza para seguir luchando hacia nuestras convicciones y hacia esas razones que dan sentido a nuestra existencia.

Es una experiencia que nos lleva a sentir una energía que nos rebosa por dentro, hay algo que no podemos contener, explicar o demostrar. Simplemente eso que sentimos que es tan potente, que nos marca, nos cambia, nos evoluciona.

A través de los ojos de ese niño que nace y nos hace madres, o a través de ese niño de la Aldea que sin ser hijo de sangre, nos dice que nos quiere, que nos vemos mañana despidiéndose con una sonrisa en la cara.

El romanticismo que nos fue enseñado desde niños nos produce muchas falsas expectativas de lo que realmente es amar genuinamente.

El sentir verdadero se da cuando se vive de la realidad y de lo cotidiano, alejándonos de la perfección de la que creemos que significa amor. Es que el amor también es una experiencia espiritual que conlleva un fuerte compromiso interior y decisión propia con nosotros mismos. Debemos ser capaces de poder integrar y aceptar tanto la luz como la sombra que habita en nosotros y en los demás.

Como seres humanos constantemente realizamos conductas que nos dañan a nosotros y a nuestro entorno. Por eso es tan importante mirarnos hacia adentro primero. Amarse a uno mismo, pareciera ser el primer gran paso para poder entregarse a un otro, para poder hacerlo de forma genuina e incondicional. Al hacernos conscientes de nuestras heridas y querer repararlas entramos en un trabajo de sanación personal.

Es volver a creer, es volver a amar. Quien se ama, se respeta y ha trabajado su amor personal no daña a los demás. Quien se ama a sí mismo puede vivir, soñar, ser transparente y único.

El amor que se vive en la Aldea se puede ver como una fuerza de reparación, un proceso de sanación hacía lo que alguna vez dañó a estos niños y que hoy habita en ellos y en sus historias de infancia. Como todo acto de amor requiere compromiso, esfuerzo y también saber comprender y comunicarse con los demás. El desafío está en empatizar con ellos para que luego ellos logren ser empáticos con sus pares. Que vean a sus compañeros como hermanos.

Vivir dirigidos por el corazón y construir una vida en base al amor es tal vez una de las decisiones más importantes que hoy como seres humanos podemos elegir. Vivimos en una sociedad carente de amor que valida el exitismo, la competencia alejándonos de la cooperación y de la entrega mutua y desinteresada. El desafío está en generar compromisos con nosotros mismos y con nuestro para aceptar nuestro pasado y redirigir nuestras acciones para que nuestro actuar en el futuro trascienda hacia la transparencia.

El amor en la Aldea siempre se hace presente. Se construye una relación tan cercana con los niños que a veces se hace difícil no considerarlos como hijos propios. Constantemente se intenta ser y poder dar ejemplo de un trato amoroso, de un vínculo sincero que se va traspasando a través de la propia experiencia, esperando que se trabaje e incorpore cada vez más en las relaciones entre pares y que pueda verse en pequeños cambios cotidianos.

Cuando uno se propone trabajar desde el amor con niños se puede ver cómo de a poco van cambiando sus formas, incorporando mejores tratos y cultivando el respeto mutuo.

Al llegar a un espacio donde hay una historia de dolor e historias difíciles, es común encontrarse con un fuerte rechazo en los primeros encuentros. Viéndose reflejado en peleas, actitudes impulsivas o individualistas como respuestas en las que un niño puede estarse defendiendo ante otro y ante sus propios temores de inseguridad o abandono.

Al ser adultos a cargo tenemos una gran responsabilidad, no solo de cuidarlos y protegerlos, sino también de educar desde el amor y el mutuo respeto.

Al optar trabajar desde el amor se van incorporando los códigos de la hermandad, el poder compartir lo que es propio con el otro, preocuparse por quien está al lado.

Los conflictos siempre van a estar, pero la diferencia está en cómo los enfrentamos. Es muy importante manejar la intensidad de las emociones para mantener la calma. El desafío constante es poder dialogar y reflexionar con ellos, intentar ponerse en su lugar.

Trabajar con las emociones para que ellos puedan comprender realmente la causa del enojo o de la rabia y así poder anticiparse a una conducta agresiva. Trabajar la comunicación, la resolución de conflictos y la contención es fundamental para que ellos se sientan escuchados y validados. Un trato amoroso conlleva a grandes cambios tanto en sus conductas como en sus actitudes propias con ellos mismos y la relaciones que mantienen entre ellos.

Ellos deben saber que está bien sentir y expresar las emociones, al trabajar desde el amor se busca eso. Cuando uno entrega y trabaja con y desde el amor, se cosecha y así mismo se verán cada vez más respuestas amorosas como frutos del trabajo.

La entrega de espacios de confianza y de reflexión entre niños y tutores ha dado paso a compartir experiencias, atreverse a mostrar el sentir, llorar y poder abrir los corazones frente a los demás.

Así los niños demuestran sentirse protegidos, escuchados y a la vez formando parte de una relación más profunda y recíproca con los mayores.

Cuando hay una escucha atenta, consciente, ellos se sienten importantes. Eso contribuye directamente con su sentido de pertenencia en el mundo y con su valoración personal que será tan importante en cómo ellos se desenvuelven en su futuro.

El amor puede expresarse sin la necesidad de abrazarse o verbalizar físicamente si no que a través de la acción, de los gestos y en espacial desde los detalles.

A veces algunos niños tienen un trato más duro, más fuerte y más imponente, pero cuando surgen necesidades, o cuando alguno de ellos necesita ayuda, se puede ver cómo son capaces de postergar sus propios intereses y poder colaborar con lo que le está sucediendo a otro.

A pesar de las diferencias que entre ellos puedan tener y las dificultades que se les presentan a diario, la relación que han construido entre ellos es una verdadera hermandad, la cual se trabaja todos los días por traspasar las barreras de edad y lo que cada una de estas etapas conlleva emocionalmente para poder sobreponerse ante los obstáculos y enfrentarse a la realidad que vive cada uno apoyándose y acompañándose en un viaje compartido.

El amor propio para los niños es fundamental, sobre todo cuando se trata de niños que no han crecido con bases sólidas de amor y de seguridad. Por eso el quererse a sí mismos es un desafío constante.

Vemos como los talleres que se han implementado en la Aldea fomentan el autoestima y trabajan con que los niños puedan sentirse valiosos, orgullosos de sí mismos y competentes antes las cosas que hacen y que disfrutan haciendo.

A medida que se han ido desarrollando este tipo de instancias recreativas el compañerismo y los tratos entre ellos evolucionan.

Así como también hay mayor preocupación por el su compañera o compañero, hay mayor apertura de querer compartir las experiencias vividas lo cual lleva seguir construyendo y cultivando la hermandad de la cual forman parte.

Hay quienes tienen padres de sangre, quienes tienen padres de adopción y hay quienes tienen hijos de corazón. La relación que se forma entre los tutores y los niños de la Aldea, es una conexión desde el corazón. El tiempo y la experiencia enriquecen estos lazos y los llenan de amor. El simple hecho de terminar el día deseándole “buenas noches”, “nos vemos mañana” o un “te quiero” les da a los niños la suficiente seguridad de que mañana va a haber alguien ahí para ellos esperándolos.

Ante las situaciones complejas familiares se hace necesario potenciar la autoestima y nunca renunciar a trabajar la educación emocional. Es muy importante que ellos puedan entender y aceptar su pasado, la realidad que les toca vivir y así poder trabajar el quererse a sí mismos y el mundo que les rodea.

Es muy importante hacerse presente en cada paso que van dando. Saber cuándo y cómo acompañarlos y guiarlos.

Estar atentos a ellos, saber escucharlos, entregarles calma, estabilidad, darles el apoyo y la confianza que necesiten. Hacerse presentes ayudará a mejorar el vínculo con ellos y desde ahí será más fácil poder educarlos con amor y con respeto mutuo.

Para esto se hace fundamental lograr que ellos puedan mentalizar sus estados emocionales y el de los demás y así comprender el comportamiento para poder anticiparse a conductas agresivas que puedan presentar. A la vez también se hace muy necesario el autocuidado del equipo de la Aldea en su rol de adultos responsables de ellos.

Es muy importante mostrarse equilibrados, mantener la calma ante situaciones de tensión y a la vez trabajar la comunicación con ellos. Entender que nadie es un superhéroe con la capacidad de abarcar y resolver todos los problemas.

Si no que ayudarlos y acompañarlos en la resolución de sus mayores conflictos, pero a la vez hacerles entender que a veces habrá ciertas cosas en las que no podremos ayudarlos, porque se escapan del alcance. Una buena comunicación ayudará a que ellos logren entenderlo.

El compromiso llevado a cabo como adultos debe ser real. Saber y ser conscientes desde la propia realidad donde sí puedo aportar y donde es mejor acudir a otro.

En un equipo de varias personas es muy importante saber delegar, saber pedir ayuda en caso de necesitarla y así generar una red de apoyo desde la confianza entre quienes trabajan para poder entregarles lo mejor de cada uno a los niños.

Ellos entienden y se decepcionan cuando “les fallamos”, cuando no cumplimos las expectativas, las promesas o las palabras prometidas. La importancia de ser consecuentes es ser capaces de entregarles metas claras y expectativas reales que ayudará a construir una relación sincera, donde se potencian los lazos humanos y se logre un entendimiento mutuo.

Cuando queremos fortalecer a los niños, es importante trabajar a través de valores como el amor, el respeto y el compañerismo.

Es importante que ellos entiendan que somos un mismo equipo, una familia, que nos necesitamos los unos a los otros y que debemos trabajar juntos para que las cosas funcionen bien para todos.

Sabemos que estamos viviendo un momento complejo, de nuevos aprendizajes y de nuevos desafíos. Frente a esta gran reflexión nos damos cuenta lo necesario que es detenerse y darse el tiempo de hablar en conjunto, de observarnos, escucharnos y de profundizar sobre palabras tan cotidianas, que a veces solo las incorporamos sin replantearnos su verdadero significado.

Reflexionar nos ayuda a seguir creciendo y nos da esperanza para avanzar hacia nuestros objetivos, creando una comunidad en sintonía del amor y así poder cuestionarnos nuestra experiencia personal en ella y aportar a la relación que llevamos entre todos.

Vivir desde el sentimiento se hace necesario. Aprender a expresarnos más, a comunicarnos mejor. Reflexionar sobre el amor nos remueve y a la vez nos hace parte de un todo.

Un futuro en el que tenemos que seguir trabajando todos los días desde el corazón. La palabra entrega también se hace presente, de eso se trata el trabajo en comunidad. En la Aldea es necesario saber entregarse todos los días desde el amor e ir a trabajar con felicidad y con ganas.

Poder entregarse a otro, abrirse al aprendizaje diario que esta labor conlleva, tantos los niños como el equipo viven un aprendizaje mutuo todos los días.

En este minuto de pandemia que estamos atravesando, quizás algunos más sobrepasados que otros, nos damos cuenta de la importancia de trabajar desde la colaboración grupal, y a la vez impulsando el compromiso de cada miembro del equipo.

Es algo que debemos reafirmar todos los días, tener consciencia de lo que esto implica y de cómo beneficia el bienestar de los niños. Tener la capacidad de seguir ante a las adversidades, trabajar más la tolerancia la frustración personal y comprometernos personalmente para seguir avanzando todos los días con la convicción que nos trae hoy hasta aquí.

La Aldea es un espacio que necesita seguirse impulsando desde el amor, con la esperanza de que cada cosa que hacemos sea para construir un futuro positivo para los niños. Poder trabajar la reparación que ellos necesitan y que esta comunidad sea un lugar seguro para todos. Un lugar donde podamos cuidarnos y apoyarnos ante toda situación que nos toque enfrentar.

Esta reflexión vivida colectivamente durante este inusual invierno nos lleva a ver la vida a través de ojos más amorosos. Revertir la mirada que le damos a las diferencias, desigualdades y falta de oportunidades e integrarlas desde el corazón. Potenciarlas desde la energía y la colaboración.

El amor lo podemos alcanzar todos. Frente a lo que estamos viviendo no hay respuestas verdaderas o certezas. Probablemente lo que nos está tocando vivir como seres humanos es uno de los momentos más impactantes en términos emocionales que nos ha tocado enfrentar como humanidad. Depende de nosotros hacer de esto una oportunidad, impulsar el cambio desde nosotros mismos y para con los demás.

Llevar nuestras reflexiones, nuestro crecimiento y nuestra fortaleza a potenciar nuestra comunidad, a seguir creyendo en nuestra labor como humanos en la construcción de un mundo más amoroso. Un mundo donde nos replantemos nuevamente el significado de los detalles y una sociedad que vuelva a creer en el amor, que vuelva a darle espacio a escuchar y a vivir desde el corazón.

Estas notas brotan desde las reflexiones, compromiso y amor del equipo de la Fundación Aldea de Niñas y Niños Cardenal Raúl Silva Henríquez de Punta de Tralca.

Invierno 2020

humaniti

www.humaniti.cl