

**EL ARTE DE VIVIR
LA RELACIÓN**
Por Jorge Waxemberg

© 1996 Fundación Cafh
Todos los derechos reservados

Primera Parte: Aprender a Relacionarnos

Capítulo 2: Relación Posesiva y Relación por Participación

Si bien el arte de vivir es un proceso de crecimiento continuo, desde el punto de vista de la relación y con un fin didáctico se lo puede dividir en dos grandes etapas: la de la relación posesiva y la de la relación por participación.

La relación posesiva impone dependencia. Uno cree que puede disponer de los demás como si fuera amo y señor de lo que lo rodea, incluso de otros seres, sus vidas, sus sentimientos, sus pensamientos. Cuando no lo consigue se deprime o se arrebatata y reacciona contra lo que escapa a su imperio. Por eso las consecuencias de la relación posesiva son dolor y destrucción.

La agresividad en la relación posesiva responde a la voluntad de imponerse sobre los demás. Si no se los considerara como una pertenencia no se podría descargar pasión sobre ellos. Por este motivo, aunque la relación posesiva no siempre se manifieste en actos de violencia física, hace violencia a los seres, al medio, a la naturaleza.

La relación posesiva socava la libertad inherente al ser humano. Si bien dentro de este estado de conciencia se puede concebir que los demás tengan un cierto grado de libertad, en la práctica se desconoce todo derecho salvo el propio.

El esfuerzo por dominar y obtener algo a través de la relación hace que sus resultados sean la decepción y la soledad. En vez de unir, la relación posesiva separa y, al fin, destruye la relación misma.

El círculo vicioso de posesión y destrucción se rompe cuando uno comprende que su afán posesivo hiere a quienes necesita amar y reconoce su posibilidad de participar. Este despertar mueve al ser humano a sobreponerse a sus impulsos instintivos y egoístas y a nutrir su necesidad de compartir, participar y brindarse a los demás.

Los primeros pasos en la armonización de la relación se dan al ampliar el círculo del amor y aprender a gozar y sufrir por otros.

Amar a mayor número de personas, trabajar por el bien de otros sin manipular a quienes se ama, acostumbra a fijar la atención más allá de los intereses propios. Es así que el alma descubre su entorno y aprende a respetarlo.

Respetar es atender con amor, dar lugar a que las personas y la naturaleza se manifiesten. Cuando se respeta se descubre el mundo de los otros, la naturaleza que lo nutre, la vida que alienta en cosas que hasta ese momento no tenían mensaje para nosotros. A través del respeto el ser humano se hace humilde y aprende a aprender del medio y de los demás. Descubre así las enseñanzas que hasta entonces estaban cubiertas por su afán de que todo obedeciera a su voluntad.

A través del respeto el individuo comienza a relacionarse por participación. Cambia su manera de responder a las circunstancias de la vida y a los seres humanos. En vez de reaccionar a favor de lo que lo complace y en contra de lo que lo contraría, aprende a aceptar. En vez de sufrir y gozar sólo por lo que le pasa a él, aprende a participar del gozo y sufrimiento de otros. En vez de centrarse en su propio acontecer, aprende a enriquecerse con el acontecer humano. En otras palabras, abraza a todo lo que existe con el mismo amor expansivo.

La relación por participación se fortalece con prácticas apropiadas. El trabajo básico consiste en crear una actitud de servicio manteniéndose atento a las necesidades ajenas. No es necesario contar con tiempo extra y bienes cuantiosos para ayudar a los demás. Cada uno, en su lugar, tiene oportunidades para ayudar en el momento apropiado con su comprensión, sus palabras y, especialmente, con hechos. Los actos sencillos de limpiar lo que uno no ensució, ordenar lo que uno no desarregló, compartir lo que uno tiene y lo que sabe, cuidar lo ajeno con tanto o más esmero que lo propio, ayudar a otro en vez de darse un gusto, cuidar el tono y la intención de las palabras, son un buen comienzo en el aprendizaje de la participación.

Quien participa no da lugar al egoísmo ni a la inconsciencia. Trabaja continuamente con su mente y su corazón generando pensamientos de bien y sentimientos positivos. Cuando descubre que siente lástima por sí mismo reemplaza ese sentimiento por otro de compasión por quienes tienen menos que él y recuerda que hay mucho por hacer para aliviar el sufrimiento humano. Estas prácticas sencillas nos ayudan a que el Mundo, el medio y los demás cobren realidad en nuestro interior.

La relación por participación enseña a reverenciar el Principio Divino que está presente en todo. De esta manera uno comienza a tomar conciencia de su relación permanente con el Mundo y con todos los seres humanos.