

Cómo construir comunidades que incluyan a todos

Badi Shams



Para lograr la unidad de la humanidad, necesitamos construir comunidades inclusivas, cohesionadas y dignas del futuro, comunidades que acojan y incluyan a todos.

¿Cómo podemos lograrlo? No es fácil, porque cada comunidad es diferente y está formada por personas de distintas edades, orígenes culturales, creencias religiosas, orientaciones sexuales, opiniones políticas y medios económicos. La diversidad de nuestra población requiere una fuerza unificadora, para que todos puedan experimentar la paz, la armonía, el amor, el sentido de pertenencia y la inclusión.

En la actualidad, no hay muchos lugares en el mundo que afronten bien este reto. Muchos problemas sociales han paralizado el progreso y desunido a la sociedad. En sus escritos, Abdu'l-Bahá estableció un elevado estándar bahá'í en cuanto a la realización de la unidad humana:

... cada una de las criaturas es un signo de Dios, y fue por la gracia del Señor y Su poder que cada una entró en el mundo; por tanto, no son extraños, sino familiares; no son ajenos, sino amigos, y deben ser tratados como tales. Por consiguiente, los amados de Dios deben asociarse en afectuosa camaradería con extraños y amigos por igual, demostrando a todos la mayor bondad, sin tener en cuenta su grado de capacidad, sin preguntarse nunca si merecen ser amados.

Muchos problemas sociales han causado fisuras en nuestras sociedades, contribuyendo a la falta de armonía y a las divisiones entre las personas. En algunos casos, estas diferencias han creado distanciamiento, incompreensión, e incluso odio y violencia. Veamos tres de estos problemas y reflexionemos sobre algunas posibles soluciones.

Salud mental y emocional

El ritmo y la presión de la vida moderna han provocado un aumento del número de personas con ansiedad, depresión y otros trastornos mentales. Millones de personas padecen estas enfermedades. Lamentablemente, la mayoría de las sociedades y comunidades estigmatizan a las personas con trastornos mentales y emocionales, lo que complica mucho su vida y obstaculiza su esperanza de curarse.

Afortunadamente, los profesionales de la salud y las personas de todas las profesiones y condiciones sociales comprenden cada vez mejor la importancia de la salud mental. Muchas sociedades de todo el mundo han empezado a reconocer el impacto de estos problemas. Los conocidos atletas y famosos que admiten abiertamente que luchan con su salud mental proporcionan a la sociedad una señal saludable, porque su franqueza indica que la salud emocional es más importante que la fama, las medallas y los trofeos, y permite que más personas reconozcan la importancia de su salud mental.

La humanidad lleva mucho tiempo lidiando con problemas emocionales a todos los niveles y en todas las profesiones, pero el consejo general ha sido «hacerse fuerte». Ese enfoque, que no aborda la gravedad del problema y pretende forzar a la gente a superar el dolor y el estrés, no funciona.

En cambio, las enfermedades físicas y emocionales requieren un esfuerzo para superarlas, y tener paciencia es una gran cualidad para afrontar estos retos. Mejorar lleva tiempo, y la paciencia nos ayuda a sobrellevar las dificultades día a día. Es en este punto donde las comunidades pueden mostrar su apoyo: la tolerancia, el amor y la aceptación desempeñan un papel fundamental a la hora de aliviar las dificultades y los sufrimientos de las almas que padecen estas aflicciones.

Los problemas emocionales y mentales pueden remediarse temporalmente con la ayuda de la medicina, pero la cuestión sigue siendo si abordan suficientemente el origen o las causas de estos problemas. La futura orientación de las soluciones a los retos mentales y emocionales es esencial para la felicidad, el bienestar y el progreso de la humanidad. Debemos ampliar nuestros horizontes y reconocer que las personas que sufren problemas emocionales y de salud mental necesitan algo más que medicamentos y ayuda profesional: necesitan nuestro amor y comprensión, ya que forman parte de nuestra familia humana. Ayudándoles, nos permitimos construir una comunidad solidaria y afectuosa.

Integrar a los mayores

En muchas sociedades occidentales, hemos segregado a las personas mayores en comunidades de «tercera edad» y residencias de ancianos. Al hacerlo, hemos perdido la riqueza de su experiencia y sabiduría, que puede servir a las generaciones más jóvenes, que tanto la necesitan.

En otras culturas, los ancianos son vistos con respeto y reverencia, como valiosos recursos para los más jóvenes. Pero en el Occidente global, salvo en las culturas indígenas tradicionales, los ancianos suelen ser vistos como una carga para las familias y los programas sociales.

En nuestra cultura —especialmente las redes sociales— damos la impresión de que el mundo gira en torno a los jóvenes. Hollywood refuerza la idea de que el mundo es un patio de recreo para los jóvenes. Quizá por eso es difícil imaginar un lugar productivo para las personas mayores en la sociedad moderna. A menudo parece que todas las películas, programas de televisión y anuncios (excepto los farmacéuticos) están dirigidos exclusivamente a los jóvenes.

Esto representa un contraste tan grande con mi conciencia como bahá'í de que nuestras almas nunca envejecen. El estado del cuerpo no debe distraernos de nutrir el alma, tengamos la edad que tengamos. Nuestros mayores han sido apartados de la sociedad para atender eficazmente sus necesidades físicas, y se han pasado por alto sus necesidades espirituales y humanas.

Deberíamos acercarnos a las personas mayores como seres espirituales, independientemente de sus fragilidades físicas. Los recursos y la sabiduría de nuestros mayores pueden aportar mucho, si la sociedad empezara a verlos con los ojos que se merecen. En lugar de permitir que se consuman en hogares asépticos donde los sueños mueren más rápido que los cuerpos, deberíamos proporcionarles los medios para alcanzar los objetivos que se hayan fijado para sus años dorados. En una declaración de la Comunidad Internacional Baha'í sobre esta realidad dice:

... debe haber una plena integración de las personas mayores en la comunidad humana, ya que la comunidad debe ser una familia extendida en la que todos, independientemente de su edad, son una parte esencial, y no sólo se les permite, sino que se les anima, a hacer la mayor contribución posible al bienestar del conjunto ... al considerar las necesidades de las personas mayores en el proceso de desarrollo, debemos tener en cuenta la totalidad del ser humano, la dimensión moral y espiritual, además de su naturaleza emocional, intelectual y física, al hablar de las contribuciones especiales de las personas mayores al desarrollo y su participación en los beneficios resultantes. [Traducción provision del Oriana Vento].

Así que invirtamos el rumbo: en lugar de segregar a los mayores, integrémoslos en la vida cotidiana de la comunidad. Cambiemos nuestra mentalidad y veamos a nuestros ancianos como una fuente de sabiduría y conocimientos sin explotar.

Los jóvenes y nuestro futuro

Las generaciones más jóvenes pagan cada vez más el precio de los errores de las generaciones anteriores. En pos del beneficio material, estas generaciones sacrificaron los recursos naturales y su belleza. Dañamos el medio ambiente sin tener en cuenta el futuro del planeta. Dejamos a nuestros hijos el nefasto legado del calentamiento global. Las generaciones más jóvenes —con un futuro menos prometedor, menos seguridad laboral y menos oportunidades de vivir cómodamente y con más seguridad— seguirán luchando con el legado que les dejamos.

En la mayoría de las culturas y sociedades, es demasiado común que las las personas de más edad no confíen en el juicio de los más jóvenes, pero ese prejuicio ignora parte de la perspicacia y el valor de las generaciones más jóvenes. La Casa Universal de Justicia, órgano de gobierno

mundial de la Fe bahá'í, se dirigió a la juventud del mundo diciendo: «Sin duda, está en vuestras manos contribuir significativamente a dar forma a las sociedades del próximo siglo; la juventud puede mover el mundo».

Los jóvenes de hoy no quieren repetir los errores del pasado haciendo demasiado hincapié en la consecución de riqueza a cualquier precio, o como principal razón para vivir. Lo que las generaciones anteriores pasaron por alto son los objetivos espirituales y morales para compensar el daño creado por el exceso de progreso material. Este ansia de progreso material nos ha llevado a un estado tan crítico que las generaciones más jóvenes sienten que no les quedará ningún futuro del que disfrutar. Sus gritos y protestas se oyen ahora en todo el mundo.

Los problemas actuales del mundo nos han desbordado, porque nuestras soluciones son anticuadas e ineficaces. El planeta necesita un cambio nuevo y fundamental de perspectiva y enfoque para abordar las crisis cada vez mayores a las que nos enfrentamos, y ese cambio vendrá de los jóvenes.

Los recientes retos de nuestro tiempo han despertado a la juventud y han hecho surgir a muchos individuos que han ejemplificado la pasión, la sabiduría y la devoción hasta tal punto que inspiran admiración. Nuestro futuro depende de la perspicacia, la creatividad y la participación activa de las generaciones más jóvenes, así que animémoslas y apoyémoslas.