



Cabe plantearse el descanso de un modo egoísta, pensando casi exclusivamente en uno mismo, o bien incluir en ese derecho a familiares o amigos

Toda persona tiene derecho al descanso, a las vacaciones, que una amplia mayoría disfruta en verano. Relajarse, cambiar de aires o de ocupación es sano para uno mismo y hasta para los familiares y colegas, porque se engrasa el cuerpo y la mente, para “no rayarse”.

Sin embargo, no deberíamos plantearnos las vacaciones prescindiendo de los demás, o de los que suponen cierta “carga”. Motivos de justicia o de afecto pueden llevar a adaptar las vacaciones, como hacen no pocas personas.

La solidaridad supone detectar necesidades y sacrificarse, no relegándolo a un mero altruismo voluntario, mientras nos “escandalizamos” de la falta de solidaridad, por ejemplo, de Europa con motivo de los miles de refugiados que están llegando a Grecia, procedentes de Irak, Siria o Afganistán. Lo lejano parece despertar la conciencia, y lo más cercano -la familia- puede olvidarse.

Se gasta más, vienen más turistas, y al menos el tono apocalíptico parece haber desaparecido, también en conversaciones de terrazas, bares

y cafeterías, o en los paseos de estos días al final de la tarde.

Siento, a la vez, cierto rechazo hacia actitudes que parecen cifrar en el descanso egoísta el culmen de la vida, olvidándose expresa o tácitamente de familiares -o amigos o vecinos- que necesitan ayuda para descansar.

El martes pasado [se informaba en este digital](#) de una realidad penosa: 140.000 ancianos se han quedado solos en Madrid durante el verano, porque familiares y amigos hacen sus planes prescindiendo de los abuelos. Molestan para ciertos planes, o simplemente se les ignora. ¿Cuántos pueden haber sido en España esos ancianos abandonados? Cientos de miles.

A veces son los propios hijos quienes los abandonan, y que tal vez tienen ahora una posición holgada precisamente por el esfuerzo de sus padres, a quienes recompensan abandonándolos en verano. No parece de recibo olvidarse de ellos.

También es solidario, y hasta saludable para todos, acordarse de los que no tienen vacaciones, por diversos motivos. Las dificultades de otros ayudan a minimizar ciertas carencias nuestras, o simplemente a relativizarlas.

Justo es recordar a personas que utilizan sus vacaciones en cuidar algún familiar enfermo, por ejemplo porque otros familiares lo hacen durante el año, y el sacrificio lo hacen a gusto. Los parados no pueden disfrutar de vacaciones, o de forma muy modesta, por su situación, sufriendo más por lo que no pueden proporcionar a los miembros de su hogar, el merecido descanso para todos.

No somos máquinas, y hasta las máquinas necesitan reparaciones o períodos de reposo, antes de que queden inservibles. Cabe plantearse el descanso de un modo egoísta, pensando casi exclusivamente un uno mismo, o bien incluir en ese derecho a familiares o amigos.

Por último, admiro a quienes dedican sus vacaciones, o una parte, a ayudar a ONG en el extranjero o en España, a veces cerca de nosotros en tareas educativas y sociales, como han hecho varias entidades en Madrid acompañando a ancianos solos: tal vez descansan más que quienes sólo piensan en la pura y egoísta diversión.

Javier Arnal, en elconfidencialdigital.com.