



Compartir y dividir los cansancios hacen el viaje de la vida menos cansado; por esto queremos sugeriros, queridas familias, crear verdaderas “redes sociales” con las familias cercanas

Si escribimos en Google “compartir los problemas”, la mayor parte de los resultados tendrán que ver con link, Social Network, file...

Si escribimos “llevar los unos los pesos de los otros”, saldrán dietas, ejercicios físicos, consejos para estar en forma.

No queremos ahora encender una polémica sobre criterios de indización de Google, sino solo intentar reflexionar sobre el significado de un *compartir* auténtico, que vaya más allá de un perfil social, y sobre el hecho de que los pesos que debemos llevar los unos con los otros no son solo los kilos de más.

Compartir y dividir los cansancios hacen el viaje de la vida menos cansado.

Por esto queremos sugeriros, queridas familias, crear verdaderas “redes sociales” con las familias cercanas.

Las familias: de las comunidades llamadas a interactuar

Recientemente hemos publicado [10 consejos para comunicar mejor en familia](#) pequeños trucos para ayudaros a comunicar mejor con las personas queridas.

Pero con este artículo, queremos proponeros un paso sucesivo: **valorar la comunicación entre familias**.

Si ninguna persona nace para estar en una isla, tampoco la familia puede bastarse a sí misma. **Pierpaolo Donati** en su libro [La familia, el genoma de la sociedad](#) define la familia como un “nuevo sujeto social”: esto significa que esta está llamada a integrarse en la sociedad, no a cerrarse en su mundo.

En particular, nos gusta pensar que las familias puedan aprender a comunicar cada vez mejor entre ellos para caminar juntos y superar momentos de prueba.

Cultivemos relaciones auténticas

No es razonable abandonarse a la nostalgia y mirar al pasado como si el presente estuviera lleno de problemas, mientras que “antes todos eran felices y despreocupados”. Ninguna época ha estado exenta de dificultades.

En lo que se refiere a nuestro tema, sin embargo, hay que decir que, en el pasado, las familias tenían más ocasiones para “relacionarse” entre ellos, y no solo en los pueblos. Las mujeres principalmente se ocupaban de los hijos, por tanto -quizá en el parque o en las cafeterías- se encontraban y compartían “sus” problemas (quizá demasiado, como se ve en la literatura romántica del siglo XIX). Ahora los ritmos estresantes de trabajo y los largos tiempos de traslados en la ciudad no favorecen esto... Sin embargo, no se puede culpar solo a los ritmos y a los horarios difíciles, porque a menudo, también en el fin de semana, en vez de cuidar las relaciones, se va a los centros comerciales, a “aturdirse” de estímulos de consumo.

Aceptemos, entonces, la invitación de recuperar tiempo para las relaciones.

Una invitación especial a las mujeres: columnas de soporte de las familias

En particular esta invitación está dirigida a las mujeres de familia, que, con el don completamente femenino de saber cuidar las relaciones personales, tienen el poder de difundir serenidad y armonía dentro de los muros domésticos.

Una vez, sobre la puerta de una casa, vi colgado un cartel que decía: “Si la madre es feliz, toda la familia es feliz”. Creo que se trata de una verdad sencilla e irrefutable.

Las mujeres saben tener unidas a las personas y desarrollan la ardua tarea de cuidar de los hijos de forma preeminente, al menos en los primeros años de vida en los que, sin duda, son para ellos la figura más tranquilizadora e influyente.

Pero no siempre es fácil vivir la propia condición de mujer y madre.

Muchos son los problemas a los cuales a cualquiera le parece sucumbir: conciliar la gestión de la casa con otros compromisos, la falta de descanso y de tiempo para sí mismas, la necesidad de trabajar muchas horas para hacer frente a los varios gastos, las continuas peticiones de los niños, sus caprichos y las dificultades con la escuela, problemas económicos, desacuerdos con el cónyuge, intrusiones de las familias de origen...

Queridas mujeres, esposas y madres, compartid vuestros pesos, haced equipo entre vosotras: os hará bien y lo hará también a vuestros maridos e hijos.

‘La unión hace la fuerza’ no es solo un lugar común

La reserva es un valor precioso, sería absurdo mostrar nuestros problemas a los cuatro vientos. Pero si tenemos cerca personas con las que vale la pena entrar en intimidad, por qué no responder sinceramente a la pregunta: “¿Cómo estás?”

Al panadero podemos seguir respondiendo: “Todo bien, gracias”, pero a alguien, quizá a otra mujer con una vivencia similar a la vuestra, quizá, vale la pena decir la verdad.

Cada mujer es diferente, pero creemos que hay campanas de alarma que no hay que infravalorar, creemos que hay momentos particulares en los que cualquier madre necesita un abrazo o una palabra de consuelo de parte de otra madre.

¿Por ejemplo? Cuando os sentís pésimas madres (si pensáis que lo sois, probablemente no lo sois: os habéis tomado en serio vuestra tarea y queréis desarrollarla a la perfección... confiad a alguien este malestar para mirar las cosas con lucidez), cuando ya no conseguís sonreír (quizá necesitáis de alguien que os ayude a desdramatizar), cuando estar casada y tener hijos no os parece tan bonito (puede suceder, obviamente, también si amáis a vuestra familia... ¿qué condición de vida es siempre agradable?), cuando creéis que los momentos de crisis os

suceden solo a vosotros (a menudo tenemos esta absurda convicción: ver que no es así nos ayuda a redimensionar nuestro malhumor).

Confiarse con alguien que vive los mismos problemas nos es realmente de gran ayuda.

La amistad hace la diferencia

Como dice **C. S. Lewis**, autor de famosas obras literarias, entre las cuales *Las crónicas de Narnia*: «*La amistad nace cuando una persona dice a otra: “¿Cómo? ¿También tú? ¿Pensaba que era el único!”*».

Hemos nacido para compartir nuestro camino. Nadie es apto para la soledad... y la soledad se vuelve más aguda cuando no se comunica “en serio”.

Comunicar realmente, significa quitar las máscaras, significa fiarse de alguno hasta el punto de desnudarse y contar también de lo que nos avergonzamos... descubriremos, por tanto, que las “sombras” no faltan ni siquiera dentro de las familias más bonitas y “luminosas”... pero darse cuenta de la oscuridad y buscar la luz juntos es mucho más fácil y fructífero que hacerlo solos.

Cecilia Galatolo, en familyandmedia.eu.