

Hay personas que son sorprendentes, o al menos a mí me lo parecen.

Hace algún tiempo, ojeando una revista y buscando inspiración para escribir un artículo, me encontré con el caso de David Deutchman, un hombre de 82 años que tras jubilarse se planteó qué hacer con su vida para seguir siendo útil. Ni corto ni perezoso, se presentó para ofrecerse como voluntario en un hospital infantil. Desde entonces, lleva 12 años en la unidad neonatal donde acude cada martes y jueves para abrazar bebés y cantarles nanas, pues acunarlos no sólo les calma, sino que es terapéutico y les ayuda a madurar.

Conocer este ejemplo me ha llevado de nuevo a retomar el tema del voluntariado como algo importante y necesario en nuestras vidas. Soy de los que creo que todos, **aunque estemos tremendamente ocupados, debemos regalar alguna o algunas horas a la semana a los demás**, en concreto, a aquellos que están en desventaja por los motivos que sean.

Voluntariados hay muchos y muy variados: social, ambiental, cooperativo, cultural, en situaciones de emergencia. Aunque los más conocidos son aquellos que se realizan con personas, cada vez hay una mayor conciencia para el cuidado de la naturaleza o los animales; a fin de cuentas, todos somos criaturas de Dios.

Hay voluntariados que buscan transformar la realidad, denunciando las condiciones que ocasionan la exclusión y exigiendo que desaparezcan. Otros son meramente



asistenciales, alivian pero no curan. Algunos modelos dotan a las personas de herramientas y capacidades para superar la situación en la que se encuentran. No faltan las empresas que lo utilizan como mano de obra barata o para lavar su imagen corporativa. Como ven, hay de todo un poco, como en todos los sitios.

De sobra es conocido que no se obtiene ningún beneficio económico; sin embargo, la gratificación personal es tremenda. Al ayudar a los otros, nos estamos ayudando a nosotros mismos de forma indirecta. Es un camino de dos sentidos. Recogemos más de lo que aportamos y, como dice Jesús, recibiremos el ciento por uno por este tipo de acciones.

Creo que a la mayoría de nosotros no nos debe echar para atrás la edad para realizar este tipo de actividades, más aún si les cuento que conozco voluntarios de más de noventa años que aportan sus capacidades sin poner excusas de que son mayores, más bien, yo diría que eso les rejuvenece. A mi amigo, el señor Paco, le digo que yo de mayor quiero ser como él, y él... se echa a reír. Paradójicos son aquellos casos en los que algunas personas a las que se les había ayudado, con el tiempo se convirtieron en un nuevo brote de acompañamiento a otros en situaciones más precarias que ellos. He ahí el milagro de la transformación.

También los psicólogos y terapeutas lo aconsejan pues nos puede ayudar a proteger nuestra salud, tanto mental como física. Tiene un componente social, que permite hacer amigos, ampliar tu red social o aumentar las habilidades para con otros, aunque está claro que estos no son los fines que se persiguen. Sin darse cuenta quien entra en la dinámica de ofrecer cariño y confianza a los demás, de forma indirecta está aumentando su confianza, autoestima y la satisfacción vital. Cuántas veces nos sorprendemos a nosotros mismos desarrollando destrezas y cualidades que creíamos no tener. Salir de nuestro yo nos permite redescubrirnos y admirarnos de las capacidades ocultas que tenemos. También para algunas situaciones en las que uno muestra síntomas de estar “depre” es bueno echar una mano a los demás. Sertir que hay personas que lo están pasando peor que nosotros nos ayuda a relativizar nuestros problemas. Por otra parte, entrar en contacto con colectivos o grupos que fomentan el ocio y el tiempo libre nos aporta ese plus de diversión que nos puede faltar al vivir de forma individualista. **Darse a los demás ofrece una garantía de plenitud vital.**

“Servir quiere decir dar, sacrificar una parte de sí mismo, de lo que se posee, en favor de otros”.

Jean_G Lossier

Juan Carlos Prieto Torres
jukaprieto@hotmail.com

Marzo 2018