

Convivir en armonía, por Fredis Villanueva

Desde la Península de la Amistad

Convivir en armonía: es lograr un equilibrio en nuestros pensamientos, acciones y sentimientos, con el objetivo de disfrutar cada momento, vivir en paz con uno mismo y con los demás; experimentando energía positiva que recorre todo nuestro cuerpo, la cual nos origina felicidad, paciencia y sabiduría, para enfrentar diversas situaciones.

Convivir es algo que todos hacemos en nuestra práctica diaria. Sin embargo, cada situación es diferente. Hay personas que viven con sus padres, otras viven en pareja, también hay personas que viven solas. De modo, que cada quien tiene que adaptarse a su propia situación. Un buen punto de partida para vivir en armonía es, **no compararnos con los demás,** pero si podemos tener un denominador común, el cual consiste, de que hagamos de cada experiencia un aprendizaje.

Lo más normal es por lo menos tener armonía en familia, porque si los vecinos se dan cuenta que una familia es agresiva entre sus miembros, no la van a ver con buenos ojos. **En el hogar siempre debe haber respeto y consideración,** como valores esenciales, entre todos sus integrantes; más aún, sí queremos mantener armonía en estos tiempos de cuarentena y los que están por venir.

Así como cada ser humano es diferente y único, también lo es cada familia y, por lo consiguiente, es un mundo diferente, donde todas tienen sus propios problemas

y, por supuesto, no existe familia perfecta. No obstante, los padres como cabezas de hogar son los que deben procurar la convivencia armónica fundamentada en el respeto, la empatía y el agradecimiento. Es innegable, que **las familias armónicas, es la columna de una sociedad sana**, cuando se pierde la armonía, es ahí, donde se inician los problemas y aparece la anarquía, no solo en la familia disgregada, sino también, en la sociedad.

Tenemos que recordar que no vivimos aislados y aunque los valores que manejamos son individuales y subjetivos, mas sin embargo, para convivir en armonía, necesitamos conocer, comprender y adaptarnos en parte a los valores que expresan quienes de una u otro manera, compartimos nuestro diario vivir.

En mi muy humilde reflexión final, abrevio: tras haber leído varios libros sobre estudios de la conducta humana y de auto ayuda personal, por más de 5 décadas y el haber tratado cerca de 13 mil estudiantes, en mi labor de docente, por más de 3 décadas, lo antes dicho es sin ánimo de jactancia... Pues bien, creo (por supuesto es una creencia **no** una afirmación radical), que los valores genéricos no existen, sino que **cada persona forja sus valores con su educación** y que su buen funcionamiento, dependerá de convivir en armonía con la familia y la sociedad, sustentándola en el agradecimiento y el respeto.

Para finalizar, acertadamente dicen que cada cabeza es un mundo, somos incomparables, cada uno tiene su propio testimonio de vida. **Debemos respetar y respetarnos**, si queremos convivir en armonía.

Gracias por haber leído el artículo, si te gustó ayúdame a difundirlo, compartiéndolo

con tus familiares y amigos.

¡Un
abrazo lleno de bendiciones! ¡Hasta el próximo miércoles, Dios
mediante!

Por Fredis Villanueva