

# Sugerencias prácticas para servir a la comunidad



**Badi Shams**

Como ciudadanos responsables, a menudo estamos luchando por equilibrar nuestro tiempo entre nuestros esfuerzos de crecer espiritualmente, nuestra vida familiar, nuestro trabajo y prestar un servicio a la comunidad. No en vano gracias al avance tecnológico con tantos dispositivos que nos permiten realizar múltiples tareas cada vez más, nos hemos transformado en vez seres humanos a “haceres humanos”. A eso se agrega también la propagación desenfrenada del materialismo que está consumiendo nuestro crecimiento espiritual y drenando nuestra energía.

¿Cómo podemos tener tiempo para una cosa más: una acción social más, un compromiso más?

Aunque proporcionar un servicio puede parecer un compromiso más para encajar en nuestras vidas ya ocupadas, en realidad, el servicio no necesariamente tiene que convertirse en un gran proyecto. Cualquier aspecto, gesto, palabra o acción que ayude a otros es un acto de servicio.

Servir a la humanidad es uno de los deberes esenciales de los bahá'ís. Se les ha pedido que dediquen su tiempo y energía a proporcionar un servicio para mejorar el mundo de sus ciudadanos.

**“Incumbe a todo hombre dotado de discernimiento y comprensión esforzarse por llevar lo que ha sido escrito a la realidad y acción... Es de hecho un hombre quien hoy se dedica al servicio de toda la raza humana. El Gran Ser dice nuevamente: Bienaventurado y feliz es aquel que se levanta para promover los mejores intereses de los pueblos y razas de la tierra. En otro pasaje Él ha proclamado: No debe enaltecerse quien ama a su patria, sino quien ama al mundo entero. La tierra es un solo país y la humanidad sus ciudadanos”**. - Pasajes de los Escritos de Bahá'u'lláh, pág. 176.

**“(...) todo esfuerzo y dedicación realizados por una persona con todo su corazón, es adoración, si están inspirados en motivos elevados y el deseo de servir a la humanidad. Esto es adoración: servir a la humanidad y proveer las necesidades de las gentes. El servicio es oración. Un médico atendiendo a los enfermos cariñosa, tiernamente, libre de prejuicios y creyendo en la solidaridad de la raza humana, está ofreciendo alabanzas.”** - Abdu'l-Bahá, Paris Talks, p. 176.

El concepto de servicio ha sido parte de todas las sociedades a lo largo de la historia humana y nos ha ayudado en nuestros caminos. Servir a los demás no es nada nuevo para las personas de todas las religiones:

**“Porque ni aun el Hijo del hombre vino para que le sirvan, sino para servir y para dar su vida en rescate por muchos.”** - Cristianismo, La Biblia (Marcos 10:45)

**“Y no te olvides de hacer el bien el uno al otro.”** - Islam, El Corán (2:238)

**“Es de hecho un hombre quien, hoy, se dedica al servicio de toda la raza humana.”** – Bahá'u'lláh, Pasajes de los escritos de Bahá'u'lláh, página 283.

**“La mejor manera de encontrarse es perderse al servicio de los demás”** – Mahatma Gandhi

**"El servicio a la humanidad es servicio a Dios".** – Abdu'l-Baha, The Promulgation of Universal Peace, p. 8.

¿De qué otra manera puede unirse nuestro mundo si, como ciudadanos, no intentamos ayudarnos unos a otros? ¿De qué otra manera se pueden reducirse los sufrimientos del mundo? La gente común del mundo como usted y como yo finalmente marcaremos la diferencia y haremos de esta tierra un lugar mejor y más pacífico si damos un paso más para ayudar a nuestros semejantes.

Servir a los demás tiene el beneficio adicional de que resolver los problemas de otros puede dar paz y satisfacción a nuestras almas. Nos ayuda a lidiar con nuestros propios problemas y pruebas que pueden destruir o socavar nuestra felicidad.

**“Esforzaos para que vuestras acciones sean a diario hermosas oraciones. Volveos hacia Dios, y procurad hacer siempre aquello que es justo y noble. ¡Ayudad al pobre, levantad al caído, confortad al afligido, procurad remedio al enfermo, tranquilizad al temeroso, librad al oprimido, brindad esperanza al desesperado, y albergue al desamparado!”** - La Sabiduría de 'Abdu'l-Bahá, Conferencias de París - 1911

La mayoría de nosotros realizar algún servicio pero no sabemos por dónde empezar. Entonces, quizás sea una buena idea volver a visitar este concepto y, con la ayuda de la lista a continuación, ver las posibilidades de los servicios que tenemos disponibles. Hay innumerables formas en que podemos servir, y usted puede explorar muchas otras formas de servir a sus semejantes. Si se acerca a la oportunidad de servir a los demás con un semblante radiante y la pura motivación de la bondad y el amor, encontrará que los regalos que da se volverán a multiplicar por mil.

**A continuación, algunas sugerencias prácticas para que descubra si coinciden con su pasión y experiencia:**

- **Hacer el trabajo de otro de la mejor manera posible** no es sólo un excelente servicio sino un acto de adoración. Tenemos la suerte de saber que hacer nuestro mejor trabajo será como hacer una oración a Dios.
- **Ofrezca un gesto amable, una palabra amable, un acto amable.** Una sonrisa a veces puede transmitir más que muchas palabras. No cuesta nada y, sin embargo, es una forma fantástica de crear un ambiente amoroso.
- **Actos de bondad sin pensar**, ej. pagar por el café de alguien más, pagando por el pasaje de bus de alguien, dando su lugar en la fila a alguien apurado, regalando flores a un desconocido, cortando el césped de su vecino. Su imaginación es el límite.
- **Pagar por la educación de los niños pobres.** Bahá'u'lláh nos ha dado instrucciones de educar a los niños y ha declarado que aquellos que ayudan a educar a un niño, es como si hubieran educado a Sus hijos.
- **Pagar por la medicina.** El costo de los medicamentos está aumentando y, al mismo tiempo, la tasa de pobreza está aumentando, lo que deja a millones de personas enfermas que no pueden pagar sus medicamentos. Esta es una oportunidad para ayudar a los pobres.
- **Visitar a nuestros centros de adultos mayores o ancianos.** No muchos se dan cuenta de lo solitarios que están algunos de los ancianos. Algunos han perdido a sus familiares, hijos o familias que ya no los visitan. Una visita corta marca una diferencia significativa en la calidad de sus vidas.
- **Visitar a los enfermos en los hospitales.** Experimentar dolor y estar confinado en una cama de hospital a menudo conduce a una frustración y a pensamientos desalentadores. Una visita es una gran distracción y ayuda a elevar sus almas y contribuye a su curación.

- **Ser voluntario para servir a los Hogares Residenciales de Personal con Capacidades Diferentes.** Al haber tenido la oportunidad de trabajar en un Hogar para personas con discapacidades diferentes, he aprendido que no es sólo un acto amable. Es más bien es un reconocimiento de aceptación, y eso los ayuda en su integración en la sociedad.
- **Conducir a las personas a sus citas o compromisos.** Cuando las personas están enfermas, se sienten abrumadas por sus dificultades y sus intentos de cuidarse a sí mismas. Por lo tanto, pueden ser incapaces de conducir de manera segura. Conducir solos a sus compromisos no es seguro, además acompañarlos los hace sentir atendidos, lo que ayuda al proceso de curación.
- **Compra para tu vecino necesitado.** Cada persona pasará por algunos problemas como una enfermedad o accidente. Estar allí en sus momentos de necesidad y ayudar con algunos de sus quehaceres los hará sentir apreciados y amados.
- **Limpiar los hogares** de las personas que no pueden hacerlo por sí mismos. Esto me recuerda a las historias de grandes almas que hicieron este servicio y cuidaron de los enfermos.
- **Ser voluntario en Centros de ayuda a las mujeres.** Estos centros brindan ayuda y apoyo a las víctimas de violencia doméstica y otros problemas, y puede haber oportunidades de voluntariado para ayudar en ese trabajo.
- **Ser voluntario para la Cruz Roja/Media Luna Roja.** Esta organización proporciona una variedad de servicios, uno de los cuales es recolectar sangre, y para eso, necesitan voluntarios para donar sangre y también para cuidar a quienes donan.
- **Ser voluntariado en instalaciones de tratamientos y organizaciones similares.** Estos centros son muy especializados (es posible que se necesite capacitación para ayudar), pero siempre es necesario contar con ayudantes atentos en este campo.

- **Limpiar los caminos y autopistas o limpiar la basura en su vecindario o en senderos.** Muchas organizaciones religiosas y de otro tipo han adoptado esta actividad, pero siempre es necesario limpiar nuestro medio ambiente.
- **Enseñanza: Danza/Música/Pintura/cualquier otra forma de arte.** Estas actividades crean una pasión en la vida. Poder enseñar estas artes es como abrir la puerta a una nueva vida.
- **Entrenamiento deportivo.** Al igual que la enseñanza del arte, el deporte es una tarea apasionante. También se trata de un puente que se puede unir a la gente.
- **Recoger frutas.** En muchos lugares, hay mucha fruta, y las personas no tienen el tiempo o la energía para recogerlas, por lo que se desperdicia a pesar de que hay personas hambrientas. Al recogerla y donarla a bancos de alimentos u otras organizaciones caritativas, podríamos alimentar a quienes lo necesitan.
- **Llamar o visitar a los necesitados u ofrecer compañía a personas solitarias** La tragedia nos golpea a todos, y cuando eso sucede, una visita o una simple llamada telefónica puede marcar la diferencia para aquellos que se sienten tristes. La soledad puede causar depresión y las visitas o llamadas pueden interrumpir este proceso.
- **Contactar con los bahá'ís fuera de las reuniones.** Nuestra relación con los amigos bahá'ís puede limitarse solo a nuestras reuniones. Estar en contacto con los bahá'ís fuera de las reuniones, ya sea en sus hogares o en la comunidad, crea cercanía de corazón.
- **Ofrecer su servicio a agencias de alfabetización.** Cada pueblo o ciudad tiene una organización que brinda servicios educativos a los recién llegados al país y a

aquellos que requieren tutoría en lectura, escritura y alfabetización informática.  
Dependen en gran medida de los voluntarios.

- **Ser voluntario en refugios para personas sin hogar y casas de reinserción social.** El número de personas sin hogar está en aumento. Además de proporcionar refugio, hay otras necesidades que cumplir y cada pequeña contribución ayuda.
- **Ayudar en los cruces escolares.** Al ayudar de esta manera, los niños y sus padres se sentirán seguros.
- **Enseñar yoga/Tai Chi/artes marciales/cualquier otra clase de ejercicio/entrenamiento deportivo.** Esta es otra forma de ayudar.
- **Clases de autoayuda.** Tratar nuestros problemas personales y emocionales es muy importante para nuestro desarrollo espiritual. Enseñar estas clases le permite a otros tener un sentido de control en sus vidas.
- **Enseñar clases de fabricación de productos como jabón o velas.** En algunos países subdesarrollados, estas habilidades son la única forma en que las personas pueden ganarse la vida. En ausencia de bancos a cuales pedir dinero prestado o instituciones gubernamentales para ayudar, este conocimiento proporciona habilidades y empodera a los a los que menos tienen.
- **Enseñar jardinería y/o clases de agricultura.** La jardinería es una actividad terapéutica. A Abdu'l'-Bahá le encantó. Crea una sensación de logro, y el beneficio adicional puede ser un alimento fresco y orgánico que mejora nuestra salud.
- **Enseñar carpintería.** Esta habilidad puede cambiar vidas al capacitar a las personas a construir y reparar.

- **Brindar clases** de elaboración de joyas, abalorios, decoración del hogar, conservación de alimentos y otros. Todo esto enriquece la vida de las personas.
- **Proveer lecciones de conducción.** Poder conducir fomenta la independencia y la autosuficiencia de muchas personas. Para aquellos que no pueden pagar el costo de las lecciones de manejo, este servicio es un gran regalo.
- **Brindar clases de idiomas extranjeros.** Para los inmigrantes, aprender el idioma del nuevo país, no es un lujo sino una necesidad.
- **Enseñar reparaciones del hogar, reparación de electrodomésticos, reparación de automóviles.** Adquirir estas habilidades puede ayudar a las personas a ahorrar una cantidad considerable de dinero.
- **Enseñar de clases de informática.** Las computadoras son las puertas de entrada al conocimiento en esta era. Muchas personas no saben cómo usar este milagro de la tecnología, y sin este conocimiento, pueden sentirse bastante perdidos. ¡Qué generosidad sería abrirles las puertas a este nuevo mundo!
- **Ayudar a los refugiados y los recién llegados ofreciéndose como voluntarios con el comité de bienvenida u otras organizaciones de ideas afines.** Cuando las personas vienen a un nuevo país o una nueva ciudad, necesitan alguna orientación. Los recién llegados apreciarán mucho cualquier ayuda al respecto.
- **Enseñar a adultos.** No todos los adultos tienen educación. La vida no es fácil para los adultos que no pudieron acceder una educación en su infancia. Para tener éxito en obtener una educación cuando se es adulto, se necesita ayuda y aliento.
- **Recoger medicamentos, proporcionar alimentos, cocinar, cortar el césped o realizar jardinería para quienes están enfermos.** Estas son otras formas en que

podemos cuidar a quienes están enfermos o no pueden hacer este trabajo por sí mismos, lo que crea una oportunidad para brindar un servicio.

- **Traducir materiales, Escritos o interpretar.** La mayoría de los recién llegados a un país toman un tiempo para aprender el idioma, y si son mayores, puede llevarles mucho más tiempo, por lo que deben confiar en personas para que les traduzcan.
- **Cuidar de niños.** El cuidado de niños para aquellos que no pueden pagarlo y, sin embargo, necesitan desesperadamente un descanso a veces, es liberador. Para esos padres este servicio les permite tener un poco de tiempo juntos y podrán con ello cargar sus baterías para enfrentar los constantes desafíos de sus vidas.
- **Calcular impuestos.** Calcular los impuesto de renta es desafiante y confuso para la mayoría de nosotros, pero para quienes son nuevos es un trabajo casi imposible. Muchos no pueden pagar a alguien para que lo haga. Calcular impuestos es uno de esos regalos que no muchos ofrecer, y eso lo hace muy especial.
- **Dar asesoramiento financiero.** Un buen consejo sobre finanzas puede cambiar la dirección de la vida de alguien. No muchos saben administrar sus finanzas adecuadamente. Algunas personas han aprendido esta habilidad y pueden impartirla a aquellos que la necesitan.
- **Ofrecer consejos a quienes lo necesitan.** Es una gran bendición ayudar a alguien que está luchando en la vida con problemas mentales, emocionales o físicos. Es muy gratificante.
- **Prestar servicios médicos.** Esto, como la asesoría, es un campo especializado, pero no significa que personas comunes como usted y yo no podamos ofrecernos como voluntarios para brindar primeros auxilios, por ejemplo, si tenemos la capacitación necesaria

- **Prestar servicios jurídicos.** Aunque la asistencia jurídica es un servicio muy asequible, algunas personas no saben cómo acceder a ella. Podemos ser el enlace para conectarlos.
- **Maquillar o confeccionar disfraces para obras de teatro.** Este es un servicio único con sus propias recompensas.
- **Ser voluntario en huertas comunitarias.** Siempre hay trabajo en estas huertas para ayudar a personas que no tienen tierra a cultivar sus vegetales. Los jóvenes siempre son bienvenidos para ofrecer sus servicios.
- **Conectar con organizaciones voluntarias por posibles servicios.** En cada pueblo o ciudad, hay diversas organizaciones que intentan brindar servicios a las personas. Dependen de voluntarios para ayudarlos. Al conectarnos y consultar con estas organizaciones y agencias, podemos encontrar muchas oportunidades de servicio en la misma comunidad en la que vivimos.
- **Ser voluntario con programas de alimentación en las escuelas.** Muchas escuelas tienen un programa de alimentos cuyo objetivo es asegurarse de que ningún estudiante vaya a clase con hambre. Dependen de las donaciones de tiendas y de los voluntarios que sirven para administrarlas.
- **Proporcionar alojamiento para enfermos y necesitados.** La mayoría de las personas enfermas en las zonas rurales tienen que viajar a ciudades más grandes para recibir tratamiento y, naturalmente, tienen que quedarse en hoteles y moteles. Además de ser caros, estos alojamientos no son acogedores y no proporcionan un entorno ideal para recuperarse. Abrir nuestros hogares y nuestro corazón para ayudar a los enfermos era el ejemplo de Abdu'l'-Bahá y su deseo de que emulamos.
- **Recordar en sus oraciones** y apoyar a aquellos quienes están pasando por tiempos difíciles. Incluso si no tenemos tiempo para ofrecer un servicio a nuestras

comunidades, siempre podemos confiar en el poder de las oraciones que pueden tener efectos más beneficiosos que nuestros esfuerzos físicos.