

There are no translations available.

Escrito por Leonor Cusi de la Barra

Necesidad de controlar y hacer que los demás actúen y piensen como tú.

En general, nos sentimos más a gusto con quienes se parecen a nosotros. Cuando interactuamos con gente que actúa o piensa diferente, nos sentimos incómodos. Olvidamos que cada uno somos únicos e irrepetibles. No hay nadie que sea, piense, sienta, exactamente como yo. Por eso, querer que los demás reaccionen y hagan las cosas como nosotros queremos, y pretender controlar las situaciones, es imposible. Nos lleva a sentirnos frustrados, provoca enfrentamiento con los demás. El resultado final no nos satisface.

Generalmente, hay más de una manera de hacer las cosas para llegar al mismo resultado, y cada quien debe tener la libertad de hacerlo como mejor le convenga. Si nos obstinamos en que las cosas se hagan como nosotros queremos, generaremos rencor, incomodidad, frustración en los demás y en nosotros mismos. Al final, la relación interpersonal terminará dañada.

El día que aprendamos a aceptar a los demás como son, ya sean superiores, subordinados o pares, si se trata del trabajo, o padres, hijos, pareja o amistades, y los respetemos como esperamos ser aceptados y respetados nosotros, viviremos más en paz. Parte del problema es que no sabemos aceptar los defectos de los demás, olvidando que nosotros también tenemos los nuestros.

Propongo un ejercicio para estos días:

Empezar por ser sincera conmigo misma, verme al espejo y reconocermelo como soy. Con humildad, enumerar mis defectos, hacer una lista, y elegir el que considere el mayor, o que afecta más en mi convivencia con los demás.

Ya detectado, hacer un plan de trabajo conmigo misma, para combatirlo o minimizarlo. Elegir acciones concretas, medibles, que me sirvan para darme cuenta de los avances y retrocesos. No es fácil, pero con convencimiento y fuerza de voluntad, se puede lograr.

Al mismo tiempo, proponernos ver alguna cualidad en cada una de las personas con las que más interactuamos. Especialmente si no piensa como yo.

El día que aprendamos a aceptar los defectos de los demás, seremos más felices.

Hagamos lo que dijo el escritor francés Joseph Joubert: "Cuando mis amigos son tuertos, yo los miro de perfil".