

Relaciones y comunicación

Necesitamos respeto y coraje para comunicarnos. Hablar con respeto y con coraje significa decir lo que realmente quiero y expresar lo que siento sin inhibir a la otra persona. A veces expresamos nuestra opinión con coraje pero nos olvidamos de los sentimientos del otro. De esta forma reprimimos la verdad. A veces, nuestro respeto es tímido y entonces ni expresamos nuestra opinión ni decimos lo que realmente queremos comunicar. Entonces nos sentimos reprimidos. El coraje nace de la fe en nuestro ser y el respeto de la fe en los demás.

No debemos presionar, engatusar, demandar, amenazar ni obligar a nadie a que acepte una posición o realice una acción para la que no está preparado ni a que haga algo que no ha elegido. Cualquier actitud de fuerza pronto crea un muro de resentimiento, que más tarde tomará mucho tiempo en ser demolido. La confianza se puede perder en un momento, pero puede requerir años el que se edifique nuevamente. Cuando permitimos que las personas elijan, emerge lo mejor de ellas de manera espontánea.

A veces pensamos que lo que decimos o exponemos es "lo correcto". Si hacemos uso de nuestra posición para forzar ideas, esa ceguera reduce la confianza y libertad de los demás. Intentamos imponer con astucia, bien por la fuerza o diplomáticamente, una visión sesgada de la verdad. Una perspectiva estrecha y limitada nunca inspira cooperación.

También es erróneo tratar de demostrar que tenemos la razón. Lo más sincero es mantener la conciencia "correcta". Sentir placer o una sensación de victoria por tener razón y demostrar que el otro está equivocado desarrolla un enfermizo sentido de estar siempre en lo cierto. Esta es una de las mayores decepciones.

Mantengámonos fáciles en las relaciones y la comunicación con los demás. Facilidad es fortaleza. Fácil significa abierto, con aceptación, flexible, con confianza en el proceso. No he de demostrar nada ni convencer a nadie. Actuando desde nuestra autenticidad conseguimos sin forzar ni insistir.

Copyright © 2005 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Diputación 329, pral.
08009 Barcelona
T. 34 93 4877667 / 7874
Fax 34 93 4877638
E-mail: reflexiones@aembk.org
Web internacional: www.bkwsu.org
Web nacional: www.bkwsu.org/spain