

Quiero cerca de mí personas que sumen, no que resten

Dr. Franco Lotito C.
Conferencista, escritor e investigador (PUC)

A raíz de lo que estamos viviendo, hoy en día, como sociedad y como país, donde pareciera que cada uno vela por sí mismo bajo el lema... ¡sálvese el que pueda!, el hecho de rodearse de gente que irradia una energía positiva e inspiradora, y que nos ayudan a mejorar nuestras vidas, eso representa algo crucial y tremendamente importante para las personas.

Resulta muy sencillo explicar por qué razón lo anterior se hace absolutamente necesario: la relación o contacto con individuos tóxicos y mal intencionados – independientemente del vínculo que una determinada persona tenga con ellos– representa un serio peligro para nuestra integridad física y estabilidad mental, un peligro que puede conducir, justamente, a una alteración grave de nuestro estado emocional, así como de la paz y la tranquilidad que estamos buscando.

Es por lo mismo, que nadie desea tener a su lado a individuos que nos anulan, que nos desmotivan, que nos hacen infelices o que buscan, simplemente, boicotear nuestro deseo de armonía y crecimiento personal. Por el contrario. Lo que queremos, es tener a nuestro lado personas

que nos ayuden a sumar experiencias que sean positivas y enriquecedoras, y que despierten en nosotros emociones y sentimientos que enaltecen al ser humano y que lo conduzcan a querer convertirse en una mejor persona y, de esta manera, ser un aporte para la comunidad.

Por lo mismo, no podemos arriesgarnos a dejar al descubierto o expuesto nuestro propio bienestar, nuestra estabilidad emocional e integridad, sino que debemos protegernos de ataques y daños que pueden ser evitados, con la finalidad de poder llegar a ser personas justas, equilibradas y que nunca pierdan su esencia.

Dado el hecho que somos nosotros mismos quienes evaluamos y damos validez a las demás personas, entonces deberemos preocuparnos de observar atentamente nuestro entorno, ver de elegir bien –y en forma cuidadosa– cuáles son las personas que queremos tener a nuestro lado. La anterior, es una tarea, que si bien no resulta fácil de realizar, sí es posible aprender y concretar de buena manera.

¿Cómo hacerlo? Pues bien, una de las fórmulas y/o métodos que recomiendan los expertos en esta materia, es evaluar



y sopesar afectiva y emocionalmente a cada una de las personas que tenemos frente a nosotros y poner en una suerte de “balanza emocional” a aquellas personas que suman y que representan un aporte para nosotros, versus aquellas otras que sólo restan, que son tóxicas y que están en condiciones de hacernos daño.

La idea de fondo, por cierto, es comenzar con un gran desafío o tarea personal, a saber, de mejorar nosotros mismos y, por ningún motivo, perder la esencia que nos distingue como seres humanos, por cuanto, si la perdemos, corremos el riesgo de caer, justamente, en el grupo de aquellos individuos que restan y/o que dañan a otras personas, y que los demás terminen, a su vez, por no apreciar y valorar nuestra compañía en una justa medida.

En síntesis: si estás con personas que no suman y que no aportan en nada, pues entonces... ¡déjalas que se vayan!