

Matutina para Mujeres | Domingo 30 de Junio de 2024 | Nada: ene, a, de, a

Descripción



Nada: ene, a, de, a

¿En presencia del amor, suceden milagros? • Robert Schuller

¿Para entrenar a una ballena, lo primero es entablar una amistad con ella estando cerca de ella y alimentándola diariamente?, dice Ken Lytwyn, entrenador de ballenas del Acuario de Oregon (Estados Unidos). Conseguir que un animal de más de siete toneladas dé saltos y haga piruetas obedeciendo a un simple hombre de menos de cien kilos parece una tarea demasiado complicada como para resumirla en hacer amistad, ¿no te parece? Pero lo cierto es que eso es lo primero; además de, por supuesto, tener un montón de dinero para lo segundo: alimentarla diariamente.

¿Cómo se entabla amistad con una ballena para que se motive a hacer lo que uno le pide? Pasando tiempo con ella, observándola y estando simplemente allí; después, reforzando su conducta positiva. Comenzando por ejercicios sencillos, cada vez que la ballena los hace correctamente, se la va reforzando de manera positiva dándole comida, jugando con ella y acariciándola. Esa es la combinación exitosa de amistad y alimentación. Pero la parte más interesante del método es que, cuando la ballena no hace el ejercicio que se le pide, no se le aplican descargas eléctricas, no se la regaña, no se le pega, no se la castiga ni se la critica (aunque sea de manera constructiva). ¿Entonces qué se hace? Nada. Su comportamiento negativo, sencillamente, se pasa por alto. La clave es el reconocimiento de lo positivo, para reforzar una conducta que queremos que se repita.

¿Qué será más difícil: adiestrar a una ballena o mantener una amistad? No sé, tengo mis dudas. Pero sé que el mismo método aplica: para crear lazos de amor, hay que pasar tiempo juntos primero; reforzar lo positivo, segundo; y, tercero, pasar por alto la ofensa. Nuestro sentido justiciero (que no de la justicia) se opone frontalmente a esto y, quizás por esa razón, no obtenemos mejores resultados en la amistad.

Si quieres tratar un nuevo método para ver si te va mejor, prueba a reforzar lo positivo, celebrar cada logro de tus amigos, dar importancia a las cosas pequeñas, destacar lo bueno y lo que deseas que repitan más a menudo. Lo otro, lo de criticar, corregir, regañar, intentar cambiar y «mejorar» a la otra persona, simplemente no funciona, porque la aleja. Orar por ella en silencio y modelar la manera que entendemos de ser una buena amiga es más que suficiente.

Cuando uno se equivoca, lo que quiere es ayuda, aceptación, perdón, amor y amistad. Y nada más. Nada: en, a, de, a. En esas circunstancias, es fácil aprender, crecer y mejorar.

¿Quién pasa por alto la ofensa, crea lazos de amor; quien insiste en ella, aleja al amigo? • (Prov. 17:9).