



UN DIA SIN QUEJAS

Leo en un blog una propuesta seductora:

“Pase un día entero sin quejarse. Ni de la pareja, ni de los hijos, ni del jefe, ni de los amigos, ni del trabajo, ni del tráfico, ni de las noticias, ni de nada de lo que se le pueda ocurrir”.

Me pareció interesante, y también fácil. Y la realidad es que lo he probado, y no lo he conseguido. Normalmente a media mañana ya he caído en la queja.

Vivimos en un mundo asfixiante de quejas. Todo, absolutamente todo genera la correspondiente queja. “¿Te has podido vacunar? Si, pero me he tenido que esperar un montón”. “Por fin han suprimido los peajes. Si, pero ahora hay mucho más tráfico en la autopista”. Y las redes sociales han agravado manifiestamente la situación, porque han dado altavoz a todo el mundo. Y normalmente quien escribe no es para felicitar, es para quejarse.

La queja está al orden del día, y no nos damos cuenta que entre todos, con nuestras quejas, ponemos una enorme negatividad en el mundo. Es normal que pensemos cosas negativas, que haya cosas que no nos parezcan bien, que seamos críticos. Pero ¿hace falta ponerle voz a todo eso? ¿hace falta decirlo siempre en voz alta?.

Creo que necesitamos un punto más de consciencia sobre cómo nuestras palabras afectan a los demás, y cómo este efecto se acumula. Una queja hoy está bien. Seguida de otra mañana, y otra pasado mañana empieza a ser cansino. Y no nos damos cuenta de que las acumulamos, porque cada una de ellas por separado nos parece legítima y necesaria.

Tengo a mi hija trabajando en una planta de semi críticos de COVID, y lo que más le sorprende es cómo personas que están ingresadas (algunas de ellas porque han elegido no vacunarse), y a las que se les están literalmente salvando la vida... van y se quejan. Porque las gafas de oxígeno son incómodas, o porque se les ha administrado cortisona

y tienen un médico amigo que les ha dicho que no era bueno. Por lo que sea. Pero la queja es lo primero que reciben los médicos al visitarlas.

Creo que el tema merece una reflexión individual, e intentar ese día sin quejas. Yo persisto. Si lo consigo aviso.