



ESQUELETOS EN EL ARMARIO

Leo una recomendación que suscribo totalmente y que os recomiendo con entusiasmo:

“En una discusión, no saques nunca los esqueletos del armario”

Los esqueletos en el armario son los secretos embarazosos, los temas o situaciones del pasado que preferiríamos no haber vivido y que no hemos resuelto, y que simplemente hemos encerrado metafóricamente en el armario para no acordarnos de ellos.

¿Y qué significa esta recomendación? Pues que no aprovechemos la discusión para sacar esos temas pasados, que lo único que van a hacer es avergonzar al otro.

Es muy importante que lo tengamos presente, porque eso envenena las discusiones y hace muy difícil que podamos continuarlas o cerrarlas positivamente.

La frase maldita es “*porque además...*” Es en este punto en el que abrimos el armario del otro y empezamos a sacar sus esqueletos. Empezamos a poner al otro en una situación embarazosa.

Porque cuando nos sacan a colación nuestros errores del pasado, en general nos sienta muy mal. Sentimos inmediatamente que no nos dejan pasar página de aquel episodio, y que nos perseguirá toda la vida. Lo que inmediatamente nos pasa por la cabeza es “¿y ahora aprovechas y me sacas esto?”.

Guardar esqueletos en el armario es malo de por sí. Significa que nos hemos guardado cosas que no hemos superado. Necesitamos tener los armarios limpios de esqueletos. Sentir que al menos nosotros, dentro de nosotros, hemos resuelto esos episodios embarazosos que podemos haber pasado. Porque con un armario limpio no hay esqueletos que nos puedan sacar. Y si no tenemos el armario limpio, la recomendación es empezar a sacar los esqueletos en momentos de serenidad, y uno a uno.

Y en relación a los otros, es muy mala idea sacar los esqueletos del otro en una discusión. Porque la ensuciaremos, y la cerraremos en falso, y lo único que haremos es tener que meter nosotros, en nuestro armario, un esqueleto más.