

Trátate bien

Tema de reflexión:

Eres una persona buena, educada y correcta con los demás... pero contigo eres inflexible, cerrado, intransigente...

¿Te has dado cuenta lo amable que eres con los otros y que, en cambio, contigo eres despectivo, obsesivo, implacable...?

Cuando las personas son muy amables con los que le rodean pero no lo son consigo mismas, tarde o temprano llegarán a cansarse de los demás. Sus reacciones no nacen del interior sino de las normas de educación... aquí, en cambio, estamos hablando de las normas del corazón...

Si quieres tratar bien a los demás, de verdad, de corazón, empieza por estar a gusto contigo mismo.

La buena educación con los demás nos da paz en las relaciones con los que nos rodean. El saber tratarse bien nos da la auténtica paz interior.

Si Dios te trata tan magníficamente, ¿Por qué tú no te tratas bien a ti mismo?

Usa la educación contigo mismo.

La tarea de la semana:

- * Escribe en una hoja de papel en dos columnas verticales: en una columna, cómo tratas a tu mejor amigo y, en la otra, cómo te tratas a ti mismo: perdonas siempre a tu amigo..., pero tú a ti mismo...; eres delicado con el otro..., en cambio contigo...
- * Escribe en una hoja las veces que te has tratado mal a ti mismo. Intenta descubrir el por qué de estas reacciones.
- * Esta semana tienes que hacer cada día algo que te reconcilie contigo mismo: regálate una buena lectura, una poesía, un ramo de flores, un perdón, una autocaricia...

Ojalá que esta tarea que comienzas esta semana lo vivas cada día el resto de tu existencia.

© 2002 Mario Santana Bueno.

(c) 2007 - BUZÓN CATÓLICO www.buzoncatolico.es Quedan todos los derechos reservados

[Imprimir esta página](#)