VALORAS UC

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE

REÍRSE DE UNO MISMO

ISIDORA MENA
Académica Escuela de Psicología

"Mi último ridículo fue paseando por la Costanera, cuando, distraída, empujé a un tipo que respondió mal a mis disculpas. 'No seas mal genio', le contesté. Hiperventilado, me insulta: '¡Vieja fea!' ".

"Segura de mis atributos, le grité furiosa: 'Vieja seré, pero fea no'. Él se rió burlón, pero lo vergonzoso es que quedé tan enganchada, que por una semana les anduve preguntando a todos mis cercanos si en realidad, además de vieja, estaba fea".

El relato fue seguido de otros más que estas amigas suelen compartir en su reunión quincenal, porque ya es una costumbre dejar espacio para contar sus rídiculos recientes. "Nos resulta terapéutico; tomamos con humor esta condición tan humana de cometer cientos de errores estúpidos. Uno se pone más humilde y tolerante".

A los chilenos nos cuesta mucho reírnos de nosotros mismos. Inseguros, tenemos mucho sentido del ridículo y nos protegemos intentando dar imágenes de perfección y de éxito permanente.

Ocultamos los errores; reírnos de nuestras ridiculeces resulta casi imposible. Pero los demás sí perciben cómo somos en realidad, por lo que finalmente terminamos haciendo el ridículo.

Convendría tanto tomarse con más humor, reconocer que, como a todos, a veces nos va pésimo, decimos leseras, hacemos cosas mediocres, le caemos muy mal a algunos o metemos la pata a fondo.

Compartir los errores ayuda a reconocer que cometerlos es una condición humana. En vez de gastar tiempo en ocultarlos, recriminarse y autoexigirse perfección, más vale reírse de uno mismo. Una costumbre que nos hace menos vulnerables, más libres e, incluso, más creativos. Hay empresas que se reúnen a compartir errores, porque saben que en ellos pueden descubrir ideas para mejorar contextos laborales.

Reírse de uno mismo, además, hace a las personas más compasivas, menos criticonas y exigentes con los otros.