

Você está pronto para ouvir a verdade?

Nos cansamos de afirmar que sinceridade é a qualidade que mais admiramos nas pessoas. No entanto, nem sempre sabemos nos comportar quando finalmente ouvimos a tão esperada verdade. Ai, começa a reflexão mais importante: quem está pronto para ouvi-la com sabedoria e discernimento?

Alguns indivíduos querem saber “de tudo” simplesmente para tentar controlar os outros e manipular os acontecimentos. Outros lutam incansavelmente para descobrir todos os detalhes de um fato apenas para se encherem de argumentos e razões – desejam estar sempre certos. E existem ainda aqueles que ocupam, sem nenhuma culpa, o lugar de juízes: estão prontos para acusar, julgar e, de preferência, condenar.

Mas são raríssimas as pessoas que realmente estão maduras para compreender que a verdade está a serviço de grandes lições e, portanto, é uma questão de merecimento. Desse modo, antes de reivindicar seu direito a ela, pondere sobre duas questões: a primeira é até que ponto está preparado para ouvi-la – e isso significa que, algumas vezes, é melhor não desejar obter uma informação com a qual não saberia o que fazer. E a segunda é que você precisa aprender a usá-la.

Assim, se tornará mais confiável nas relações que experimenta e não usará a verdade apenas para arquitetar acusações deliberadas e inúteis ou formular conclusões sob uma ótica limitada e parcial.

Aprenda a analisar o que ouve

Certa vez, o gerente de uma loja chegou ao escritório e resolveu “perturbar” as garotas. Quando passava pelo setor financeiro, disse à Samanta, num tom zombeteiro: “Hum, você engordou, hein?”, e seguiu seu caminho. Ao chegar à loja, encontrou Tatiana e repetiu a brincadeira exatamente no mesmo tom: “Ei, você engordou, hein?”. Ao se deparar com sua assistente, insistiu: “Oh, Carol, você engordou, hein?”, e foi trabalhar.

Samanta, a essa altura, já estava diante do espelho do banheiro analisando todas as suas curvas e pensando: “Eu sabia que não devia ter comido aquela sobremesa! Está vendo? Já engordei! Vou me matricular em uma academia hoje mesmo! Puxa vida, já estão até comentando”, e seguiu com suas lamentações pelo resto do dia. A garota da loja, por sua vez, ficou a se perguntar: “Será que o gerente está de olho em mim? Se está reparando é porque tem me notado. Vou até me aproximar dele, quem sabe rola um namoro?”. E a Carol começou a planejar:

“Se o gerente está quebrando o gelo, brincando, creio que posso apresentar aquele meu projeto para otimizar nosso departamento. Vou aproveitar e falar com ele hoje mesmo!”.

Moral da história: a mesma afirmação foi feita para três pessoas diferentes, e cada uma a recebeu como estava pronta para ouvir. A primeira com baixa autoestima. A segunda com preensão e segurança. E a terceira com visão de oportunidade. Quem estava certa? Em princípio, nenhuma delas, já que o comentário não passava de uma brincadeira desprezível. A terceira, no entanto, conseguiu se desvincular do que ouviu, analisar a questão por um ângulo positivo e se posicionar de modo a se beneficiar da situação. Isso é estar pronto para a verdade. Por mais terrível que ela possa parecer, se você conseguir ouvi-la corretamente, certamente vai analisá-la por todos os ângulos, considerar os prós e os contras e avaliar os detalhes. Essa é a lição a ser aprendida.

3 dicas para se comportar diante da verdade

1. As piores verdades são as ditas em forma de crítica e, em geral, a reação de quem ouve é se defender, seja se justificando ou revidando com outra crítica à altura. Isso está errado! Quando for

criticado, respire fundo e se retire para pensar com inteligência. Depois, analise se vale a pena voltar a falar a respeito. Se não, apenas admita sua limitação e se proponha a melhorar.

2. Se a difícil verdade foi dita por alguém cujo intuito era apenas de fragilizá-lo perante uma situação ou alguém, jamais se comporte da mesma maneira, porque você terá lhe dado razão e se igualado à covardia dele. Prefira o silêncio e converse com quem você confia num momento oportuno, quando os ânimos estiverem mais tranquilos.

3. Se a verdade dolorosa foi dita por alguém que respeita você, aproveite a chance e peça maiores detalhes sobre o que ela percebe em seu comportamento que talvez nem mesmo você tenha se dado conta até então. Entenda a “acusação” como uma prova de amizade de alguém que quer vê-lo cada vez melhor.

Rosana Braga
é escritora, palestrante e consultora em relacionamentos. Formada em Jornalismo e pós-graduanda em Educação Sexual. Ministra palestras sobre Inteligência Afetiva, Os Papéis da Mulher e sua Essência e Ser Você Tem que Valer a Pena.
E-mail: rosana@rosanabraga.com.br

“Quem olha para fora, sonha. Quem olha para dentro, desperta”.

(Carl Jung)