

Fiestas patrias con inteligencia emocional (B¹)

Por Jorge A. Oriza Vargas © 326-2016

En estas fechas que en México conmemoramos la independencia de nuestro país, muchas personas muestran un verdadero desánimo, y en muchos casos, enojo o frustración, por la complicada realidad política y social que vivimos.

Desafortunadamente, hay muchas razones objetivas para estar preocupados, incluso molestos; violencia en muchos estados, deshonestidad, corrupción, que han generado una falta de confianza y credibilidad en todas las entidades del estado mexicano; pobreza, crisis económica, etc. En fin, cuántos problemas reales estamos viviendo.

Sin embargo, pienso que México, es más, mucho más, que sus gobernantes, sus políticos, sus empresarios, sus medios poderosos de comunicación. México es su gente, su pueblo, sus trabajadores, sus campesinos, sus jóvenes, sus niños, y muchos de los que ahora nos llaman de la tercera edad, pero que crecimos con el valor del amor a nuestra patria; a nosotros si nos enseñaron lo que era soberanía, y a estar orgullosos de nuestros símbolos patrios y de nuestra historia.

Por eso, en estas fechas no deberíamos perder el amor por nuestra patria, por los héroes que ofrendaron su vida -los conocidos, pero sobre todo, los miles y miles de mexicanos, ciudadanos "anónimos" que murieron en las gestas de nuestra independencia- para construir lo mejor que aún tenemos de este país. Lo mejor que podemos hacer para respetar las vidas de tantas personas que las ofrendaron para formar esta patria, es no perder el amor a México, a sus tradiciones, a su cultura, a los grandes hombres que la historia nos ha dado; no perder nuestra identidad como nación, que nos obstante tantos problemas, deberá prevalecer, o incluso mejorarse, pero nunca desaparecer.

No perder la esperanza, bien fundada, en los valores que nos identifican como nación, pues seguramente, más allá de las personas incompetentes o corruptas, hay muchos mexicanos competentes, talentosos, y sobre todo, honestos; mexicanos que amamos a nuestra patria y que continuaremos trabajando por construir las nuevas condiciones que sustenten un mejor futuro para nuestro país.

¹ Esta cápsula la tomo casi completa, de mi anterior 277 del 2015...nada ha cambiado desde entonces.

Y para ello, es importante reflexionar en nuestro equilibrio emocional, en hacer las cosas con inteligencia, pero sobre todo, con inteligencia emocional, pues no será con violencia, ni con desesperación, que hagamos las cosas que nos puedan cambiar. Seré insisto, con inteligencia, con argumentos bien pensados, con acciones bien analizadas, *razonadas*, a partir de nuestra propia inteligencia emocional, de mucha disciplina y trabajo, para hacer las cosas bien, con paciencia, con prudencia, pero también con persistencia, con perseverancia², tratando de cambiar, primero nosotros, para después, o al mismo tiempo, tratar de colaborar en lo que se pueda cambiar en nuestro entorno cercano, y asumiendo un verdadero compromiso con ese cambio, con nuestras responsabilidades cívicas, por amor a México.

Permítame reiterar que es la inteligencia emocional la que nos permite actuar equilibradamente, pero con asertividad, para hacer siempre lo correcto. Es importante ser conscientes de todos nuestros sentimientos; la mayoría legítimos en estos casos de crisis. Enfados y enojos por las escandalosas actuaciones de los personajes públicos del estado; temor, por la violencia, por la inseguridad en nuestra ciudad o en nuestro trabajo; tristeza por diversas situaciones que no podemos cambiar; en fin ¡cuántas emociones y sentimientos no nos genera la situación actual! Estrés, ansiedad, ira o temores, y otros estados emocionales que en ocasiones no podemos identificar y nos generan ese malestar o como decía, ese estrés. Por eso es importante hacer un esfuerzo por ser emocionalmente inteligentes regular y controlar emociones y sentimientos³, para no permitir que dichos estados emocionales nos hagan daño, nos afecten en nuestra vida cotidiana, y menos en estas fechas de conmemoración de nuestra independencia.

Pero insisto, lo importante es aprovechar estas fechas, para revalidar nuestro amor por México, y como decía, celebrar con la familia nuestras fiestas patrias, en honor de aquellos que mostraron con su propia vida, que este país es grande. ¡Viva México!

Jaov'

Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: iem@iema-oriza.com

NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes. Todas las Cápsulas de ADEF, tienen registro de derechos de autor vigente.

² Te recomiendo leer las “3 p’s de la inteligencia emocional”, cápsula ADEF no. 59 (2011).

³ Cápsulas ADEF 127 y 128.