

Tu realidad no es la mía

Me dispongo a compartir esta reflexión contigo, arriesgándome simplemente a que tú, que estás ahí al otro lado de la pantalla, no compartas lo mismo, pero forma parte de este juego sin salida... Tu realidad no es la mía. Más adelante lo comprenderás.

No vemos las cosas como son, vemos las cosas como somos... Detente un momento y piénsalo.

Cada persona construye su propia realidad

Tú, con tus virtudes y tus defectos, tus experiencias e ilusiones auestas, desde cualquier lugar del mundo, desde donde estés, miras a la vida y lo que sucede, de acuerdo a tus particularidades y preferencias.



Yo, con mis virtudes y mis defectos, mis experiencias y mis ilusiones auestas, desde cualquier lugar del mundo, desde donde esté, miro a la vida y lo que sucede, de acuerdo a mis particularidades y preferencias. Y en

nuestro diálogo, **intentamos intercambiar nuestros mundos pensando, a veces, que es el mismo.** Por eso, en ocasiones, nos cuesta tanto llegar a un acuerdo o que nos comprendan.

De hecho, **ambos podíamos haber asistido al mismo acto o ser partícipes de una misma situación, pero cada uno de nosotros**

lo ha vivido a su manera, de acuerdo a su experiencia, a sus preferencias, a sus creencias, etc. Es decir, de acuerdo a la forma de ser de cada uno.

De ahí que cualquier opinión sea tan válida como la nuestra, de ahí el relativismo de lo vivido, la subjetividad de nuestros mundos y la construcción de nuestras realidades.

Tú con toda tu experiencia, yo con todo mi bagaje, aun estando en el mismo punto y observando lo que puede parecer lo mismo, conformamos realidades diferentes.

Veamos un ejemplo:

Nos han invitado a una fiesta y hemos decidido ir. Pero justo antes de salir, te llama un amigo para confirmarte que entrarás a trabajar en su empresa, que es definitivo; en cambio, yo he discutido con mi pareja y finalmente hemos decidido dejarlo. Lo que me pide el cuerpo es quedarme en casa, pero me armo de valor y pienso que refugiarme en mi interior me hundiría más. Así, decido seguir con los planes que tenía.

Nos encontramos allí. Tú radiante de felicidad, yo inmersa en la tristeza, intentando disimularla.

Aun así, comemos, hablamos, bailamos... y en un momento suena una canción que me recuerda a él, no puedo evitarlo y la atmósfera de la fiesta se convierte para mí en algo confusa, nostálgica y melancólica. Mientras tú sigues bailando, entusiasmado, como si no hubiera mañana... y yo finalmente, decido irme a casa. Tú aún quieres quedarte un rato más.

Al rememorar la fiesta celebrada la noche anterior, yo recuerdo aquella canción que me entristeció, los platos que tanto le gustaban a él y el continuo disimulo que tenía para que nadie me notara triste y lo achacara a mi ruptura. Mientras que tú recordaste tus bailes con entusiasmo y que

estuviste más expansivo y divertido que de costumbre.

¿Parece que hubiéramos ido a fiestas distintas no? La cuestión es que era la misma, pero tú la viviste en grande y yo a lo mínimo, **focalizando nuestra atención en cosas diferentes cada uno de nosotros.**

¿Quieres más pruebas?

Cuando hables con otro, ten en cuenta su visión de la realidad

A menudo cuando hablamos de sentimientos o conceptos abstractos como el amor, la amistad, la confianza o la libertad, creemos estar hablando de lo mismo, pero existen diferencias.

Te propongo que le preguntes a tu compañero qué son para él esos conceptos, te sorprenderás de cómo los verá. Seguro que tienen sus propios matices. **Por eso es importante, cuando conversamos, preguntar al otro cuál es el significado para él de lo que estamos hablando.** Así, conocerás su perspectiva. Su mundo, su realidad.

El encuentro entre dos personas es la confluencia de dos mundos, de dos realidades que a menudo, conversan para mostrarse y conocerse. Por eso, no hay que ser beligerante con el otro e intentar no exigir ni imponer nuestra visión. Ten en cuenta que lo que yo he vivido, no tiene nada que ver con tu experiencia. Recuerda, **no vemos las cosas como son, vemos las cosas como somos.**

¡Atrévete a descubrir otros mundos, otras realidades!

Fuente: [lamenteesmaravillosa](#).