

EDITORIAL

Hace tiempo atrás Mahatma Gandhi escribió “Vigila tus pensamientos, porque se convierten en palabras. Vigila tus palabras, porque se convierten en actos. Vigila tus actos, porque se convierten en hábitos. Vigila tus hábitos, porque se convierten en carácter. Vigila tu carácter, porque se convierte en tu destino. Las seis palabras más importantes: “Confieso que he cometido un error”. Las cinco palabras más importantes: “Has hecho un buen trabajo”. Las cuatro palabras más importantes: “Y tú, ¿qué opinas?”. Las tres palabras más importantes: “Ten la bondad”. Las dos palabras más importantes: “Muchas gracias”. La palabra más importante: “Nosotros”. La palabra menos importante: “yo”.

La percepción de nuestra realidad está determinada por filtros mentales, que en ocasiones pueden hacernos percibir una realidad afectada de sentimientos negativos que pueden llegar a dificultar nuestra relación con el entorno, para lograr resolver una determinada cuestión.

Cuatro médicos becados se encontraban conversando en el casino de un hospital cuando se les acerca otro médico becado que parecía estar hablando solo.

—¿Qué te pasa Marcelo? ¿Tienes algún problema? —preguntan al recién llegado.

—Si tengo un problema que estoy tratando de resolver. Se los voy a decir para ver si pueden ayudarme —contesta Marcelo—. Históricamente dentro de las causas de metrorragia después de la menopausia, se ha considerado a la atrofia endometrial como una de ellas.

—Ya párale —dice Manuel—, te oigo y ya estoy sintiendo sueño. Yo pensé que tu problema era de otro tipo.

—¡No, No! Continúa —le pide Raúl—, yo soy muy bueno para estas cuestiones.

Marcelo continuó con el problema:

—No puedo considerar la atrofia endometrial como causa de metrorragia después de la menopausia, pues ella es un evento fisiológico del endometrio en dichas mujeres. Es como si consideramos a las calles como causas de accidentes de tránsito, son elementos necesarios pero no suficientes para explicar el fenómeno del accidente.

—¡Simple, la atrofia es causa de metrorragia después de la menopausia! —responde Manuel—.

—No lo pienso así —contesta Marcelo—.

—Yo esos estudios ya los hice con histeroscopia y encontré atrofia endometrial. Es obvio —afirma Raúl—.

—No, el profesor nos dijo que esa no era la respuesta —contesta Marcelo—.

—¿Profesor? —pregunta Rodrigo—. Seguramente no te dio todos los datos; los profesores son unos teóricos que no saben de cosas prácticas.

—¿Qué les pasa?— les dice Blanca levantando la voz, yo les quiero platicar de la película que fui a ver y ustedes no me están haciendo caso. ¡Lo están haciendo para molestarme!

En este diálogo ficticio, los personajes actúan de acuerdo a los filtros propios que le hace percibir la realidad de forma diferente, dentro de los cuales podemos señalar 4 tipos de pensamiento:

Pensamiento impulsivo

Uno de los enemigos de la inteligencia es el pensamiento impulsivo que consiste en tomar decisiones sin pensar bien las cosas. Las personas analíticas y que piensan correctamente, dialogan consigo mismas y son autocríticas de lo que hacen y piensan; en cambio, las que no lo son toman decisiones sin pensar en las consecuencias de sus actos, como el caso de Manuel; en general son dependientes de otros y carecen de autonomía.

Pensamiento egocéntrico

La persona egocéntrica se caracteriza por pensar que todo lo que ocurre está relacionado con su persona (como el caso de Blanca). Además trata de aplicar su experiencia previa para resolver problemas aun cuando éstos tengan poco o nada que ver con lo que sabe. Confunde la realidad con sus deseos o temores y, por tanto, no es objetiva. Frecuentemente habla de sí misma y sus logros.

Pensamiento arrogante

Nace de una actitud de superioridad. Las personas arrogantes tienden a ser déspotas y a no apreciar las opiniones de los demás (como el caso de Raúl). Tienden a imponer sus puntos de vista y a criticar a

los otros acerca de lo que dicen. Pueden fingir que lo saben todo.

Pensamiento prejuiciado

Es aquel que se actúa influenciado por una idea exagerada, falsamente generalizada o equivocada de la realidad (como el caso de Rodrigo). Prejuicios acerca de los profesores, de ciertas razas, sexos, intereses o de formas de hacer las cosas, son desafortunadamente frecuentes en nuestra sociedad.

En todo tiempo, la pregunta, que debemos hacernos, es: ¿En qué pensamiento no encontramos? sin lugar a dudas ello sellará nuestro destino.

Dr. Sócrates Aedo
Editor Jefe