



Mind News

Informativo para seu bem-estar emocional – n° 44

Ser excluído

Uma das piores experiências emocionais humanas é a exclusão. Nós somos seres sociais, relacionamentos são essenciais, e ser parte de diversos grupos é uma demanda forte. Mas, sempre que encontramos o diferente, em suas formas de agir, de pensar, de jeito de ser, existe a possibilidade de esse diferente ser excluído de nossos relacionamentos. E isso é péssimo.

Pessoalmente tive uma difícil e inesquecível vivência de exclusão,. Em 2004 percorri o Caminho do Sol, um percurso de 240km em 11 dias, no interior de São Paulo. Toda manhã caminhávamos cerca de 25km e chegávamos ao local de descanso por volta da hora do almoço. Em uma das paradas estivemos em uma elegante fazenda, onde descansaríamos e dormiríamos, havia um grupo de pessoas, todos trajados elegantemente para esportes equestres. E nosso grupo estava suado, empoeirado e cansado, após a caminhada sob forte sol. Fomos sumariamente excluídos, tanto pelos hóspedes como pelos funcionários da fazenda e do restaurante. Queríamos almoçar, nos colocaram no pior lugar, a comida veio mal preparada e servida com desprezo. Para dormirmos nos colocaram em um galpão, onde faltavam telhas e o frio era forte. Ficamos todos muito irritados e revoltados com a exclusão.

Esta experiência me levou a refletir sobre o quanto nós tendemos a excluir o diferente de nós. Muitas vezes os brancos excluem os negros e os indígenas, os jovens excluem os velhos, os chefes excluem os subordinados, os moradores dos centros excluem os da periferia, os ricos excluem os pobres, os torcedores do time A excluem os do time B, a ideologia A exclui a ideologia B, a religião A exclui todas as outras. E a lista continua.

Somos todos humanos, e no mínimo devemos aceitar que há gente diferente de cada um nós, que nossa forma de ser não é a única válida e que devemos respeitar, acolher e incluir pessoas diferentes. Isso não quer dizer uniformizar todos, pois somos diferentes uns dos outros, mas reconhecer que pode haver uma unidade e verdade em outras formas de ser. A exclusão é um paradigma que precisa ser revisto em cada um de nós, para sermos verdadeiramente humanos.



Gustavo G. Boog é mentor, coach, escritor e consultor na Boog Consultoria. É Engenheiro, Mestre em Administração de Empresas e finaliza o 5° ano de Psicologia. É especializado em Mentoria e Coaching Sistêmico. Conduz projetos de desenvolvimento para que o potencial de cada organização e de cada pessoa se realize, sejam jovens, adultos ou idosos.



+55 11 99137-7691



gustavo@boog.com.br
www.boog.com.br

Se puder, compartilhe o Mind News, para apoiar o bem-estar emocional das pessoas.