

¿Envidia sana o Admiración?

Por Borja Milans del Bosch
Coach Ejecutivo, Coach de Equipos, Formador y Conferenciante.



Recientemente, tras una intensa sesión de coaching, me dijeron lo siguiente: "Qué envidia más sana -así matizó su expresión- me das al trabajar y dedicarte a algo que te apasiona". Tras esas palabras escuche más cosas - aunque no fueron dichas- y llegué a una conclusión que ahora comparto con vosotros en [este blog](#).

En relación con la envidia y partiendo de una definición que a lo mejor, es un poco "dura", se me dispara lo siguiente:

Envidia: La necesidad de querer para sí, arrebatarse y culpabilizar (o incluso destruir, en casos extremos) a otra persona -desde el ego-, por una posesión, circunstancia, status o dominio no tenido, debido a un sentimiento de amenaza, desigualdad e inferioridad que nos genera y a la incapacidad que tenemos de sentirnos satisfechos con lo propio (material, emocional, espiritual, circunstancial).

Partiendo de esta definición, en ningún caso la envidia es buena y, más allá, tampoco cabe la "envidia sana". Ninguna envidia es sana, todas son malsanas, contaminan y nos hacen miserables. Esta emoción sale del ser humano y es tristemente aprendida.

La palabra "envidia" viene del latín "in" dentro --> "video" ver => "in-vidia" significa mirada desde dentro con malos ojos. En este sentido, la frase atribuida a Jesús de Nazaret, "Nada que venga de fuera puede contaminarte; sólo lo que sale de ti, lo hace" da sentido al malestar que genera una actitud nociva para las personas y cómo nos afecta en las relaciones con otros, sea en el ámbito en el que sea.

¿Envidia sana? Nunca será sana en tanto haya una mirada deformada, una comparación o juicio subjetivo, un deseo de arrebatarse-tener, de destruir por ego en algunos casos, e incluso culpabilizar a otros desde el victimismo y el auto sabotaje. Ningún comportamiento puede ser bueno si va en contra del Ser.



Podemos convertir la mal llamada envidia sana en "Admiración", cuando vemos al otro desde nuestro Ser, con el corazón, desde la inteligencia emocional, cuando nos alegramos por sus progresos, circunstancias, ventajas o posibilidades, compartiendo sus logros, emociones, resultados y/o momentos de superación. Cuando somos generadores de espacio de convivencia profesional. La palabra "admirar" viene de "Ad" (añadir) + "mirari" (latín = asombrarse, maravillarse) = Ver más en el otro/a, ver en él/ella lo mejor. Con esto, y tomando un apunte de Bruno Chevolet, podemos ir más lejos aún. "Ad" también significa "hacia", y ya que "mirari" viene del latín, buscamos un poco más y encontramos su raíz en el indoeuropeo "SMEI", que significa sonreír. Ahora podemos decir que admirar, o cuando admiramos, vemos en el otro lo mejor, lo que nos maravilla de él o ella y además ofrecemos una sonrisa para esa persona y la relación. En este contexto, ¿qué espacio queda para la envidia (in-video = verte deformado)?

P.ej: Qué envidia sana me das por tu promoción a Director/a, cuánto me alegro por ti. (egoísmo, comparación, victimismo -tu sí, yo no- que disfrazo con cinismo de alegría sin sentirla en profundidad) ==> Vs ==> Te admiro por tu promoción a Director/a, cuánto me alegro por ti. (abro espacio generoso al otro, a su éxito, reconozco su valía, mi posición es de serena humildad en trato de igual a igual, no hay comparación ni juicio severo, hay aceptación y franqueza, cabe el aprendizaje, nos expresamos con limpieza de intención y es seguro casi al 100% que ofrecemos nuestro comentario acompañado de una sonrisa).



Si bien la envidia es humana y parece innata, es una actitud y/o comportamiento aprendido que nos amarga el día a día, nos reduce a la miseria interior y nos desvirtúa en cuanto a lo que somos como personas. La envidia en los profesionales, nos impide ofrecer aceptación

y crear espacios de generosidad verdaderamente auténticos, lugares donde quepa el trabajo en equipo, el afecto, el reconocimiento mutuo y la admiración de vernos unos a otros alcanzando retos.

La envidia, es fruto de una inseguridad aprendida en el núcleo familiar y/o escolar / amigos / trabajo / social. Ningún ser humano, al nacer, es envidioso. De hecho, nos desenvolvemos con parámetros de abundancia y pensamos que "siempre habrá suficiente para cubrir mis necesidades" y por eso nos comportamos y nos desenvolvemos en consecuencia.

Cuando nuestros comportamientos se tiñen de envidia, cuando nuestras acciones están movidas desde la envidia, cuando nuestras verbalizaciones transmiten envidia, lo que tenemos en el interior es un modelo mental de escasez, un sentimiento de inferioridad, un complejo de incapacidad, falta de perseverancia, un auto juicio y una auto censura severa -entre otras

cosas-. El ego se convierte en la voz que dicta nuestros comportamientos y nos hace entrar en permanente competición con otros para buscar en qué "ser más que el otro" y si ser-tener como el otro es inviable, arrebatárselo, destruirlo o incluso destruirle.

La envidia, lejos de estimular, corrompe; lejos de incitarnos a la superación, nos conduce al atajo, a la trampa, al juego oscuro, a la zancadilla, al engaño y al auto engaño. Sólo donde hay admiración limpia de intención, cabe el reconocimiento y con ello el afecto y el buen ambiente de trabajo. Gracias a la aceptación, desde la llaneza personal, cabe el respaldo, el crecimiento de los colegas profesionales, la cohesión del equipo y el alto rendimiento. Algo que admiramos todos. Si hay aceptación plena -tanto propia como sobre terceros y de terceros- hay serenidad interior profunda y, ahí, la envidia, por muy sana que se barnice... siempre quedará superada por la aceptación. Todos queremos admirar a nuestros líderes, aprender de ellos, tomarlos como referencia.

Una persona con envidia sana, tendrá matices inhumanos en sus comportamientos y será más propensa a tener una vida de insatisfacción y amargor existencial -con impacto en lo psicológico de forma negativa- que si fuese una persona con "limpieza de mirada" en sus observaciones y acciones, con plena aceptación de sus circunstancias, las de los demás y del contexto en el que se desenvuelve.



P.ej: Me da envidia cómo es Luisa, siempre tan atenta, siempre tan profesional. Que envidia más sana me das por trabajar con ella. ==> Vs ==> Admiro a Luisa, siempre tan atenta, siempre tan profesional. Te admiro, qué afortunado/a eres por trabajar con ella.

Si en la primera formulación el ego tiene una presencia muy significativa, ¿qué hay en la segunda formulación? Muchas son las ocasiones en las que decimos, "qué envidia sana te tengo" cuando lo verdaderamente



constructivo y que podríamos decir, que además es potenciador, es "cuanto te admiro, de ti puedo aprender". Dónde hay envidia, el liderazgo se queda sin espacio, la lealtad se desvanece, el compromiso se vuelve maleable y la confianza se rompe por lo frágil que se vuelve. Tomemos conciencia de ello, podemos

seguir instalados en el ego con la envidia como compañera (por muy sana que se barnice) o entregar verdadera y llana admiración desde la llaneza de nuestra persona.

¿Qué pasa si nos comprometemos con la cohesión de nuestro equipo, con generar buen ambiente, impulsar la comunicación de calidad y el compañerismo desde la responsabilidad de entregar admiración y reconocimiento?, ¿es precisamente esto lo que esperamos de quienes nos dirigen, nos lideran y nos marcan el rumbo?

Cuando admiramos y lo decimos, conectamos con nuestra esencia como persona y, por supuesto, con nuestros compañeros, jefes y subordinados, los que son integrantes del equipo del que formamos parte. Es cuestión de humildad y generosidad.

¿Envidia sana o admiración? ...tú decides lo que entregas, tú decides lo que quieres.