

El respeto: aceptar la diferencia

Todos hemos escuchado alguna vez “respetar a los demás” pero, ¿Cuántas veces te has preguntado si te respetas a ti mismo? El autorespeto a menudo es ignorado por muchas personas y pocas veces nos fijamos en esto.

En mi opinión es igual de importante respetarse a uno mismo y aceptarse que aceptar a los demás. La mayoría de las personas están disconformes con su cuerpo o se miran al espejo y no les gusta lo que ven. Esto se suma a que los adolescentes suelen ver cuerpos retocados y “perfectos”, día a día en las redes sociales. Lo que no muestran es toda la realidad, que todos los cuerpos son diferentes y que no hay ni mejores ni peores. Es un proceso muy difícil aceptarse que has estado odiando durante tiempo.

Creo que en el momento que aprendes a valorarte, aprendes también a valorar a los demás. Aprendes a alejar a las personas tóxicas de tu vida. Todos deberíamos dejar de idealizar a las personas, saber que nadie es perfecto y así aceptar que cada persona es diferente.