

Hablar, hablar, y hablar. El poder de la palabra.

*“En el principio existía la **Palabra** [...].
Todo se hizo por ella
y sin ella no se hizo nada de cuanto existe.
En ella estaba la vida
y la vida era la luz para los hombres,
y la luz brilla en las tinieblas,
y las tinieblas no las vencieron”.*

Eso escribía San Juan en su Evangelio hace ya algunos miles de años. Bueno, aclaro que no soy cura, ni evangelista; la verdad es que tampoco hace falta ser cristiano para sacarle el jugo a lo dicho ahí. Esa frase pronunciada muchos miles de años atrás me recuerda que siempre digo que no hay nada nuevo bajo el Sol...

Sí. Habla de la palabra. Del poder de la palabra. Y es que la palabra tiene poder real. Hablar, expresar, sacar fuera, comunicar, ¡¡¡es tan bueno!!!.

Muchas veces las cosas que más daño nos hacen son aquellas que quedan escondidas, tapadas, en secreto, y que nos están asustando como las pesadillas a los niños. Por mucho que crezcamos no dejamos de ser niños. A nuestros hijos las pesadillas se les van cuando encendemos la luz y pueden comprobar que alrededor no había nada de aquello que andaba por sus cabezas. Y en nosotros, niños también, muchos pesares, muchos males, se apagan cuando damos con la forma de encender esa luz, de poner fuera esos temores, esas tristezas, esas angustias, de hablar de todo eso. Cuando lo podemos hacer de la forma adecuada, sentimos como se van esfumando aquellos terribles fantasmas. Es el poder de la palabra, de la expresión.

Ese poder queda recogido de forma dramática, por ejemplo, en algo que los psicólogos llaman “*profecías autocumplidas*”. Por mucho que nos pueda sorprender lo que voy a decir, lo cierto es que las personas tendemos a cumplir casi al pie de la letra aquellas cosas que dicen de nosotros, como si fueran sentencias que nos encadenan. Si a una niña pequeña le decimos “eres mala, ¡nunca nadie te va a querer!”, o “¡nunca vas a ser nada en la vida!” es muy posible que esa personita acabe haciendo cosas para no ser querida, para no tener éxitos, cumpliendo aquella “profecía”.

El aspecto positivo de este fenómeno de las “*profecías autocumplidas*” es que podemos usarlo en beneficio de los demás: si le decimos que confiamos en ella, que sabemos que lo va conseguir, que en el fondo es buena y lo sabemos, que seguro que

será una gran guitarrista, o una estupenda mujer,... esas palabras acabarán haciendo su efecto, también.

Tiene mucho poder la palabra. De hecho es “la” herramienta de trabajo de la psicología (por ejemplo, recordemos el trabajo de los psicoanalistas que “simplemente” escuchan lo que sus pacientes tienen que decir). Porque la palabra, la comunicación, tiene poder: el poder de curar.

La otra cara de la palabra, de la comunicación, es la escucha. Cuando hablamos de comunicación solemos pensar en hablar, hablar y hablar... Pero una parte importantísima de la comunicación está en la escucha. ¡¡¡Cómo nos cabreamos cuando no nos atienden como esperamos!!!, ¡qué humillados y rabiosos nos sentimos cuando no nos escuchan!. Sí, escuchar, que es una parte de la palabra, tiene mucho poder también. El gran poder de mirar a los ojos a la otra persona, de acercarnos, de ponernos en su lugar,... Y uno de los mayores tesoros de esta vida es contar con un amigo o una amiga en quien confiar, con quien podamos hablar, y que nos pueda escuchar como nos merecemos. Lo cierto es que ese tesoro también está en nosotros mismos: también podemos escuchar a los demás.

Podríamos decir más cosas. ¡Hay tantas cosas que decir!. Pero vamos a acabar. En este ratito hemos compartido un verdadero milagro, una de las maravillas de nuestra vida. En este ratito hemos estado hablando y escuchando, sin hablar y sin escuchar: hemos compartido el poder de la palabra que está en nosotros.

AUTOR: José Ángel López Fernández

jalopez@cop.es

<http://www.cop.es/colegiados/T-00921/jal.htm>