

Psicología y desarrollo humano

## En la raíz de la no-comunicación

**Hna. Virginia Isingrini**

*Misionera Xaveriana y psicoterapeuta*

Son muchas las situaciones que pueden llevar a una dificultad en el campo comunicativo, a bloqueos o a un uso equivocado de este don del Creador. Indicaremos a continuación algunas de estas situaciones, limitándonos a aquellas que nos parecieron más cruciales.

### **El mito de la comunicación total**

Quizás a causa de un mundo donde la comunicación profunda se hace cada vez más difícil, o imposible, el deseo más o menos implícito de una comunicación total atormenta con frecuencia a la persona que busca un encuentro imaginado como respuesta definitiva a las preguntas arraigadas en la fundamental soledad humana. Se trata de una falsa idea de la comunicación que subyace en muchos intentos fallidos por entrar en comunicación con el otro. Esta falsa visión no es errónea por defecto, lo es más bien por exceso: ambiciona demasiado, desea lo que la comunicación humana no puede dar, lo quiere todo. En el fondo aspira al dominio y la posesión del otro. Por esta razón es profundamente errónea, aunque a primera vista parezca tan fascinante. En efecto, ¿qué hay más bello que una fusión total de los corazones y de los espíritus? ¿Qué cosa más dulce que una comunicación transparente, en perfecta reciprocidad, sin sombras ni tapujos? Pero precisamente en este ideal se oculta una codicia y una concupiscencia de poseer al otro, como si fuera un objeto en las manos para armar y desarmar a nuestro antojo, lo cual deja entrever el ansia oscura del dominio.

Hay una afinidad entre soledad e intimidad. Existe en cada ser humano un área, un espacio sagrado de silencio, un fundamento de sí mismo que exige ser reconocido y aceptado como tal, a veces también reencontrado y reconstruido.

El ser para los demás (relación) y el ser para sí mismos (individualidad), como las dos exigencias fundamentales de la realidad antropológica, se fueron configurando, combinando, o quizás contraponiendo, a lo largo de la historia de cada uno. Convertir en absolutas una de estas tendencias contra la otra, conduce a inevitables bloqueos en el camino de crecimiento de la persona. Nacen así conflictos, cerrazones y la dificultad para comunicarse auténticamente. Se pueden encontrar, de un lado, personas que no logran abrirse con serenidad a los demás, encerradas en su mutismo o timidez; del otro, personas incapaces de poner límites al flujo incontenible de sus palabras.

### **Prisa y superficialidad**

«¡No tengo tiempo!» «¡No sabes cuántas cosas me quedan por hacer!»... ¿Quién de nosotros no se reconoce en ese grito, queja o amarga constatación? Y aunque ese lamento no llegue a nuestros labios, nuestro correr sin descanso habla más que cualquier palabra. No toda la culpa es nuestra. Ya lo decíamos al comienzo: la nuestra es una sociedad que parece no permitir las pausas. Tiempo, dinero, eficiencia, son un trinomio bastante común. Es difícil nadar contracorriente. Por otro lado, no hay que callar la santidad y el heroísmo que puede ocultarse detrás de esta entrega sin límites, a todas horas, programada en los mínimos detalles con meses, a veces, años de anticipación.

Con todo, tampoco se puede ocultar la creciente dificultad para dar tiempo a la escucha paciente y prolongada de los que viven con nosotros. No logramos escuchar a los demás porque no escuchamos primero nuestras mismas palabras. Toda auténtica comunicación nace del silencio. En efecto, comunicar es decir algo a alguien, algo que debe nacer ante todo desde dentro. Esto supone auto-identificarse, auto-comprenderse, captar la riqueza interior de uno mismo. Muchas formas de conversación no son verdadera comunicación porque esconden un vacío interior. Se reducen a un desahogo superficial, exhibicionismo. Pocas palabras, pero sinceras, nacidas de un alejamiento contemplativo, valen más que muchas palabras acumuladas irreflexivamente.

Hoy más que nunca, la palabra corre el riesgo de ser reducida a algo funcional y convencional: un instrumento para proporcionar informaciones. Al fin y al cabo, algo necesario, sin lo cual tampoco la vida podría desarrollarse con orden o alcanzar sus objetivos. Aun en el diálogo personal quisiéramos llegar pronto al grano, encontrar rápido las soluciones de los problemas. Porque, hay que reconocerlo, actualmente es fácil reducirlo todo a un problema. También las personas. Tanto el lenguaje, como la manera de enfrentar las situaciones, delatan esa tendencia. A menudo los diálogos se acaban en una lista de dificultades que resolver, de situaciones que analizar, de decisiones que tomar, de avisos que dar. Las nuevas y eficaces técnicas de programación y planeación, tomadas a veces tal cual de la mercadotecnia, nos han vuelto muy eficientes y rápidos para enfrentar los contextos actuales. Y es relativamente más fácil acordar programas, discutir o hasta pelear acerca de ellos. Se nos olvida, sin embargo, que detrás de las ideas siempre hay personas. Existe una historia, un mundo que a veces sólo logra asomarse tímidamente en tanta discusión y superficialidad. Un mundo de riquezas y no sólo de problemas, una experiencia de vida y creencias y no sólo una opinión o actuación acertadas.

Nuestra orientación tan pragmática nos hace resaltar demasiado los resultados, las metas por alcanzar, y muy poco el camino para llegar a ellas. Un camino que se recorre a veces con ritmos y sensibilidades tan distintas y que, lejos de ser un impedimento, constituyen en realidad la gran riqueza de la vida social. Ritmos y sensibilidades que son, a fin de cuentas, los lenguajes que cada uno de nosotros habla y que, como tales, hay que saber escuchar, descifrar y acoger.

### **Comunicaciones distorsionadas**

Allí donde se da una comunicación, allí también existe la posibilidad de su distorsión; es decir, de su uso incorrecto. La comunicación puede ser ambigua porque la naturaleza humana es así. La gama de distorsiones es, pues, amplia y compleja. A continuación describiremos algunas de estas distorsiones, cuyos efectos destruyen de manera distinta el tejido de la vida relacional.

a) De la no-claridad a la mentira. Mientras estemos en esta Tierra, nunca será posible una comunicación totalmente transparente, donde lo manifestado coincida sin sombra alguna con lo que se es profundamente. Ni sería deseable, pues el pretenderlo haría caer en la imposición o en la enajenación. En su carácter de misterio, la persona siempre mantendrá un margen de cosas no dichas, de no-claridad, porque a menudo ni ella misma alcanza a conocerse y poseerse en plenitud. Aspectos íntimos o inconscientes alimentan continuamente este margen. Cuántas veces hemos tenido la experiencia de manifestar un

pensamiento, una opinión, y al mismo tiempo percibir que no era todo lo que hubiéramos querido decir. Si esto acontece con el pensamiento, cuánto más con nuestra emotividad.

A este respecto se produce un continuum, una pluralidad de manifestaciones que, partiendo de una simple falta de claridad, puede llegar hasta la mentira. Obviamente, no es lo mismo ser poco claro que ser mentiroso. Pero lo uno favorece a lo otro, aunque el peso y la gravedad de la distorsión son en ambos casos muy distintos. Dependiendo del grado de conciencia y de la intencionalidad, varía también su valoración moral.

Ser sinceros no equivale a ser verdaderos. No todo lo que pensamos y sentimos es veraz. Decir que se está enojado cuando en realidad se está contento, es una falsedad. Pero resulta que la persona en cuestión no percibe conscientemente su alegría, por ende no la puede expresar. En ese caso, ¿dónde está la verdad? Cuando expresa el enojo realmente es sincera, porque es lo que percibe con claridad. Pero no es veraz, porque el verdadero sentir es la alegría que ella en realidad no ve.

El paso de la sinceridad a la veracidad no es automático y siempre implica un largo camino para poseerse y conocerse con autenticidad. Con todo, aunque lográramos un conocimiento pleno de lo que sentimos y pensamos, quedaría válida la misma pregunta: ¿debemos expresarlo tal cual?

Cuando se exalta tanto la espontaneidad, es muy común llegar a esta idea falsa de sinceridad. Se cree que se sería menos auténtico si no se manifestaran todas las opiniones y sentimientos que se albergan: «Si yo lo pienso, ¿por qué no tengo el derecho a decirlo?» Se nos olvida, como afirmaba Pascal, que la verdad sin la caridad es un ídolo. Detener el llanto ante una persona querida que sufre para no aumentar su dolor es caridad, a saber, todo lo contrario de la mentira o de la inautenticidad. Tanto el decir como el no decir, debe ser guiado por la estrella polar del amor.

b) De la simple opinión-juicio al chisme-calumnia. Es obvio que todos tenemos nuestras ideas y opiniones acerca de las personas; así como es indiscutible la necesidad de comunicarlás y compartirlas con quienes vivimos.

«El afecto amarra el intelecto», afirma Dante en su «Paraíso» (XIII, 20). Por esa razón, en el momento de expresar una opinión sobre una persona se pueden fácilmente introducir elementos emocionales, frecuentemente inconscientes, que, si no son adecuadamente conocidos e integrados, alteran en medida distinta la verdad. Se crean así prejuicios, maneras de ver a las otras estáticas, absolutas, cerradas a cualquier posibilidad de cambio.

Pensemos, por ejemplo, en una persona cautelosa, desconfiada, siempre en alerta para captar las verdaderas intenciones de los demás; no solo teme que le puedan hacer algún daño, sino que este sentir se convierte en una convicción. Basta una broma para crear resentimientos.

Nuestras opiniones e informaciones no se quedan ocultas en el cofre secreto de nuestro corazón. A todos nos produce una gran alegría compartir lo que sabemos o pensamos. Aunque no se trate propiamente de secretos, es cierto que a diario llegamos a conocer detalles personales sobre quienes viven con nosotros, a veces «ayudados» por nuestra insaciable curiosidad. El gusto que nos produce platicarlos con otros, puede hacernos olvidar la prudencia y el respeto de la privacidad, sobre todo cuando nos interesa fomentar una opinión, tanto favorable como desfavorable, acerca de determinadas personas. Añadir o quitar deliberadamente algún detalle, insinuar mediante afirmaciones no claras o de

alusiones; aseverar con seguridad algo que se conoce someramente o de oídas, o que simplemente se imagina debe ser así, constituye la triste labor del chisme.

El límite entre el chisme y calumnia es muy débil. El chisme puede alimentar un clima relacional pesado y conflictivo. Se puede llegar a destruir la reputación de una persona empleando simples alusiones. Alguien llegó a decir que la opinión es la reina del mundo, precisamente por esta fuerza tremenda que tiene para influir sobre los hechos y las personas. En lugar de la verdad, prevalece la impresión momentánea, casi nunca verificada en la realidad; es suficiente para crear una “opinión” y esto puede no estar muy lejos de aquella manipulación y mentira que tanto reprochamos en los medios de comunicación actuales.

c) Los triángulos comunicativos. Cuando una persona acude a otra, o a otras, para hacer llegar su opinión, podemos entonces hablar de un ‘triángulo comunicativo’. No se trata, por lo tanto, de simples y comunes informaciones donde el recurso a terceras personas puede inclusive ser útil y práctico. La vida puede volverse un infierno cuando el estilo comunicativo general se caracteriza por «él me dijo que tú dijiste», «¿es cierto que tú dijiste que yo dije?», «yo supe que éste dijo esto de ti».

La línea más breve entre dos puntos es la recta. «Si tu hermano llega a pecar, vete y repréndelo, a solas tú con él. Si te escucha, habrás ganado a tu hermano» (Mt 18, 15), nos recuerda Jesús.