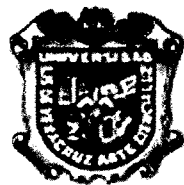


---

Sistema de Enseñanza Abierta

Licenciatura en Pedagogía

MEIF



Experiencia Educativa

**Comunicación y Educación**

Antología de Lecturas

*Irma del Rosario Lara Mateos*

*Roberto De Gasperin Sampieri*

Xalapa, Ver., Septiembre 2008

Universidad Veracruzana  
Sistema de Enseñanza Abierta  
Licenciatura en Pedagogía  
MEIF

Antología de lecturas

Comunicación y Educación

Elaborada por los Maestros

Irma del Rosario Lara Mateos

Roberto De Gasperin

Xalapa, Ver., Septiembre 2008

## Índice de Lecturas

Introducción	1
1. El hombre: ser de relaciones	3
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	4
“Quien no se comunica, se muere”. El hábito de comunicarse	
Roberto De Gasperin	
2. Concepto de Educación	9
Jaume Sarramona	
Valoración crítica	10
3. Autoestima, comunicación y relaciones humanas	24
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	25
4. La comunicación en las relaciones humanas	32
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	33
5. <i>Traduttore, tradittore</i>	54
Paul Watzlawick	
Valoración crítica	55
6. Formación de reglas	62
Paul Watzlawick	
Valoración crítica	63
7. Formas de comunicación en las relaciones humanas	66
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	67
8. Comunicación y proyección	89
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	90
9. Algunos aportes de la Programación Neurolingüística (PNL) al desarrollo humano	105
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	106
10. La comunicación profunda y el desarrollo humano	125
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	126
11. Barreras en la comunicación y en las relaciones humanas	135
Roberto De Gasperin	
Valoración crítica	136

12. Teorías de la comunicación vs. Teorías del aprendizaje	180
Gabriel Larocque	
Valoración crítica	181
13. El salón de clases desde el punto de vista de la comunicación	190
Mercedes Charles Creel	
Valoración crítica	191
14. Nuevos modelos y metáforas comunicacionales	203
W. Barnett Pearce	
Valoración crítica	204
15. El Maestro	215
Juan José Arreola	
Valoración crítica	216
Anexos	227
Bibliografía	244

## Introducción

La experiencia educativa “*Comunicación y Educación*” es parte del área de formación básica de la carrera de Pedagogía. Busca desarrollar en los estudiantes las habilidades para la comunicación educativa, al comprender que el proceso educativo en todos los niveles es fundamentalmente un proceso de comunicación. Muchos de los problemas en el aula, así como en las familias, son problemas de comunicación. Identificar y superar los obstáculos para la comunicación educativa, es una habilidad fundamental que un educador debe desarrollar. “Quien no se comunica, se muere”; la muerte no es física, es psicológica, al no crecer como persona. Pareja, familia o grupo educativo que no se comunica de manera funcional, se muere.

El **OBJETIVO GENERAL** de esta experiencia educativa es “sensibilizarse y reflexionar sobre la importancia de la comunicación en la vida personal y en la educación en el aula, identificando los obstáculos para la misma, con la finalidad de desarrollar las habilidades para comunicarse en las relaciones interpersonales y, en particular, en los procesos educativos”.

Los **CONTENIDOS** son los siguientes:

### 1. **Importancia de la comunicación en el proceso educativo**

- El hombre, ser sociable, ser de relaciones
- El concepto de educación
- Relación entre comunicación y educación
- La comunicación en las relaciones humanas

### 2. **El proceso de la comunicación en la educación**

- Formas de comunicación en las relaciones humanas
- Comunicación verbal, paralingüística y corporal
- La comunicación y el fenómeno de la proyección en el aula
- Aportes de la Programación Neurolingüística (PNL) a la educación
- La comunicación profunda y la inteligencia emocional en la escuela

### 3. **Educar en la comunicación y comunicar en la educación**

- Superar los obstáculos para la comunicación educativa
- Nuevos retos para la comunicación y educación

- Hacia una pedagogía comunicativa

Bien se dice que el movimiento se demuestra andando. Igualmente el desarrollo de las habilidades para la comunicación se manifiesta en la superación de los obstáculos para la misma, mejorando en las relaciones interpersonales tanto en el ámbito personal como en el educativo.

El curso/taller integra los estudios tanto de la Programación Neurolingüística (PNL) como de la Inteligencia Emocional (IQ) aplicando dichos estudios al desarrollo de las habilidades para la comunicación, en particular en la educación.

Algo que refleja muy atinadamente la intencionalidad de esta experiencia educativa es la frase del psicólogo indio Anthony De Mello: **“La educación no debería ser una preparación para la vida; debería ser vida”**. Igualmente, no nos comunicamos para **“el día de mañana”** llegar a ser mejores educadores; nos comunicamos para ser **“el día de hoy”** mejores personas con las que sea más fácil convivir. Si vivir es convivir, el respeto y la comunicación son la base de la convivencia entre las personas.

La UNESCO plantea cuatro objetivos prioritarios de la educación para este Milenio que son el aprender a ser, aprender a hacer, aprender a aprender y aprender a convivir. Esta experiencia responde sin duda a dos de estos objetivos: ser mejores personas con las que sea más fácil convivir.

Irma del R. Lara Mateos  
Roberto De Gasperin

## Valoración crítica

La lectura *"El hombre, ser de relaciones"* nos introduce dentro de los contenidos de la experiencia *"Comunicación y Educación"* al sensibilizarnos que, como lo dijo el filósofo griego Aristóteles, "el hombre es un animal sociable", sólo puede vivir en relación con otros seres humanos. El hombre no es una isla, sino que forma *"archipiélagos comunicativos"* llamados grupos humanos, tales como la pareja, familia o grupos escolares, de amigos o de trabajo.

Como se ha podido observar en algunos casos de "niños salvajes" que han crecido sin contactos humanos, la inteligencia no se desarrolla, se atrofia, cuando no tiene la estimulación de otras personas para el desarrollo del lenguaje. Vivir es convivir. Bien se puede afirmar por ello de modo alegórico que la comunicación es "una necesidad **ca si** biológica" dado que uno de los criterios de salud mental es la capacidad de relacionarse de manera apropiada con los demás.

Se concluye con la afirmación de Hora: **"Para comprenderse a sí mismo el hombre necesita que otro lo comprenda; para que otro lo comprenda, necesita comprender al otro"**.

# Lectura 1

## El hombre: ser de relaciones



Roberto De Gasperin (2005) *Comunicación y relaciones humanas*.  
Xalapa, México: Universidad Veracruzana, págs. 21-24.

## 1. EL HOMBRE: SER DE RELACIONES

Una de las necesidades más apremiantes del hombre es **la necesidad de relacionarse**; es decir, de entrar en contacto con los demás y, sobre todo, con algunos de manera más íntima. El hombre es un ser de relaciones porque no podría subsistir, ni comunicarse, ni aprender, ni desarrollarse si no es en interacción con los demás. Vivir es convivir.

Con frecuencia se ha identificado a la naturaleza humana como de tipo biológico solamente. En efecto, las necesidades biológicas son básicas para la subsistencia del hombre, incluso para satisfacer éstas normalmente debe relacionarse con los demás. Sin haber comido o dormido, es difícil aprender en un curso de relaciones humanas o en cualquier otro; sin embargo, no basta estar bien alimentado y haber dormido para sentirse a gusto en la vida. El acto de comer, por ejemplo, es un acto de relaciones: en algunas familias el reunirse a comer es una excelente oportunidad para convivir y comunicarse, pero otras, en cambio, comen viendo "la tele".

Nuestra naturaleza humana es, pues, no sólo biológica sino también **social**. Aristóteles dice que el hombre es un **ser social** (o sociable); esto es, que precisa de las relaciones con los demás para desarrollar su propia naturaleza. Cuando se habla de "relaciones sociales" no se

refiere a las típicas relaciones sociales (club, asociación, reuniones sociales, ser promotora voluntaria, etc.), sino simplemente a **entrar en relación** con otras personas, interactuar, conocer y ser conocido y con ello satisfacer las necesidades fundamentales como son escuchar, amar, aprender, comunicarse, etcétera.

Diversos autores han aportado criterios de la salud mental, los cuales son determinados incluso por las épocas históricas. Jackson<sup>7</sup> señala además que "el hombre normal no existe". No obstante, en el sentido más amplio, el criterio de salud mental más aceptado por los especialistas es la **capacidad de relacionarse**, lo cual implica comunicarse con los demás. Dice Parrot: "El verdadero test o prueba de la madurez es la capacidad para convertirnos en personas con las que sea fácil convivir". Comunicarse significa "poner en común" o "poner algo en común", lo cual implica necesariamente relacionarse, para lo cual necesitamos de la comunicación; y al comunicarnos, establecemos relación con otra u otras personas.

Sin embargo, existe evidencia de que el desarrollo tecnológico del hombre tiende a reducir la capacidad de vivir intensamente las relaciones interpersonales. Fromm analiza en *Psicoanálisis de la sociedad contemporánea* cómo el progreso tecnológico dificulta la satisfacción de las necesidades más profundas del hombre: relación, amor, creatividad, trascendencia, etc., y cómo el costo de la industrialización es el avance de las enfermedades mentales (neurosis, psicosis) en las sociedades desarrolladas. No es coincidencia que el mayor índice de patología mental (suicidios, alcoholismo, drogadicción y asesinatos) se encuentre precisamente en las naciones más desarrolladas.<sup>8</sup> Bien dice a este propósito Martín Buber: "El aumento en las habilidades

---

<sup>7</sup> Don Jackson, "Le mythe de la normalité", Paul Watzlawick y John Weakland, *Sur l'interaction*, p. 217.

<sup>8</sup> Erich Fromm, *Psicoanálisis de la sociedad contemporánea*, pp. 11-17.

para experimentar y usar objetos va unido por lo general con una baja en las capacidades para relacionarse”.

Allport señala que, en cuanto a las relaciones humanas, tal parece que el hombre está viviendo aún en la Edad de Piedra. Y Neruda advierte: “El signo característico de nuestra época es, sin lugar a dudas, **la soledad**: la inmensa soledad que nace en el hombre al saberse y **sentirse solo dentro de la multitud y el vocerío**... la soledad encierra dentro de sí un ansia de muerte –**la angustia**– y un deseo irresistible de vida: **el amor**. Mas lo trágico de nuestra época, ‘edad de los hombres solos’, es **la negación del amor**”.<sup>9</sup>

Antoine de Saint-Exupéry dice en *El principito* que “la comunicación crea vínculos”, nos relaciona, nos vincula con los demás, y de las relaciones depende la satisfacción de las necesidades más apremiantes del hombre, así como su desarrollo y salud mental. La imagen mitológica de Narciso, contemplándose fascinado en el espejo del agua, refleja la realidad de una persona incapaz de entrar en relación con los demás: Narciso muere contemplándose, porque el narcisismo es la negación de la relación con los demás y consigo mismo, y esta es la muerte psicológica. Narciso “se ahoga”, muere al no poder relacionarse. Lo mismo es válido para las relaciones humanas inapropiadas (de dominación y sumisión) que sumergen al hombre en la soledad, dado que son “relaciones sin relación”.

Citando a Watzlawick<sup>10</sup> podemos decir que la comunicación (la relación entre las personas) crea realidades y a su vez la realidad es producto de la comunicación. Sin duda, sólo podemos convencernos de la **profunda necesidad** de relación que tenemos –al igual que del aire para respirar– cuando nos falta o carecemos de ella. Pero podemos estar solos y sentirnos en relación: alguien puede estar solo un

<sup>9</sup> Cit., por Mauro Rodríguez, *Relaciones humanas, op. cit.*, p. 5 (los negritas son mías).

<sup>10</sup> Paul Watzlawick, *¿Es real la realidad?*, p. 7.

mes completo en un refugio del Pico de Orizaba y no sentirse solo. Por lo contrario, otra persona puede viajar en el metro de la Ciudad de México y encontrarse en medio de miles de personas y sentirse terriblemente solo. No basta simplemente con tener relaciones con los demás (relaciones superficiales, por conveniencia, rutinarias); sino se precisa sobre todo de relaciones profundas, que satisfagan nuestras necesidades fundamentales, como la de ser escuchado, valorado, reconocido, aceptado, amado.

Para concluir, vale la pena citar las palabras de Hora, que reflejan la necesidad de interacción que tenemos incluso para poder esclarecer quiénes somos; es decir, nuestra identidad:

Para comprenderse a sí mismo  
el hombre necesita que otro lo comprenda;  
para que otro lo comprenda,  
necesita comprender al otro.

# Lectura 1.1

Quien no se comunica  
se muere

El hábito de  
comunicarse

## 9. “Quien no se comunica, se muere”. El hábito de comunicarse

Directamente en materia, con un cuento húngaro:

### *El gato como medio de comunicación*

Un muchacho se enamoró de una joven  
y le rogó que se casase con él.  
Ella aceptó, pero puso tres condiciones:

- **Que el marido haría todas las tareas de casa.**
- **Que no le hablaría a ella jamás de eso.**
- **Y que no le levantaría la mano.**

El muchacho aceptó, se casaron  
y comenzaron a vivir felices.

El marido comenzó con ilusión  
a hacer todas las faenas de la casa,  
porque amaba de veras a su mujer;  
pero pronto se cansó de tener que estar  
trabajando todo el rato en casa después de venir  
de su propio trabajo, mientras su mujer se divertía  
todo el día con visitas y espectáculos,  
ya que no tenía nada que hacer  
ni en casa ni fuera de ella.  
Pero el marido había dado su palabra  
y no podía decirle nada sobre ello,  
ni de palabra ni de obra, y no tenía más remedio  
que seguir con todo el trabajo día a día.

Un día, antes de salir de mañana para su trabajo  
en el campo, el hombre se dirigió al gato,  
que dormitaba acurrucado en su rincón favorito,  
y le dijo:

“¡Escúchame, gato inútil y perezoso!  
 Tú te pasas el día sin hacer nada,  
 y yo tengo que trabajar en el campo todo el día,  
 y cuando vuelvo por la noche tengo que  
 limpiar la casa y preparar y servir la cena.  
 Desde hoy, esto se acabó.  
 Cuando vuelva yo esta noche, quiero  
 que toda la casa esté limpia y barrida,  
 y la cena preparada.  
 Y ¡ay de ti si no lo haces!”.

El gato siguió tan tranquilo en su rincón,  
 y la mujer, que lo había escuchado todo,  
 decidió sin embargo,  
 no darse por aludida y se marchó  
 a corretear por el vecindario como todos los días.

Volvió el marido, vio la casa sin hacer  
 y, dirigiéndose al gato, comenzó a increparle,  
 a echarle en cara no haber cumplido sus órdenes;  
 y, tomando una vara, se puso a apalearlo sin piedad  
 por no haber cumplido su deber.  
 El gato se refugió de un salto en brazos de la mujer,  
 y el marido siguió dándole a la vara  
 y sin fijarse sobre quién caían los golpes,  
 mientras continuaba dándole gritos al gato  
 y asegurándole que lo mismo  
 pasaría al día siguiente  
 si no limpiaba la casa y preparaba la cena.

Tres días sucedió lo mismo, y al tercer día  
 la mujer, que entre arañazos del gato  
 y los palos indirectos del marido  
 se había llevado una buena paliza,  
 se prestó a comprender  
 lo que no quería comprender.

#### **Las amonestaciones al gato iban para ella.**

Con lo cual agarró escoba y bayeta,  
 barrió y fregó la casa, encendió el fuego  
 y preparó una succulenta cena  
 que comió en paz y alegría con su marido.  
 Y al gato, que no había entendido nada de todo  
 lo sucedido, le dieron también una buena porción

para resarcirle de los golpes recibidos.<sup>1</sup>

En una ocasión asistí con mi familia a la boda de una amiga en el exconvento del Carmen, en San Ángel, D.F. En la homilía, el sacerdote se dirigió expresamente a los novios y les dijo sin preámbulos: “Escuchen bien lo que les voy a decir, presten atención porque es muy importante” (como en el cuento anterior, “las amonestaciones al gato iban... para los asistentes”, pues los novios estaban muy atentos, pero algunos asistentes admirábamos la arquitectura colonial del exconvento). Continuó diciendo: “Lo que les quiero decir es: Quien no se comunica, se muere”. “¿Me escucharon bien? Lo repito”, insistió, “**¡Quien no se comunica, se muere!**”.

Me quedé pasmado de la gran verdad que encierra esta frase: que la falta de comunicación, es la muerte. Pareja que no se comunica, se muere, se vuelven ajenos uno del otro; familia que no se comunica, termina por tener una relación familiar muerta; amigos, grupo de trabajo que no logran una buena comunicación, experimentan una sensación de angustia y vacío, una muerte psicológica. Están vivos, pero en realidad muertos en vida.

Nada tan sano como una buena comunicación; las parejas, las familias, los amigos se pueden pelear, enojar, disgustar, pero no dejar de comunicarse. Incluso cuando dos personas se dejan de hablar, hay un mensaje implícito: “no quiero hablar contigo”. Pero se están comunicando. “Te comunico que no quiero comunicarme contigo”, parecen estar diciendo. Sin embargo, están perdiendo comunicación, y el vacío comienza a establecerse entre las personas. Es insano que una pareja que ha tenido un conflicto fuerte, se vaya a la cama sin hablar del asunto; el inconsciente lo registra y... los intestinos también. Hay que hablar, pelear si es necesario (no a golpes, ni con ofensas), pero comunicarse. Como sea, con o sin palabras, pero comunicarse. No siempre hablar significa comunicación. Muchas veces se habla precisamente para no comunicarse. Y tantas otras veces nos comunicamos sin hablar.

---

<sup>1</sup> Carlos G. Vallés (1992), págs. 50-52 (sin negritas en el original).



La comunicación tiene dos niveles: el nivel uno o básico. Es el nivel elemental de que toda nuestra conducta es comunicativa: cuando nos sentamos en el autobús y tenemos necesidad de descansar, nos volteamos hacia la ventanilla y el pasajero de junto “entiende el mensaje”, y nos deja en paz. Si hablamos con alguien que tiene prisa y mira el reloj con insistencia, comprendemos el mensaje de que se tiene que marchar. Toda conducta es comunicación, es un mensaje, aunque no siempre comprendamos el mensaje. En este sentido, no existe lo contrario de la comunicación. Como no existe la no-conducta, tampoco existe la no-comunicación.

El nivel dos de la comunicación, es todo aquello que comunicamos más allá de la conducta, la llamada “metacomunicación” (hablar acerca de la comunicación), “los metamensajes” (Watzlawick y otros, 1980); para ello, requerimos de un “puente comunicacional”, precisamos del establecimiento de un segundo nivel de comunicación. Para ello, recurrimos a la confirmación o disconfirmación a través de la mirada, del tono de la voz, de los silencios, de la postura corporal, o a preguntas explícitas: “¿qué me quieres decir con ello?”, “yo entendí que no quieres ir, ¿es esto lo que me estás comunicando?”, “dime qué es lo que quieres, explícamelo para que te comprenda”..., y así tantas expresiones encaminadas a alcanzar buena comunicación.

“Quien no se comunica, se muere”, quiere decir, que, aunque inevitablemente nos comunicamos con el comportamiento, no sabemos qué es lo que este comportamiento nos quiere decir. Hay que hablar de ello. Es muy doloroso no saber exactamente qué me expresa alguien o nunca alcanzar a hacerse comprender por otro; cuando esto sucede entre dos personas de diferente cultura y lengua, un chino y un mexicano, el “metamensaje” puede ser: “no nos podemos comunicar porque no hablamos la misma lengua, tú el español y yo el chino”; en estos casos, “está en chino” comunicarse. No obstante, puede haber otro “metamensaje” muy comprensible para los dos, el de la buena disposición, la actitud: “quiero entenderte, trato de hacerlo, pero no entiendo tu idioma; usa señas para explicarte”. La actitud sí se comunica, y en este caso es positiva.

En cambio, en relaciones cercanas (pareja, familia, amigos, compañeros de trabajo), la “no comunicación” es una situación dolorosa; el “metamensaje” puede ser: “aunque podría comunicarme, en realidad no quiero hacerlo; te hago sentir mi indiferencia: no existes para mí”. La actitud es negativa. El dolor existencial de la

no comunicación produce angustia, soledad, desasosiego. Es muy doloroso.

Vale la pena reseñar aquí un estudio hecho por Gregory Bateson y colaboradores (1956) acerca de la comunicación humana. El equipo de Bateson se interesó por investigar la estructura familiar de pacientes esquizofrénicos. Es decir, cómo es una familia con un paciente así, desde el punto de vista de la comunicación. Observaron una estructura de comunicación caótica entre los miembros de la familia, una confusión entre los diferentes "tipos lógicos"; el paciente parece incapaz de usar con éxito el plano metacomunicativo. "Por consiguiente – concluyen los autores- el niño crece incapacitado para comunicarse acerca de la comunicación, y a raíz de ello, incapacitado para decidir qué quiere decir la gente en realidad y para expresar qué quiere decir él en realidad, todo lo cual es esencial para mantener relaciones normales".<sup>2</sup> Es decir, priva el caos. No se sabe qué pasa con lo que pasa. Esta es la estructura de la "comunicación patológica", la peor de las posibilidades de comunicación.

Por fortuna, es un caso extremo. No significa que todo individuo sometido a una estructura de comunicación patológica produzca un hijo esquizofrénico; el estudio sólo nos muestra que una familia de este tipo tiene una estructura patológica, caótica; es una familia "esquizofrenizante".

En la mayor parte de los casos, la comunicación puede ser algo muy simple y sencillo; o algo muy complicado. En ocasiones, nos faltan palabras para comunicarnos; en otras, en cambio, éstas sobran; tal es el caso de cuando un abrazo afectuoso basta, o cuando queremos "decir" algo al dar un pésame, cuando un abrazo estrecho basta. Y a veces, las palabras sólo complican la comunicación. "El lenguaje es fuente de mal entendimiento", le dice el zorro al principito en el conocido libro de Antoine de Saint Exupéry, *El Principito*.

Véase en el siguiente cuento, una versión moderna del episodio de la Torre de Babel, cómo las palabras y las lenguas pueden estorbar para la comunicación, por supuesto, con buen sentido del humor:

---

<sup>2</sup> Gregory Bateson y otros (1956), en Don D. Jackson (1984), pág. 67.

En un principio, los humanos tenían cada uno su lengua y se arreglaban cómodamente con ello. Cada uno hacía su trabajo sin molestar ni ser molestado por los demás, y si algo hacía falta del vecino, se entendían por señas. Un hombre que tenía cierta imaginación e iniciativa trazó en un terreno abierto los planos de una gran torre que llegara al cielo, y se puso a construirla por su cuenta los fines de semana. Sus vecinos lo vieron y le indicaron por señas que querían ayudarlo, y así la torre fue subiendo cada vez más majestuosa hacia el alto cielo. Yahvé los vio desde su trono y se alarmó. “Si siguen así”, pensó, “van a llegar al cielo y disputarme mi trono. Hay que hacer algo para detenerlos”. Después de mucho pensar, se le ocurrió el mejor curso de acción. Con su poder soberano unificó de un golpe los lenguajes de todos los hombres y mujeres. Desde aquel momento todos hablaron la misma lengua. Comenzaron a discrepar, a discutir, a enfadarse, a reñir..., y ése fue el final del proyecto de la gran torre”.<sup>3</sup>

¡Qué alivio experimentamos cuando logramos comunicarnos! La *sanación* a través de la comunicación. Se experimenta un descanso, una sensación de paz. Se ha construido un puente con dos bases que comunica a dos o más personas.

Según estudios de la Programación Neurolingüística (PNL), sólo el 10 %, aproximadamente, de nuestros mensajes son palabras; el resto está compuesto por un 40 % de tono y modulaciones de la voz, y el restante 50 % es el lenguaje corporal, todo lo que nuestro cuerpo y ademanes expresa: mirada, cejas, pestañas, sonrisa, manos, postura corporal... Todo, absolutamente todo comunica. Sobre todo con el tono de la voz y con el propio cuerpo, las actitudes.

Como preguntan los taqueros a la hora de pedir una orden: “¿con todo?”; “con todo”, solemos responder. Del mismo modo, comunicarnos con todo, pero comunicarnos. Experimentar la sanación a través de la comunicación: “Quien no se comunica, se muere”.

---

<sup>3</sup> Citado por Carlos G. Vallés (1998), págs. 35-36.

## Aplicaciones y reflexiones de la vida diaria

- Se dice que cuando se rompe una relación, es como cortar un hilo que une dos personas; cuando se reanuda la relación, al anudar el hilo, éste queda más corto... y las personas más cercanas. En base a ello, revivir y comentar una experiencia personal en que se logró superar una barrera en una relación cercana; comentar sobre todo el efecto que produjo en dicha relación: ¿se dio la *sanación* en la relación?, ¿las personas quedaron más unidas, más cercanas?
- La base de las relaciones humanas es la capacidad de comunicación. Para comunicarse, hay que ser un buen escuchador. Por ello, ejercitar durante una semana “el arte de escuchar”; escuchar lo que se dice... y lo que no se dice. Escuchar todo, y con todo. Es decir, escuchar y “decodificar” tanto las palabras, como el tono de la voz y los acompañantes corporales. Todo cuenta, todo comunica. Se dice con acierto que quien controla una conversación es aquél que escucha. Desarrollar la habilidad de ser un buen escuchador. Por ello, ver en la siguiente anécdota la importancia de saber escuchar también lo que no se dice:

Quando un hombre cuyo matrimonio funcionaba bastante mal acudió a él en busca de consejo, el Maestro le dijo: “Tienes que aprender a escuchar a tu mujer”.

El hombre se tomó a pecho este consejo y regresó al cabo de un mes para decirle al Maestro que había aprendido a escuchar cada una de las palabras que decía su mujer.

Y el Maestro, sonriendo, le dijo: “Ahora vuelve a casa y escucha cada una de las palabras que ella no dice”.<sup>4</sup>

- Compartir “tiempos especiales”. John Powell recomienda para mejorar la comunicación entre personas que se importan mutuamente, el dedicar “tiempos especiales” (es decir, “Tiempos Triple A”, como se dice de los horarios en la televisión). Esto es, tener espacios y tiempo determinados en el día donde se esté totalmente disponible, totalmente presente, un “tiempo calificado” para estar. Lo dice el autor así:

---

<sup>4</sup> Anthony De Mello (1989), pág. 211 (sin negritas en el original).

“Es mucho más fácil compartírnos a nosotros mismos, **cuando sabemos que una persona se interesa en escucharnos**. En términos muy reales, la calidad del tiempo regula la calidad del escuchar. Y la calidad del escuchar afecta directamente a la calidad del compartir”.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> John Powell (2002), pág. 344 (sin negritas en el original).