

# GESTIÓN DE SIGNIFICADOS

## La Palabra, un arma cargada de futuro

*En los cauces de los ríos de la vida surgen fundadores de conciencia, hacedores de la palabra, que nacen del espíritu y siembran el pensamiento que florece en la humanidad.*

Adolfo Pérez Esquivel

*Con una palabra podemos amar y con otra destruir, y puede ser tan mortal como un arma.*

Adolfo Pérez Esquivel

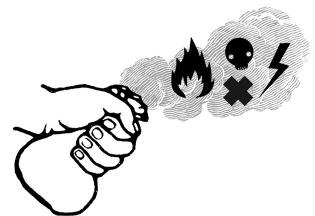
Escribió Gabriel Celaya que la poesía es un arma cargada de futuro. Cantada por Paco Ibáñez este texto se convirtió en un canto de reivindicación de la esperanza de ser quienes somos. Cuando *tocamos fondo*, la palabra bella no es un lujo sino una necesidad: palabras para respirar mejor, palabras para expresar nuestras penas, nuestros deseos y lo que no tiene nombre, son imprescindibles. Palabras que son gritos en el cielo y actos en la Tierra.

Las palabras trazan caminos por donde transcurre nuestra vida. Su poder es tal que pueden acabar condicionando nuestra existencia. Se siembran, se cosechan, se recogen, se amasan... Tienen capacidad para curar o para destruir. En definitiva pueden ser *armas* cargadas de futuro o armas que "se pueden cargar el futuro



## Contaminación emocional y verbal

Tomás Merton decía: "La mayor necesidad de nuestro tiempo consiste en limpiar la enorme masa de desechos mentales y emocionales que trastornan nuestros cerebros y hacen de toda vida política y social una enfermedad masiva. Sin esta limpieza de la casa no podemos empezar a ver. Si no vemos no podemos pensar".



La cultura de la paz necesita climas favorables para crecer. La contaminación emocional altera el ecosistema. Es urgente hacer "limpieza", empezando por las palabras que emanan de nuestra casa emocional. Es necesario gestionar los significados. Revisar lo que contienen las palabras que pronunciamos, no dar por supuesto que todos entendemos lo mismo. Cada palabra lleva consigo una carga emocional que sólo cada uno de nosotros puede definir. Para limpiar las palabras es preciso revisar nuestras creencias, cuestionarlas, valorar su impacto destructivo, sustituir las... una tarea personal y social imprescindible para que de nuestra casa interior afloran palabras puente, curativas y capacitadoras.

## Las palabras son poderosas

*Han prohibido las palabras  
para que no pongan en peligro  
la frágil inmovilidad del aire.*



Así lo afirma en uno de sus poemas el poeta catalán **Miquel Martí i Pol**, consciente del poder movilizador de la palabra. Muchas dictadoras han prohibido libros como el Principito, Mafalda... ¿cuentos de niños? al reconocerlos como peligrosos por colaborar en el despertar de las personas. Lo cierto es que un pueblo de personas obedientes, sumisas, calladas, dormidas... es siempre mucho más fácil de manipular.

El espíritu crítico, la poesía, la literatura, el arte, la música son *armas* que no apelan a la violencia y sirven para despertar el alma, por esto son consideradas peligrosas. La destreza en el uso de la palabra, el respeto y al mismo tiempo la contundencia, así como la valentía en la expresión de la divergencia, son capacidades humanas que podemos entrenar y ejercer para aliviar el sufrimiento del mundo y reparar injusticias.

## La palabra, semilla y llave

*La palabra. Lo que siempre tendremos. Lo que siempre nos queda.*

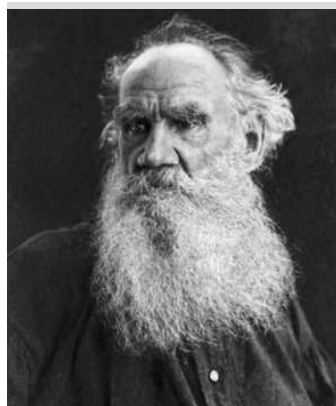
*La palabra que nos hace humanos.*

Sergio Sinay

**Ecología Emocional es un modelo de gestión de las emociones creado el año 2002 por Jaume Soler y Mercè Conangla.**

**Es el arte de vivir vidas emocionalmente sostenibles, cuidando de nuestros dos planetas : la Tierra y nuestro mundo interior**

...*"Comparada con la velocidad instantánea del pensamiento, que al correr en una dirección está avanzando en todas las direcciones, la pobre palabra está siempre necesitando pedir permiso a un pie para hacer andar al otro, e incluso, así tropieza constantemente, duda, se entretiene dando vueltas a un adjetivo, a un tiempo verbal que surge sin hacerse anunciar por el sujeto".* Así escribe José Saramago en su libro "La Caverna". No es nada fácil "el buen uso de la palabra", ni tampoco poner la palabra al servicio de la Paz. ¿Quién dijo que lo fuera?



***Si hay tantas opiniones como cabezas  
también se encontrarán  
tantas maneras de amar  
como corazones.***

***Leon Tolstói***

TEXTOS del libro: El Cansancio Moral.

Autores: Jaume Soler y Mercè Conangla. Cuadrilátero de Libros