



Las palabras amables tienen que surgir de un auténtico amor; de lo contrario son vacías

Las limitaciones impuestas por la pandemia: la mascarilla, evitar los abrazos y apretones de manos, guardar la distancia, tienen un efecto secundario que lleva al **distanciamiento social**. Cuesta más la comunicación, son más frecuentes los malentendidos. Algo semejante sucede con los mensajes de WhatsApp, las prisas y la falta de los gestos facilitan los equívocos. La razón es que la expresión corporal es mejor que la verbal. Un gesto vale más que mil palabras.

La **falta de comunicación** es un problema cada vez mayor entre los esposos, hermanos, amigos y compañeros de trabajo. La rapidez, la falta de sosiego, la pobreza de vocabulario y de ideas, el distanciamiento que provoca la fuerte dependencia del móvil, nos aleja de los nuestros y nos distrae en el trabajo. Es necesario aprender a mirar, educar la mirada, estar atentos a los mensajes corporales que emiten los nuestros para facilitar la comunicación. Si estamos distraídos o ensimismados nos alejaremos de la realidad, no captaremos

lo que los demás necesitan.

El Evangelio de hoy muestra un modo magistral de comunicación: “Jesús se puso en medio y les dijo: La paz esté con vosotros. Se llenaron de espanto y de miedo, pensando que veían un espíritu. Y les dijo: ¿Por qué os asustáis, y por qué admitís esos pensamientos en vuestros corazones? Mirad mis manos y mis pies: soy yo mismo. Palpadme y comprended que un espíritu no tiene carne ni huesos como veis que yo tengo. Y dicho esto, les mostró las manos y los pies”.

La resurrección de Cristo no solo devuelve la vida a su cuerpo, sino que también lo transforma. Dice **Guardini**: “Su corporeidad no conoce obstáculos ni barreras; ya no está sujeta a los límites de espacio y tiempo, y se desplaza con una libertad de movimientos que resulta imposible en nuestro mundo... Pero, al mismo tiempo, se insiste en que **él es el auténtico Jesús de Nazaret** en persona”. Hay una fuerza, una belleza y resplandor, una sutileza añadida que dificulta su reconocimiento. Por eso Jesús acompaña sus palabras con gestos: palpadme, mirad las heridas de mis manos y pies. Al incrédulo Tomás le invita a meter la mano en su costado.

Para entender bien a Jesús hay que escuchar sus palabras, pero también conocer su vida y sus gestos. Hay muchas lecciones preciosas escondidas en los Evangelios que descubriremos si los leemos con atención, si los meditamos y estudiamos. Lo mismo sucede al contemplar las vidas de los santos y de tantos “santos de la puerta de al lado” como dice el Papa: nos enriquecen.

En palabras de Guardini, es bueno saber que: “El cuerpo humano es completamente distinto del cuerpo del animal, y solo alcanza su perfección cuando ya no se lo puede confundir con el cuerpo del animal. En resumen, el auténtico significado del cuerpo humano solo se descubre plenamente en la transfiguración y en la resurrección de Jesús”. La dimensión espiritual es esencial en la comprensión adecuada de la persona, y por lo tanto en su modo de comunicarse.

Fijarnos en la cara del que nos habla: levantar los ojos del ordenador o del móvil y mirar al cónyuge, al hijo o al amigo. Apagar la televisión en las comidas familiares para poder conversar, y así alimentar no solo el cuerpo, sino a la persona entera con la conversación con los que queremos. Dedicar tiempo de calidad a los nuestros, que supone exclusividad. Procurar enriquecer nuestra capacidad de comunicación fomentando nuestra formación humana y espiritual. La primera con el hábito de la lectura y la segunda con el trato con Dios en la oración. **Hablar con Dios** de los nuestros, encomendar sus necesidades, verlos “con sus ojos” contribuye a tender puentes, a ser cercanos.

Una buena comunicación

Publicado: Domingo, 18 Abril 2021 07:31

Escrito por Juan Luis Selma

Como es toda nuestra persona quien comunica, es muy importante la autenticidad, la coherencia. Las palabras amables tienen que surgir de un auténtico amor e interés; de lo contrario son vacías y el interlocutor lo percibe. El postureo, lo que se dice y no va acompañado por hechos, lo artificial solo crea rechazo y lejanía.

En ocasiones nos preguntamos qué hacer para **tener una buena relación con Dios**, cómo hacer oración. Pienso que se puede aplicar lo que hemos dicho; Él es persona y nuestra relación implica todo nuestro ser: compartir los sueños e ilusiones, éxitos y fracasos, miedos y preocupaciones. Todo esto no solo de palabra, se reza con la vida y, como dice **san Josemaría**: “Oración mental es ese diálogo con Dios, de corazón a corazón, en el que interviene toda el alma: la inteligencia y la imaginación, la memoria y la voluntad”. Las obras y los gestos, el cuerpo y el alma, la mirada, los sentimientos deben acompañar a las palabras para que haya una buena comunicación.

Juan Luis Selma, en eldiadecordoba.es