

Paraules esborrades a l'oblit

Des de petits ens han ensenyat a esborrar. A l'escola, la goma MILAN va ser la nostra aliada. Sense ella, sovint, no començàvem a escriure.

Quins records ... Aquell polsim que decorava la taula després d'esborrar aquelles paraules, que per algun motiu, no eren vàlides.

La Gestalt parla d'una goma que portem a sobre sense adonar-nos.

L'ús de les nostres paraules tenen la força d'emfatitzar significats o d'enterrar-los per sempre més. Sabeu quines paraules poden ser l'esborrany de les nostres idees i sentiments expressats?

Us rebel·laré un mot que té aquest poder. Té la capacitat d'esborrar una frase llençada a una persona estimada o a una persona no tan estimada.

Vaig a ser més explícita!

“Vull quedar amb tu per a fer un cafè però tinc molta feina”.

“M'agrades però no ens entenem”.

“Respecto la teva paraula però no estic d'acord”.

“És maco el teu vestit però massa atrevit”.



Hi ha un personatge present en totes aquestes històries... El mascle **Però**.

Però em sembla robust i contundent i, el més rellevant, sempre té l'última paraula. Si no ho teniu del tot clar us posaré a prova... Imagina't que tens davant la persona que ens aquest moments ocupa el teu cor i arriba un dia que et diu:

“T'estimo, però com amics”. Quin missatge definitiu reps? A mi m'ha quedat impresa la idea que no hi hauran més petons.

Des de la Gestalt l'ús de la paraula **Però** esborra el missatge anteriorment pronunciat, si més no, li treu pes i deixa aquestes paraules que comencen les frases al fons del calaix.

Per a mi el “Saps, t'estimo...” s'ha desfigurat perquè ha guanyat la batalla els següents mots “ però com amics”.

Per tant, us convido a revisar l'abús que fem de la paraula **Però** en les nostres xerrades amb els nostres, doncs sense pretendre-ho podem enviar missatges amb una intenció i l'altre ho pot rebre ben diferent. Una manera de poder ser més coherent amb el meu pensament és substituir el **Però** per la tant coneguda conjunció “i”.

Anem a veure si canvia alguna cosa a l'hora de rebre les frases que ja hem comentat:

“Vull quedar amb tu per a fer un cafè i tinc molta feina”.

“ M'agrades i no ens entenem”.

L'amiga conjunció ajuda a integrar els 2 missatges d'una mateixa frase. No dissocia les dues parts sinó que procura fer-les amigues. Segurament una persona que vol fer un cafè amb tu i té feina buscarà la manera d'organitzar-se per fer un forat a la seva agenda. No us sembla? A mi em queda aquesta esperança. Si em deixa clar ... “*però tinc feina*” trobo més difícil que ens veiem a curt termini.

Bé, són matisos de la nostra llengua. Em fascina el poder de la paraula! I com ens podem apropar o allunyar de la gent fent un ús poc conscient dels termes. Si sóc conscient que vull dir un **Però** en contes d'un I, de ben segur que dono més importància al segon missatge de la frase i probablement la primera part del discurs és merament decorativa, allò que diem... Per quedar bé?

Laura Rucio Torres
Psicòloga: n° 15673, Terapeuta Gestalt