

La magia de la palabra y del cuento

Está entre mis aficiones. Practico sobre todo cuando vienen niños a mi despacho, normalmente los hijos de los trabajadores del Centro de Humanización de la Salud. Es sorprendente hacer magia para los niños. Quedan de alguna manera cautivados, algunos más pícaros buscan el truco para poder hacerlo también ellos. Otros, solamente admiran ante lo imposible hecho realidad. Los seres humanos admiramos resultados inesperados, que parecen sobrenaturales, así como el encanto de la persona que nos desvela lo oculto y sus potencialidades.

Ayudar a una persona mediante la relación es algo así como hacer magia. Se trata de usar una serie de técnicas y habilidades con las que se hacen cosas sorprendentes y extraordinarias como hacer aparecer y desaparecer realidades, personas, traumas que estaban velados o colocados en un primer plano hiriente. La magia de la relación puede modificar el lugar que ocupan tanto los males como los recursos que la persona tiene. De alguna manera, se trata de descubrir cosas ocultas para el ayudado pero que están haciendo daño o manteniendo en una actitud pasiva o sufriente.

Para que el mago pueda conseguir su efecto, es necesario que siga el proceso, es decir, lo que se llama “la rutina” que esconde también el truco. Así también, libres de posibles connotaciones manipulatorias, la relación de ayuda tiene su “rutina”, su proceso con el que más fácilmente acompañamos al otro (centrados en él) a explorar sus dificultades, hacerse dueño de ellas, identificar sus recursos y emprender cambios saludables en el mundo de los pensamientos, en la gestión de los sentimientos o en las conductas.

La magia de la palabra

La palabra, en las relaciones de ayuda, es como un cincel capaz de dar vida a la mejor de las imágenes que el otro lleva dentro de sí.

Nadie pondrá en duda el poder de la palabra en las relaciones que se producen en el mundo de la salud, por ejemplo. La eficacia de un tratamiento, la fidelidad a su seguimiento, el impacto emocional de una mala noticia, la reacción de una familia ante un fracaso o una situación inesperada y mil situaciones más, están en estrecha relación con el modo como los agentes de salud manejen la comunicación, utilicen la palabra.

Y es que la palabra tiene un poder impresionante. Con ella construimos una especie de aureola en torno a nosotros y a lo que decimos. Con ella inspiramos confianza o desconfianza, atraemos o producimos rechazo, generamos atención o aburrimos, hacemos pensar o matamos la curiosidad. Con ella hacemos reír o llorar, generamos indiferencia o sentimientos intensos.

Con la palabra, damos vida o generamos muerte. Tiene, efectivamente, el poder de una espada afilada. La oratoria, entendida como el arte del buen hablar siguiendo determinadas reglas tiene su origen en Grecia, más específicamente en la antigua filosofía griega. En aquel tiempo la oratoria era parte integral de la formación cultural y ha sido objeto de estudios por muchas personas en cuya profesión estaba incluida el arte de hablar en público.

En contraste con esta realidad, hoy la oratoria se utiliza más específicamente en campos como la administración, el marketing, sectores privados, medios de comunicación y salvo excepciones, jamás es parte de un entrenamiento educativo permanente.

En Grecia se destacaron los sofistas en el siglo IV a. C., que, a diferencia de Sócrates (que utilizaba la mayéutica, el arte de interpelar dialogando) se interesaban por el arte de convencer a través de la palabra.

La magia de los cuentos

Si nos paramos a pensar, los cuentos reflejan la vida misma, nos muestran diferentes facetas de la vida: nuestra convivencia con los demás, la posibilidad de elección, sentimientos y valores contrapuestos y la posibilidad de elegir. Estimulan la reflexión de grandes y pequeños, favorecen la identificación con los personajes y, según avanza la lectura, se puede aprender a tomar decisiones personales que vienen inspiradas por la moraleja (moral pequeñita, dimensión ética) más o menos explícita del cuento.

Dicen que una vez una mujer le preguntó a Einstein qué hacer para que sus hijos fueran más inteligentes y Einstein le respondió: “Léales cuentos de hadas”. La mujer, riéndose, le replicó: “Ya, ¿y qué debo hacer después de haberles leído cuentos de hadas?”. Y Einstein le dijo: “Pues léales más cuentos de hadas”. Seguramente, afirma la escritora Mem Fox, que cuenta lo sucedido, Einstein pensaba que “los cuentos de hadas requieren una mente atenta a los detalles, muy activa en la resolución de problemas, capaz de viajar por los corredores de la predicción y la búsqueda de los significados”.

De todos modos, la verdadera importancia de los cuentos, y no de los cuentos populares en general sino de los que, después de un proceso que ha durado siglos, son mayoritariamente considerados como los mejores, es que contienen un destilado de la sabiduría que necesitamos para la vida.

Y hay que decir que los cuentos «funcionan», «sirven». Los cuentos provocan, llaman al corazón de quien los lee, reclaman, con su moraleja, esa dimensión ética capaz de hacernos mejores personas, más felices. Es difícil que un cuento nos deje indiferentes, que no nos «pille» por algún lado, que no nos haga identificarnos con alguno de sus personajes o situaciones evocadas con su fantasía, o que no nos haga pensar en alguna persona en la que vemos encarnada alguna conducta que el cuento evidencia como causa de felicidad o de infelicidad.

El cuento termina diciéndonos siempre: «¿y tú, qué?» Los cuentos son una forma literaria que puede sortear nuestras defensas y convencernos de las verdades que nos resistimos a ver o escuchar. De hecho, tras escucharlo, algo en el corazón nos pide silencio para hacer eco del toque personal que ha producido en nuestro interior, para dar espacio a aquello en lo que “caemos en la cuenta” de nosotros mismos. Con frecuencia, tras ese breve espacio de tiempo, deseamos otro, como quien, tras encontrar un tesoro, sueña con que está inconcluso y aún hay más tesoro detrás, más abajo, algo más profundo, más íntimo aún.

Los cuentos hacen visible alguna dinámica del espíritu. Rompen la racionalidad pura y dura y permiten adentrarse en la sabiduría del corazón. Todos tienen una dimensión ética. De alguna manera provocan la pregunta ¿qué estás haciendo o qué debes hacer para ser feliz?

He publicado ya tres recopilaciones de cuentos y me está costando la siguiente porque circulan también cuentos que me parecen malos, estropeados por pastores del miedo y la amenaza. Estas publicaciones están siendo un recurso realmente difundido para utilizar en sesiones de diferentes formas de ayuda, tanto individual como grupal.

En efecto, en los últimos años se ha difundido de una manera especial el uso de los cuentos y de las metáforas en diferentes formas de ayuda, como psicoterapia, counselling, coaching. En los personajes, en los objetos, en los animales, en los símbolos, los seres humanos proyectamos dinámicas de nosotros mismos que más fácilmente escondemos con el discurso racional. Estos tienen el poder de devolvernos, desvelarnos, de manera mágica, inéditos viables para afrontar dificultades. Un buen desafío para su uso adecuado en las relaciones de ayuda.

José Carlos Bermejo