

# SILENCIO Y ENFERMEDAD

JOSE CARLOS BERMEJO, *Tres Cantos*

Escuchar al enfermo es un arte. Pero es más difícil todavía escuchar el silencio. Y, sin embargo, en ocasiones, el mensaje más importante en el encuentro con los enfermos es vehiculado a través del elocuente silencio.

## Escuchar lo que no se oye

A veces, en las personas a las que intentamos ayudar, significa: «estoy preocupado»; otras: «tengo miedo»; quizás también: «no me atrevo a contar lo que siento» y mil mensajes más pueden estar ocultos en el silencio. ¡Qué expresiva la frase que Tolstoi pone en boca de Iván Illich en el lecho de muerte!: «Mi silencio les estorba. Yo era como botella al revés, cuya agua no puede salir porque la botella está demasiado llena».

Solo es capaz de escuchar el silencio quien maneja sus propios sentimientos, sobre todo la impotencia experimentada al captar la densidad comunicativa del silencio en medio del sufrimiento. Porque probablemente también sea cierto, en la estación de la enfermedad y del dolor, que «los ríos más profundos son siempre los más silenciosos», como decía Curcio.

A escuchar el silencio se puede aprender, como a escuchar la palabra. El silencio, a veces, es el ruido más fuerte que podemos escuchar, pudiendo incluso aturdirnos con su intensidad, con el impacto emocional que es capaz de producir en nosotros si le prestamos verdadera atención.

## Responder con el silencio

Pero si escuchar el silencio es un arte que requiere desarrollar una actitud contemplativa, manejar el silencio es más difícil aún que manejar la palabra. Por eso, un proverbio hindú dice: «Cuando hables, procura que tus palabras sean mejores que el silencio». Y aquella sentencia: «Cuando basta una palabra, evitemos el

discurso; cuando basta un gesto, evitemos las palabras; cuando basta una mirada, evitemos el gesto y cuando basta un silencio, evitemos incluso la mirada».

Y es que, hacer un buen uso del silencio es una condición que solo saben administrar y aplicar los sabios. Con razón se dice que después de la palabra no existe nada más poderoso, y que si con la palabra demostramos nuestra supremacía por encima de los animales, con el silencio podemos demostrarnos a nosotros mismos que somos mejores.

El silencio puede querer decir: «estoy contigo», «me hago cargo», «no sé qué decirte, pero cuenta conmigo». No digamos si el silencio va acompañado de una mirada cómplice o cariñosa, o compasiva; o si va acompañado de un gesto amable, de un abrazo sincero.

Entonces, su poder se multiplica exponencialmente. Se convierte en palabra penetrante con poder de confortar y aliviar a quien se encuentra en medio del sufrimiento.

A responder con el silencio se puede también aprender. Seguramente la clave fundamental es el autocontrol emocional, la disciplina de los impulsos, la paz con la propia impotencia, la relativización del propio criterio, la empatía con el mundo interior ajeno.

Hay un tiempo para todo. También para callar. Así lo dejaba claro Calderón, en *La vida es sueño*: «Cuando tan torpe la razón se halla, mejor habla, señor, quien mejor calla». Y no es simplemente quien calla, sino quien mejor calla, porque es claro que no siempre el silencio es la adecuada respuesta.

En todo caso, seguro que es cierto que si la palabra es plata, el silencio es oro.



Fotografía: Pixabay