



MUROS DE SILENCIO

Una persona de mi círculo más íntimo hizo algo que me supo mal. Y quería decírselo, pero no lo hice. Y no lo hice porque sabía que le sentaría fatal. Pero no arreglé nada, porque entre nosotros dos se interpuso un muro de silencio que afectó a nuestra relación.

¿Qué podía haber hecho?

Hay una cita que dice: *“huir del problema sólo aumenta la distancia respecto a la solución”*. Así que no hay más, hay que afrontar el problema, y o bien superarlo nosotros individualmente, o encontrar la manera de hablarlo.

La secuencia para mi es importante. Lo primero es ver si lo podemos resolver nosotros internamente. ¿Cómo lo hacemos? Pues conectando con las razones que hayan podido empujar al otro a hacer eso, entendiendo quizás que es su forma de hacer o incluso que ha podido equivocarse, y aceptando eso que ha ocurrido y que no tiene mayor trascendencia. Yo reconozco que hay muchas veces que cuando he dedicado un momento de reflexión a alguna situación que me ha disgustado, la he podido procesar y el malestar ha desaparecido. No he sentido la necesidad de hablarlo con el otro. Pero hemos de ser muy sinceros, no vale tirárselo a la espalda. Necesitamos sentir que realmente hemos podido entender y aceptar la situación, y que por tanto ya no hay problema.

Y si no es así, entonces tenemos actuar. Tenemos que buscar el momento y la manera de poder hablarlo. Porque la alternativa es ese muro de silencio, que todos ven y que tanta distancia provoca en la relación. Un muro que cuando el cemento con el que está construido fragua, es cada vez más difícil de romper.

Yo tuve que hablarlo, y como ya iba tarde y con cierta reticencia, no lo hice muy bien. Me topé además con una gran sensibilidad por parte de la otra persona, que se sintió

atacada. Sólo tuve una opción: hablarlo más. Agotar el diálogo hasta la mutua comprensión. Esta es una clave fundamental: no dejar ese diálogo a medias.

El muro ha dejado una huella en el suelo, en dónde se alzaba, pero al menos lo hemos tumbado.