

La Importancia de las Palabras

Por: Marta Soto





ÍNDICE

El relato del día

3

La palabra más repetida

4

El amor y la felicidad

6

El carácter

21

Glosario

27

El relato del día

Leo se ha convertido en profesor de Formación Ciudadana. Siempre presenta temas de actualidad para tratar en clase. Pregunto opiniones a los alumnos y así genera un pequeño debate entre ellos. Es interesante ver, como cada uno de ellos a pesar de su juventud ya tiene su propia personalidad y criterio. A veces los criterios son acertados, otras veces no. En eso consiste crecer y aprender. Valorar lo que uno sabe, o cree saber y cambiar de opinión si es considerado necesario.

Una de las actividades preferidas de los alumnos fue averiguar, qué palabras se escuchan más con las personas de su alrededor. Es decir, hacer de contador de palabras. La actividad tuvo éxito, pudieron comprobar cómo efectivamente existen una serie de palabras, que se repiten a menudo.

La palabra más repetida

Leo les propuso la actividad, iniciando con la siguiente pregunta: “¿Han pensado alguna vez en qué palabra es la más repetida por parte de los guatemaltecos y guatemaltecas?” Los alumnos hicieron el ejercicio y los resultados que obtuvieron fueron los siguientes: pan, tortilla, comida, violencia, inseguridad, trabajo, dinero, muerte, nacimiento, amor, colegio, felicidad, corrupción, injusticia, fe, esperanza, discusión, camioneta, armas y Dios. Las palabras no están por el orden de veces de aparición pero sí son las palabras más escuchadas.

El segundo ejercicio fue clasificar las palabras según su connotación positiva o negativa, obteniendo lo siguiente:

Connotación positiva:

Pan, tortilla, comida, trabajo, dinero, nacimiento, amor, felicidad, fe, esperanza, Dios, colegio.

Connotación negativa:

Violencia, inseguridad, muerte, corrupción, injusticia, discusión, camioneta, armas.

A Leo le sorprendió que colocaran camioneta en connotación negativa. Pensaba que por ser un transporte colectivo y económico lo valorarían como positivo, pero no fue así. El motivo por el cual lo colocaban en negativo, era por la violencia que se acostumbraba vivir en ese transporte. Entonces preguntó, cuántos alumnos acostumbraban utilizarlo. De un total de veinte alumnos, solamente cinco utilizaban la camioneta como transporte de manera regular; pero la opinión de la camioneta como algo negativo venía de los veinte alumnos. En sí, los quince alumnos restantes decían desconocer la situación de las camionetas, pero era lo que se escuchaba y lo que publicaba cada día la prensa. Y, la opinión generalizada era: “mejor ir a pie o en carro”.

Con el resto de palabras ya se imaginaba que estarían situadas en los grupos correspondientes. La mayoría coincidió en decir que de todas las palabras, las que tenían más importancia, por encima de las otras eran amor y felicidad. Únicamente dos alumnos consideraron la palabra dinero por encima de las otras.

El amor y la felicidad

El amor:

Seguramente amor y felicidad son las palabras que más se repiten en todo el mundo y seguramente han sido las más repetidas en toda la historia.

Leo comprobó que a pesar de ser de las palabras más repetidas también eran palabras difíciles de definir.

Cuando empezó a preguntar qué era para ellos el amor, notó que algunos alumnos y alumnas se sonrojaban, eso era parte del amor: el emocionarse y el nerviosismo. Pudo concluir que de diez respuestas ninguna fue igual a otra. Las definiciones fueron muy diferentes. Incluso alguna definición, más que definición fueron miradas, gestos y algún ruido, como fue el caso de la respuesta de Miriam, diciendo:

“Bueno profesor mmm usted ya sabe mmm es eso que uno siente, un no sé qué, cuando ve a mmm a ese alguien”



Después de ese intento de descripción, todos rieron. Y efectivamente es eso, un sentimiento, una vibración, un sentirse bien al lado de ciertas personas. Y uno no se cansa, de estar con esas personas que tienen la capacidad de transmitir esa sensación.

Cuando Leo preguntó por primera vez que era para ellos el amor, la mayoría pensó en el enamoramiento y en la atracción hacia otras personas. También algún alumno citó el amor que siente por los padres y otro alumno el amor que siente por sus perros y gatos. En todos los casos existía un afecto especial hacia una persona o un animal. Este afecto lo vivimos a plenitud cuando estamos con ellos. Cuando sentimos amor hacia alguien, muchas veces también le admiramos porque observamos cualidades en esa persona que nos gustan y que valoramos como positivas. Establecemos de esta manera un vínculo especial.

Entonces Antonio le hizo una pregunta a Miriam:

¿qué es para ti ese no sé qué? Y Miriam dijo: “nervios, emoción y alegría”.

Leo le dio la razón a Miriam, enamorarse de una persona, amarla, significa nervios, emoción y alegría pero también confianza, respeto, sinceridad y mucha compatibilidad. Todos se quedaron pensativos. Efectivamente, Leo tenía razón, no habían pensado en eso. Seguramente era la edad, la que te enseñaba todo lo que una única palabra representa.

Si hiciéramos el ejercicio de iniciar un diario con el título “Las definiciones del amor” nos daríamos cuenta que cada semana complementaríamos más nuestra definición, enriqueciéndola. Es un tema del cual a todos nos gusta hablar. De esta manera, al conocer más personas amplías aún más las definiciones y agregas experiencias diferentes que descubres a cada momento de la misma palabra. Sería un diccionario en constante actualización.

Y lo mismo ocurriría con la felicidad. Nunca acabaríamos de modificar el diario.

La felicidad:

Cuando Leo preguntó acerca del concepto de la felicidad, nadie le dio una definición exacta, pero sí compartieron los momentos que les producen una intensa felicidad. Las respuestas en este tema fueron aún más diferentes. A continuación algunas de estas respuestas:

- *Ir al concierto de mi grupo favorito.*
- *Estar en casa con mi madre.*
- *Poder ir a dormir a la hora que quiero.*
- *Las cenas del viernes por la noche.*
- *Salir a cenar e ir al cine-*
- *Estar sano.*
- *Tener comida.*
- *Cuando me compran lo que quiero.*
- *Cuando recibo regalos.*
- *Cuando saco buenas calificaciones.*
- *Estar con mi familia.*
- *Cuando nació mi hermana.*



Leo les hizo ver que nadie mencionó el dinero, a pesar que algún alumno al principio lo había considerado como una de las palabras más importantes. Y es que la felicidad depende mucho más de lo que somos interiormente que de las cosas materiales que poseemos.

Pero si les dijo que hay una parte de la población que relaciona la felicidad con el dinero. Esas personas son felices, cuando consiguen tener una determinada cantidad de dinero en su cuenta bancaria. Hasta no conseguirlo no son felices. Para esas personas, la felicidad se traduce en trabajar muchas horas para ganar más y más dinero. También existen las personas que prefieren invertir más tiempo con la familia, los amigos y sus intereses personales que acumulando dinero. Para cada una de estas personas la felicidad tiene un significado diferente.

Leo les dijo que tenían razón, cuando cada uno explicó el momento que les producía mayor felicidad; porque la felicidad viene a ser justamente eso, el estado ideal que queremos alcanzar para sentirnos plenamente bien.

¿Y cómo conseguimos ser felices?-preguntó Ana. Pues bien, Leo le dijo que ojalá tuviera el secreto. Pero que opinaba que no se trataba de un proyecto, sino de pequeñas acciones del día a día y de las decisiones que tomamos. Esta unión conseguía que fuéramos felices.



Les dio un ejemplo divertido. Les dijo que él tenía un grupo de amigos muy diferentes entre ellos y acostumbraban a ser muy exigentes con la felicidad. Algunos de ellos en algún momento de su vida habían pronunciado estas frases:

- Si tuviera los ojos azules sería más feliz.
- Si tuviera ese carro realmente sería una persona feliz.
- Si tuviera mucho dinero estaría feliz.
- Si fuera famoso sería feliz.

En cada una de estas frases Leo se había quedado atónito. Para él, la felicidad no residía en ninguna de las frases anteriores. Para él la felicidad no tenía relación con las cosas materiales. A pesar que los medios de comunicación insistieran en que el materialismo es algo esencial para ser felices. Leo opina que lo importante es conocer lo que tenemos, valorarlo y saberlo utilizar de la mejor manera posible. Nos dio un consejo de adulto a adolescente:

“Si pasan el tiempo lamentando y deseando lo que no tienen, eso impedirá que sean felices. Una de las claves de la felicidad es vivir experiencias nuevas, positivas, que nos hacen crecer, mejorar y aprender. Descubrir y valorar lo que tenemos en lugar de desear lo que no tenemos.” Y razón no le faltaba.

El siguiente ejercicio fue. escribir en una hoja en blanco la siguiente pregunta: “¿En qué inviertes tu tiempo libre?”. Cada uno escribió sus propias respuestas: en natación, leyendo, mirando el televisor, jugando en internet, aprendiendo francés, tocando el violín...

Les explicó que el tiempo libre era más importante de lo que pensaban, pues también es determinante para su felicidad. Les habló de un famoso estudio en el que habían valorado las actividades que hacían en su tiempo libre muchas personas, comprobando que las personas que practicaban algún deporte, leían libros y escuchaban música eran más felices que las personas que solamente miran el televisor.

Todos se quedaron un poco pensativos y se sintieron bastante culpables. El dato les pareció interesante y creyeron que efectivamente tenían que cuidar más su propia felicidad. Aunque Leo les dijo que eso no significaba dejar de ver la televisión, que lo importante es distribuir bien el tiempo y elegir bien qué leer, qué escuchar, qué ver y con quién.

Como dato curioso les informó que el 20 de marzo se celebra el Día Internacional de la felicidad. La felicidad junto al bienestar son aspiraciones de todos los seres humanos. ¿Y, es que a todos nos gusta estar felices, ¿verdad? A todos, porque la felicidad es un objetivo humano fundamental.

La felicidad se transmite:

si nosotros estamos felices, podemos contagiar de felicidad a las personas que nos rodean. Si en nuestras conversaciones nos limitamos a mencionar los objetos que poseemos, la calidad, el precio; no contagiamos felicidad. En cambio, cuando decidimos compartir experiencias con las otras personas, cuando intercambiamos puntos de vista; ese momento significa un aprendizaje, un revivir algo que nos gustó y se convierte en una felicidad compartida.



La pasión en las cosas que hacemos:

La pasión que ponemos en las actividades que hacemos, la energía y el optimismo también influyen en nuestra felicidad.

Seguro que has podido observar algunos ejemplos:

Ejemplo No.1: Los profesores

Cuando nos encontramos con un profesor, Leo, motivado y apasionado por su trabajo; su clase nos parece más interesante y consigue despertar nuestra curiosidad, nuestro interés por investigar y el deseo de mejorar, a pesar de ser una asignatura muy complicada. Si a un profesor, llamémosle Jirafales, no le apasiona enseñar, compartir sus conocimientos, le da pereza responder a preguntas o le molesta buscar material nuevo, todo esto influirá en la clase, en el aprendizaje, en el ánimo y en el estímulo a de sus estudiantes.



Ejemplo No.2: Los vendedores de la librería

Tenemos a la primera vendedora, de nombre Dora. Es alegre, atenta, le gusta leer los libros que venden en la librería, cuando alguien consulta por un libro le ayuda, si le preguntan su opinión o recomendación la comparte con entusiasmo. A veces, recomienda algún libro que cree le puede gustar a la persona por su perfil de lector. Organiza círculos de lectores para niños. Se siente feliz y lo transmite. Pero luego tenemos al compañero de Dora, su nombre es, digamos Connel. Connel piensa que no es el mejor trabajo del mundo, que por sus capacidades y estudios podría trabajar en un sitio mejor y cobrar más, está en el trabajo pasando las horas para cobrar al final del mes. Cuando entra un cliente y consulta sobre un libro específico, se limita a indicarle con la mano el sitio donde se encuentra esa categoría. Nunca está feliz y no lo disimula. Considera que el esfuerzo que hace Dora no vale la pena.

La manera como vivimos, como nos sentimos y como hacemos sentir a las otras personas favorece nuestra felicidad.

Después de temas tan bonitos como el amor y la felicidad Leo empezó a introducir un tema más delicado que considera afecta al grupo y es importante de tratar.

La pregunta con la que inició el tema fue ¿Han pensado alguna vez por qué actúan de una manera y no de otra?



El carácter

Cada persona reacciona de diferente manera frente a una misma situación.

Por ejemplo, imagina que ponemos en la misma situación a dos compañeros de clase. Como una broma pesada, previo a la hora del almuerzo les sacamos de la lonchera su comida.

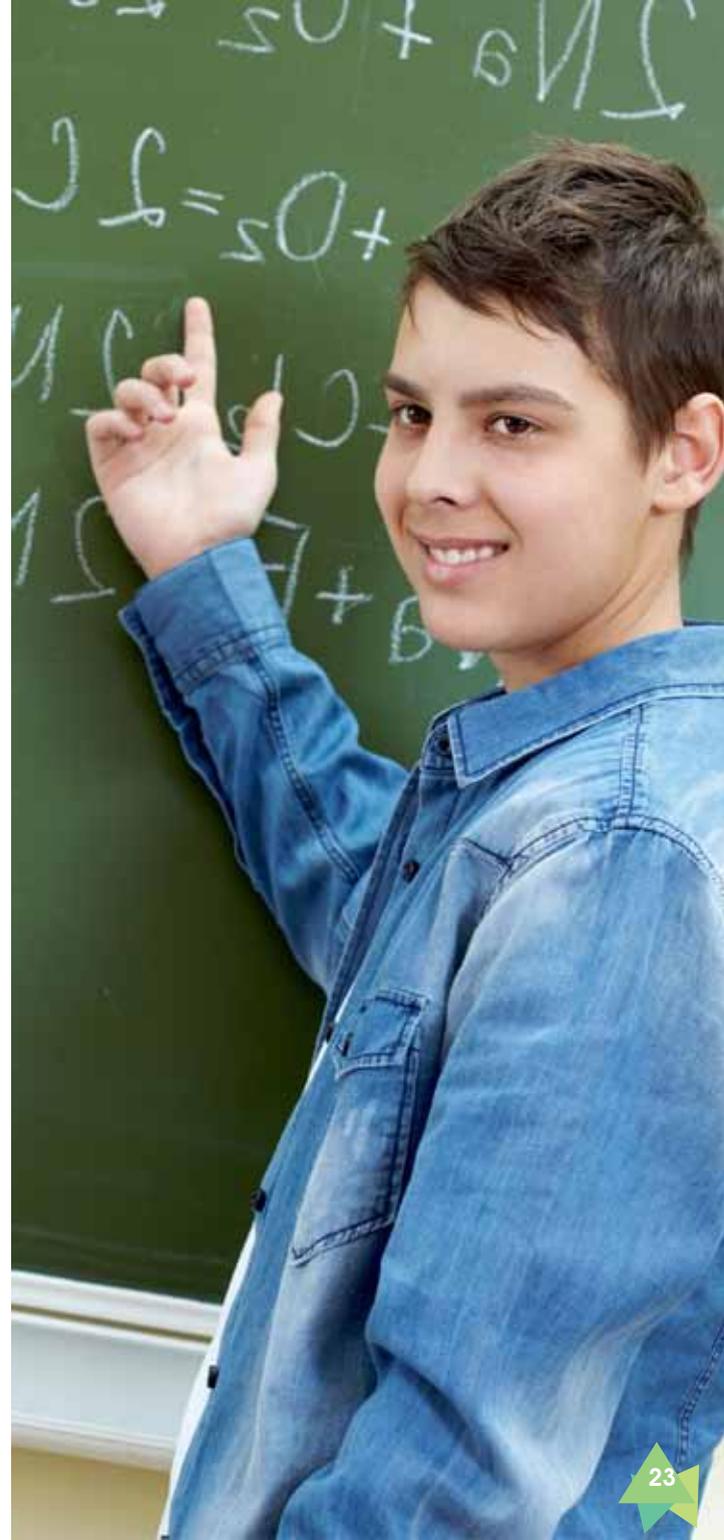
El estudiante número uno, al ver que no tiene el almuerzo, empieza a dar golpes encima de la mesa, grita, amenaza, se pone nervioso, rojo y explota de la tensión pateando las loncheras de otros y dando un grito que traspasa paredes, vidrios y fronteras. El profesor al verlo tan descontrolado le llama la atención y, aunque al intervenir el profesor los bromistas devuelven el almuerzo, el estudiante número uno recibe un castigo por haber pateado las loncheras de sus compañeros.

El otro estudiante no encuentra el almuerzo, primero duda si lo olvidó en casa y al cerciorarse que no, que efectivamente lo llevó, pregunta a los compañeros del lado. Nadie sabe nada de su almuerzo y los que saben se ríen con picardía. Algunos, apenados le ayudan a buscar. Al ver que nadie consigue nada, opta por irse con el profesor y explicarle lo ocurrido. El profesor toma cartas en el asunto y los bromistas admiten su mala idea devolviéndole su almuerzo.

Estos dos ejemplos, son maneras muy distintas de afrontar el mismo acontecimiento. Claro, también influyen muchos aspectos. Quizás, el primer estudiante tuvo un mal día, se despertó tarde, se puso zapatos diferentes y reprobó dos asignaturas. Todo, en una misma mañana, probablemente su mamá le había puesto pastel de chocolate como postre del almuerzo y cuando vio desaparecer ese ansiado manjar, se enfureció. También observamos que canalizó mal el enojo con agresividad. Esta agresividad causó malestar en compañeros totalmente inocentes y no consiguió solucionar nada. En el segundo caso, al ver que no encontraba respuestas, se dirigió a la persona responsable del grupo, para que conociera lo ocurrido y que diera la solución más idónea para arreglarlo. No actuó de esa manera para desentenderse del problema; al contrario buscó una mejor solución.

De la situación anterior podemos obtener diferentes conclusiones: Hay personas más agresivas y hay personas más pacientes. Hay compañeros que disfrutan haciendo pasar un mal rato a sus compañeros, riéndose de sus dificultades, otros que siempre quieren ayudar a solucionar las dificultades de los demás. Hace falta conocernos más a nosotros mismos. De esta manera vamos construyendo nuestra personalidad, cambiando lo que no nos gusta y potenciando lo que nos gusta, aprendiendo a reaccionar mejor y a ser más felices.

Cuando decimos que el alumno tranquilo del ejemplo tiene una bonita personalidad ¿a qué nos referimos?



La personalidad

Son las características propias que tiene y que le hacen diferente del resto de sus compañeros. La educación que ha tenido, los entornos en los que ha vivido y las experiencias que ha pasado; todo ello ha ido dando forma a su personalidad. Y continuarán dándole forma porque no es algo estático.

Mientras que el **temperamento** lo recibimos como herencia, el carácter lo vamos formando. Son las formas de actuar las que vamos aprendiendo, los llamados hábitos. El conjunto de nuestros hábitos forman el carácter. Lo que significa que nuestro carácter depende de nosotros y la base está en los hábitos.

Por ejemplo, cuando somos niños nos van enseñando ciertos hábitos, que de alguna manera hacen cambiar las tendencias naturales que tenemos, poco a poco lo aprendemos y finalmente se convierten en algo natural. Por ejemplo, cuando les dicen a los niños que no deben ponerse los dedos en la nariz o cuando les dicen que no se come con las manos. Llegará un punto que el niño no se pondrá ni el dedo en la nariz, ni comerá con las manos y no será algo forzado sino algo natural.

Cómo conclusión, Leo les dijo: “Ubíquense imaginariamente como los protagonistas de todas las historias que les acabo de exponer como ejemplos. ¿Cuáles de las buenas actitudes ya tienen y deben reforzar? ¿En qué tienen que mejorar? El cambio para mejorar les producirá una felicidad enorme. Sobre todo, cuiden las palabras que usan, tanto las que dicen a los demás como su diálogo interno, sean positivos. Trátense a ustedes mismos con amor y también a los demás.” Además, les dijo que las personas cuando están más felices son más creativas y productivas.

Aunque la campana para salir al recreo ya había sonado, nadie se movió. Todos estaban en silencio, reflexionando profundamente sobre lo importante de usar las palabras en forma positiva y respetuosa para conseguir ser felices y hacer felices a los que nos rodean.



GLOSARIO

Acertados: que dan en el punto, en lo cierto.

Atónito: pasmado, espantado de un objeto o suceso raro.

Cerciorarse: asegurarse de la verdad.

Coincidió: ocurrir en un mismo tiempo, estar de acuerdo en una idea u opinión.

Compatibilidad: proximidad, que gustan de lo mismo.

Complementaríamos(Complementar): que sirve para hacer mejor algo o a alguien.

Connotación: Cuando una palabra, además de su significado propio o específico, tiene otro de tipo expresivo o apelativo.

Corrupción: práctica consistente en la utilización de las funciones y medios ajenos en provecho, personal, ya sea económico o de otra índole.

Entorno: ambiente, lo que rodea.

Generalizada: asumir que lo que es común para unos lo es para todos.

Potenciando: incrementar lo que ya se tiene.

Sonrojaban: hacer salir los colores al rostro diciendo o haciendo algo que cause vergüenza.

Vínculo : unión o atadura de una persona con otra.

La Importancia de las Palabras

Por: Marta Soto • Palabras: 2,799

Imágenes: Shutterstock

