

XXX Coloquios de la Punta de la Mona **Ecología Acústica: reconquistar el silencio**

Resumen del segundo día
22 de agosto de 2007

Aspectos médicos y psicológicos entorno al silencio

José Ma. Forcada

Doctor en Medicina, periodista y presidente del Ámbito María Corral

José Ma. Forcada comenzó glosando la ecología del silencio, la cual abarca los sonidos de la naturaleza, pero también los sonidos que producimos los seres humanos que vivimos en sociedad.

También se refirió a Scheffer, quien decía que hemos de educar para que la sociedad tenga formas de aislarse del ruido. "Pero, educar también para saber estar en el ruido y, por supuesto, en el silencio", añadió Forcada. "La ecología que queremos propone la integración del silencio en nuestra actividad".

El silencio es el más delicado ámbito para desarrollar la humildad. Es el crisol donde decantar los sentimientos, entender las formas de vida, reestructurarlas. Pero en el silencio también se pueden dar formas dañinas contra la propia personalidad o los demás. Cuántas maquinaciones perversas se pueden dar en el silencio.

En el silencio podemos vivir la sabiduría, la paz la fiesta, sentir la maravilla de existir, el encuentro con Dios, si cabe. Este silencio que podría llamarse cartujano repone fuerzas, aclara actitudes y formas de pensar, para ser más libres y poder dialogar. En el silencio también cabe el grito de la injusticia, la reconciliación. Este nuevo silencio está integrado a la naturaleza, a la sociedad, te acerca a estar agradecido con tu existencia. Renueva tu forma de ser y estar en el mundo.

Los primeros silencios y ruidos de la existencia se dan ya en el feto. El feto es activo, siente y oye y tiene memoria de los estímulos a su manera. Los ruidos del cuerpo de la madre llegan al feto: los ruidos de la digestión, los ruidos óseos, la vibración de la voz. También influyen los estados de ánimo.

Marta Burguet hacía referencia de educar par el silencio. Yo quisiera hacer referencia a educar para el ruido. Todos esperan el primer grito del recién nacido. Quizás un grito causado por la distensión de los pulmones, arrojar los líquidos internos...

Lo mismo cabe una educación para el bien oír. ¿Oímos bien o entrecortadamente; solemos seleccionar lo que nos gusta de lo que no, somos descorteses en el escuchar? Un defecto en el oído puede producir dejadez en la escucha, sordera psicológica ante algunas cosas o por desinterés. La animadversión y el no entender correctamente bloquea. Debemos enseñar para escuchar con agrado a las personas.

El silencio es la conversación de las personas que se quieren. Lo que cuenta no es lo que se dice sino lo que no es necesario decir. Valoremos nuestro tiempo de silencio, un silencio cartujano. Disfrutemos de la pobreza del silencio, que es casi nada, como una sonrisa, como un abrazo, que son casi nada. Disfrutémoslo con la certeza de la fecundidad que nace de él. Los músicos lo definen como una música callada. Como una paz que necesita la sociedad.

La media voz

Montserrat Español

Cantante lírica

Montserrat Español comenzó indicando la falta de espacios para practicar el silencio y también el papel de interferencia del ruido en la comunicación habitual “Los ruidos cortan la comunicación y hacen difícil encontrar los momentos para poderse comunicar. Como profesional de la voz, me he encontrado con muchas personas que tienen problemas con la voz, ya que al haber mucho ruido ambiental gritamos. El grito es una expresión que ayuda a sacar la emotividad, pero a veces no es así, porque gritamos para que nos escuchen, ya que hay lugares donde el ruido ambiental no permite la comunicación”.

La tesis central de su participación se basó en lo que Ilea definió como voz media. “Hemos de ser valientes para buscar los espacios o crearlos donde uno pueda comunicarse en un tipo de voz que no sea alta ni en silencio, sino una voz media, que es como la que emplean los amigos o los esposos”.

Como profesional de la voz comentó que tampoco hemos aprendido a hablar fuerte o alto de una manera adecuada, sin dañarnos físicamente. El habla es uno de los órganos que al nacer aún no están desarrollados. Pasan muchos meses para que un niño pueda hablar. Es un órgano que puede irse desarrollando en bien, pero también por los hábitos y costumbres adquiridos pueden ocasionar vicios al hablar.

Otra tesis importante fue la de la manipulación que podemos conseguir sobre los demás con el uso de la voz. “Utilizando la voz, a

través de las inflexiones, los tonos, podemos manipular la voz para lo que nosotros queremos. Si hablo imponiéndome, con el tono ya estoy manipulando. Podemos amedrentar, ridiculizar, atemorizar a alguien con la voz. Manipulamos a veces son darnos cuenta.

Hay que aprender a "hablar con sordina". Si sabemos usar la voz media puede haber diálogo, amabilidad. La comunicación entre amigos, en casa, ha de permitirnos oír al otro y, a la vez, oírnos a nosotros mismos.

En la amistad no puede haber distancia, si no, no hay amistad. Si aprendiéramos a hablar en este tono medio, viviríamos trocitos de cielo. Es un paso intermedio entre estar en silencio y estar en el exterior hablando para mucha gente.