

## El daño de la incomunicación

*Éste me parece un buen lema: "vivir, dejar vivir y ayudar a vivir". Mal se puede ayudar a vivir, si no se deja vivir. No hay que hacer daño a nadie. La relación pide respeto y querer el bien de las personas que la viven, dejándolas vivir. Pero hay ocasiones en que todo esto sirve de escudo protector para mantener al abrigo la propia intimidad. No conviene olvidar que, si la relación quiere ser auténtica -y no, simplemente, tolerante- también pide transparencia y comunicación. La incomunicación -o la comunicación superficial- minan la relación. No la dejan vivir. Uno no sabe a qué atenerse.*

Queridos amigos:

Según me decís, vuestra vida "*transcurre en la 'normalidad'* de los quehaceres y de las subidas y bajadas". No sé si debo congratularme por ello o no. La verdad es que no puedo entender muy bien lo que se encierra en esa palabra entrecomillada: "*normalidad*". Ni sé tampoco cuáles son vuestras "*subidas*" y "*bajadas*".



Fotografía : [orangeacid - Flickr](#)

Creo que expresamente pretendéis no ser más explícitos, puesto que a renglón seguido me comentáis

vuestros sentimientos y convicciones. Respecto de vuestros sentimientos me decís: "a veces nos desagrada tener que repetir la misma historia, no por tí sino por nosotros mismos". Respecto de vuestras convicciones, me decís: "pensamos que cada uno tiene que aprender a cargar con su propio fardo [...], no se puede vivir dependiendo de los demás, porque, por un lado, no aprenderíamos nunca y, por otro lado, cada uno tiene sus propias cosas que cargar". Por otra parte, además, me decís refiriéndoos a mí: "a veces, nos da la impresión que el contarte las cosas que sentimos y nos suceden te hacen daño o te afectan, y esto es algo que no nos gustaría que te sucediera, en todo caso nos podrías contar al respecto".

Pues os cuento al respecto. Y comienzo por lo que a mí se refiere. No sé cual será la base sobre la que se apoya vuestra impresión de que el contarme lo que sucede o sentís me puede hacer daño. Esta puede ser una excusa por parte vuestra que a mí me culpabiliza. Quiero que sepáis que no me lo ha hecho nunca. Ni siquiera, cuando nuestra comunicación era mucho más intensa, más profunda, más flúida y mucho más frecuente. No me hizo daño entonces. No sé en qué se puede basar vuestra impresión de que ahora me lo haga. Os digo sinceramente que, de hecho, no me hace ningún daño ni vuestra comunicación, ni la de nadie. *Más bien es la incomunicación lo que me hace daño*, porque considero que es ella la que hace que progresivamente se vaya perdiendo la relación. Tenéis sobrados motivos para constatar esto que digo en vuestra propia relación.

Considero que **lo que le sucede a cada uno y lo que cada uno siente es el contenido de la comunicación más normal entre amigos, al menos, mientras dura la amistad**. Así me sucede con otras personas: nos comunicamos lo que nos sucede y lo que sentimos, aunque pertenezcan a lo más cotidiano, porque nos interesamos como personas en nuestra relación. Queremos hacer la vida juntos. Y no por eso nos hacemos daño, aunque compartimos en confianza los buenos y los malos momentos de cada uno, hasta el punto de calzarnos uno los zapatos del otro. Hay amistad. Hay cariño. Hay cercanía. Hay confianza. Por eso hay comunicación. Y encontramos gozo en esa amistad, en ese cariño, en esa cercanía y en esa comunicación, que nos permite vivir en solidaridad los unos con los otros, aunque ninguno pretende vivir la vida por otro, ni hacerse dependiente del otro. Esto es lo que yo he experimentado en la comunicación mantenida con las personas que quiero. Y esto es lo que he experimentado también respecto a vosotros, al menos, hasta el momento presente.

Por eso precisamente no os entiendo en el planteamiento que hacéis en vuestra carta. ¿Es que vuestra posición ha cambiado? Ahora, de hecho, vuestra comunicación es menos frecuente. Ahora reconocéis que "a veces, nos desagrada tener que repetir la misma historia". Y os desagrada, porque, como me decís, "en definitiva, pensamos que cada uno tiene que aprender a cargar con su propio fardo y seguir caminando [...]; no se puede vivir dependiendo de los demás".

Con esta forma de pensar -que yo no comparto en absoluto, y creo que, en el fondo, vosotros tampoco- y con esos sentimientos de desagrado, no me resulta difícil comprender que os cueste y os resulte molesto comunicaros.

Por mi parte, no voy a tratar de forzar una comunicación, si a vosotros os cuesta u os resulta molesta, aunque, como os he dicho, me duela la incomunicación, porque estoy convencido de que ella es el mejor camino para perder la relación poco a poco, a pesar de que nadie lo pretenda. Hasta ahora yo he tratado de aguardar a recibir carta vuestra para responder. Lo he hecho por respetar vuestro ritmo. Y lo voy a seguir haciendo a partir de ahora con mucha más razón.

Por vuestra parte, haced lo que creáis oportuno. Si queréis compartir, compartid; si preferís no hacerlo, no lo hagáis. Escribid cuando queráis y de lo que queráis. Siempre he tratado de respetaros en vuestros planteamientos, aunque no los compartiera. Y sigo en las mismas.

Estoy persuadido de que entre nosotros no ha habido nunca ningún tipo de dependencia. Lo que ha habido ha sido apoyo mutuo, cariño y solidaridad gratuita hasta el extremo. Y muchísimo respeto: un respeto a flor de piel, que nos ha permitido curar heridas que la vida nos había provocado. Así lo hemos reconocido por ambas partes en nuestras comunicaciones anteriores.

Ya somos adultos y tenemos que saber lo que nos conviene. Así que haced lo que creáis que es más conveniente. Me decís en vuestra última carta: "hay personas que han sido y son buenas y leales compañeros de ruta en nuestra vida, dentro de los que estás tú, pero así y todo sabemos que tenemos que aprender a andar por nosotros mismos, aunque estén a nuestro lado, aliviando el cansancio". Si creéis que esto es lo que conviene, hacedlo así.

Os puedo garantizar que estaré siempre a vuestro lado, en la medida en que lo requiráis de mí, tanto para aliviar vuestro cansancio como para gozar con vosotros de vuestros buenos momentos y de los míos. Y, si el tener que aprender a andar por vosotros mismos en solitario os llega a hacer algún daño -que no quisiérais experimentar- y queréis cambiar de rumbo y que alguien os eche una mano, podéis contar con que la mía estará disponible para vosotros, cuando y como queráis.

Me decís que cargar cada uno con su carga en solitario "es duro, pero a costalazos se aprende a andar". Ojalá que los costalazos nos enseñen. Malo sería que, después de ciertos costalazos, no aprendiéramos a andar y nos quedáramos con las magulladuras. Espero que no os ocurra así.

Recibid un fuerte abrazo de vuestro amigo.

José Vico Peinado

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/el-dao-de-la-incomunicacion](http://www.ciudadredonda.org/articulo/el-dao-de-la-incomunicacion)