

## **Los secretos de la comunicación, y los cuatro elementos de la Tierra**

Por Elizabeth Martín

Se colocaron en el auditorio del Centro Universitario Montejó alrededor de 600 sillas, pero fueron insuficientes, pues finalmente llegaron más de 1,200 personas a escuchar la conferencia "Secretos de la Comunicación: Los Cuatro Elementos", que impartió Gaby Vargas el pasado 28 de febrero.

Al acabarse las sillas, muchos se fueron a las gradas y desde ahí, durante casi dos horas, los oyentes hicimos ejercicios de comunicación, resolvimos cuestionarios, vimos ejemplos prácticos y hasta nos clasificaron, según el tipo de persona que somos.

Como pocas veces, muchos apagaron sus celulares y no vi bostezos durante toda la conferencia y sí en cambio mucha disposición, mucho interés, tal vez porque la sociedad está ahora más informada y le está dando su lugar a la importancia que hoy en día tiene la comunicación.

De inicio, una voz en *off* presentó a Gaby Vargas como empresaria fundadora de empresas relacionadas con Spa e Imagen, estudiosa de temas de superación personal y comunicación no verbal, conferencista en diversos países latinoamericanos y Estados Unidos, así como columnista de varios periódicos importantes de circulación nacional y comentarista de programas radiales.

Tres hijos y tres libros son parte de su currículum; su buen vestir e impecable corte de cabello contrastan con la sencillez de su lenguaje y su claro tono de voz, tan delgado como su propio físico.

Inicia la conferencia y Gaby Vargas explica el objetivo, previo a un resumen del lugar que ocupa la comunicación en la vida de las personas, recurre a ejemplos, a voluntarios que pasan al escenario e incluso pone de pie -en más de una ocasión- a todos los escuchantes.

Dice que todos los seres humanos somos diferentes y percibimos la vida de diferente manera. "A veces nos topamos con personas con las cuales, a la hora que nos comunicamos, se siente como que la conocemos de toda la vida, aunque apenas tengamos 10 minutos de haber sido presentados, o por el contrario, cuando comunicarnos con otras personas, ya sea de la familia o que acabamos de conocer, sentimos que nos cuesta trabajo la comunicación, no fluye, como que nos sentimos incómodos, hostiles, a la defensiva. Esto incluso nos pasa con los hijos, con la familia, sobre todo cuando viene la etapa de crisis, de la adolescencia o de la edad adulta; es en estos períodos difíciles cuando nos cuesta trabajo relacionarnos con algunas personas; en los períodos difíciles se acentúa el problema, son más notorios los distanciamientos, entonces por eso es importante conectarnos a las personas y nos damos cuenta por qué es más fácil comunicarnos con unas personas que con otras.

Entonces explica cuál es la meta de su conferencia: "El objetivo de hoy es aprender a relacionarnos mejor, porque la relación en la calidad de la existencia humana se cimienta en las relaciones que tenemos con los demás. Podemos decir que somos tan felices como sea la calidad de las relaciones que tenemos con los demás y esto se da a nivel social. A este nivel se ha descubierto que 9 de cada 10 problemas humanos son el resultado de una mala comunicación; y no podemos vivir solos. El sólo hecho de existir significa con otros. Si no tenemos relación con nadie es como si no existiéramos.

En el trabajo, se ha visto que el 80 por ciento de problemas es de personas que no saben relacionarse con sus compañeros.

En la familia, las relaciones familiares son nuestra fuente de crecimiento personal. Si yo estoy bien comunicado con mi esposo, con mis hijos a un nivel profundo, esto se va a reflejar en otras áreas de mi vida. Para que un hombre se desarrolle a su máximo potencial necesita tener cuando menos una persona con la cual abrirse totalmente y sentirse seguro al mismo tiempo, y esto se da, la mayoría de las veces, en la familia. Entonces las relaciones familiares son las que nos van a proyectar a otras áreas de la vida.

La comunicación es como una obra de arte, debido a que requiere horas de esfuerzo y dedicación. A veces podemos pensar que como ya sabemos hablar y escuchar, ya aprendimos a hacer estas dos cosas y, automáticamente, ya aprendimos a comunicarnos; y es tan absurdo como decir que con saber tocar las teclas del piano automáticamente puedo producir una música preciosa, y son dos cosas totalmente diferentes. Nos vamos pasando la vida sin darle importancia al meollo de los problemas humanos.

Por ejemplo, en una familia a veces por el hecho de estar todos juntos creemos que nos estamos comunicando, pero no es así, y ese es el motivo, la mayoría de las veces, de las guerras, de los divorcios y desavenencias.

La realidad es que en la medida que mis relaciones están malas, mi nivel de calidad de vida se reduce. A veces pensamos que la capacidad de comunicación se da como un don otorgado por la naturaleza, como el color de los ojos o la estatura, pero no es cierto, porque la comunicación es una habilidad que todos podemos desarrollar mejor, pero se necesita una disposición de cambio.

Pero, ¿qué pasa cuando los seres humanos nos resistimos al cambio? Nos cuesta trabajo cambiar porque al momento que una persona decide cambiar puede perder, a lo mejor, su seguridad o su confort, o aquello que conoce, y la ley del cambio es implacable. Las cosas no se quedan igual y si no cambian para mejorar, seguro están empeorando. Hay que estar dispuestos al cambio.

Como primer paso, hay que comprender cómo es uno mismo. En la medida que yo sepa cómo soy, voy a poder identificar cómo es el otro y voy a poder adaptar mi manera de comunicación a su manera de comunicación.

Primero que nada, tenemos que partir de la base que somos diferentes, como huellas digitales, pero para poder encontrar puentes de comunicación tenemos que partir de las similitudes y el primer paso que tenemos que dar para cambiar nuestra relación y llevarlo a un aspecto más positivo, el primer paso lo tengo que dar yo, yo soy la que tiene que cambiar, sobre todo cuando se tiene la oportunidad de conocer un método de comunicación.

Uno mismo es quien tiene la responsabilidad de adaptarse a la manera de comunicarse de los demás. En las cosas cotidianas cada cual tiene distinta percepción, porque cada uno de nosotros somos el lugar donde nacimos, la escuela a la que asistimos, los amigos con los que jugamos, los libros que leímos, los cuentos que nos contaron; y todo eso va formando nuestra distinta percepción de las cosas y cada cual tiene distintas experiencias.

La percepción que yo tenga, crea mi realidad; y entonces, al cambiar mi percepción, puedo cambiar mi realidad.

Todos hemos escuchado la regla de oro: "Trata a los demás como a ti te gustaría ser tratado"; sin embargo, con esta "regla" voy a tener problemas con al menos el 80 por ciento de las personas, porque voy a tratarlas de acuerdo a mis gustos, a mis necesidades, a mi experiencia y a mi modo de ver las cosas.

Entonces, la verdadera regla de oro sería: "Trata a los demás como a ellos les gustaría ser tratados".

Pero, ¿cómo saber de qué manera le gustaría ser tratada a la otra persona? La mejor guía que podemos tener es la naturaleza. La tierra está formada por cuatro elementos: agua, aire, tierra y fuego y cada de uno de los elementos es una metáfora del comportamiento. Cada uno de los elementos representa un rasgo de carácter, de personalidad, que nos van a ayudar para entender cómo soy y cómo es el otro diferente de mí.

Hay que observar a las personas, entenderlas.

Mientras más comunicamos con la tecnología menos nos comunicamos, a mayor tecnología que tenemos, menos nos comunicamos, el Internet, la televisión, los walkman, etc.

Hay que fijarse en la apariencia de la persona. Cuando miramos a alguien hay que fijarnos qué nos dice su lenguaje corporal, qué me dice su cuerpo, qué tan amplia es su energía; hay otras personas que son más tranquilas, más calladas; entonces podemos dividir a las personas de acuerdo a su apariencia en calculador y espontáneo.

El calculador es una persona de poca expresión facial, es controlado en sus modales, en su manera de hablar, reservado, cauto, de contacto visual limitado, disfraza sus sentimientos, viste en forma normal a clásica y nunca se vestirá al último grito de la moda, porque no va con su personalidad.

El espontáneo viste de clásico hacia lo moderno, es abierto, comparte los sentimientos con el que se siente junto, le gusta el contacto visual, mucha expresión facial, muy animada, cambia de gestos.

Sin embargo, como resulta un poco complicado clasificar a las personas en espontáneas o calculadoras, Gaby Vargas expuso una clasificación más sistemática, en cuatro grupos: tierra, aire, agua y fuego, tal como son los cuatro elementos de la naturaleza.

En cada grupo predominan ciertas características de personalidad y para explicarlo de una manera práctica y de aplicación, todos y cada uno de los más de mil asistentes a la conferencia recibieron un cuestionario que debimos responder en ese momento, para saber en qué grupo quedamos cada quien.

Así, las personas que se identifican con el elemento tierra, tienen las siguientes características: decididas, objetivas, impulsivas, audaces, van por hechos, por el poder, por resultados, son agresivas, sofisticadas, etc.

En cambio, las personas que se identifican con el elemento aire, son: ordenadas, planean, críticas, exactas, lógicas, cumplidas, clásicas y elegantes, responsables, verifican, aplican sistemas y buscan ser exactas.

En tanto, los del elemento agua, son personas consideradas, dan apoyo, buscan acuerdos, indecisos, pacientes, sentimentales, cuidadosos, casuales, buscan aprobación y comparten.

Por último, los del elemento fuego, son personas más espontáneas, de inspiración, tienen sueños, son distraídos, entusiastas, buscan las posibilidades, sociables, originales y buscan el reconocimiento.

Explica también que algunas características pueden estar presentes en varias personalidades, sin embargo, finalmente predominan la mayoría en un mismo grupo.

Después de este ejercicio, Gaby ofrece una serie de recomendaciones de "cómo tratar" a las personas de cada uno de los cuatro grupos para aplicar su regla: "Trata a los demás como a ellos les gustaría ser tratados", mientras unos escuchan y otros prefieren apuntar para no olvidar detalle.

Lo importante, aclara, es identificar tanto los aspectos positivos como negativos de las personas porque "en lo negativo está nuestro crecimiento personal. En el momento que seamos conscientes de cuáles son nuestros puntos débiles, de cómo nos ven los demás, es donde debemos poner énfasis para componerlo.

Al término de la conferencia, fueron muchos quienes se acercaron a adquirir alguna de sus ediciones: *La Imagen del Éxito*, *Más sobre la Imagen del Éxito* y *El Arte de Convivir en la Vida Cotidiana*.

Fue el Club de Rotarios de Mérida, quien se encargó de organizar esta conferencia a beneficio de obras sociales que patrocina esta agrupación, y en la cual también participó el Padre Luis Canché. **(E.M. Mérida, Yuc. Méx., marzo de 2002).**