

LAS DIMENSIONES DE LA ESCUCHA

por Clor. Leo Vidoni

*Gracias a la vida, que me ha dado tanto
me ha dado el oído en todo su marco,
graba noche y día, grillos y canarios,
martillos, campanas, ladridos, chubascos,
y la voz tan tierna de mi bien amado. Violeta Parra/ Gracias a la vida*

Desde una perspectiva arte terapéutica investigué y escribí bastante acerca de la escucha en el ámbito musical; en cuanto a su poder relacionante, su cualidad de herramienta adaptativa, y el concepto de afinación como un continente de significados más amplio que el mero ajuste de sonidos para evitar disonancias y generar contextos 'armónicos'.

Ahora quisiera extender ese campo de aplicación hacia un territorio más vasto, donde la audición y mi respuesta 'estética' en correspondencia, se conviertan en una peculiar forma de enlace con el medio circundante, con la red de nuestros vínculos y con lo otro en general.

De manera que al compartir ciertas experiencias e hipótesis de lo que ocurre en el campo de la música -especialmente en su aspecto vibratorio y comunicacional-, podamos acceder a la escucha en las relaciones humanas en general y en lo terapéutico en particular.

La comunicación humana establece una relación vibratoria; el vínculo entre las personas puede escucharse desde el encuentro de sus voces y el modo en que interactúan. Si un oyente en calidad de testigo, se enfoca en captar el contexto, la tonalidad, las inflexiones y los timbres de dos personas que conversan -más atento al aspecto analógico que al digital de los mensajes-, captará flujos, intensidades y una resultante de ese 'contrapunto'.

Aquí va mi hipótesis, desarrollada en la experiencia: esa resultante sonora del

encuentro, quiero decir el vínculo en su aspecto audible, representa una variable que puede sintonizarse, 'afinarse' en la terminología que suelo emplear.

A partir de esto último, el recorrido propuesto se orienta a desarrollar un oído capaz de incorporar al proceso del encuentro, una herramienta de ajuste vibratorio, de sutil calibrado entre las partes.

La voz de un consultante o interlocutor me brinda un espectro con el que aprendo a sintonizar y, además puede hacerme escuchar mucho más del contenido emocional que expresa por medio de la frecuencia en que comunica.

Una voz monótona, monocorde, suele hablar de una afectividad aplacada, aunque eso es en principio sólo una generalidad. Pero, mucho más revelador que esas consideraciones apriorísticas, es seguir el flujo del mensaje con una 'escucha orgánica', casi de todo el cuerpo, que se hace sensible a lo que el otro me transmite logrando captar cambios sutiles, suspiros, quiebres y momentos en los cuales la voz se carga de un afecto nuevo.

De tal manera que el flujo atencional con el que estoy presente frente a otro, adquiere una nueva vía de acceso, que constituye además un vínculo-puente al universo de mi interlocutor capaz de ser calibrado de manera cada vez más precisa.

Todo este ejercicio incluso, favorece un apaciguamiento en los juicios involuntarios y en los pensamientos distractores en que me pueda ver intervenido.

En cierto modo esto último ocurre ya que la atención que requiere este acto, ocupa de algún modo gran parte del flujo de percatación del que se dispone y que ahora, se encuentra casi totalmente centrado en la figura del consultante, mis resonancias y el proceso que nos envuelve, incluyendo su manifestación en el aspecto vibratorio.

El punto que implica asomarse a cierto silencio interno, es clave.

La lenta desaparición de los juicios y del continuo 'diálogo interno' como lo llamaba Carlos Castaneda, propicia una toma de consciencia del encuentro en áreas que

se muestran nuevas y reveladoras. Es de hecho una mirada fenomenológica que posibilita la 'epogé', donde no se niega ni se afirma nada, sólo se asiste a la polisemia del vínculo relacional que es figura en determinado momento.

La escucha propuesta, atiende a muchas dimensiones de la experiencia y se ejercita activamente de tal modo que cada vez pide más silencio interno para impregnarse y abarcar más y más capas del fenómeno al que atiende.

Existe una práctica ancestral, luego retomada por varias líneas terapéuticas, que consiste en realizar trabajos grupales y experiencias personales utilizando la ceguera voluntaria (me refiero a vendar los ojos, o desenvolverse en la completa oscuridad). En mi caso personal la conocí como 'Muskoi' –nombre tomado de alguna tradición americana-.

Así por determinados períodos de tiempo, realizar tareas y vincularse sin que opere el sentido de la vista como comandante en la construcción de la realidad operante.

Como nuestra cultura es en gran modo preponderante en el aspecto visual, la consabida 'imagen de sí' se sustenta en gran medida por medio de ese sentido. Quiero decir que gran parte de mi identidad está directamente ligada a 'cómo me veo' e imagino me están viendo los demás. Sólo un pequeño porcentaje de personas reconocen su presencia en la propia voz y el timbre peculiar, único y distintivo que las caracteriza.

Ahora bien, lo extraño y revelador de estas prácticas de 'silencio visual' es que pueden desenmascarar que muchos hábitos, inseguridades e improntas insatisfactorias de mi Self, se desvanecen cuando el sentido de la vista no está operante... igual a cuando los niños se tapan los ojos para no ser descubiertos en el juego de la escondida. Allí, algo distinto ocurre en la configuración de mi auto imagen al momento de incorporar la consciencia auditiva, y agregar a la percatación de mí mismo el estar inmerso en un mundo de sonidos.

Como decía antes es posible reconocer a las personas por su timbre peculiar de voz. Se trata de una impronta que opera casi como 'huella digital' audible.

El timbre se conforma de una multitud de sonidos que escuchamos en forma de resultante y, que aun modificando intensidad, matices y presencia de afectos en su cualidad sonora, sigue constituyendo la identidad de aquel que reconocemos. Me refiero a que es un flujo cambiante, donde es posible escuchar la presencia de un ser que aun variando en intensidad y frecuencias, nos sigue pareciendo 'él mismo'.

Las modificaciones en esa impronta fluyente nos indican cambios en el estado de ánimo, sutiles tonalidades de la experiencia de un consultante por ejemplo y, cuando mi atención aprende a reconocerlas y adecua el modo en que interactuar con ellas, produce un ajuste en el vínculo y por ende en el acompañamiento.

Dicho ajuste, me brinda un poderoso acceso para **empatizar** con él, porque le suma a su mundo de significados, la intensidad vibratoria con la cual los percibe, el particular mood en el que transita su experiencia.

Sí a dicho trabajo de ampliación en las incumbencias de la escucha, le sumamos el oído interno, es decir la percatación de sensaciones y procesos por los que pasa el consultor o terapeuta, nos vamos a acercar a la figura de la **congruencia**.

Es decir que considero que el estar presente, implica un grado de atención a todo lo que me ocurre, que oficia de algún modo en general como un 'fondo' al que es factible detectar y reconocer en sus distintos espectros de manifestación.

De ese modo avanzo en la idea de que existe otra dimensión de la percepción que relaciono con una **escucha organísmica**, concepto donde poder abarcar la multitud de aspectos de la experiencia del 'ser ahí' con el otro y que propongo como campo de experimentación de la misma congruencia.

Por ese camino, la metáfora de convertirse en caja de resonancia adquiere mucho más significado. Una persona que trae su historia, su pasión y mundo de significados opera como la cuerda (corda/cardias/corazón) que por sí sola aun vibrando de forma intensa, es muy poco audible, y así sigue hasta que no encuentra otro cuerpo con el que lograr resonancia, en este caso la tapa del instrumento donde se ajusta y asienta.

En esa última analogía, quien lo escucha puede ejercer esa primera función

amplificadora y el propio ambiente oficiar como la **caja de resonancia** que logra proyectar y amplificar el sonido, el relato y la pasión de quien se acerca, de tal modo de volverlo audible y rico en nuevos matices y sonoridades a los oídos de ambos participantes.

Apelo también, para seguir explorando toda la musicalidad que es posible descubrir en el acontecer del encuentro, a la figura que nos aporta Baruch Spinoza en cuanto al 'componer con': con el consultante, nuestros propios procesos y con el ambiente que nos alberga.

Si experimentamos la relación de ayuda como una forma de arte, donde como decíamos se da un contrapunto entre quienes integran el vínculo, se produce una estética imprevisible pero factible de escucharse, ajustarse e incluso 'afinarse' para lograr comprensiones, y tender puentes entre los universos conceptuales y los modos de vivenciarlos.

El cómo se responde en tono y en intensidad, puede bien componer con lo otro, o hacer ruido que disturba y no consigue armonizar una y otra de las frecuencias del mensaje. Allí hablo de una estética adaptativa, de un proceso de calibración paulatino con el aspecto de la comunicación analógica, aspecto que convoca a su vez a lo no dicho digitalmente, para que se muestre y manifieste.

Una afinación con el Ser del otro, como entidades vibrantes que en definitiva somos, abre caminos a más y más rangos y dimensiones de la experiencia.

A todo esto último, en cuanto a capas de la escucha y dimensiones que puede alcanzar me refiero con el título del artículo, ya que la relación de ayuda se sustenta en la escucha.

La interacción y el diálogo ocurren en un ámbito audible, y en nuestras voces se expresa mucho de nuestra identidad; por lo tanto ese aspecto del encuentro es capaz de transmitir al oído entrenado mucha información.

Información y matices que usualmente operan como un fondo a nivel de la

subcepción, pero capaces de ofrecer figuras esclarecedoras cuando se aprende a aguzar la atención. Allí es cuando la escucha despierta a otras gamas de la experiencia, para exceder las fronteras de lo auditivo y tornarse en una herramienta de enlace. Un oído atento al universo del hombre en relación a un mundo vibrante en el que resuena, escucha, responde y compone.