

Seminario de Capacitación en Ansiedad

Módulo 3

PENSAR

LA IMAGEN VS. LA PALABRA

En el libro magistral escrito por Salomón Touson titulado “La Imagen vs. la Palabra”, el autor comenta que aquellos que tenemos debilidad por la línea, que nos conmovemos

ante la forma y que apreciamos las infinitas posibilidades del color, tenemos una buena ocasión para sentirnos ciudadanos de segunda cada vez que oímos o leemos que **“En el comienzo fue el verbo”**. La frase que se apoya en la autoridad del génesis, declara que el universo fue creado por medio de la palabra y predispone la idea de la preeminencia de la escritura como disciplina creativa.

El desaire acredita suficiente calibre como para desatar una polémica cuando no una guerra. En esta contienda, los plásticos exhiben munición nada despreciable: La ya popular sentencia **“Una imagen dice más que mil palabras”** (versiones más radicales o quizás más utilitarias prefieren la palabra *vale* en lugar de *dice*) suena contundente. Además la humanidad sabía dibujar y modelar maravillosamente muchos años



antes de inventar la escritura. Y bien se puede decir que la escritura misma es una forma de dibujo. Algunos argumentan, no sin acierto, que los niños primero desarrollan la capacidad de ver y de oír, y mucho después el lenguaje (estos pintores, al incluir la audición como sensibilidad primordial se avienen a compartir el podio con los músicos y los poetas). En el mismo sentido, se puede comprobar que los niños, en cuanto pueden sostener un lápiz, comienzan a dibujar; mientras que para dejar de ser analfabetos requieren de un aprendizaje especial.

Para sintetizar, en su libro el autor comienza enfatizando la palabra y la imagen como si ambas estuvieran en oposición o en una especie de competencia, cuando a través del contenido del libro va dejando plasmado que ambas se necesitan y se complementan, a punto de dejar de ser **la imagen vs. La palabra** hasta pasar a convertirse en **la imagen y la palabra**, como una combinación maravillosa potenciada y empoderada tanto en el aprendizaje como en los espacios de terapia.

En el capítulo “**Encontrar la figura**”, el autor narra un relato magistral de la importancia de buscar la forma y la figura o encontrar sentido donde parece no haberlo.

A continuación el relato...

ENCONTRAR LA FIGURA

Un ómnibus avanza por el camino de ripio arrastrando nubes de polvo. Los asientos vacíos testimonian la resistencia de algunos pasajeros a participar de la excursión. Los que decidieron venir observan en silencio que el paisaje se torna cada vez más árido. Los árboles, los arbustos y los pastos huyen del lugar al que ellos se dirigen. El gris y el ocre se apuran



en ocupar los lugares que abandona el verde. El azul del cielo también es cada vez más pálido y quizás por cortesía o por orgullo, nadie manifiesta su deseo de volver al hotel.

Cuando el vehículo llega al destino, la magra

expectativa que hubiera quedado en el grupo se disipa. Se encuentran en medio de un desierto. Solo se ve piedras y rocas desparramadas sin orden ni concierto. Ciertamente, algunas son altas como edificios, pero no dejan de ser piedras, piedras que no esperan ni necesitan ninguna visita. Nadie se mueve de su asiento. Todo lo que se puede ver se ve desde aquí.

El chofer baja para estirar las piernas. Ante la evidencia de que la parada se prolongará, algunos lo siguen. Desciende lentamente, como si quisieran dar tiempo para que la escena truque por otra más aceptable. El silencio se hace ahora más desagradable por el ruido áspero de los zapatos sobre la grava. El lugar es angustiante, opresivo. Es que el sol,

sin que nada lo perturbe, ha estado recalentando toda esta tierra durante siglos: y lo que no es piedra se ha hecho polvo.

Parte del grupo queda murmurando junto al ómnibus. Otros consideran la posibilidad de volverse.



II

Con un gesto, el chofer señala un promontorio: - a aquella la llaman “la tortuga”.

Los que se habían acercado al hombre olvidan la proposición que llevaban y dirigen una mirada nueva al paisaje: - Realmente parece una tortuga... la roca que está a la izquierda permite exactamente la forma de la cabeza.

- Aquella otra podría ser un indio, Dice un pasajero inquieto.

Una ola de interés despierta al grupo y moviliza también a los que se habían quedado en el coche. Entonces todo parece cambiar. Lo que parecía inhóspito deviene interesante.

-A la de más allá le dicen “el zapato”.

-Aquella otra, ¿no parece un loro?

- Esa, la de la derecha, parece una virgen rezando.

-¡Es cierto!

-A mi me había parecido un gato lamiéndose la patita.... Es que a mí me encantan los gatos.

-Yo tenía uno de manchitas blancas, que se me murió hace un año... era una buena compañía... me parece que tendría que comprar otro.

Una “ballena” se perfila en el horizonte.

Los rostros se transforman, cada descubrimiento despierta una sonrisa. Cada hallazgo es una exclamación. El paisaje se puebla de personajes familiares o fantásticos. Ya no es un desierto. Algunos preguntan si se puede recorrer el lugar, otros corren al ómnibus en busca de cámaras fotográficas y otros se aventuran sin consultar.

A la vuelta de un peñasco, un arbusto los recibe con una sonrisa de flores celestes: la mata se ha guarecido del sol apartándose a los pies de la mole. Más allá siguen las huellas de diminutas pisadas. Aquellos otros quedan suspensos ante el espectáculo de una lagartija color verde encendido que se asolea sobre la piedra gris. Lo que parecía muerto se muestra pleno de vida.

Ahora es el chofer el que desea partir, preocupado, consulta su reloj:- pronto va a oscurecer- advierte a sus pasajeros. Cuando miran hacia el poniente para confirmar la urgencia, descubren que las pompas de nubes han agregado una oveja, un ángel y un Quijote con su caballo al horizonte.

No sin esfuerzo, el contingente se reúne para emprender el regreso. Insistentemente vuelven la mirada al paisaje. Como si se despidieran de seres queridos.

III

Ahora el coche corre por el asfalto. El tramo de ripio resultó más corto que a la ida y el aire fresco entra por las ventanas. Los asientos vacíos se quedan en el fondo del ómnibus porque los turistas se agrupan adelante para compartir sus vivencias. La conversación es animada.

-Cuando era chico veía personajes y escenas en los dibujos del empapelado... parecía un ejército... era como una guerra...

-En el comedor de mi casa había un tapete de pana que tenía una guarda en bajo relieve...

Yo jugaba con las figuras que se formaban según prestaba atención a las depresiones o a los relieves.

Una primavera, andando por Anchimalén, a la mañana, cuando el rocío todavía no se había levantado, el sol hacía que los pequeños cantos rodados del sendero parecieran hoyos... como si estuviera mirando la superficie en la luna... nunca me pude explicar porqué me maravilló tanto ese fenómeno.

Recuerdo que en el cuarto que compartía con mi hermana, la humedad había dejado una mancha y de noche me escondía bajo las mantas... me parecía un hombre encapuchado con un cuchillo en la mano... mi hermana ya no vive en el país... a ella le hubiera encantado esta excursión... (agrega con la voz quebrada) no sé como dejé pasar tanto

tiempo sin escribirle... no veo el momento de llegar al hotel para ponerle en una carta todo lo que vimos.

IV

Cuando llegan, se reúnen con los compañeros que habían preferido quedarse. Sin embargo, ahora no dan la impresión de haber sido un solo grupo.

Las Imágenes

La importancia de usar imágenes



“Las imágenes poseen un conjunto de cualidades únicas que incluyen una poderosa capacidad de conectarnos con partes de nosotros adonde no llegan las palabras, sobre todo

los pensamientos, sentimientos, intuiciones y funciones corporales que son normalmente inconscientes”.

“El lenguaje de las imágenes tiene algo de metafórico, holístico, profundamente personal a la vez que inmensamente universal”.

“Las imágenes que creamos y usamos se pueden considerar como llaves para acceder a información e ideas hasta ahora inaccesibles, proceso en que cada imagen abre otro archivo o grupo de archivos”.

“Fritz Perls, fundador de un método de autoexploración llamado Terapia Gestalt, usaba las imágenes de esta manera precisamente para abrir archivos a los que no podíamos acceder en nuestra forma habitual de plantearnos la vida”. (*“El poder de la imaginación”*)

La Metáfora

¿Qué es la metáfora?

Figura retórica que consiste en identificar un término real con uno imaginario con el que mantiene una relación de semejanza:

Ej. *“La primavera de la vida”* ⇒ *es una metáfora de la juventud.*

La palabra **metáfora**, del griego, está formada a partir de la preposición, meta, «**más allá, después de**», y el verbo phorein, «**pasar, llevar**».

“Solo podemos comprender una cosa si logramos identificar su metáfora” (Jorge Luis Borges)

Algunos ejemplos de metáforas:



“Están bajo la **lupa**” - “El sí que nació **estrellado**” - “Ese referí está **pintado**” - “Tengo una pesada **mochila** en la espalda” - “Este niño es un **sol**” - “El dolor no **cicatrizó**” - “Es hora de que aprendas a **volar**” - “Tiene una **venda** en los ojos” - “Debemos tender un **punte** de comunicación” - “**Patear la pelota afuera**”.

La importancia del lenguaje metafórico radica en su capacidad para burlar la inteligencia consciente y altamente estructurada que es la que, al final, mantiene el problema.

*Jeffrey Zeig, escritor, profesor y practicante de la psicoterapia (1992) apunta que la utilización del **lenguaje metafórico** tiene las siguientes ventajas:*

- ✓ Las historias no implican una amenaza para el sistema de creencia del paciente.
- ✓ Captan el interés del oyente.

- ✓ Fomentan la independencia del individuo quien al tener que conferir sentido al mensaje extrae sus propias conclusiones o emprende acciones por propia iniciativa.
- ✓ Pueden ser utilizadas para eludir la natural resistencia al cambio.
- ✓ Pueden emplearse a fin de controlar la relación entablada con el sujeto.
- ✓ Ofrecen un modelo de flexibilidad.
- ✓ Pueden crear confusión y así promover en el sujeto una buena respuesta hipnótica.
- ✓ Imprimen su huella en la memoria haciendo que la idea expuesta sea más memorable.
- ✓ Afectan a la dimensión físico-corporal del individuo.

“En el fondo toda actividad terapéutica consiste en esta especie de ejercicio imaginativo que recupera la tradición oral de contar historias: la terapia dota de historia a la vida” (*James Hillman*)

Ps. Social: Gabriel De Marco

Ps. Social: Leila Ojeda



The main body of the page is blank white space.

