

Guió de reflexió: El poder de les paraules

Analitza les teves paraules:

- Com és el teu to de veu i quines paraules utilitzes quan t'acabes de despertar?
- Pensa en alguna situació on el to de veu o les paraules que va utilitzar el teu interlocutor t'haguessin molestat especialment.
- Analitza quin tipus de paraules i to de veu utilitzes normalment en les relacions d'amistat. És el mateix que utilitzes a casa teva en les relacions familiars? És el mateix que utilitzes a l'institut per adreçar-te al professorat?
- Quan penges informació al Facebook que afecta altres persones, acostumes a posar-te en la seva pell per valorar primer si és o no adequat fer-ho? Recordes alguna ocasió en què t'hagi incomodat o molestat alguna cosa que estigués penjada a la xarxa sobre tu mateix?
- De vegades tot i parlar molt no diem el que en essència volem transmetre. Pensa en alguna situació en què et costés expressar de veritat el que senties.
- Creus que saps escoltar realment la persona que tens al davant? Consideres important el fet de posar atenció en les teves paraules?
- Creus que hauries de modificar alguna cosa respecte al teu llenguatge? Quins canvis et proposes fer?
- John Cage (1919-1992) va ser una de les figures més importants de les avantguardes musicals del segle XX. En la seva recerca del *silenci total* va visitar la cambra anecoica¹ de la universitat de Harvard. Allà es va adonar que en aquesta cambra percebia dos sons, un d'alt i un altre de baix. El primer era el seu sistema nerviós i el segon els batecs del seu cor i la sang corrent per les seves venes. Això va canviar per complet el seu concepte del silenci ja que realment no hi havia manera d'experimentar el *silenci* mentre estigués viu. Llavors va expressar: "El significat essencial del silenci és la pèrdua d'atenció... El silenci no és acústic, és només l'abandó de la intenció d'escoltar". Què creus que vol dir John Cage quan ens diu que el silenci no és res més que la pèrdua d'atenció? Què vol dir abandonar la intenció d'escoltar?
- Recordes alguna situació en què un soroll molt feble et resultés molest o fins i tot insuportable? I alguna altra ocasió en què tot i haver molt de soroll, tu no el percebessis? De què creus que depèn?
- Recordes alguna ocasió en què compartissis el silenci amb algú i et sentissis molt acompanyat?

¹ Una cambra anecoica és una sala *insonoritzada* especialment dissenyada per absorbir el so que incideix sobre les seves parets, sòl i sostre. Està aïllada de l'exterior i consta d'unes parets cobertes amb tascons construïts de materials com la fibra de vidre o escumes poroses.