



- *Todos sin excepción etiquetamos a otras personas: mi socio, mi aliado estratégico, mi colaborador, mi amigo, etc. Sin embargo, para mí una de las claves está en la velocidad que aparecen y/o desaparecen estas etiquetas. He comprobado que cuanto más fácil y rápido aparece, por ejemplo, la etiqueta amigo, más fácil y rápido desaparecerá.*

Autenticidad, Las herramientas – El uso correcto de las palabras, capítulo 16, página 164

H4 – EL USO CORRECTO DE LAS PALABRAS

A menudo nuestra comunicación hablada funciona en modo automático. Nos movemos con soltura en un mundo de expresiones y frases hechas, de conversaciones tradicionales, de tonos aprendidos y de contenidos estereotipados.

Después de todo el trabajo realizado para llegar hasta aquí en pos de nuestra autenticidad —hemos reflexionado sobre nuestros valores, propósito, foco y sobre el origen de nuestra felicidad; hemos profundizado sobre el desarrollo de la empatía, la asertividad y la humildad— no podemos echarlo todo a perder por una comunicación poco consciente.

De ahí que, para finalizar nuestro viaje hacia la autenticidad, queremos remarcar que debemos estar muy atentos a que nuestro lenguaje no nos traicione. Para ello aconsejamos usar las etiquetas, los calificativos y las expresiones que realmente expresan aquello que pensamos y sentimos.

De todas las reflexiones y tareas que hemos expuesto, esta es la más sencilla: se trata de simplificar nuestro lenguaje, de desnudarlo de todo aquello que sea superfluo. Tan solo debemos usar las palabras adecuadas para los significados que pretendemos.

Pero no hay que desmerecer el esfuerzo, recuerda que desaprender, desmontar las fórmulas que forman parte de nosotros como nuestra piel, requiere poner mucha atención en algo que hoy hacemos sin pensar.

Un ejercicio que nos puede ayudar en este proceso es practicar el uso del silencio en nuestras conversaciones. A veces es tan sencillo como dejar de hablar en el momento preciso.