



Elogio de la sonrisa

POR FRANCESC TORRALBA

VICEPRESIDENTE DE ALDEAS INFANTILES SOS CATALUNYA

El día uno de octubre celebramos el día internacional de la sonrisa. Es un pretexto idóneo para reflexionar sobre el inmenso valor que tiene este pequeño gesto facial al que llamamos sonreír.

El lenguaje corporal es, a menudo, más expresivo, más significativo y claro que el lenguaje verbal. La sonrisa es un juego de lenguaje, un modo de presentarse, una forma de interactuar con los otros. Es un gesto sencillo, casi minúsculo, pero muy poderoso.

Cuando miro a mi alrededor por la ciudad, veo caras tristes, personas apresuradas, ademanes serios, preocupados, malcarados. Al saludar de lejos a alguien conocido, antes de hablar, nos sonreímos. Es un gesto que evoca reconocimiento. Sé qué estás ahí y me complace reencontrarte de nuevo. Este pequeño movimiento de

labios y mejillas abre charlas, facilita encuentros, prepara el terreno de la conversación. Siempre tendríamos que empezar con una sonrisa, incluso, cuando lo que el otro dice no nos agrada o incluso no estemos conformes. La sonrisa se contagia y crea un clima empático que, acompañado de palabras dichas oportunamente, puede desencallar todo tipo de procesos difíciles y de tensiones entre personas y grupos.

Existe también la sonrisa forzada, que no sale del corazón, que es prefabricada y que se nota de lejos, pero también está la sonrisa espontánea, que nace



del corazón, que no es impostada. Vivir acompañado de personas que sonrían es un don, una fiesta, un tesoro que conservar.

La sonrisa de los otros importa, pero también nos compromete. Nos tenemos que preguntar cómo interactuamos con ellos y qué les decimos o dejamos de decir para que sonrían. Demasiado a menudo, el otro es como obstáculos en la vía pública, un objeto que tenemos que rebasar, un trasto puesto en medio. A nadie le gusta ser considerado un objeto ni una cosa. Cuando sonreímos a alguien le estamos diciendo, sin decírselo, que cuenta, que tiene valor, que es alguien que merece reconocimiento y atención. Es una manera de decirle que no es invisible.

Hagamos el pequeño esfuerzo de sonreír cuando alguien nos dirige la palabra o cuando nos dirigimos a alguien para pedirle un favor o agradecerle una gestión.

Cuando sonreímos a alguien le estamos diciendo, sin decírselo, que cuenta, que tiene valor.
