



**DRA. DÒRILY  
ESQUILÒN**



[www.dlcconsultantsinc.com](http://www.dlcconsultantsinc.com)

# Primero hablo y luego pienso

Esta es la historia de muchos, su boca los ha medido en grandes problemas. Alguien me comentó que a veces habla más rápido de lo que piensa, y cuando se da cuenta, ya es demasiado tarde. Pensé que la persona entraba en un “hipnotismo verbalístico” (esta palabra no está en el diccionario), donde la boca tiene su propia mente. Pero no, en realidad muchas veces tenemos problemas porque no medimos las palabras que expresamos hasta que estamos en el hoyo.

*¡Si bien es cierto, esto nos ha sucedido a todos, y estoy segura que todavía recordamos el calor en las orejas y la sonrisa a mitad de cara! Pero después que experimentamos la situación embarazosa, ¿consideramos seriamente la acción impulsiva tomada? Pienso que muchas veces ignoramos y pasamos por alto el daño que esto puede causarnos.*



**DRA. DÒRILY  
ESQUILÒN**



[www.dlcconsultantsinc.com](http://www.dlcconsultantsinc.com)

Es interesante como tomamos en serio cuando el doctor nos dice que si seguimos comiendo como vamos terminaremos con diabetes. De igual manera, cuando nos duelen las coyunturas y sabemos que el ejercicio es esencial si queremos sentirnos bien. ¡Pero cuando alguien nos menciona que debemos pensar antes de hablar decimos, ah, qué va! ¡No es para tanto! Y esa es la típica respuesta de la persona irresponsable.

***La palabra de Dios nos enseña en Santiago 3: 5-6 que la lengua es un pequeño miembro que enciende un gran bosque, y Dios no se equivoca. Se requiere de una introspección diaria para dejar de hablar de manera impulsiva, pensando antes de hablar, no hablando para después pensar.***

*Me atrevo a decir que cuando hablamos primero lo que se está asomando son las emociones y la frustración, pero cuando pensamos antes de hablar, la razón toma el volante. En fin, es importante que nos detengamos antes de hablar. Que pongamos en perspectiva nuestra respuesta. ¡Que hablemos con sentido, y que si no lo vamos a hacer...**que CALLEMOS!***

***-Dra. Dòrily***

PS: Cuando fue la última vez que hablaste antes de pensar