



COLECCIÓN ESCRITOS SANTERMIL
SANTIDAD EN EL TERCER MILENIO
www.santermil.com

SILENCIO INTERIOR



SEPTIEMBRE 2019

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS

SILENCIO INTERIOR

1- Lo esencial y lo accesorio

Toda persona para desarrollarse sanamente y lograr su plenitud cuenta con realidades esenciales –las que no pueden faltar- y con otras accesorias –que pueden estar o no, no son indispensables. Dentro de las esenciales podríamos nombrar el dormir, alimentarse, el aire, agua, etc. Tomando como ejemplo el sueño, los humanos tenemos que detener toda actividad en algún momento para descansar, no podemos evitarlo. Por más deseo y hasta necesidad que uno tenga, tarde o temprano debe dedicar un cierto tiempo a dormir. Pero no solo eso, sino que ese descanso tiene a su vez condiciones también esenciales: las personas dormimos cerrando los ojos y en posiciones adecuadas para eso. Uno no puede dormirse parado ni estando colgado de un brazo en una rama, tampoco bajo el agua ni con un motor de avión a dos metros. Es decir, no solo se tiene que descansar, sino también hacerlo de determinada manera.

Con nuestra espiritualidad sucede lo mismo. Existe lo esencial y lo accesorio. Dentro de lo esencial **trataremos una condición en particular que resulta indispensable para no solo sostener sino también madurar nuestra fe: *el silencio interior***. Entendiendo por silencio interior la capacidad de abstraernos del entorno de una manera tal que sin interrupciones ni distracciones de ningún tipo, podamos comunicarnos en silencio y verdad con nosotros mismos y con lo trascendente (espiritual). Lograr un momento especial de mayor intimidad; como si estuviésemos solos y desnudos frente a un espejo (que no solo refleja nuestra imagen sino que también es capaz de reflejar lo que sucede en nuestro interior).

Este tipo de encuentro personal requiere lograr dos condiciones esenciales: un ámbito que nos haga sentir solos con nosotros mismos -por más que sea en un espacio con otras personas- y trabajar y madurar lo suficiente nuestra capacidad de *dialogar* con nosotros mismos –reflexiones personales- o con lo trascendente –oración y meditación. Resaltamos que se trata de dialogar: hablar y dejarse hablar (escuchar). Esto solo se logra como consecuencia de un proceso, no es mágico ni instantáneo. Por más que uno se retire a un lugar tranquilo y alejado de toda civilización, o hasta se encierre en un cuarto oscuro sin nada ni nadie alrededor no siempre se logra dialogar. Sí quizá el silencio, pero expresarnos y ser capaces de escucharnos y escuchar a un *otro espiritual* de tal manera que me sea de provecho, es fruto de ejercicios, de conocernos, pero principalmente ¡de querer hacerlo!

Muchos le huyen o evitan el silencio interior por temor justamente a encontrarse verdaderamente con ellos mismos y que no les guste esa visión o diálogo. Otros quizá ni se plantean la posibilidad de hacerlo (no le encuentran sentido o necesidad). Pero para aquellas almas en búsqueda de la verdad sobre ellas mismas –quiénes son y para qué son- resulta fundamental el silencio interior. Conocerse, para así ser capaz de conocerlo a Él. En palabras del gran santo San Agustín: “noverim me, noverim te” (“déjame conocerme, déjame conocerte”).

2- Desafío 1: saber desconectarse

En los tiempos actuales existe un elemento que se ha ido convirtiendo en nuestro principal enemigo para el silencio interior: *la pantalla del celular*. Este aparato fantástico donde convergen



casi todo lo que necesitamos para estar conectados con todo y con todos, nos resuelve infinidad de cosas en nuestra vida diaria, a la vez que lo puede llegar a complicar todo en los vínculos personales y comunitarios. Al no contar aún con una suerte de filtro que me anticipe de qué se trata el mensaje que me acaba de entrar, me veo prácticamente “obligado” a interrumpir lo que sea para observarlo. Ya que puede tratarse de una emergencia laboral como personal / familiar, o un simple mensaje tonto de un conocido. Sea lo que sea, me interrumpió algo a la vez que abrió la posibilidad que al poner mis ojos en la pantalla aparezcan otros asuntos que me inviten a mantenerlos en ella.

El gran riesgo de la pantalla de celular es que casi todo lo que me puede llegar por esa vía atraiga mi atención: desde palabras, imágenes, sonidos y videos interesantes hasta frivolidades que de alguna manera también captan mi atención o hasta me entusiasman. Si es por lo interesante, literalmente nos podríamos pasar la vida viendo todo tipo de contenidos. Pero ¿es la vida una constante catarata de estimulaciones a través de un aparato tecnológico o se trata más bien de vivirla sintiendo y experimentando todo lo que nos sucede fuera de ese aparato?

Si un aviso sonoro o la misma tentación de estar mirando esa pantalla cada instante para ver si algo nuevo entra, me distrae de la persona que tengo al lado o de experimentar el momento y hasta lugar donde estoy, **voy de alguna manera *pausando constantemente mi vida. Interrumpo la vida real de carne y hueso para trasladarme a una virtual.*** Si esto se va convirtiendo en hábito –sea consciente o inconscientemente- puedo correr el riesgo de quedar *en el medio* de ambas vidas; no siendo capaz de desarrollar satisfactoriamente la única de ellas que nos puede brindar verdadera felicidad: la que sucede fuera de esa pantalla.

Todo esto que pareciera exagerado o que nunca nos pasaría a nosotros, es lo que ¡realmente nos está pasando! Hay una dicotomía -¿engaño?- entre la percepción y la realidad de esto. Cuando lo observamos claramente en terceras personas que dejan una conversación para zambullirse en la pantalla o vemos cuatro personas sentadas en la misma mesa cada una atenta a su pantalla, nos decimos “¡qué horror!”. Pareciera molestarnos y hasta una suerte de voz interior nos trata de convencer que nosotros no somos así. Sin embargo, reaccionamos prácticamente igual a todos ellos cuando nos toca a nosotros el llamado a interrumpir lo que sea para atender la “pantalla”. Así, un universo interminable de estimulaciones de todo tipo me irá convenciendo una vez más que siempre será prioridad lo que sucede en esa pantalla que lo que viva alrededor. Ni hablar si lo de alrededor no me satisface –sea una situación o una persona-, soy yo mismo que salgo a buscar cual droga esa pantalla para evadirme de esa realidad menos satisfactoria a la que seguramente hallaré en lo virtual. En definitiva, **nuestra vida va siendo una *constante postergación de momentos reales en función de los virtuales.***

No obstante, cuando la vida por el motivo que sea nos lleva a plantearnos asuntos de fondo relacionados con lo esencial como ser ¿qué tipo de vida deseo llevar? ¿Cuáles serán mis prioridades? ¿Qué acciones concretas llevaré adelante –conociéndome- que me sirvan para equilibrar sanamente mi vida? Las respuestas no vendrán de distracciones o constantes interrupciones, sino de nuestra capacidad de silencio interior. Nuestra capacidad de desconectarnos, para conectarnos verdaderamente. Y para esto, dejar la pantalla del celular resultará fundamental. Si no soy capaz de poder apagarlo para dialogar conmigo mismo o meditar lo trascendental, entonces estoy en problemas. Me mantendré constantemente en la superficie, sin ser capaz de bucear profundidades. Construiré sobre arena sin poder hacerlo sobre roca; pero las tormentas de la vida misma tarde o temprano vendrán sobre mi construcción...



3- Desafío 2: amar la soledad

Todo extremo hace mal. Hasta para el caso de los remedios: si los tomamos por demás podemos enfermar. Con el amor sucede lo mismo: uno sobre demandante, sobre protector, omnipresente, que con facilidad se va a extremos de todo tipo, no es del todo positivo. Cada parte requiere de sus propios espacios, tiempos, descansos. Con lo espiritual sucede algo parecido. El vivirla con otros y en comunidad resulta muy importante y es parte de la maduración concreta de la fe, sin embargo toda alma requiere cada tanto su propio espacio, contar con cierta soledad para madurar su amor a Cristo.

Así como la pareja humana requiere para su intimidad cierto aislamiento, retiro, lo mismo sucede con el alma cristiana y su amado Cristo. Los hijos son frutos de la intimidad de la pareja, como la santidad lo es de la unión íntima con Cristo. **Todo nuestro misterio está en nuestro silencio interior.** Si verdaderamente queremos conocernos a fondo, entonces debemos aprender a descender a ese fondo. Necesitamos ser capaces de buscar, desear y trabajar nuestra soledad y nuestro silencio interior. En soledad y en silencio interior estaremos mejor acompañados por Cristo y romperemos mejor ese silencio con nuestro diálogo. Cristo –maestro de todo amor- nos irá enseñando a saber hablar y a saber escuchar (callar para que Él hable).

Existe una diferencia fundamental entre la soledad del que se siente solo y hasta quizá abandonado y la soledad constructiva del que se siente acompañado por uno mismo y por el mejor compañero de todos: Cristo. Amar la propia soledad no es necesariamente buscarla en todo momento, sino cuando nos hace falta. Perder el miedo e desnudarnos –y dejar caer toda posible máscara- frente a nosotros mismos, es el primer gran paso para encontrarnos, para aceptarnos y para lograr también amarnos.

4- Silencio interior en la santidad

Los santos como también las almas enamoradas profundamente de Cristo, saben muy bien que el silencio interior es como una estación de servicio en pleno desierto. Se vuelve necesario –esencial- detenerse en ella para cargar combustible, limpiar parabrisas, controlar agua y aceite, etc. para que la máquina pueda transitar en mejores condiciones lo que resta de ruta en ese desierto. Cuando lo consideran indispensable, se aíslan para luego integrarse mejor. No se trata de huir, sino de tomar distancia para retornar mejor. Abandonar el o los árboles, para contemplar el bosque completo. En definitiva, salirse de lo mundano para dialogar con lo trascendente y así volver renovados a esa realidad.

Es en el silencio interior con Cristo, donde el misterio se revela e ilumina nuestro discernimiento. Oración y contemplación como remanso y escuela de vida. Generalmente el mundo y todo lo que nos rodea puede o no hablarnos de Cristo, pero si lo hace suele ser diferente a su presencia. Porque por más que hable de Cristo, lo hace con cierto ruido o distorsión propia del mundo. El amor y la intimidad con Cristo es lo esencial para el alma santa: es su descanso, alimento, aire, agua.



Toda sabiduría sobre nuestro ser y llamado a la santidad se conoce en profundidad y se obtiene en abundancia con el silencio interior (nunca con el ruido exterior de nuestro alrededor). Es en soledad, sin distracciones ni interrupciones de ningún tipo, donde el silencio interior nos hace mejores personas y mejores cristianos capaces de santidad.

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS
SEPTIEMBRE 2019