Voices of Sisters
Spirituality



"Cuando lo que digo no hace más que aumentar la ira de otra persona, o cuando lo que dicen solo pretende irritar la mía, el santo silencio salva el día y el alma de la relación": Hna. Joan Chittister. (Foto: Unsplash)



Sr. Joan Chittister

View Author Profile

Follow on Twitter at @joanchittister



Traducido por Magda Bennásar

View Author Profile

Join the Conversation

August 14, 2024

Share on BlueskyShare on FacebookShare on TwitterEmail to a friendPrint

Esta mañana, mientras me preparaba para hablarles del noveno grado de humildad de la Regla de San Benito, podía oír el telediario en la puerta de mi habitación. Por primera vez en mi vida, no solo comprendí su profundidad y su belleza, sino que también pude oír los efectos sociales de ignorarlo mientras una parte arengaba a la otra y ninguna de las dos escuchaba tan bien como hablaba.

El noveno grado de humildad es uno de esos niveles de desarrollo espiritual personal que antes enseñábamos a los niños. Ahora entendemos que son los adultos quienes más necesitan concentrarse en ellos. Sin este tipo de desarrollo espiritual en los adultos, los niños nunca volverán a tener un modelo de decencia humana del que depender. Peor aún, puede que ni siquiera se den cuenta del valor de la reflexión espiritual en un país que pretende ser una democracia.

El noveno grado de humildad en la Regla de Benito del siglo VI dice que "controlemos nuestras lenguas y permanezcamos en silencio, sin hablar a menos que se nos haga una pregunta, porque la Escritura advierte: 'En un torrente de palabras no evitarás pecar' (Proverbios 10, 19), y 'una persona habladora va sin rumbo por la tierra' (Salmo 140, 12)".

Eso es lo que se llama 'hablar claro'. Aquí no hay advertencias del tipo 'guarda silencio a menos que estés enfadado con alguien' o 'a menos que puedas coger el micrófono y ocultárselo a los demás'. No, solo esto: el silencio es la mejor parte de la comunicación.

> "El silencio no es simplemente una disciplina espiritual. El silencio tiene tanto que ver con lo que significa ser una parte vivificante de la comunidad humana como con lo que significa ser piadosamente reflexivo": Hna. Joan Chittister
>
> Tweet this

El silencio aporta al discurso tres aspectos que no solo lo agudizan, sino que lo enriquecen, le dan profundidad, crean vínculos en lugar de barreras.

En primer lugar, el silencio nos enseña a bajar a nuestro interior. Si no aprendemos a escuchar más allá del parloteo de las ambiciones, los anuncios, los viejos enfados y las pequeñas irritaciones que llevamos dentro, nunca encontraremos la paz que da la conciencia de la presencia eterna de Dios en nosotros.

En segundo lugar, el silencio nos proporciona el suelo desgarrador del alma. Rompe los terrones de nuestra vida, arranca las malas hierbas, nivela el terreno pedregoso en el que hemos crecido. Despeja el campo, elimina los impedimentos, allana nuestro camino para que podamos reflexionar y avanzar por la vida más seguros, más conscientes de que llevamos dentro la belleza de la vida.

Sobre todo, es en el silencio donde escuchamos nuestros propios gritos de miedo, dolor y resistencia, que solo en silencio pueden ser realmente abordados. En el silencio llegamos a conocernos a nosotros mismos. Entonces, estamos preparados para desprendernos de los matorrales que bloquean el camino más allá de nosotros mismos hacia donde está la luz, el crecimiento y Dios.

El silencio tiene dos dimensiones, ambas intensamente divinas. Nadie habla mucho de ello, pero el silencio no es simplemente una disciplina espiritual. El silencio tiene tanto que ver con lo que significa ser una parte vivificante de la comunidad humana como con lo que significa ser piadosamente reflexivo.

Cada una de estas dimensiones del silencio —interna y social— determina cómo vamos por la vida y si somos capaces o no de hacerlo bien.

Es en el silencio donde oímos los sonidos de nuestros mejores ángeles que nos llaman a elevarnos por encima de nuestro yo inferior. Es en el silencio donde

luchamos contra nuestro yo débil para llegar al fondo de la verdad.

El silencio puede, por supuesto, convertirse en nuestro juego privado de escapismo. Podemos empezar a sustituir el sentirnos santos por ser santos. Podemos retirarnos del mundo real y llamar al retiro 'vida espiritual'. Podemos utilizar el silencio para evitar el mundo, sus problemas, las personas de nuestra vida y nuestra responsabilidad ante ellas.

No, el noveno grado de humildad es claro: el silencio no tiene sentido en sí mismo.

Advertisement

Es solo el tipo de silencio calmado y tranquilizador que sabe escuchar a los demás, en lugar de congelarlos en una ira silenciosa o ignorarlos en aras de nuestra propia autoprotección y engrandecimiento personal. El silencio puede convertirse en una forma santa de ser impío y quedar bien mientras lo hacemos.

La atención que prestamos a los demás mostrando interés por sus intereses, miedos o preocupaciones es el principio de la comunidad humana. Requiere que prestemos atención al otro en lugar de utilizar el encuentro como excusa para hablar de nosotros mismos. La atención al otro es el más sagrado de los actos humanos.

La verdad es que el silencio nos enseña sobre nosotros mismos y nos enseña la necesidad que tienen los demás de nuestra atención, de nuestra ayuda, de nuestro auténtico interés hacia ellos.

O, para ser más directos, el silencio está hecho para exponernos a nosotros mismos y, al mismo tiempo, hacernos disponibles para los demás.

Como dice la Regla de Benito: "En un torrente de palabras, no evitarás pecar". Con demasiada frecuencia, las llamadas conversaciones o discusiones se convierten en argumentaciones o en repeticiones vacías de opiniones personales. Entonces se deterioran hasta convertirse en pura insensatez. No se escucha realmente a nadie y no se resuelve nada.

Cuando lo que digo no hace más que aumentar la ira de otra persona, o cuando lo que dicen solo pretende irritar la mía, el santo silencio salva el día y el alma de la relación.

Cuando lo que se dice se dice con malicia, no importa lo 'cierto' que sea, la verdad no nos ha fallado; nosotros le hemos fallado a la verdad. Cuando nada cambia en la actitud o la apertura de ninguna de las partes, es hora de hacer una autorreflexión. ¿Qué hay en mí que ha llevado este encuentro a este punto?

Cuando nos negamos a reflexionar sobre nuestros propios comportamientos, motivos y respuestas, es cuando nuestro discurso empieza a delatarnos. Entonces, el lenguaje se vuelve controvertido y acusador, ruidoso e irascible. Entonces intimidamos y forzamos, degradamos y ridiculizamos. Entonces, como dice el Evangelio: "Tu lenguaje te delata" (Mateo 26, 73).

Entonces, todo el mundo sabe exactamente quiénes somos en nuestro interior: quisquillosos, mezquinos, destructivos, impíos. Y sobre todo, vacíos. Una cáscara sin columna vertebral. Un cuerpo sin corazón.

Desde mi punto de vista, el noveno grado de humildad puede ser el núcleo de lo que se necesita si se quiere salvar el lugar de este país en la comunidad de naciones, su calidad de gobierno, el decoro de su próxima generación y el carácter de su liderazgo.

Quizá este 4 de julio deberíamos enviar un ejemplar de la Regla de San Benito, o al menos una copia en relieve del capítulo 7 sobre la humildad, a cada miembro del Congreso y a toda la Administración. Una buena dosis de reflexión y una fuerte capa de discurso sagrado —menos apodos denigrantes, calumnias infundadas y fanfarronadas ficticias— podrían salvar todavía el carácter de este país.

Solo una idea...

Nota: *Este artículo fue publicado originalmente en inglés el 22 de mayo de 2019.*