

**EL SISTEMA ESPIRITUAL
DE LA
ESCUELA DEL SILENCIO
DE
FRAY JOSÉ FERNÁNDEZ MORATIEL, O.P.**

FRAY JULIÁN DE COS PÉREZ DE CAMINO, O.P.

Monasterio de Prulla, 2010

CONTENIDO

ESTUDIO PRELIMINAR	3
INTRODUCCIÓN	7
LAS DIMENSIONES DE LA PERSONA	8
1.- El piso del cuerpo.....	8
2.- El piso de la mente	8
3.- El piso de las emociones	9
4.- El piso de la imaginación	9
5.- El piso de la intuición	9
6.- El piso del corazón.....	9
LA TÉCNICA PARA ALCANZAR EL SILENCIO	11
La postura	11
La respiración	11
La distancia.....	12
El tiempo	12
El grupo	13
La constancia.....	13
La atención	13
LO QUE ENTORPECE EL SILENCIO	16
El ego.....	16
Las distracciones	17
El desorden interior	18
La imagen	18
Los estados de sequedad espiritual.....	19
EL VIAJE HACIA DENTRO	20
La búsqueda.....	20
La oración.....	20
La meditación	22
Entrar en nuestro interior.....	23
Mi corazón es la casa de Dios	24
El vaciamiento	25
Dejar que todo pase	26
Transformarse en el interior	26

LA EXPERIENCIA DE DIOS	28
La presencia.....	28
Dios	29
Está por encima de todo	29
Está en la nada.....	29
Está dentro de nosotros	30
Sólo en Él podemos descansar	30
Jesús	30
Es nuestro Maestro	30
Es Luz en la mayor oscuridad	30
Muere en la cruz.....	30
Presente en la Eucaristía.....	31
La Palabra de Dios	31
VIVIR EN EL SILENCIO	32
El amor	32
La paz	33
La confianza en la providencia.....	33
La felicidad.....	34
La gratuidad.....	35
La libertad interior	35
LA VERDAD.....	37
La luz.....	37
La sabiduría	38
ACTUAR DESDE DENTRO	39
La dimensión social del silencio	41
No pretender nada	42

ESTUDIO PRELIMINAR

La Escuela del Silencio del P. Moratiel es un camino hacia el total vaciamiento interior que emplea algunas técnicas orientales perfectamente compatibles con la doctrina católica. En cierto modo, podemos decir que su gran logro ha sido hacer asequible para el gran público la altísima mística renana del siglo XIV, apoyándose en las religiones orientales, sobre todo en el budismo zen.

La Escuela del Silencio se encuadra en la mística apofática cristiana, en la que todo lo físico y todo lo mental quedan de lado, para que el puro amor nos lleve a la unión con Dios. De ahí su radicalismo. De ahí que el P. Moratiel tenga expresiones como: *“El silencio es inútil como es inútil Dios”* (Desde, 134).

La primera vez que oí hablar del P. Moratiel fue al poco de comenzar mi prenoviciado. Un fraile me dijo que era mejor dominico de la Provincia, pues dedicaba su vida a orar y a predicar de forma itinerante. Pero el pensamiento del P. Moratiel no siempre ha sido bien acogido por sus hermanos dominicos. Aún se escuchan comentarios sobre él que muestran una gran ignorancia y superficialidad. Se oye decir: “tanto que hablaba del silencio, y después era el fraile que más charlaba en la recreación”. O también: “no entiendo cómo alguien que pertenece a la Orden de la Palabra predique el silencio”. Muy pocos frailes asistieron a sus retiros. De él se hablaba a veces “de oídas”, sin conocer realmente su pensamiento.

Pero también tenía facetas desconocidas para muchos de sus discípulos. Su celda en el convento de Pamplona revela un secreto que pocos conocían: era un gran estudioso, un intelectual. Se piensa que el P. Moratiel hablaba desde su experiencia interior: y eso es cierto, muy cierto, pero hay que añadir que esa experiencia estaba en parte mediatizada por lo que estudiaba. El P. Moratiel era un buscador de Dios, y, como buen dominico, sabía que un lugar privilegiado para encontrarle son los libros. Pero de eso no hablaba nunca.

Si bien mucho de lo que decía era “de propia cosecha”, las charlas de sus retiros estaban llenas de citas de las Escrituras, de teólogos, de poetas, de filósofos, de cuentos, etc. Pero como lo hacía con mucha sencillez y mezclándolo con sus vivencias personales, parecía que no decía nada intelectualmente destacable. Y sí lo hacía. Y podía hacerlo porque antes había estudiado, y reflexionado, y orado, y asimilado dentro de sí muchos buenos pensamientos. La clave del P. Moratiel es que lo mucho que él experimentaba interiormente, sabía enriquecerlo y orientarlo con lo que estudiaba. Y, así, y a su vez, lo que estudiaba pasaba a ser vivencia interior. Por eso siempre hablaba desde su propia experiencia. Aunque a veces lo que dijera antes lo hubiera estudiado en un libro.

Y su forma de estudiar era muy particular. El P. Moratiel establecía una especie de diálogo con los autores que estudiaba. Subrayaba lo que le parecía más

importante y, en muchos casos, anotaba lo que le decía en su interior eso que estaba estudiando. Le encantaba glosar los libros. Los anotaba y reanotaba con su letra estropajosa.

En su celda hemos encontrado 872 libros. Pero llegó a tener muchos más. Sus hermanos de comunidad dicen que regaló bastantes. Y llenó tres estantes de la biblioteca de su convento, pero esos libros acabaron mezclándose con el resto en una reestructuración posterior. En el convento del Cristo del Olivar, donde residía cuando pasaba por Madrid, ha dejado tres cajas de libros. También dejó libros en el convento de Atocha, que quizás se hayan mezclado con otros a causa de las obras de reforma de dicho convento.

Así mismo estuvo suscrito a las siguientes revistas: *Croire aujourd'hui*, *Nouvelle revue théologique*, *Feu nouveau*, *Prier*, *Le supplément*, *La vie spirituelle*, *Bible Vie Chrétienne*, *Esprit et Vie*, *Dimanche en paroisse*, *Les cartes du Val*, *Signes d'aujourd'hui*, *Parole et Vie*, *Prier au quotidien*, *Cahiers pour croire aujourd'hui*, *Feu nouveau* y *Cuadernos de oración*. ¡En total 16 revistas! Y vemos que 15 de ellas son de lengua francesa. En efecto, Moratiel leía muy bien este idioma. El 30,0% de los libros de su celda están escritos en francés.

Como dominico, Moratiel estudió en sus tiempos de formación mucha y buena Teología, en buena parte tomista. Y a él le tocó de lleno la época del postconcilio, en la que la Iglesia se abrió al pensamiento contemporáneo y a las otras religiones. Y eso lo supo aprovechar.

Después de los libros de temática cristiana (46,4% de los 872 libros totales), lo que más leyó y estudió fue: otras religiones (16,7%), Literatura (7,8%), “Esoterismo” –es decir, libros de pensamiento religioso de difícil clasificación– (7,7%), Psicología (6,7%), Filosofía (5,8%), cuerpo humano y armonía personal (4,1%), cuentos (1,7%), Historia de las Religiones (0,3%) y otros libros de muy variadas materias (2,3%).

Dentro del Cristianismo destaca: Espiritualidad (20,8% de los 872 libros totales), comentarios bíblicos (7,8%) y Liturgia y Sacramentos (2,3%). En otras religiones: de la India –sobre todo Hinduismo– (7,8%), Budismo –sobre todo Zen– (7,3%), Sufismo (0,9%), de China –sobre todo Taoísmo– (0,5%) y Judaísmo (0,2%).

Todos estos datos son más que suficientes para constatar que el P. Moratiel estudió mucho y materias muy variadas. Podría ser considerado como un intelectual. Destacan de su biblioteca, por ejemplo, 26 libros de Ortega y Gasset (20 de ellos subrayados y 6 de ellos, además, muy anotados) o 10 de María Zambrano (8 subrayados y 3, además, muy anotados). El tiempo para leer y estudiar lo sacaba de los huecos que le dejaban sus constantes viajes. En bastantes de sus libros encontramos como marcapáginas billetes de tren o autobús.

Todo parece indicar que en los últimos años, quizás por la edad, quizás por su desarrollo espiritual, se dedicó menos al estudio.

La principal fuente de la espiritualidad del P. Moratiel son las Escrituras, sobre todo los evangelios. Los conocía muy bien. Profundamente. Tenía un libro de los evangelios muy anotado con el que dio muchos ejercicios. Dicho libro lo guarda su familia en el pequeño museo que hizo en su pueblo, Santa Olaja de Eslonza (León). En su biblioteca hemos encontrado 68 libros sobre comentarios bíblicos (63 de ellos en francés).

Por otra parte, el P. Moratiel reconoce que el dominico alemán Taulero influyó mucho en su espiritualidad del Silencio (cf. Alcoba, 7). En su biblioteca hemos encontrado 4 obras de este autor, 3 de Eckhart (los sermones, en francés) y otras 3 sobre Eckhart.

Acerca de sus fuentes orientales, hay que destacar varias: en el mundo indio tenemos: Osho (16 libros, 5 muy anotados), Krishnamurti (14 libros, 5 muy anotados), Vimala Thakar (7 libros, 5 muy anotados) y Mata Amritanandamayi Math (6 libros). Y en el Budismo: la escuela de K. Dürckheim (26 libros y cuadernos, 7 muy anotados) y Thich Nhat Hanh (4 libros, 2 muy anotados).

Esto es lo que, a grandes rasgos, podemos decir de las fuentes y el pensamiento del P. Moratiel. Con vistas a facilitar su estudio (esperemos que alguien se anime a hacer una tesina de licencia o una tesis doctoral), todos sus libros y manuscritos serán guardados en el convento de San Esteban de Salamanca.

A continuación ofrecemos un estudio sobre su espiritualidad. Para hacerlo, con ánimo de no añadir nada a su pensamiento, me he limitado a entresacar frases suyas de las charlas a las que asistí y de sus seis libros en español, y las he puesto en un orden lógico. Eso es todo.

Si alguien quiere conocer bien su espiritualidad, le recomiendo que lea sus obras. Son éstas, (entre paréntesis pongo la abreviatura con la que las cito):

- *Conversando con el silencio*, San Pablo, Madrid, 1994. (Conversando)

<http://www.dominicos.org/espiritualidad/escuela-del-silencio/conversando-desde-el-silencio>

- *La cosecha del silencio*, Ed. Martínez Roca, Barcelona 2001. (Cosecha)
- *La posada del silencio*, Ed. José J. de Olañeta, Palma de Mallorca 2003. (Posada)

<http://www.dominicos.org/espiritualidad/escuela-del-silencio/posada-del-silencio>

- *La sementera del silencio*, Desclée de Brouwer, Bilbao 2005. (Sementera)
- *Desde el silencio*, Desclée de Brouwer, Bilbao 2006. (Desde)

- *La alcoba del silencio*, Desclée de Brouwer, Bilbao 2007. (Alcoba)

En portugués:

- *O poder do silêncio*, São Paulo, Lisboa 1995.

En catalán:

- *El silenci, company de camí*, Claret, Barcelona 2010.

INTRODUCCIÓN

“Estos textos brotaron en horas en que yo deseaba desaparecer, en momentos intensos en que desaparecía. Sólo cuando se desaparece hay encuentro verdadero. Y uno se vuelve nadie. Sin saber de dónde viene; sin saber hacia dónde va. Siendo nadie, sólo nada. Tan sólo yendo al ahora. El silencio era entonces lo original, lo primitivo, lo artesanal. Él se convertía y me convertía en lo peatonal, en la calle, en la vida del ahora.

Y el silencio dejaba que el adentro fluyera, saliera fuera. Lo que me estorbaba era el ego, el impulso, la tendencia a la superficialidad, a esa periferia que nos vuelve opacos y ensombrece en lugar de dejar pasar la luz. El ego oscurece el mundo. El silencio es luz del mundo, clarividencia del cosmos” (Cosecha, 17).

“Cada día me vuelvo más y más consciente de que soy un extraño en tierra extranjera, a todo, salvo al silencio, salvo a la luz, salvo al viento, salvo a las estrellas, salvo a la luna, salvo a los seres. Más y más extraño a las palabras. El diccionario, el vocabulario del silencio es el río, la montaña, el valle, el mar, el bosque. Extraño a todo lo que contamina la mirada de esta existencia frágil” (Posada, 9-10).

LAS DIMENSIONES DE LA PERSONA

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 139-146.

Cuando un arquitecto se dispone a construir una casa, antes ha de estudiar el suelo y ver sobre qué estrato conviene edificarla. Eso mismo debemos hacer nosotros cuando nos disponemos a construir nuestra vida: nos conviene saber cuál es el mejor estrato para edificarla.

1.- EL PISO DEL CUERPO

A través de los sentidos nos relacionamos. Es una pena que tengamos los sentidos reducidos a una mínima expresión.

Gracias al cuerpo nos podemos relacionar y comunicar con Dios

Pero sobre el cuerpo no podemos edificar la vida. Pues el cuerpo no es eterno. El cuerpo cambia. Hay sucesiones.

2.- EL PISO DE LA MENTE

La mente es un elemento esencial de nuestra persona. Tiene un cometido muy importante, pero no en el campo espiritual. El amor, el éxtasis, están más allá de la mente. Cuando uno se enamora, pierde la cabeza.

En el silencio no cabe la reflexión.

Dice un proverbio que “pensar a Dios es desobedecerle”. Jesús no quiere que “pensemos” a Dios. Prefiere que le “veamos” con ingenuidad y pureza en nuestro entorno: en el agua, en el viento, en el árbol, etc. Dios lo llena todo.

Pero todo nuestro empeño es pensar.

La mente es muy cambiante: hoy pensamos una cosa y mañana otra.

La mente puede hacer cosas horribles. “Un burro puede llevar una biblioteca en sus alforjas, pero puede dar coces”. Podemos saber mucho, tener la mente muy bien amueblada, pero hacer atrocidades. Los nazis eran gente muy culta.

La mente es como una nube llena de sueños e ideas que va de aquí para allá. Tampoco sobre ella podemos edificar la vida. Debemos asentarnos sobre roca, no en una nube.

3.- EL PISO DE LAS EMOCIONES

Las emociones son débiles y frágiles. Responden a un estímulo.

Son también pasajeras. El mundo sensorial se fatiga pronto. Hay que descansar incluso de las buenas relaciones que tenemos con otras personas. Por muy buena que sea una canción, si la escuchamos muchas veces, nos cansamos.

Tampoco sobre las emociones podemos edificar nuestra vida.

4.- EL PISO DE LA IMAGINACIÓN

La imaginación busca cambios, renovar: por eso es inestable.

No hay que decorar imaginativamente la vida: ella es hermosa de por sí.

La imaginación no es una buena base donde asentarnos. La vida real es mucho más hermosa de lo que imaginamos.

5.- EL PISO DE LA INTUICIÓN

La intuición es una lucidez instantánea, un caer en la cuenta en algo que no habíamos pensado. Hay cosas que nunca se ven y que, de repente, cuando dejamos de pensar, de imaginar, de emocionarnos, se ven. Libres de esas trabas, proyectamos una luz especial sobre ellas.

Esta facultad llega tras aquietar silenciosamente nuestro interior. Surge en los momentos de mayor sosiego y silencio interior, cuando todo está en calma. El silencio es el sendero de la intuición.

El símbolo egipcio de la intuición son tres monos: uno se tapa los ojos, otro la boca y otro los oídos.

Pero también la intuición ha de sosearse. Tampoco ella es el mejor estrato donde situar nuestros cimientos.

6.- EL PISO DEL CORAZÓN

* SOBRE ESTE TEMA: Cosecha, 155-157.

El corazón es lo que queda cuando ya no queda nada, cuando nos desenganchamos de todo. A él no se llega por un discurso, sino por una inspiración interior.

Dice la poetisa cubana Dulce María: “Sólo en el amor puedo descansar”.

El amor no es una emoción.

Cuando uno está dentro no necesita pensar. Cuando hacemos silencio vamos a la búsqueda del corazón.

Uno se asienta en la vida cuando toma contacto con lo más profundo, cuando se asienta en la “roca”. Debemos construir nuestra vida sobre el corazón.

El corazón, lo interior, permanece estable. Lo que no pasa es lo que somos. Sobre ello podemos edificar nuestra vida.

El corazón es algo misterioso. Sabemos que dentro está la plenitud, el orden y la unidad.

“El silencio no es una palabra, una idea; el silencio es toda una acción, toda una ofrenda. En el altar de tu corazón, en el ara de tu corazón” (Alcoba, 243).

LA TÉCNICA PARA ALCANZAR EL SILENCIO

“Se aprende practicando.

No se mata el hambre leyendo un libro de cocina o una carta de menús; se mata el hambre, comiendo” (Alcoba, 139).

“Es práctico no andar cambiando de métodos” (Desde, 59).

LA POSTURA

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 50, 78-80; Alcoba, 75.

La postura del cuerpo induce a una determinada respuesta interior. Las tensiones del cuerpo nos provocan distracciones, mientras que el equilibrio corporal favorece el sosiego y la armonía.

Debemos evitar dos excesos: la *tensión* y el *adormecimiento*.

Por ello es importante buscar una *postura justa*, equilibrada, sin tensiones, que ayude a no moverse. Hay que saber sentarse bien.

“Cuando nos sentamos en el silencio en postura equilibrada y justa, estamos indicando algo con este gesto de estar bien sentados. Es como decir: ‘Venga lo que venga, de aquí no me muevo’. El silencio¹ desemboca en la comunión con todo” (Conversando, 99).

Encontrar la postura justa lleva mucho tiempo: meses.

Un consejo: dejar descansar las manos en los muslos o sobre el vientre.

“Todo se asienta en el bajo vientre. Aprended a sentarse en el bajo vientre. Son las raíces de nuestra vida” (Conversando, 92).

LA RESPIRACIÓN

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 48; Desde, 171; Alcoba, 53, 68.

¹ El texto original dice “sí”, pero creemos que se trata de una errata.

La respiración es obra del Señor.

Dejemos que Dios respire en nuestro interior. Así habla Él, aunque no se le nota.

Acalla el interior desde la *inspiración*: respira con el diafragma y espera la Palabra que brota de dentro.

Todo se recibe en la *inspiración* y todo se da en la *expiración*: es bueno que la expiración sea total, para que no quede ningún residuo.

No debemos buscar en esta actividad el *placer*.

“...no es necesario manipular, ni dirigir nuestro aliento. Simplemente observar y..., practicar, practicar...” (Conversando, 14).

LA DISTANCIA

Tenemos que saber distanciar nuestra conciencia o mirada interior de nosotros mismos para poder ver bien nuestra agitación interior como meros espectadores. Así alcanzaremos el sosiego interior.

“Dejar que todo aflore, dejarlo salir todo sin hacer ningún juicio, sin más, como si sólo fuéramos unos observadores. No como comisarios, no como inquisidores, sino imparcialmente, como si nuestra capacidad enjuiciadora estuviera en punto muerto.

No se puede ver bien si no se está a una cierta distancia. A medida que todo sale, nos vamos liberando” (Desde, 13).

EL TIEMPO

El tiempo ha de ser abundante, pues para que “el agua se aclare es necesario dejarla reposar”: un mínimo de 20-30 minutos.

Encontramos tres momentos especiales para el silencio interior (cf. Posada, 22-23; Desde, 133):

La noche: es el espacio del sosiego, en el que nuestro interior se acalla. Es un tiempo para nosotros (cf. Posada, 80-82).

Justo antes de acostarnos: es bueno “desprenderse” de todo mientras uno se quita la ropa para ponerse el pijama (cf. Posada, 76; Desde, 133; Alcoba, 163).

Cuando uno se despierta: aprovechar ese primer instante en el que uno todavía no se ha “enganchado” a nada (cf. Desde, 133; Alcoba, 55-56).

“Esta mañana, al despertar, si tu mirada estaba atenta habrás podido percibir que Él estaba allí.

Toda la noche Él te ha respirado, se ha hecho cargo de ti. Felizmente, Él no tiene ningún descuido” (Alcoba, 181).

EL GRUPO

Es mejor orar en grupo pues es muy inspirador.

En el grupo se crea una especie de vibración.

Un consejo: si oras en grupo no cambies de sitio: así evitas la ansiedad de andar buscando un lugar antes de ponerte a orar.

LA CONSTANCIA

Al principio sólo conseguimos pequeños instantes de silencio. Pero si somos constantes, poco a poco tendremos momentos cada vez grandes de silencio.

“Un sendero para subir a la montaña se hace cuando se pasa una y otra vez por él.

El silencio debe ser así de insistente” (Posada, 34).

“No importa que la oración sea esto, un incesante volver, un incesante volver: ‘Volveos a mí de todo corazón’ [cf. Mal 3,7]” (Posada, 38).

LA ATENCIÓN

* SOBRE ESTE TEMA: Sementera, 30-31, 53; Posada, 44, 54-56, 60; Alcoba, 165-167, 253-254; Conversando, 103-107.

Podemos vivir el silencio interior en la *vida cotidiana* estando atentos a lo que hacemos en el presente.

Sólo conocemos cosas *nuevas* observando la vida presente. La mente no aporta nada nuevo, sólo repite.

El viaje del silencio consiste en llegar a este ahora y a este aquí.

Para permanecer atentos a nuestro interior sin distraerse, necesitamos un “ancla”. Tenemos dos posibles anclas: estar atentos a la *respiración* o estar atentos a una *palabra* –o pequeña jaculatoria–.

Pero este segundo ancla tiene el inconveniente de que puede movernos a la reflexión. No hay ninguna palabra milagrosa. Lo milagroso es quedarse en silencio.

Si nos distraemos o nos adormecemos: volvemos al ancla. Dejamos de estar distraídos cuando somos *conscientes* de que estamos distraídos.

“En la meditación hay que estar atentos porque tenemos dos grandes riesgos: fugarnos hacia arriba –pensando, divagando, discurrendo, imaginando–, o fugarnos hacia abajo –relajándonos, durmiéndonos, evadiéndonos–. Cuando nos demos cuenta de que algo de esto nos está sucediendo, nos tenemos que volver de nuevo hacia el centro de nuestra atención, es decir, nuestra respiración” (Conversando, 14).

La respiración no hay que pensarla, solo atenderla. A Dios no hay que pensarlo, sólo atenderlo.

Es bueno tener los *ojos entreabiertos*, viendo sin mirar. Si cerramos los ojos se excita nuestra imaginación.

“La oración no es un asunto de memoria, de recuerdo; la oración es régimen de atención, de la pureza de tu atención” (Alcoba, 231).

“En el encuentro de Moisés en la zarza ardiendo [cf. Ex 3], Dios se define como el que Es, no como el que ha sido [...]. La oración es el encuentro con el que Es” (Sementera, 104).

“Y es que un instante puede valer para ver. Al igual que una gota de agua contiene todo el sabor del océano, así puede suceder en el silencio. Vivirlo al cien por cien es estar atento.

La atención que requiere el silencio nos puede llevar a que la experiencia sea costosa. El camino hacia nosotros mismos es el más costoso. Hay viajes turísticos que ofrecen promesas de pasarlo bien. El silencio no promete nada y además no existe ruta ni mapa para recorrerlo. Es virgen. No precisa la ceremonia ni el ritual” (Conversando, 68).

“Unos monjes del desierto hablaban de la oración y la expresión de uno de ellos fue: ‘Cuando vayas a meditar, espía a Dios como el gato espía al ratón’ [...].

Y es que hay que tomar este estilo de atención. Cuando el gato ‘está trabajando’ da la sensación de que no hace nada. Así caza al ratón. Está presente, espera atento y... [...].

También es verdad que el gato, para estar atento al ratón, tiene que tener ‘hambre’” (Conversando, 105).

“El presente es siempre tan humilde, tan poco llamativo, que no le damos importancia. Pero es nuestra felicidad” (Conversando, 75).

“...el monje es el que ha aprendido a ‘estar donde está’: si ara, está arando; si poda las viñas, está podando; si riega, está regando; y si reza, está rezando” (Desde, 26).

“El silencio, como el amor, es un gran compromiso con el ahora” (Alcoba, 122).

“Cada instante es el mejor que Dios ha creado para ti” (Alcoba, 229).

LO QUE ENTORPECE EL SILENCIO

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 157-162.

“Por eso nunca exageraremos con la protección que merece nuestro interior tan continuamente amenazado” (Desde, 158).

EL EGO

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 26; Desde, 24-25, 113-114; Cosecha, 97-98, 101-103.

Para prestar *atención* a la oración es necesario acallar el ego.

El silencio es la descolonización del ego.

El ego es el centro de nuestro afán de *tener, saber y poder*: es el trío que nos domina.

“Lo propio del ego es alcanzar, conquistar, llegar, tener, poseer; lo propio del interior es dar, ofertar, regalar, ofrecer, sencillamente dar [...]. El ego vive con gran inseguridad apoyándose en lo que logra, en lo que tiene [...]. Por el contrario, cuando uno está en el plano interior, allí no se teme nada porque ya se ha ganado todo” (Desde, 113).

“Y también le preguntan al monje: ‘¿Pero cómo has huido del mundo?’. Y él decía: ‘No, no, yo no he huido del mundo, es el mundo quien ha ido huyendo de mí. Se ha ido todo lo que no necesito’ (Desde, 94).

Nuestro ego necesita siempre alimentarse de ideas y pensamientos para sentirse que está vivo. Sólo presta atención a lo complejo, por eso no valora la experiencia del silencio.

Si durante la oración nos dejamos llevar demasiado tiempo por el ego, cuando queremos volver al corazón, ya no recordamos el camino, nos hemos perdido.

El ego no se ha de transformar, sino que ha de *morir*. Nuestro ego se ha de extinguir.

Pero debemos tener *paciencia* con el ego.

“El ego humano es el que lleva en la memoria todos los conflictos, los sufrimientos, los contratiempos” (Sementera, 83).

“En cambio cuando hay ego las cosas huyen de nosotros, las personas también huyen de nosotros cuando vamos a ellas con afán posesivo” (Desde, 28).

“Sólo cuando no hay ego hay comunión” (Desde, 114).

“El verdadero silencio es el silencio de nuestro ego. Se puede estar todo el día callado pero todo el día juzgando y ambicionando; entonces no se está en silencio, es un pseudosilencio; pero se puede estar todo el día hablando y todo el día acogiendo, tolerando, transigiendo: está en silencio. El maravilloso silencio es en el que no se busca nada” (Desde, 136; cf. Alcoba, 95-96).

“Huir del mundo es huir del ego, es decir, de todas las tendencias superficiales que hay en nuestra existencia. En el fondo es pasar de los maestros exteriores al Maestro interior [...]: ‘No llaméis a nadie Maestro porque solo uno es vuestro Maestro’ [cf. Mt 23,8]” (Sementerá, 53).

“Cuando desaparece el ego se nos revela nuestro misterio interior. Igual que es el fondo el que da color a todo el estanque, es nuestra hondura la que da color a todo nuestro vivir; y por eso, en esta conciencia que se despierta en el silencio no se mueve el ego” (Desde, 76).

LAS DISTRACCIONES

La imaginación y la reflexión pueden arrastrarnos y llevarnos de “excursión”.

También lo de fuera es atrayente. Y cambiante: si nos fijamos en lo de fuera, nos ponemos interiormente en movimiento, y el silencio nos abandona. Dejamos de orar.

Durante el silencio uno recibe muchas “visitas”: ideas, conceptos, recuerdos, fantasías, etc. Son resistencias internas al silencio. Son, en el fondo, *pasado* y *exterior*.

Es muy fácil confundirnos con la visitas. Pero podemos limitarnos simplemente a verlas pues “el ojo que ve agresividad no tiene por qué estar lleno de agresividad”.

Debemos dejar que tranquilamente que se disipen las visitas, sin identificarnos con ellas.

“Existe un ‘parkinson’ espiritual que manifiesta nuestra confusión. Este pasaje de la Biblia [Gn 1,1-2] que estamos comentando dice que al principio existía la dispersión. Este origen expresa nuestra propia situación; es decir, el estado en que nos encontramos cuando nos disponemos a encontrar nuestro verdadero origen y encontrar a Dios, porque cuando uno inicia esta aventura espiritual advierte pronto su estado de dispersión, su constante parloteo, la imaginación no deja de ofrecernos fantasías y nos lleva de la ceca a la meca” (Desde, 25).

EL DESORDEN INTERIOR

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 73.

Puede ocurrir que un cierto desorden se adueñe de nosotros en las horas de silencio. Esta experiencia llega a ser un tormento. Nos topamos con el caos que hay en nuestro interior.

Lo que en la vida no se ha asumido siempre nos golpea. El mundo inconsciente aparece consciente.

Pero no hay que sentirse culpables ni avergonzarse de nada, simplemente hay que mirarlo. No hay que sentir ningún apuro ni escalofrío. Y así se irá quietando todo, y el fondo de la vida se hará presente.

Ante el desorden interior es bueno contemplar la naturaleza. Buscar su belleza, su armonía, su equilibrio. Así despertará en nuestro interior el orden, y con él, la belleza y el perfume de la vida.

La experiencia interior del silencio nos va ordenando. Nos pone en armonía. Dentro encontramos el sosiego, la calma.

Cuando hacemos silencio, no hay que hacer nada, todo se recoloca y se asienta por sí solo.

“El agua revuelta no refleja nada, pero el tiempo devuelve al agua su ser cristalino” (Posada, 66).

“En una colmena se trabaja tan calladamente que nada se oye si no se la golpea; todas las abejas trabajan ordenadamente en torno a la reina, equilibradas por ella, y de ahí la armonía. Un avispero es lo contrario, es un desconcierto, allí nadie sabe a dónde va” (Desde, 11).

LA IMAGEN

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 28; Desde, 17-20, 51-54.

Cada uno tiene una imagen de sí mismo, la que él se crea, la que le dan los otros, etc.

La sociedad nos habla de “proteger la imagen”. Cuando el entorno no respeta la imagen que uno tiene, nos resentimos por dentro, nuestra sensibilidad brama.

A veces uno muestra distintas imágenes en distintas situaciones. Cuando ejercemos un papel, preferimos esconder lo que somos y mostrar otra imagen: la vida

así es como un teatro. Ofrecer distintas imágenes es ofrecer apariencias, es representar una comedia. El actor esconde su personalidad y muestra otra.

Nuestra preocupación por la imagen es reflejo de una carencia interior del ser.

Cuando vivimos desde el silencio interior no cabe el teatro.

La verdadera vida se halla cuando no hay imágenes. Uno se siente vivo cuando se da cuenta de ello.

La verdad es la desnudez.

Lo que no pasa, lo que permanece, es lo que somos.

LOS ESTADOS DE SEQUEDAD ESPIRITUAL

A los estados de sequedad espiritual no hay que darles importancia.

Querer luchar contra ello es como pretender cambiar el ciclo cósmico. De forma natural hay otoños, inviernos... y primaveras: todo pasa.

No hay que esperar nada cuando hacemos oración: el que espera algo es el ego.

EL VIAJE HACIA DENTRO

Hay dos dimensiones en la persona: una exterior: condicionada; y otra interior, el Reino de Dios: “Este mundo incondicionado es realmente el mundo más de cada uno, más original, más singular, y por eso mismo, realmente inefable” (Desde, 166).

“Por dentro el silencio es palabra, comunión, luz; y por fuera puede tener un aspecto sombrío de soledad. Por eso al principio el silencio no entusiasma ni apasiona. Pero es ahí donde Dios habla y revela lo oculto.

Al revés del silencio, el ruido por fuera es placer, esparcimiento, diversión quizá, y por dentro es aislamiento, desolación y hasta destrucción y desintegración. En cambio el silencio nos membra y armoniza” (Cosecha, 142).

“... ¿qué sería de las sementeras si cuando brotan no vinieran las heladas? Es para ellas la hora de crecer hacia abajo. Es la hora de fortalecerse” (Sementera, 29).

LA BÚSQUEDA

* SOBRE ESTE TEMA: Alcoba, 201; Conversando, 82-86.

“A pesar de todo, no estamos familiarizados con el pensamiento de que Dios vive en nuestra raíz. ¿Dónde buscar el origen de nuestra vida? Está oculto. Sufrimos de amnesia respecto a nuestro origen. Es justo conocerlo porque es algo imprescindible para nuestra vida.

Un judío cuenta que un día llegó a casa su hijo llorando. ‘¿Qué te pasa?’, le preguntó el padre. Y le contestó el niño: ‘Estábamos jugando al escondite y a mí nadie me buscaba’.

Eso es lo que le pasa a Dios. Se ha escondido y nadie le busca. El silencio se vive con la convicción de que alguien se oculta en nosotros” (Conversando, 83).

“No encontramos a Dios mientras no buscamos a Dios exclusivamente” (Desde, 66).

“¿Cómo se busca dentro? Uno busca dentro cuando suspende toda búsqueda exterior. Sólo cuando se deja de buscar fuera, se realiza la búsqueda interior. En esta búsqueda profunda, esencial, somos, sobre todo, buscados por Dios” (Desde, 120).

“Nuestro peligro es buscar cosas muy concretas.

El Reino trasciende todo lo que podemos pensar e imaginar” (Alcoba, 205).

LA ORACIÓN

* SOBRE LA ORACIÓN DE PETICIÓN: Alcoba, 11-12.

La oración es reunirse con Aquel que es nuestra roca.

En la oración ejercitamos el interior. El no ejercer el interior es la gran desgracia de la vida.

Orar es vivir con sosiego. El encuentro surge del vacío, del silencio (cf. Fil 2,7).

Sería una catástrofe que el discurso sobre la oración supliera a la práctica de la oración. Dice el Maestro Eckhart: “por amor a Dios, vamos a olvidar las palabras que hablan de Dios”.

La oración es un acto de fe en Dios. No se puede cuestionar la oración. En la oración está la encarnación de nuestra vocación, de nuestra fe.

Hay que dejar todos nuestros problemas en manos de Dios. Él está por encima de ellos. Hemos de ir a la oración sin nada. Todas las cosas secundarias deben quedar en un segundo plano. En el primer plano está el Reino de Dios. Y nuestro ego ha de entrar en cierta calma, y desaparecer.

Para orar, como para comer, lo mejor es hacerlo con el menor número de “especies”: la oración nos da la oportunidad de apreciar el puro sabor de lo divino.

Nuestro ejemplo es María, la hermana de Marta, que se limita a escuchar al Señor.

De la oración no hay que sacar nada. Pero la nada da susto y resistencia. Nos resistimos a hacer cosas para nada.

Orar para nada. Así Dios puede escribirnos una pequeña carta postal.

“Serás pura escucha si puro es tu silencio” [...]: “La oración no está en lo que tú puedes expresar o sentir. La oración está en lo que Dios puede obrar en ti, lo que tú le permitas. La oración no es lo que tú expresas sino lo que Él puede expresarte y sólo en el silencio tú puedes escuchar” (Posada, 74).

“Una cosa es coleccionar formas de oración y otra orar” (Desde, 28).

“La oración del silencio es artesanal, no se da hecha, la hacemos nosotros día a día. La oración silenciosa no es confeccionada, digámoslo así, sino a la medida. Y una cosa es una prenda confeccionada y otra la hecha a medida” (Desde, 28).

“Una oración sin disimulos, sin fingimientos, un encuentro en el silencio con tu propia verdad ante el Señor” (Alcoba, 56).

“La oración no se puede definir. De hacerlo se le puede poner límites. En la oración el actor principal es Dios. No existe descripción válida.

A una montaña no se le ven todas las laderas. Así pasa con la oración. Una forma de hablar de la oración puede ser mencionarla como un lugar de encuentro, como una relación...” (Conversando, 25).

“Al principio, se siente la necesidad de decir algo porque sino parece que no se reza. Pero luego..., hay que quedarse en silencio porque Dios tiene algo que decir” (Conversando, 71).

LA MEDITACIÓN

* SOBRE ESTE TEMA: Cosecha, 89-90, 161-163.

“Meditación” (*medium – iter*) significa “ir al centro” o “frecuentar el centro”. Meditar es caminar hacia el ser, hacia lo que somos, hacia lo que no pasa.

La meditación es una incursión en nuestro interior, no una excursión por nuestro exterior.

Hay dos cosas importantes de la meditación: una es aprender a vivir con lo que uno es y la otra desactivar nuestra negatividad, nuestro ego. Esto posibilita que se desvele el “Buen Ser”: Dios.

“Meditar: dejar que la Palabra tome posesión de esta casa nuestra, no como forastera y extraña. Por eso a veces se acerca recelosa, vacilante, como huésped.

Invitarla, a la Palabra, a que entre y se quede con nosotros, esa Palabra única que da gusto, ‘gustar y saborear’ [cf. Sal 34,3]” (Cosecha, 90).

“El silencio crea la capacidad de resonancia profunda. Y allí la palabra nos puede herir, despertar las zonas más lejanas e intactas de nuestro corazón; y dispara la inercia, las energías dolidas que, sin darnos cuenta, llevamos escondidas” (Cosecha, 137).

“Meditar es algo así como un sencillo estar, permanecer. Nada más. Ni nada menos. No correr detrás de los pensamientos, deseos, ansiedades, ni sentimientos. No correr detrás de nada. Porque eso nos oprime y deforma. Y más, eso puede ser un modo de huir, de escaparse uno de sí mismo” (Cosecha, 161).

“Meditar: estar aquí. Sin ansiedad. Con plenitud. Sin que nos manche ni acose el ir y venir. Pues el interior no está dañado” (Cosecha, 163).

“El silencio no se vive en función de una lectura erudita. El silencio es quedarse sosegado en el silencio, en una silla” (Cosecha, 179).

ENTRAR EN NUESTRO INTERIOR

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 63-66, 69-71, 75-78; Alcoba, 101-102, 113-114, 169; Cosecha, 25-26, 57-58, 137-138; Conversando, 15-19, 49-51.

El centro es tan diminuto que no se ve.

El interior es un maestro que no se exhibe, que vive en lo oculto.

Dentro descansamos en Dios. Y nos dejamos mecer felizmente por la vida.

Como el feto en el vientre de su madre, dentro, sin hacer nada, nacemos a una vida totalmente nueva.

Una puerta funciona bien cuando está centrada en el eje. Toda nuestra tarea es ir al eje de la vida, al centro. El interior es el eje de nuestra vida, nuestro centro de gravedad: el torno del alfarero.

Nuestro riesgo es sustituir nuestro ser por lo de fuera. Perder el eje.

Uno se centra cuando descansa en lo que no es pasajero. Lo que no pasa es lo que somos. La exterioridad pasa, pero no el interior.

“Se puede decir: descendemos a la cripta de la Presencia de lo divino y a la vez ascendemos” (Posada, 65).

“Y donde uno sabe que Alguien le espera es dentro de su corazón. Dios es quien nos espera dentro. Esto ilumina el silencio; no hay otra razón, ningún otro por qué. Las cosas bellas no necesitan justificaciones” (Desde, 65).

“Unos días de retiro son auténtica celebración de lo oculto, aquí sólo estamos para lo hondo” (Desde, 127).

“El silencio hace del corazón un lugar de revelación, no del entorno que nos circunda sino del mundo que se aloja dentro. Es la explosión de lo oculto, de lo hospedado en la interioridad; es el descubrimiento, la reconquista de lo que ya va con nosotros.

Al alejarnos del exterior recobramos la mirada primitiva, la mirada original de nuestro corazón, los ojos del hijo que somos, del amor que da a luz” (Cosecha, 26).

“El silencio nos permite llegar sanos y salvos a la zona más nuestra” (Cosecha, 142).

MI CORAZÓN ES LA CASA DE DIOS

El interior es la casa donde sabemos que Alguien querido nos aguarda. Es el hogar donde podemos sentarnos tranquilamente junto a la lumbre y saborear el silencio.

“No soy digno de que entres en mi casa’ [Mt 8,8/Lc 7,6]. Nosotros somos una casa, en la cual se alberga también lo divino” (Desde, 64).

“La palabra, casa, despertaba emociones dichosas en su auditorio, por eso Jesús se sirve de ella para decirnos lo que somos nosotros” (Desde, 64).

“La belleza de una casa no está en el jardín, ni en la fachada; sino en su orden, su pulcritud, su silencio” (Alcoba, 169).

“En Él nos movemos. Él es nuestro hogar. El silencio nos devuelve la conciencia de que somos hogar, familia” (Alcoba, 197).

“Hay muchos espacios. Existe el espacio físico, el espacio social, el espacio ideológico, el espacio artístico... Y otros más: el mar, el cielo, la llanura, el valle, la sierra. Todavía se puede llenar el espacio espiritual, un espacio silencioso. Es el espacio un lugar para encontrarse, descansar, recobrase, amar, crecer.

El espacio silencioso no necesita decoración alguna, ningún adorno: ni alfombras, ni murales, ni biblioteca, ni chimenea, ni muebles. No es para contemplar sino para albergar otra presencia, acaso imprevisible” (Cosecha, 25).

“La casa donde uno vive es más que un espacio. Tiene todo un sentido de vida. En la casa valen los metros ‘habitables’. Los espacios habitables son los espacios vacíos. Por eso una sala es hermosa cuando está libre de cosas. Ahí se da el encuentro y es posible la reunión y la acogida” (Conversando, 15).

“Somos igual que el agua. Ella sube a las nubes. En la cumbre de la sierra luce como nieve, pero luego se deshace para buscar su origen, su fuente, su manantial... Nosotros vamos a la casa” (Conversando, 18).

“Siempre nos gusta oír expresiones así: ‘Quiero que te sientas como si estuvieras en tu casa’. Eso mismo nos dice Dios en el silencio: ‘Siente la paz de tu casa. Siéntete bien en casa. Las puertas están abiertas para ti’. La llave de mi casa, de mi corazón, es el silencio” (Conversando, 18).

“En Jeremías (Jer 16,15) se puede ver que el retorno a Jerusalén es doloroso para aquella gente porque la encuentra en ruinas, arrasada, desoladas las calles... A veces, la vuelta a casa nos puede producir una sensación de pérdida. Mi silencio me puede llevar a ver las ruinas de mi casa” (Conversando, 49).

“En realidad, mi casa tiene que ser un paraíso [...].

En torno a esta vida de paraíso, Dios coloca al hombre entre flores. Yo estoy hecho para vivir en el jardín” (Conversando, 55).

EL VACIAMIENTO

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 102-103; Cosecha, 39-41.

En nuestra vida cotidiana tenemos trato con objetos, pero no con el vacío.

Al Reino se llega cuando nos desapropiamos de todo: así accedemos a la morada interior, al misterio. Jesús se vació, descendió hasta la muerte (Fil 2,7).

Al interior se llega acallando el ego, es decir, rechazando nuestro deseo de tener, de saber y de poder. Al entrar dentro de nosotros, nuestro ego lo pasa mal pues pierde poder.

Cuando nos hemos vaciado totalmente, cuando hemos dejado atrás el cuerpo, la mente, la imaginación, las emociones e, incluso, la intuición, entonces alcanzamos el Reino.

Para entrar en nuestro interior tenemos que desprendernos de todo, incluso de las imágenes de Dios que hemos recibido desde fuera, y de las grandes lecciones magistrales que nos han ayudado en un momento de la vida. Sólo podemos entrar desnudos.

A la oración hemos de entrar sin nada. Sin pensamientos, ni proyectos, ni modelos, etc. Tan sólo podemos entrar con nosotros mismos. Y nada más.

En el *Magnificat* aparece una mujer “desenganchada”. Es deslumbrante la armonía de María.

“Nos hacemos dignos de que [Jesús] ‘entre en nuestra casa’ [cf. Mt 8,8/Lc 7,6] –como decimos en la eucaristía–, cuando nos despojamos” (Desde, 27).

“Hay interacciones que nos llenan de asombro: ¿cómo la pobreza puede recibir toda la riqueza de Dios?, ¿cómo el vacío puede acoger toda la plenitud de Dios?, ¿cómo el silencio puede recibir la infinita Palabra de Dios? La apertura de Dios genera la nuestra” (Desde, 92).

“Ir aprendiendo a estar como en un estado de sosiego. Desear un estado de ‘no hacer’, ‘no saber’, ‘no experimentar’, ‘no adquirir’. Buscar un estado en el que uno se limite a estar sencillamente en su corazón” (Desde, 152).

“... ¿pero cuándo decimos que el Señor es nuestra fuerza?, sólo cuando se han consumido todos nuestros recursos” (Sementera, 71).

DEJAR QUE TODO PASE

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 82-84.

Sólo lo de dentro busca lo eterno, adivina lo eterno.

Es bueno dejar que todo pase: cada experiencia, cada sensación, porque justamente, cuando todo acaba, es cuando todo puede empezar.

No hay que dejar huella, hay que aprender a pasar. La luz no deja huellas.

Si contemplamos un río nos hacemos a la idea de que todo es pasajero.

La Pascua es pasar, no engancharse a nada, pasar por la vida.

Pero la dimensión intelectual busca fijar lo que sentimos. Y no nos damos cuenta de que lo que fija es la muerte.

Desconfiad de lo que busca fijar.

“Todo pasa, aquí no queda nada.

Todo está pasando y todo desemboca en lo que jamás pasa” (Posada, 82).

“La tristeza es creer que aquí se acabó todo” (Posada, 82).

“Gracias a la confianza de que algo no pasa puedes dejar que lo pasajero pase. Que viva lo pasajero con cierta libertad” (Posada, 82).

“El roble se opone al vendaval terrible, y a veces lo arranca; el césped ni lo nota...”

Deja que la vida pase. Deja tu vida en silencio” (Posada, 84).

TRANSFORMARSE EN EL INTERIOR

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 45-48.

Más que probar nuevas teorías, hay que adentrarse en el corazón. Las nuevas ideas son material prestado, de segunda mano. Lo que experimentamos en el silencio es de primera mano.

Acumular nuevos conocimientos no es crecer ni transformarse. Mientras que en el cerebro *acumulamos* conocimientos, en el corazón nos *transformamos*.

Debemos dejar que Dios transforme nuestro corazón, es doloroso, pero beneficioso.

Lo importante es dejar que emerja una vida silenciosa.

Acallar todo, vivir el silencio, es el único camino para transformarse.

“No te reformes, sino más bien nace, pues las reformas no hacen más que recubrir, disfrazar, enmascarar y ocultar el fondo de las cosas” (Cosecha, 129).

“Nacer siempre es pasar de dentro a fuera” (Desde, 181; cf. Cosecha, 45-46).

“Nosotros nos queremos transformar a costa de lo de fuera, pero no es así como nos vamos a transformar realmente; la transfiguración, la transformación va a surgir de nuestro silencio, de nuestro vacío” (Desde, 172).

“Cuando algo comienza es como consecuencia de algo latente, imperceptible. Se inaugura la aventura del silencio en horas de insatisfacción. Por necesidad. Por la única alternativa en ese callejón sin salida que a veces es la existencia. ¡Cuántas veces somos reclusos de ideas, de palabras, de sensaciones!” (Cosecha, 13-14).

“En la subida [de una montaña] se tiene la tentación de quedarse en los refugios, surgen experiencias en la andadura en las que uno quisiera quedarse allí; pero si se queda no llega a la cumbre de la transformación, de la transfiguración” (Sementera, 122).

“El silencio es como una arado que va revolviendo nuestro corazón a veces endurecido. Y lo vuelve más fecundo, más fértil” (Alcoba, 71).

LA EXPERIENCIA DE DIOS

Siempre hay una sospecha de que dentro de nosotros hay “Algo”. Eso es lo que da sentido a la experiencia del silencio interior. El silencio deja que la Trascendencia se revele.

“Es cierto que la oración silenciosa es muy austera, pero nos da la oportunidad de recordar el gusto original de lo divino, de recuperar el gusto original de lo anterior, del corazón, de la vida” (Alcoba, 153).

“El viento sopla monte abajo, y no es igual el ruido que hace en los robles, en las rocas, en las alamedas, en la hierba... pero el viento es el mismo.

El silencio, la vida divina, es la misma. El espíritu es el mismo, Dios es el mismo... la experiencia es distinta” (Posada, 77).

LA PRESENCIA

* SOBRE ESTE TEMA: Sementera, 48; Posada, 45; Alcoba, 121-122, 195; Conversando, 70-75.

La recompensa del silencio interior es la presencia, lo divino. Esa luz es suficiente recompensa cuando aprendemos a estar presentes.

La presencia es estar atentos en nuestro interior, sin juzgar, ni aparcarse..., presentes a todo, al amor, a la estrella, al árbol, a la flor.

La presencia requiere el deseo de no hacer, de no adquirir, de no pensar, etc. Es un estado en el que uno se limita a vivir el presente.

Cuando vemos una flor sin afán posesivo estamos presentes a algo nuevo. Cuando hay presencia, todo es nuevo, sin interferencias.

La presencia se vislumbra cuando desaparece lo que somos.

Debemos vivir cada situación y cada suceso intensamente: abriéndonos al más allá.

Cuando la presencia lo llena todo, no hay nada que decir a Dios.

No hay oración sin presencia, no hay oración si no estamos aquí.

Hemos de estar atentos a nosotros mismos.

“La luz existe. Pero cada vez son menos los ojos que se abren a ella.

La presencia está ahí. Pero cada vez son menos los oídos que desean y buscan.

La Palabra de Dios existe. Pero cada vez son menos los oídos que prestan atención” (Cosecha, 85).

“Todos llevamos un ser que no está condicionado: la presencia en nosotros de ese Dios que nos ama [...]. Esa luz ‘incondicionada’, no es nuestra. Es nuestro lo que hemos creado, este yo interior: ‘el yo creo’, ‘yo siento’” (Desde, 111).

“Las puertas interiores están siempre blindadas. Mi casa es opaca y blindada. No se vive tan a la buena de Dios. Se vive con temor, a la defensiva [...].

En san Juan las puertas son de perlas y transparentes. No recibe luz ni del sol ni de la luna porque dentro todo es silencio; se vive en la confianza de que dentro hay luz. El secreto está en la Presencia, en la luz que recibe dentro y se ve” (Conversando, 52).

“[Señor] En cada instante ábreme a tu gracia, en cada momento ábreme a tu don. ‘Hazme escuchar tu gracia’ [Sal 143,8], dame el recibir la vida” (Posada, 56).

DIOS

Está por encima de todo

Dios es lo incondicionado. Está más allá de lo exterior.

Dios no está ni aquí ni allá: está en el soplo (Jn 4,23).

Dios es la pura simplicidad.

“Dios es el que lo es todo en todas las cosas” (Alcoba, 227).

“Tu Dios es un dios oculto, misterioso. Pero se desvela en la calma de tu silencio” (Alcoba, 211).

“...la diversidad es la nota maravillosa de la creatividad de Dios, hasta las nubes son distintas.

Dios abraza toda diversidad” (Desde, 183).

Está en la nada

Dios no es útil, ni productivo, ni rentable: Dios “no sirve para nada”. “*El silencio es inútil como es inútil Dios*” (Desde, 134).

“La zarza [cf. Ex 3] es el símbolo de lo más inútil. Nada más inútil en el campo que una zarza” (Sementera, 71).

Dios se hace presente cuando ya no queda nada donde agarrarnos interiormente. Busca la nada y tu alma se sentirá resucitada.

Está dentro de nosotros

Dios es el Amo de nuestra casa (cf. Alcoba, 27-28).

Dios es nuestra roca. Pero es una roca que está oculta. Hace falta profundizar en nosotros para encontrarla (cf. Alcoba, 85; Cosecha, 183-184).

Dios se limita a “soplar” en nuestro cuerpo (cf. Gn 2,7).

“Yo no estoy solo, decía Jesús, pero es también tu realidad: tú nunca estás solo” (Posada, 20).

Sólo en Él podemos descansar

Sólo en Dios encontramos la paz.

Dios pone orden (cf. Gn 1) en el desorden de nuestro interior.

Dios es el Amado (cf. Alcoba, 46-47).

Dios es nuestro Padre (cf. Alcoba, 207-208).

JESÚS

“La lluvia viene del cielo [...]. Jesús es el que viene del cielo [...]. ...la tierra es agradecida con la lluvia, también la tierra de nuestro corazón cuando acoge a Jesús” (Posada, 43-44).

Es nuestro Maestro

Jesús no tiene ningún sitio donde descansar: no descansa en lo exterior. Su morada preferida es nuestro corazón. Y su presencia en él nos hace madurar.

Jesús no fuerza, sólo suscita desde dentro: como la flor, que sale de dentro. Y lo inédito de la vida es un misterio, una fascinación.

Es Luz en la mayor oscuridad

La gran revelación de Jesús es que el Reino, el tesoro escondido, no está ni acá ni allá, sino en nosotros. Y todo queda iluminado desde el Reino.

Muere en la cruz

Jesús nos libera porque es el más libre. Sólo puede liberar el que es libre. Diríamos que Jesús en la cruz sigue siendo libre. Libre porque es un ser para los otros, por esa donación que él vive.

La cruz es como la tierra fértil, como el útero de la madre: el sendero de la vida que surge en el vacío, en la nada. Busca la nada, y hallarás el camino.

Presente en la Eucaristía

La eucaristía está orientada hacia la comunión. Este gesto de Jesús bien puede inspirar todas nuestras comuniones.

Jesús murió antes de subir al calvario: en la eucaristía se vació.

LA PALABRA DE DIOS

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 31-34.

La Palabra tiene tres dimensiones:

La *creación*. La naturaleza nos habla de Dios. Debemos contemplarla sin más, sin nombrarla, sin pensarla.

El *corazón*. La Palabra está dentro de nosotros (Dt 30,11).

“El silencio es necesario para seleccionar la Palabra y para decir lo que el salmista. Oigo en mi corazón una voz...” (Conversando, 87).

La *Biblia*. En vez de leerla antes de hacer silencio, es mejor hacerlo después.

El Evangelio es siempre el Evangelio de la interioridad. El Reino de Dios está dentro de la persona.

Más que interiorizar la Palabra de Dios hay que dejar que salga de nosotros.

“Realmente la Palabra viene siempre, pero raramente nos encuentra en casa, raramente parece ser que nos encuentra disponibles” (Desde, 34).

“Y así el silencio viene a ser como el lecho y el alumbramiento de la Palabra” (Conversando, 6).

“Es en la noche donde luce la estrella, y es en el silencio donde es vista la Palabra” (Conversando, 7).

VIVIR EN EL SILENCIO

EL AMOR

Alcoba, 31, 131-132; Cosecha, 16, 151-152; Conversando, 31-33.

“El silencio no es hijo del deber, sino del amor; el silencio es una obra de amor” (Posada, 42).

“El amor no siempre nos enriquece, el amor lo primero que hace es empobrecernos, lo entregamos todo. Todo ha de ser ofrecido y entregado a Dios” (Posada, 51).

“Lo primero que hacía antiguamente el ama de casa era despertarse y encender el fuego. Encender la lumbre: era un arte. Luego, durante el día era sólo mantenerlo.

En la mañana encender la conciencia de saberse amado. Después durante el día es fácil mantener encendido el fuego del amor” (Alcoba, 131).

“Nosotros, en nuestra ignorancia, ofrecemos a Dios cosas, promesas, pero en realidad la ofrenda que podemos hacer es la ofrenda de nuestro corazón, la ofrenda de nuestro ser interior [...].

Un objeto, un regalo, una ofrenda, una cosa siempre se deteriora, se acaba; lo que no se acaba, lo que no se consume, lo que no tiene fin es la vida del corazón, el amor de tu corazón” (Alcoba, 159).

“La tierra está enamorada del sol, por eso gira en torno a él; nosotros también estamos enamorados de Dios y giramos en torno a esa aspiración al infinito” (Alcoba, 193).

“El agua mana por el gusto de fluir. El amor que se despierta en el hombre ama por el gusto de amar. El amor tiene que salir de nosotros como el agua de un manantial” (Conversando, 32).

“El amor que está en todo ser humano necesita ser despertado. Y para que ese amor crezca tiene [...] que ser arrojado, arrullado... En estas primeras horas el ser humano necesita amor. Al crecer reparte esa agua para que otros puedan apagar su sed. Necesita tener alegría de amar. Es la alegría del agua cuando se derrama sin cesar. En el alta mar de tu historia, ama” (Conversando, 33).

“Nadie os va a desarrollar la capacidad de hacer silencio. La tarea del silencio es un ejercicio para el amor” (Conversando, 57).

“Jesús elogia el estar sentado de María: ‘ha elegido la mejor parte’ (Lc 11, 42); el ego de Marta no la dejaba quieta; María no hace más que escuchar. Estar sentados

es acoger. Permanecer, permanecer..., sólo permanece el Amor, dice S. Pablo (1 Co 13)” (Sementera, 115).

LA PAZ

* SOBRE ESTE TEMA: Sementera, 49; Posada, 66-68; Desde, 81-87, 101-105; Alcoba, 49-50, 219-220, 225; Cosecha, 33-35, 193-194.

Cuando Jesús entra en nuestro corazón, en nuestro templo, aparecen muchas cosas dentro de nosotros. Experimentamos un cierto desorden interior. Pero poco a poco todo se va asentando. No sé sabe cuándo, pero, con la práctica, el sosiego llega. El Reino de Dios aparece.

Se descansa bien en el vacío: cuando no sentimos nada como propio, cuando no deseamos nada, cuando desconectamos de todo.

En el centro de nuestro corazón encontramos todo descanso. Dentro hay una luz especial; no se piensa, ni se recuerda, ni se imagina; no hay hombre ni mujer, todo queda transido; sólo hay amor, entrega desinteresada.

“En realidad la paz que nos propone Jesús no es la de un tranquilizante o de un analgésico. Tampoco es la paz de una euforia o una ilusión. Es la paz esencial, en lo hondo, en lo profundo de nosotros mismos” (Desde, 81-82).

“El que mora en el silencio se vive a sí mismo, sin reservas y serenamente, pues todo lo serena el silencio. Serena la noche y el día, serena la aurora y el atardecer, serena las horas oscuras, las horas de luz y de bochorno. El silencio nos trae la paz y deja emerger la inocencia y la plenitud” (Cosecha, 26).

LA CONFIANZA EN LA PROVIDENCIA

* SOBRE ESTE TEMA: Alcoba, 89-90, 187, 229, 247-248; Posada, 18-19, 35-36; Sementera, 27-31.

El silencio no es la *certeza* que reside en la mente, sino la *confianza* que hallamos en el corazón. El mundo del corazón es el mundo de la confianza, no de la certeza. Uno se casa o se ordena por confianza, no por certeza.

Si estamos aquí es por la providencia.

Debemos estar confiados. Vivir sin expectativas, sino a expensas de lo que venga, de lo que haya. Como hacen los bebés.

“Estar abiertos significa dejarse mecer por la vida porque en todos los momentos está Dios y es Dios el que nos vela; es la vida la que nos mece; es Dios el que nos mece” (Desde, 95).

“La vida avanza como un río. No hay que empujarlo para que llegue antes. El río no se extingue; se funde en el inmenso océano” (Cosecha, 67).

“Donde está Dios no hay azar, ni casualidad, ni suerte. Todo es gracia” (Cosecha, 67).

“Lo nuestro es dejarnos respirar, no poner ninguna resistencia” (Alcoba, 181).

“Confianza en las manos que te han creado.

Confianza en las manos que te ofrecen descanso.

Guárdame, Señor, pues soy obra de tus manos.

Descansar en el Señor, en su bondad que es toda ternura” (Alcoba, 175).

“La oración en el huerto [cf. Mt 26, 36-46/Mc 14,32-42/Lc 22,40-46] es como nuestro silencio. Jesús tiene delante de sí la muerte. Se retira un rato y no hace otra cosa que tirarse a tierra. No para rezar muchos salmos... para aceptar [...]. Era el acontecimiento de su pasión. No se escapa. Suda sangre. Es un gesto de estremecedora aceptación. Y este gesto lo podemos imitar en nuestro silencio [...]. Cuando se levanta de su silencio ya es otro Jesús. De alguna manera ya ha vivido su pasión. Se ha desposado con todo. Luego viene la calma delante de Pilato, una calma que impresiona” (Conversando, 100).

“Esta aventura no la hemos comenzado nosotros, es Él quien nos ha puesto en camino y en marcha, por eso hemos de vivirla con mucha confianza. La confianza es una obra del corazón” (Posada, 35).

LA FELICIDAD

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 38-39, 125-128, 131-136; Cosecha, 53-54.

En la sociedad se busca la felicidad. Pero en ella se considera que la felicidad consiste en encontrar *fuera* de nosotros lo que satisface nuestras *necesidades*. Pero en realidad, la felicidad se encuentra en el trato con uno mismo. “*Lo que ocurre con estas ofertas de felicidad es que llevan algo engañoso: se ofrece la felicidad creando la necesidad de algo; como si no fuéramos felices por carecer de eso... ‘si usted compra un coche será más feliz’*” (Desde, 132).

No carecemos de nada en el interior. Tenemos excedente.

No debemos confundir el *placer* que nos puede proporcionar un objeto, con la *alegría* que nos da una persona, con la *bienaventuranza* que sentimos al encontrar el Reino de Dios (cf. Desde, 167-169).

“La desembocadura en la vida es la bienaventuranza. Es ahí donde desemboca todo el camino y toda andadura” (Desde, 169).

“Alegría significa estar aligerado” (Posada, 22).

“Nuestra felicidad no está en lo que conseguimos sino en lo que realmente somos. La fuga mundi es pasar de lo que echamos en falta a lo que nunca nos ha faltado, a lo que realmente somos” (Sementera, 56).

LA GRATUIDAD

* SOBRE ESTE TEMA: Sementera, 89-94, 115-117; Posada, 54.

“Orar sin ninguna expectativa para que él nos dé lo que quiera” (Sementera, 117).

“La vida hay que vivirla con el gusto de vivirla” (Sementera, 117).

“Dios todo lo da gratuitamente, por eso es un don que no se acaba. Se agota aquello a lo que ponemos precio, pero lo gratuito es algo eterno.

Conviene no poner un precio a nuestro silencio. Es conveniente que sea un don también, un espacio gratuito. Conviene hacerlo sin condiciones, sin esperar, incluso, ninguna recompensa porque eso sería un precio y entonces se agota, se consume, se acaba” (Posada, 54).

LA LIBERTAD INTERIOR

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 31-32; Cosecha, 187-189; Conversando, 59-65;

El silencio interior no se impone, ha de vivirse en un corazón libre.

Es bueno no vivir bajo una autoridad exterior, sino desde la luz interior.

El grupo, la manada, no tolera que uno sea disidente y libre.

Jesús, nuestro maestro interior, nos incita a vivir con vida propia, sin depender de lo exterior. Sin depender de nadie.

La libertad supone romper con muchas cosas y correr con muchos riesgos: no debemos de ser como el loro que quiere la libertad, pero que, por miedo, no escapa de la jaula cuando está abierta, por no saber qué pasará con él.

Hay gente que siente horror al vacío, a la libertad, a la soledad. Pero la libertad no se puede vivir si no es con un cierto nivel de soledad. La libertad se vive en el silencio.

Estamos tan ocupados en hacer cosas que descuidamos la soledad y sin soledad no hay libertad. El silencio es la cura para nuestra liberación.

Nuestra vocación es la libertad.

Debemos darnos de baja de lo que la sociedad nos impone.

“Camina hacia ti mismo porque es una aventura maravillosa. No podemos cambiar los estímulos de fuera, lo exterior a nosotros, ni el discurrir de la historia, pero lo que sí podemos hacer es elegir nuestra propia respuesta. No podemos elegir los estímulos: que nos quieran, que nos aprecien, que nos reconozcan, pero sí nuestra respuesta ante todas las situaciones. Y esa es nuestra verdadera libertad. El silencio da a luz nuestra respuesta, nos proporciona la gracia de dar alumbramiento a una respuesta nueva y justa a esa situación o acontecimiento” (Sementerá, 105).

“En cambio, dentro, dentro no hay límites, sino sólo plenitud porque es el recinto donde está Dios” (Posada, 32).

“Nos sentiríamos más libres si supiéramos que ‘el Señor sostiene mi vida’ [Sal 54,6]” (Posada, 71).

“El silencio no es popular porque existen serias dificultades para ejercerlo. La sociedad no permite que seamos uno. Es tiránica” (Conversando, 64).

“Sería pasar de acoplarnos a un estilo, a un modelo, para incorporarnos a un mundo donde las formas se han superado” (Sementerá, 54).

“No dependas de nada, sólo de ti. Sólo de dentro. Lo de fuera enloquece y aniquila. Lo de dentro enamora.

Allá en los latidos del corazón se sienten y se dan los latidos de Dios, del cosmos, y no se hecha en falta nada. No hay ausencia de nada y hay plenitud de todo” (Cosecha, 156).

LA VERDAD

* SOBRE ESTE TEMA: Sementera, 75-76.

La Verdad es lo que queda cuando todo queda asentado.

La Verdad es la desnudez.

Los dominicos somos la Orden de la Verdad: por eso no deberíamos llenarnos la boca de palabras, sino despojarnos de todo.

“El silencio vuelve casi trasparente lo indecible, canta lo inefable. Y es que la verdad no es lo se dice sino lo que acaba de decirse. En realidad, la verdad es el silencio más que las palabras” (Cosecha, 117).

“El silencio es así camino para ir más allá, para ir a lo más firme y verdadero e incuestionable de uno mismo” (Cosecha, 184).

“Para ver hay que ir a la luz. A pleno sol no hay sombras. A pleno silencio, en el extremo silencio, la sombra desaparece. Sólo entonces podremos buscar la verdad interior.

El silencio es algo inédito. No se puede definir. Tampoco se puede empujar, por lo que la paciencia es necesaria para la práctica” (Conversando, 68).

“El girasol se orienta a la luz; en cuanto amanece se vuelve a la luz. Orar como un girasol es estar orientados a la luz. Es muy importante estar orientados” (Sementera, 75).

“De Santo Domingo dicen los testigos que siempre le veían un semblante resplandeciente reflejo de la luz interior; que es realmente lo que nos orienta, nos conduce” (Sementera, 76).

“...lo único real es invisible” (Cosecha, 72).

LA LUZ

* SOBRE ESTE TEMA: Posada, 68; Alcoba, 15-16, 79-80, 143-144, 239-240.

El corazón es la “lámpara de nuestros pasos” (cf. Sal 119,105).

“...ves cada cosa como envuelta de una aureola de luz que protege y muestra, a la par, el tesoro oculto” (Cosecha, 72).

“...la luz siempre es nueva, la luz siempre es virgen, la luz nunca ha sido” (Desde, 179).

“Nuestra oración silenciosa es como una acto de confianza en esa luz interior” (Alcoba, 80).

“La luz no necesita de las cosas, pero las cosas sí necesitan de la luz” (Alcoba, 166).

“Ésta llega a nosotros inmaculada y virgen. Y es una invitación a que nuestra vida, en esta hora, sea nueva y virgen” (Alcoba, 239).

“La luz existe. Pero cada vez son menos los ojos que se abren a ella” (Cosecha, 188).

“Tú eres ojos que ven y oídos que escuchan, si eres silencio.
Tú eres luz, palabra y presencia si eres silencio” (Cosecha, 189).

LA SABIDURÍA

* SOBRE ESTE TEMA: Sementera, 83-86; Posada, 40; Desde, 187-190.

La sabiduría no es ni juicio, ni análisis, ni meditación, etc. La sabiduría es silencio (cf. Is 55,8-11).

La sabiduría es vivir con ojos limpios (cf. Mt 7,1-5/Lc 6,37-42).

Cuando acallamos nuestro interior, cuando hacemos silencio, descubrimos cosas nuevas. Sí, sencillamente “descubrimos”.

La sabiduría puede comprender hasta la contradicción.

Desde el exterior no podemos comprender nada. Dos exterioridades lo único que hacen es chocar.

Desde nuestra luz interior iluminamos las cosas. Éstas cobran existencia. Pero la luz interior no necesita las cosas.

Todo se esclarece cuando Dios es todo para nosotros.

ACTUAR DESDE DENTRO

* SOBRE ESTE TEMA: Desde, 11-14; Sementera, 15-17

Para mucha gente, el centro de su vida es el trabajo. Tiene una verdadera afición al trabajo. Y cuando ya no puede hacer cosas, se siente “nada”. Pero Dios no nos ha hecho para hacer. Claro está que hay que hacer cosas en la vida, pero vivir no es hacer. El trabajo no puede ser el centro de nuestra vida.

El sábado –el Sabat– hay que respetarlo al máximo.

Trabajar sin ambición ni egoísmo no cansa. Cuando se trabaja por el interés propio, el trabajo se vuelve insolidario. La ambición vuelve estéril la vida.

Jesús nos dice que debemos actuar –rezar, dar limosna, servir– desde nuestro interior. Todo cuenta, pero todo armonizado, ensamblado, vivido desde nuestro interior.

No debemos obstaculizar nada ni engancharnos a nada. Por ejemplo: disfrutar sosegadamente de un helado, sin más.

Sólo debemos estar enganchedos a nuestro interior: así estamos enganchedos a Jesús: “Yo soy la vid y vosotros los sarmientos”.

No mensurar nada.

Hacer el bien no se nota, no hace ruido. El ruido no hace bien.

“Silencio no es mudez; conlleva todo un comportamiento que hace referencia al sosiego de todas estas dimensiones de nuestra exterioridad” (Desde, 71).

“La flor siempre se abre desde dentro. En realidad toda la naturaleza se abre desde dentro, una semilla se tira en tierra y allí se abre, la nube cuando está madura se abre desde dentro y deja caer la lluvia sobre nosotros y la flor cuando madura se abre y nos regala su perfume y fragancia. Y es de dentro de donde viene la fragancia, el perfume del Señor” (Sementera, 77).

“Si te acercas a la paz, te vuelves paz.

Si te acercas a la luz, te vuelves luz.

Si te acercas al amor, te vuelves amor [...].

Esa paz, esa luz, ese amor no son para ti, son para todos” (Alcoba, 173).

“Pero se sabe que lo que más duele es la postura en la vida. Cuando ésta no es justa es la que genera mayor dolor. Este desequilibrio crea el dolor. Si la postura no es coherente, honesta, de servicio, de autenticidad..., crea un profundo malestar y esa

división se refleja en nuestro cuerpo. Si hay una postura justa, la vida no duele” (Conversando, 96).

“Cuando el corazón es puro se vuelve pura toda la acción” (Sementera, 16).

“El huracán extrae su fuerza del centro, y el eje del huracán es calma pero ¡qué energía, qué violencia desarrolla! La aparente inactividad es la fuente de toda la acción. Una acción sin interioridad puede ser bastante superficial” (Sementera, 17).

“El otoño no es tan sólo un asunto de climatología. El otoño es sementera; es paciencia con cierta impaciencia. Es despojo, desapego, transparencia; se caen las hojas y el bosque se vuelve transparente. Cuando se caen las palabras, cuando se detienen los deseos, cuando cesan las expectativas, el alma se vuelve trasparente de la transparencia que la habita.

El otoño todo es adentro. La primavera todo es afuera.

El silencio, una estación recatada, austera. La primavera, una exhibición espectacular, un inmenso grito de la naturaleza.

En primavera la tierra huye de su oscuridad y se abre precipitadamente al sol, al día.

Aprende primero a ser otoño. Después serás primavera” (Cosecha, 50).

“Este saber estar con los demás, nos conducirá para estar al cuidado de que nadie, a nuestro lado, se sienta marginado. Aunque sea una presencia silenciosa. La presencia de un corazón liberado engendra una liberación de los demás. Si en nuestro corazón hay una luz, esa luz será la que ilumine a otros, sin que casi nos demos cuenta.

En verdad, todo esto nos supone estar asentado en el fondo de sí mismo. Cuando uno descansa en la plenitud del Dios que nos habita, puede dedicarse a los otros” (Sementera, 99).

“Vives porque otro se dedica enteramente a ti. Deja que esta verdad te inunde de gozo divino. Puede que esta conciencia te lleve un día a dedicarte a los demás, enteramente, sin buscar nada” (Alcoba, 247-248).

“El silencio es una soledad en comunión y nos vuelve solidarios con todos” (Conversando, 65).

“El hermetismo nos cierra a todo lo bueno, nos pone de espaldas a la vida. En el silencio no estamos de espaldas sino acogientes. Toda nuestra existencia se vuelve porosa, casi hasta el cuerpo” (Posada, 64).

“De Dios no hay demostradores sino testigos, testigos de lo Absoluto, testigos de ese otro mundo” (Desde, 41).

“Sé la luz que eres por dentro.
Sé la paz que eres por dentro.
Sé la bondad que eres por dentro.
Sé el amor que eres por dentro” (Alcoba, 198).

LA DIMENSIÓN SOCIAL DEL SILENCIO

El mejor regalo que se puede hacer a este mundo es tener un corazón puro, que no juzga, que comprende, que acoge. Por eso se necesita habitar nuestra casa interior en silencio. No hay mejor ofrenda a la sociedad que la ofrenda de un corazón purificado por el silencio.

Para estar juntos basta con estar atentos al otro, y no enjuiciarle, ni analizarle, etc.

Nuestro ego se empeña en hacer cosas buenas. Pero lo más importante la presencia interior. Lo demás surge espontáneamente.

Somos ciudadanos del mundo. En ningún lugar somos extranjeros. Todo lo que hacemos, todo lo que decimos, tiene una influencia sobre nuestro planeta. Sea quien sea quien esté hablando, si oigo algo que no esté de acuerdo con lo que vibra y late en mi corazón, yo sé que tengo una parte en ese asunto.

Hay que permitir que la presencia de dentro salga.

En cada relación hay que derramarse, hay que verterse.

Cada acción de la vida es toda una finalidad: así es como uno se derrama. Cada paso es una meta: sólo debemos pensar en esa meta, no en las que la siguen.

Sólo cuando se vacía nuestro corazón, se llena hasta el borde. Sólo se puede recibir todo cuando lo hemos dado todo.

Cuando estamos atentos al ego, no estamos atentos a lo que hacemos.

“Hacer silencio, hacer sitio a los otros, es ceder el espacio más soleado del corazón a alguien que llega y llama. ‘Llamad y se os abrirá’ [Mt 7,7/Lc 11,9]. El silencio es abrir, bajar la guardia, dejar de estar a la defensiva” (Cosecha, 187).

“No se vive el silencio para sí mismo. Como el sol no luce para sí, ni la lluvia cae para sí. Viene a ser el silencio la comunión de todos” (Conversando, 6).

NO PRETENDER NADA

“En el silencio nosotros no somos los protagonistas. Es Dios quien tiene que serlo. Celebramos tan solo su presencia. Y conviene recordar que ‘si no os hacéis como niños...’ [Mt 18,3], no entramos en el silencio. Hay que aprender de ellos a no ‘hacer nada’. Absoluta dependencia. Yo no puedo hacer. No sé hacer. Aprender a callar, a no hacer” (Conversando, 71).

“Hay que dejar nadar al pez; volar al pájaro; a la Palabra que suene. Id aprendiendo esto. ¡Qué bueno es no influir en nada!” (Conversando, 88).

“Por el silencio uno aprende a escuchar sin anticipación. No adelantarnos a la palabra es buena cosa. No decir antes de tiempo lo que el otro nos tiene que decir.

La música es después de escucharla. La música se celebra después de que el sonido se haya consumido. La Palabra es después que ha ya concluido el sonido” (Conversando, 88).

“A nosotros nos toca dejarnos conducir por Él, dejar atraer por Él; de nuestra parte está solamente el dejarnos seducir, el dejarnos enamorar” (Alcoba, 117; cf. 125).