

Por los caminos del silencio

Lala Franco

El silencio es la puerta de entrada a la oración.

En el terreno religioso, nada puede sustituir a la experiencia personal, al encuentro con el misterio. Hoy se despierta con fuerza en el mundo cristiano la conciencia de que no basta el ritual, ni la vida comunitaria, ni siquiera los sacramentos, si no se acompañan de un tiempo personal de profundidad y silencio. Si no se cultiva y se educa el espíritu en la escucha. El Señor sale a nuestro encuentro, afirmamos. Él, decimos, toma la iniciativa; pero no nos damos el tiempo de reconocerlo, ocupados como estamos con nuestras ideas, nuestras propuestas, nuestro empeño.

Reconocernos como sus criaturas, gustar en nosotros el Espíritu que Él infunde en nosotros y nosotras y que nos hace ser, ver el mundo con los ojos misericordiosos de Jesús... Para ello, desde el cristianismo se han propuesto diferentes prácticas espirituales. Hoy pisan con fuerza escuelas de meditación en las que el silencio y el vaciar la mente son esenciales. Sin contraponerlas a cualquier otra práctica espiritual, podemos decir que se caracterizan por ser menos activas: no hacemos, sino que nos dejamos hacer.

“La espiritualidad siempre ha transitado en ese terreno en el que se acalla la mente y el pensamiento para acceder a una comprensión y aceptación del Misterio, de lo Uno en lo múltiple. Es afirmar la unidad-en-la-diferencia que abraza todo lo real”, afirma Enrique Martínez Lozano.

Acallar la mente, conciencia del ser, vivir la unidad

Llámesese oración “centrante”, meditación, contemplación, venir al presente, experiencia no-dual, etc., en todas se nos propone alcanzar un nuevo nivel de conciencia por la vía del vaciamiento. Se nos invita a controlar o acallar a “la loca de la casa”, como llamaba Santa Teresa a la imaginación, para que emerja la conciencia del ser. Desde esta nos abrimos a todo lo que existe y a su base y fundamento, nos abrimos al misterio de Dios.

Frente a una concepción dualista, en la que el hombre se concibe separado del mundo y de Dios, se nos invita a una experiencia de unificación interior: “...consiste en volvernos hacia nuestra propia naturaleza con total concentración, en experimentar de primera mano nuestra propia creación y, sobre todo, en hacer experiencia y volvernos hacia el Espíritu de Dios que habita en nuestro corazón”, dice el ya fallecido John Main, benedictino, creador de Comunidad mundial para la Meditación cristiana.

“La contemplación es la experiencia de la presencia de Dios o de la afluencia de la Gracia, en un sentido distinto a pensar en Él o a tener sentimientos hacia Él... es un gustar el sabor del misterio último al que llamamos Dios en la tradición religiosa judeocristiana y recibe otros nombres en otras religiones. Pero hay un solo Dios”. Son palabras del cisterciense Thomas Keating, creador de un método de contemplación basada en la práctica de los monjes de oriente e inspirado también en el zen.

Venir al presente

La meditación, lejos de proponer una evasión, exige “venir al presente”, para vivirlo en toda su intensidad. Otro benedictino y maestro zen, Willigis Jäger, que vivió una experiencia cercana a la muerte, reflexiona así: *“Después de esa experiencia me quedó la certeza: cuando muera volveré a ese amor infinito, sin ninguna limitación del yo. Y ese amor es el Fondo originario de todo ser. Entendí que, como personas, no avanzaremos si no conseguimos crecer en ese nivel de la experiencia del amor incondicional... Esa experiencia no se consigue con la voluntad o la acción, sino únicamente entrando en nuestro siempre presente Ser auténtico, que significa lo mismo que Amor... A fin de cuentas no se nos pide más que un sí al momento presente de esta vida que vivimos”*.

Todas estas escuelas de meditación beben en la práctica de los padres del desierto -entre ellas en la llamada oración del corazón- y algunas incorporan una jaculatoria o mantra, una palabra que se repite durante toda la práctica, acompasándola con la respiración, como “Maranhatá”, (“Señor, ven” en arameo), que ayuda a permanecer con la mente aquietada y se convierte en “lanza o foco para entrar en las capas más profundas del alma”, dice Jäger. Pero también incorporan técnicas de otras escuelas orientales no cristianas, especialmente el Zen, con técnicas de meditación centenarias, experimentadas con mucha más extensión que en el cristianismo.

Por sus frutos los conoceréis

Lejos de quedarse en un narcisismo espiritual, la vía del silencio debe también someterse al escrutinio de los frutos que produce. Dice Marià Corbí que la vía a la espiritualidad es el silencio interior, su fruto el conocimiento silencioso y éste es la raíz del amor incondicional a todos los seres. El conocimiento silencioso no aleja de este mundo sino que sumerge en él. Porque “una pretendida verdad espiritual que no aboque apasionadamente al asentimiento, al respeto, a la veneración, al interés incondicional por todo esto de aquí, tal como viene, no es verdad... La acción de transformación y reforma que brota de esa experiencia excluye toda agresión, todo rechazo, toda violencia, todo menosprecio, toda falta de amor”.

En la misma línea concluye Javier Melloni que “si la plenitud espiritual que se busca no descentra y abre a los demás, no hace más que fomentar lo más oscuro que tenemos, que es la voluntad de poder. El criterio crístico es que ‘cuando lo hicisteis con uno de mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicisteis’ (Mt, 25, 40). Si Dios es la plenitud del ser que nos da su ser en plenitud, el acercamiento a Dios debe transformarse necesariamente en donación y no en ensimismamiento”.

Alandar