

SILENCIO Y ORACIÓN

Preparación para Ejercicios Espirituales – Día 04

He terminado los Ejercicios y me he sentido como que comenzara a bajar de la montaña donde me he encontrado con nuestro Creador, me siento alegre de esta experiencia que he vivió, me siento optimista para luchar y hacer lo que en estos días he aprendido, porque sé que no estoy sola, Cristo está conmigo

— Julieta

San Ignacio propone dar los Ejercicios a quien no pueda retirarse de sus actividades, pero valora grandemente a quien sí puede hacerlo.

[19] 19ª La diecinueve: al que estuviere embarazado en cosas públicas o negocios convenientes, quier letrado o ingenioso, tomando una hora y media para se exercitar...

[20] 20ª La vigéssima: al que es más desembarazado y que en todo lo possible desea aprovechar, dénsese todos los ejercicios espirituales por la misma orden que proceden, en los cuales por vía ordenada tanto más se aprovechará, quanto más se apartare de todos amigos y conocidos y de toda solicitud terrena; assí como mudándose de la casa donde moraba, y tomando otra casa o cámara para habitar en ella, quanto más secretamente pudiere; de manera que en su mano sea ir cada día a missa y a vísperas, sin temor que sus conocidos le hagan impedimento. Del qual apartamiento se siguen tres provechos principales, entre otros muchos:

- el primero es, que en apartarse hombre de muchos amigos y conocidos, y asimismo de muchos negocios no bien ordenados, por servir y alabar a Dios nuestro Señor, no poco merescé delante su divina majestad;
- el segundo, estando ansí apartado no teniendo el entendimiento partido en muchas cosas, mas poniendo todo el cuidado en sola una, es a saber, en servir a su Criador, y aprovechar a su propia ánima; usa de sus potencias naturales más libremente, para buscar con diligencia lo que tanto desea;
- el tercero, quanto más nuestra ánima se halla sola y apartada se hace más apta para se acercar y llegar a su Criador y Señor; y quanto más así se allega, más se dispone para rescibir gracias y dones de la su divina y summa bondad.

Comenta el P. La Palma, llamado *el príncipe* de los comentadores de los Ejercicios Espirituales:

Porque la **soledad** preocupa¹ el tiempo, mortifica los afectos, adormece las pasiones, desvía las ocasiones, quita los cuidados, serena las potencias, y desocupando el alma de todas las criaturas, la dispone para acercarse más y unirse con Dios. El **silencio** es el freno de todas las pasiones, y la guarda de la devoción y del fervor, y la llave con que el hombre interior está recogido y encerrado dentro de sí mismo; y como dijo san Diadoco *Preclara res est silentium, nihilque aliud, quam mater sapientissimorum cogitatum*. Excelente cosa, dice, es el silencio, y no es otra cosa, sino madre de sapientísimos pensamientos. Pues como quiera que todo el ejercicio de las virtudes se gobierne por los pensamientos, y la primera entrada de la gracia sea por el pensamiento, bien

¹ En el sentido de aprovechar; del castellano (RAE) «ocupar antes o anticipadamente»; mejor incluso del latín, *praecipare*: «ganar».

se ve cuánto importa el silencio para alcanzar las virtudes, pues es madre de buenos pensamientos.²

Se van a retirar unos días buscando esa soledad y ese silencio. Dice el Señor en Mc 8,2: *siento compasión de esta gente, porque hace **ya tres días** que permanecen conmigo y no tienen qué comer*. Eso haremos, estar al menos tres días con el Señor, así se compadece de nosotros y nos da el alimento divino. También en Mc 8,35 dice el Señor *quien pierda su vida por mí y por el Evangelio, la salvará*. Tenemos que estar dispuestos a perder la vida... ¿no estaremos dispuestos a perder tres o cinco días?

En esa soledad es donde puede volver a enamorarnos el Señor: *La seduciré y la llevaré al desierto y le hablaré al corazón*. (Os 2,16). Nos retiraremos por amor a Cristo, y resistiremos cualquier tentación aunque pueda costar; también el P. La Palma trae este anécdota:

Cuenta de sí mismo Paladio, que hallándose una vez muy combatido de una profunda tristeza, y desanimado a proseguir el ejercicio y lucha espiritual en que estaba, se fue a san Macario, y le dijo: Padre, mis pensamientos me afligen, porque me dicen que me vaya del monasterio, porque aquí ni hago nada, ni me aprovecho nada. Y el santo le dijo: Responde a tus pensamientos: *Propter Christum custodio hos parietes: **estoy guardando estas paredes por amor de Jesucristo***. Respuesta muy sabia y de maestro de mucha experiencia. Porque juzgo que no hay hombre tan imperfecto y tan poco ejercitado, que ya que no pueda ser señor de sus pensamientos y de sus afectos para emplearlos en la contemplación de Dios, por lo menos no lo pueda ser de sus movimientos corporales para hacerse fuerza y estar fijo en la guarda de su celda. Demás de esto dio a entender, que las paredes de la celda eran un tesoro tan grande, que todo un hombre estaba bien ocupado en solo guardarlas. Y que los demonios ponen tanto cuidado en robarnos estas paredes, que ningún cuidado y vigilancia sobra para guardarlas; y que cuando no hagamos más que estarnos a vista de nuestras paredes, será tanto el fruto espiritual que de aquí sacaremos, que sin duda Cristo Señor nuestro se dará por bien servido de que por su amor y respeto nos ocupemos en esto.³

Y una particular importancia le da tiene para los comienzos:

Sea pues el primer cuidado de los que tratan de la salud de su alma recogerse a la quietud de su celda; la cual como dijo san Basilio, es como la enfermería del Médico del cielo, donde se han de curar todos los que salen heridos de la guerra de sus pasiones; y es tan saludable la sombra de la celda, que todos los que se ponen debajo de ella quedan sanos de cualquiera llaga o herida del hombre interior. Y por eso exclama el mismo santo con admiración: ¡O celda, morada sin duda espiritual! porque tú haces de los soberbios humildes, y de los golosos templados, a los iracundos los haces mansos, y a los que son aborrecibles los vuelves amables y amorosos, y fervorosos en la caridad; tú pones freno a la lengua, y ciñes el cuerpo con el cingulo de la castidad; tú conviertes la liviandad en gravedad, y las palabras vanas y chocarreras en silencio; pues ¿qué cosa puede ser más maravillosa que ésta? Porque si hubiera unos baños que sanasen de todas enfermedades a los que entraren en ellos, ¡con qué ansia y cuán de lejos vinieran los enfermos, sin perdonar a ningún trabajo ni gasto para encerrarse en ellos, y gozar de este beneficio! Y tenemos de nuestras puertas adentro la sanidad del espíritu sin caminos ni peregrinaciones, sin gastos ni expensas, y tan adentro de nuestras puertas que en saliendo de

² LUIS DE LA PALMA, S.I., *Camino Espiritual de la manera que lo enseña el bienaventurado Padre Ignacio en su libro de los Ejercicios*, Ed. Subirana, Barcelona, 1887, tomo I, p. 138.

³ Ibid. p. 141-142.

ellas la perdemos, y con todo eso no la procuramos, siquiera por hacer experiencia en qué consiste esta virtud y eficacia de nuestras paredes para mudar un hombre totalmente, y hacerle de vicioso virtuoso, y de carnal espiritual⁴.

Y si bien miramos, **esta eficacia consiste en dos cosas**. Primera, en que la soledad nos limpia de las culpas pasadas. Segunda, que nos previene y guarda de las venideras, apartándonos de la ocasión; y como estas dos cosas sean tan propias de la vía purgativa, así lo es también este ejercicio del retiramiento y soledad.⁵

Y para ti que vives en el mundo, también es importante este recogimiento interior:

Los que están en la iglesia para **ayudar a sus prójimos** en la salvación de sus almas deben procurar aquella soledad espiritual de que habló san Gregorio; conviene a saber, que de tal manera vivan entre la gente, y en medio de las ciudades y plazas, que tengan cerrados los ojos a cualquier honra, comodidad o interés que puedan esperar de los hombres, como si estuvieran en los desiertos y no trataran con hombres; y estén tan deseosos de agradar a solo Dios, como si en el mundo no hubiera otra cosa, sino ellos solos y Dios.⁶

El silencio también nos enseña a hablar; *“la sal de las palabras es el silencio”*⁷; *“no sabe hablar quien no sabe callar”*⁸.

“Sea pues el primer cuidado de los que tratan de su perfección, acostumbrarse a la soledad y al silencio, cada uno según y cuanto permite su estado y el espíritu de su vocación; y el que no ha granjeado en esto ningún caudal, haga cuenta que no ha entrado por la primera puerta de los ejercicios”⁹.

Y también para los más avanzados es de mucho provecho la soledad y el silencio, con la diferencia de que ya no es una mortificación sino que se trata de algo que se disfruta, se quiere.

Uniendo un poco todas estas cosas, decía hermosamente San Alberto Hurtado reflexionando sobre la reacción cristiana ante la angustia:

A tu pieza

[en momentos de angustia] En estos momentos acude a tu pieza. Tu pieza es un desierto. Entre el piso, el cielo y los cuatro muros, no hay más que tú y Dios. La naturaleza, que entra por la ventana, no turba tu coloquio, ella lo facilita.

El mundo no cuenta para ti; ciérrale por una hora, con llave, la puerta. Recógete. Escucha. Dios está aquí. Te espera. Te habla.

Es tu Dios, grande, hermoso, que te reconforta, que te ilumina, que te hace entender que te ama. Está dispuesto a darse a ti, si tú quieres darte tú mismo. Acógelo. No lo rechaces. No huyas de Él. Está allí. Te espera. Te habla.

⁴ Ibid. p. 143-144.

⁵ Ibid. p. 144.

⁶ Ibid. p. 161.

⁷ Ibid. p. 140.

⁸ Ibid. p. 140.

⁹ Ibid. p. 140.

Es la hora que Él había escogido, para encontrarte. No te vayas. Escucha bien. Tú necesitas de Él, y Él también necesita de ti para su obra, para hacer por ti el bien a tus hermanos. Él se va a entregar a ti generosamente, de corazón a corazón, en esta soledad.

Tu desierto

A ratos tu pieza, pero a Dios lo necesitas siempre. ¿Cómo recogerte en intimidad con Él, como los apóstoles a los cuales convidó al desierto para darles más intimidad?

Tu desierto, es la voluntad de nunca traicionar; es tu recogimiento en Dios; es tu esperanza indefectible.

Tu desierto, no necesitas buscarlo lejos de los hombres; tú lo hallas en todas partes si vuelas a Dios; tanto en el tranvía, como en la plaza, como ante la inmensa asamblea que espera tu palabra.

Tu desierto, es tu separación del pecado; tu fidelidad a tu destino, a tu fe, a tu amor.¹⁰

San Juan Pablo I comentaba hermosamente de una «gran disciplina» para lograr este recogimiento, este *estar solo con Dios y para Dios*; si bien se lo decía a sacerdotes, bien puede servirnos a todos:

La «gran disciplina» requiere un clima adecuado. Ante todo, el recogimiento. Una vez sucedió en la estación de Milán que vi a un maletero durmiendo pacíficamente junto a una columna y apoyada la cabeza en un saco de carbón... Los trenes partían silbando y llegaban chirriando con las ruedas; los altavoces daban sin cesar avisos que aturdían; en medio del jaleo y del ruido la gente iba y venía, pero el hombre seguía durmiendo y parecía decir: «Haced lo que os plazca, porque yo tengo necesidad de tranquilidad». Algo parecido deberíamos hacer los sacerdotes: a nuestro alrededor hay movimiento incesante y las personas, los periódicos, las radios, las televisiones no paran de hablar. Con mesura y disciplina sacerdotal debemos decir: «Fuera de ciertos límites, para mí, que soy sacerdote del Señor, vosotros no existís; yo tengo que reservarme un poco de silencio para mi alma; me alejo de vosotros para unirme a mi Dios».

Los **móviles/celulares** merecerían una charla aparte... «*Porque como dice San Gregorio: ¿Qué aprovecha la soledad corporal, si falta la del corazón?*»¹¹.

La Nomofobia (non-mobile-phone-phobia) puede entenderse como un miedo o ansiedad extrema de carácter irracional que se origina cuando la persona permanece durante un período de tiempo sin poder usar su teléfono móvil.

Quien no esté dispuesto a no usar el móvil durante los Ejercicios, más vale que se quede en casa, porque los Ejercicios son para vencerse a sí mismos...

¿Pero acaso no íbamos a hablar en este video del silencio y la oración? Sí... pero sin silencio y retiro... no hay oración; por tanto, ya está todo dicho, por hoy...

Ave María Purísima, *sin pecado concebida*.

¹⁰ A. HURTADO CRUCHAGA S.J., *La búsqueda de Dios: conferencias, artículos y discursos pastorales del Padre Alberto Hurtado*, ed. S. FERNÁNDEZ EYZAGUIRRE, Ed. Univ. Católica de Chile, Santiago de Chile 2005², 71-72.

¹¹ Ibid. p. 150-151.