



EL SILENCIO DE PALABRA

La aspiración a alcanzar la santidad nos mueve a buscar vivir la *virtud*, es decir la autoposesión y el equilibrio personal, el señorío sobre nosotros mismos para acoger el don de la reconciliación traído por el Señor Jesús. El silencio es un camino excelente para comenzar a vivir la *virtud*. Dado que la práctica del silencio va de lo exterior a lo interior, resulta muy conveniente iniciarnos en su vivencia a través del ejercicio del silencio de palabra.

IMPORTANCIA DE ESTE SILENCIO

El silencio de palabra es un ejercicio ascético por el cual la persona busca ordenar la facultad del habla por medio de la voluntad, encaminando su uso a lograr el señorío sobre sí mismo y así poder responder al llamado de Dios a vivir en plenitud. Es un camino de *maestría* en el arte del recto uso de la palabra en la línea del divino Plan. Se trata de saber expresarnos correctamente, así como de saber escuchar la palabra ajena. El silencio de palabra comprende, pues, dos dimensiones bien definidas: una interior que consiste en el autodomínio del habla, cuya base es la capacidad de escucha, y otra exterior que es el hablar correctamente.

La práctica del silencio de palabra es ante todo una realidad activa. No se trata de permanecer callado sino de orientar correctamente el habla. Por eso podemos resumirlo en la frase: Habla cuando quieras, pero quiere cuando debas. Este silencio es toda una pedagogía de la voluntad. Nos educa a no ser víctimas de automatismos y de hábitos no voluntarios en el hablar. Por otra parte, la práctica del silencio de palabra también tiene como base la prudencia y el recto discernimiento para

saber cómo y cuándo hacer uso del habla, de qué manera y con qué finalidad hablar o callar.

VIVIENDO EL SILENCIO DE PALABRA

Vivir el silencio de palabra requiere, como toda práctica ascética, de constancia y orden. El primer paso es conocer nuestras principales manifestaciones equivocadas en el uso del habla, a través del ejercicio de la **vigilancia personal** y la **autoconciencia**. De ahí que el silencio de palabra sea un excelente medio para crecer en el conocimiento personal y en la conciencia de uno mismo.

El **recurso al consejo fraterno** es también un medio para conocer nuestras principales manifestaciones desordenadas en el hablar. Sabemos muy bien cómo muchas veces no nos damos cuenta de algunas características personales que los demás sí perciben con claridad. La apertura a la corrección fraterna exige de nuestra parte una actitud de escucha y acogida que en sí misma ya es ejercicio del silencio de palabra.

Fray Luis de Granada, maestro espiritual del siglo XVI, recomienda cuatro áreas de trabajo personal en nuestro silencio de palabra para alcanzar el “arte del buen hablar”¹:

En primer lugar, está el trabajo sobre la **materia** o contenido de lo que se dice. Bien sabemos que se puede hablar mucho sin decir nada. La persona que está normalmente sumergida en la incons-

ciencia, la fuga y la superficialidad como estilo de vida, ciertamente proyecta este dinamismo en lo que habla. Esto es todo un reto en nuestros días, tan acostumbrados a la poca profundidad frente a la realidad. Ciertamente hay distintos niveles de comunicación y cada uno tiene su razón de ser y su importancia. Existe un nivel elemental, pero aun éste debe cumplir con su razón de ser, de lo contrario se convierte en palabrería inútil. San Pablo nos exhorta a que «no salga de vuestra boca palabra dañosa, sino la que sea conveniente para edificar según la necesidad y hacer el bien a los que os escuchen»². En vistas a ello, es bueno evitar temas excesivamente dispersos o desedificantes que no sólo no benefician a nadie, sino que son perjudiciales: el uso de frases hechas que en el fondo nunca dicen nada, la imprecisión y la ambigüedad en el lenguaje, el chisme, la murmuración, los comentarios negativos.

En segundo lugar, es importante considerar el **modo**, la manera como decimos las cosas. Bien sabemos que una misma cosa puede ser dicha de maneras distintas. Por eso debemos prestar atención sobre el tono de voz que empleamos —si hablamos muy fuerte o casi imperceptiblemente—, la velocidad con la que nos expresamos —si muy rápido, al punto de que es difícil que nos entiendan, o si demasiado lento—, la claridad con que lo hacemos, la modulación de nuestra voz —si ésta es sobria o fingida, poco natural—, etc. Es importante tener en cuenta que el uso de malas palabras y jerga constituye un em-

1. Ver Fray Luis de Granada, *Guía de pecadores*, Espasa Calpe, Madrid 1953, lib. II, cap. X, § 3.

2. *Ef*4,29.

pobrecimiento del vocabulario y, por lo tanto, de nuestra capacidad de comunicar con fidelidad lo que buscamos transmitir.

Una tercera consideración está en la atención al **tiempo** en el que decimos las cosas. Se trata de aprender a hablar y callar en el momento oportuno según lo que enseña el *Eclesiastés*: «Su tiempo el callar, y su tiempo el hablar»³. Así como hay quienes hablan todo el tiempo buscando acaparar desordenadamente la atención de los demás, imponiéndose y asfixiando a todo el mundo con su palabrería, los hay también de los que siempre están callados, sea por inseguridad y temor, por no saber qué decir, o por indiferencia y apatía. Una actitud silenciosa exige ponderar cuándo y cuánto es oportuno que hable y cuándo que me calle para escuchar a los demás. Por otro lado, también se trata, como ya mencionábamos anteriormente, de saber discernir el momento conveniente en que decimos las cosas. Palabras inofensivas dichas en un mal momento pueden producir efectos contraproducentes.

La facultad del habla, así como todas las demás facultades humanas, debe estar al servicio de la propia realización. De ahí la importancia de considerar la **finalidad** de lo que decimos, de ponderar si son rectas nuestras intenciones o si detrás de nuestras palabras buscamos quedar bien con los demás, perjudicar al otro, dar rienda suelta a nuestros conflictos interiores, ocultar la verdad, o cualquier otra intención desordenada.

Toda situación de la vida cotidiana puede ser ocasión para ejercitarnos en la

práctica de este primer paso para vivir la *virtud* que es el silencio de palabra; y quizás en esto resida una de sus principales ventajas para vivirlo. Existe, además, una realidad especialmente favorable para su vivencia: la participación activa y consciente en la liturgia. El mismo dinamismo de la liturgia es toda una escuela donde iniciarnos en el ejercicio del silencio de palabra.

EN EL APOSTOLADO

El ejercicio del silencio de palabra también es un excelente medio para el apostolado, tanto de manera indirecta como directa. Indirectamente, porque quien lo practica va ganando señorío sobre sí mismo, y no hay mejor apóstol que la persona reconciliada, ya que nadie da lo que no tiene. Directamente, porque el anuncio de la fe se da primariamente por la palabra y quien no sabe usar correctamente la facultad del habla difícilmente podrá comunicar con fidelidad el Evangelio. Un hablar desordenado, impreciso, sin convicción o excesivamente plagado de frases hechas es sólo un ejemplo de cómo el uso deficiente de la facultad del habla se puede convertir en un impedimento para que los demás puedan acoger la Palabra. La acogida del Evangelio es un don de Dios, pero la gracia supone la naturaleza. Por ello el apóstol debe poner los medios para cooperar con la gracia a fin de que la Palabra germine como semilla en tierra fértil en el corazón de quien la recibe.

3. *Ecl* 3,7.

GUÍA PARA LA ORACIÓN

1. Invocación inicial:

En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

2. Preparación:

- a. Acto de **fe** en la presencia de Dios
- b. Acto de **esperanza** en la misericordia de Dios
- c. Acto de **amor** al Señor Jesús y a Santa María

3. Cuerpo

- a. **Mente**
 - Medito en el **en sí** del texto
 - Medito en el **en sí-en mí** del texto
- b. **Corazón**
 - Elevo una plegaria buscando adherirme cordialmente a aquello que he descubierto con la mente y abriéndole mi corazón al Señor.
- c. **Acción**
 - Resoluciones concretas

4. Conclusión

- Breve acto de agradecimiento y súplica: al Señor Jesús y a Santa María.
- Rezo de la Salve u otra oración mariana.

5. Invocación final

En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

CITAS PARA LA ORACIÓN

Saber hablar y saber escuchar: *Ecle* 3,7; 5,1; *Eclo* 11,8; 28,25-26; *Prov* 10,19; *Mt* 12,33-37; *Stgo* 1,19; 3,10-12.

La palabra es medio para evangelizar: *Prov* 31,8-9; *1Cor* 1,17-18; *Ef* 4,29-30.

Los bienes que trae el silencio de palabra: *Prov* 13,3; *Stgo* 3,2-4.

Los males que acarrea el uso incorrecto de la palabra: *Prov* 14,23; 25,18; *Eclo* 20,8; 23,13; 28,17; *Stgo* 3,5-9.

El silencio de palabra en la oración: *Eclo* 7,14; *Mt* 6,7-8.