

Elocuencia del silencio y crecimiento interior

Emilio Acosta Díaz¹

Resumen

A través del presente artículo se procura despertar el interés por una realidad significativa en la vida de los seres humanos como lo es la posibilidad del silencio dentro de los procesos de conocimiento, comunicación y la construcción de la vida interior. Un proceso de discernimiento desde la experiencia del silencio interior es el medio más eficaz por el que se llega al conocimiento de sí mismo y al cuidado necesario para fortalecer la vida y crecer interiormente; el silencio interior, es el terreno fértil para fortalecer el crecimiento y el cuidado de sí.

En ese sentido, se reconoce que el silencio y la escucha son actitudes humanas que permiten aprovechar el acercamiento y la comprensión del cosmos y su estrecha relación con la esencia humana en el devenir de la vida, sobre todo, en horas de vértigo y ruido en donde aún sigue siendo posible para la mente y el corazón humano reconocer que su espíritu está necesitado del silencio interior, por el que siente también fascinación. Hacer silencio genera fecundidad y la capacidad transformadora de la vida.

Palabras clave: crecimiento espiritual, espiritualidad, filosofía, inteligencia espiritual, interioridad, silencio.

¹ Sacerdote de la Diócesis de Pasto. Doctor en Filosofía, Universidad Pontificia Bolivariana. Magister en Filosofía, Universidad Pontificia Bolivariana. Magister en Derecho Canónico, Pontificia Universidad Santa Croce. Teología Moral, Pontificia Universidad Lateranense. Psicólogo, Universidad Antonio Nariño. Investigador y director del grupo de investigación *Lumen*, Universidad CESMAG. Áreas de interés: Filosofía, educación, psicología y derecho. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1834-0057> Correo electrónico: seacosta@unicesmag.edu.co

Publicaciones recientes:

- Acosta, E. (2019). Del horizonte y las palabras. En *Hombre y logos. Antropología y comunicación* (pp. 499-510). Editorial Fragua.
- Acosta, E., Espinoza, M. y Paredes, L. (2020). Interioridad: Diálogo ético, religioso y espiritual. En *Interioridad: Fuente de sentido, identidad y cultura* (pp. 8-46). Editorial Universidad CESMAG.

Eloquence of silence and inner growth

Abstract

Through this article we try to awaken interest in a significant reality in the life of human beings such as the possibility of silence within the processes of knowledge, communication and the construction of inner life. A process of discernment from the experience of inner silence, is the most effective means by which one reaches the knowledge of oneself and the necessary care to strengthen life and grow internally; inner silence is the fertile ground to strengthen growth and self-care.

In this sense, it is recognized that silence and listening are human attitudes that make it possible to take advantage of the approach and understanding of the cosmos and its close relationship with the human essence in the future of life, especially in hours of vertigo and noise in where it is still possible for the human mind and heart to recognize that its spirit is in need of inner silence, for which it also feels a fascination. Silence generates fertility and the transforming capacity of life.

Keywords: spiritual growth, spirituality, philosophy, spiritual intelligence, interiority, silence.

Introducción

Acostumbrados al creciente e incesante ruido que merodea en todo momento de la vida, insinúa Callejo (2003): “Tal vez, hablar de silencio nos parece una tarea contradictoria en sus propios términos, quizá inabarcable por la enorme apertura interpretativa que convoca” (p. 173). Así, en la vida diaria y en el seno de la familia se enseña la comunicación a través de palabras que, a su vez, la mente y todo el ser se aprestan a interpretar y a descifrar en su contenido y significado.

A la par de la interpretación del contenido y significado de las palabras el silencio adquiere relevancia cuando se genera en el espacio apropiado para disfrutarlo; a propósito, Panikkar (1997) hace entender que: “Quien no ha gustado del silencio no saborea la palabra” (p. 23). Realidad cierta, por cuanto el silencio se convierte en el espacio de tiempo fecundo que tiene la habilidad de arrancar al hombre de la habitual cotidianidad ruidosa para involucrarlo en la fascinación de la meditación y el asomo a la interioridad.

En medio del vértigo del ruido

La vida de todos los días, sobre todo en las grandes ciudades, se mueve dentro de un mundo vertiginoso cuya impavidez paralizante se apodera del corazón de los seres humanos y los somete a una extenuante inercia de la que difícilmente ser humano alguno puede escapar. Todo marcha hacia adelante, con fuerza desproporcionada, de forma tormentosa y destino incierto; así lo señala Le Breton (2006): “La palabra que difunde la multitud de medios de comunicación carece de relieve, diluida como está en su propia saturación” (p. 2). El mundo de la cotidianidad va a prisa en el universo de la palabra, en donde escasea el tiempo del silencio fecundo y la escucha prudente, el discernimiento ponderado, la meditación y la contemplación; hay palabras que se mueven asincrónicamente entre un lugar y otro, van y vienen como borrascas o chubascos estériles que permean todo, dejando a su paso aridez y vacío.

Todo acontece en este mundo ruidoso, utilitarista y afanado, sin trascendencia ni significado, con el deseo de vivir el tiempo anticipado; como lo señala Bauman (2008): “Podemos por así decirlo, consumir el futuro por adelantado, siempre que quede algo por consumir” (p. 18). Además, este mundo en el que se desenvuelve la vida, aparece cargado de imposibles e imprevistos que ocupan gran parte del tiempo de la humanidad viviente, mientras se deja en el olvido lo esencial, la posibilidad de pensar, contemplar y asimilar en la mente y el corazón el mundo extraordinario de las cosas. Así pues, en un mundo exacerbado por el vértigo de la prisa son escasos los espacios para el silencio, la cordura y la paz interior.

Es más, en la sociedad moderna, indica Callejo (2003): “Puede considerarse el silencio un elemento prácticamente excluido de nuestra sociedad, es apenas

aguantado en las comunicaciones cara a cara. Entonces, se convierte en un síntoma o en una sospecha" (p. 174). Se marcha a prisa en un mundo ansioso que desproporcionadamente demanda explicaciones sofisticadas para todo, con discursos fabricados a la propia medida y de acuerdo a sus propios intereses, provistos de una palabra obligada a ser agradable y jamás fastidiosa a los oídos, que por supuesto recree la fantasía y superficialidad desbordante. Esta palabra forzada y desprovista de sentido, así como aparece, pronto desaparece del marco existencial y deja un vacío que si llega a ser silencio, inmediatamente es sustituida por cualquier forma de acercamiento a los otros o las cosas que permitan estar junto al ruido, la música, las voces, el sonido de las bocinas de los automóviles, el rugido de los motores o cualquier otra realidad que aparente alejar de la oscura soledad y proporcione, así sea a cuenta gotas, la deseada compañía momentánea, artificial y desechable. En esta hora de la existencia, Le Breton (2006) señala que la comunicación mediática banaliza y anestesia las opiniones despojándolas de la sensibilidad, debilitando su sentido y vaciándolas de su contenido esencial.

Pues, es agobiante el incremento de ruidos y voces diseminadas por doquier, todos juntos sumergen al sujeto en las aguas de la superficialidad y la volatilidad de la vida, dejando un fuerte aroma de insipidez que conduce al sin sentido de lo que se piensa, se hace y se vive; en este mundo de abundantes cosas, de ruidos y desafíos estrepitosos hace falta volver la mirada al corazón del silencio. Al respecto Le Breton (2006), nuevamente insiste en que el silencio es un sentimiento, una forma significativa que puede generar dos reacciones opuestas: de una parte, despierta el sentido de recogimiento, de serenidad y por lo tanto de felicidad, y de otra, la sensación puede ser de miedo o angustia que conduce a buscar el ruido o la palabra como una manera de alejar el miedo y la soledad.

Sin embargo, no hay que olvidar, continúa Le Breton (2006): "Los movimientos del hombre en su vida diaria van acompañados de un rastro sonoro: el de sus pasos, sus gestos, su aliento; y su inmovilidad no anula su respiración ni los ruidos del cuerpo" (p. 109). Aquí la musicalidad de la vida indica movimiento, transformación y cambio, es por cierto natural y continúa provista de armonía y sincronía; este rastro sonoro que acompaña a la humanidad y a la naturaleza entera, es la mejor manifestación de un movimiento cargado de cadencias, de retornos, silencios y dinamicidad del ser en el espacio y en el tiempo.

Cuando la armonía y la cadencia sonora que acompaña al universo no sobrepasa los umbrales saludables, enriquece y fortalece el carácter del ser humano con entereza. Le Breton (2006), así lo considera: "La búsqueda de control por medio del estruendo o de la escasez sonora también engendra placer, satisfacción: es un modo eficaz de gestión de la identidad, un elemento de la constitución de uno mismo como persona" (p. 119).

Así pues, pasar del vértigo del ruido ensordecedor al placer del silencio contenido en la realidad natural de las cosas, se convierte en una necesidad urgente si se quiere alcanzar el equilibrio de la vida, comprender su sentido en medio de la premura del tiempo y asegurar una oportunidad más para confrontarse y crecer en

sí mismo; entonces, el paso entre el ruido vertiginoso, apalancado por la artificialidad, viene ahora compensado por el ejercicio y la capacidad de escucha del rastro sonoro del universo en acción.

Necesidad sentida

Así como para vivir se requiere de la voz y de la palabra, es necesario también cultivar el silencio interior. En él, la posibilidad de escucha e interiorización se incrementa y en la medida en que la esencia del ser humano alcanza la tranquilidad y la paz, se magnifica el disfrute de la meditación, la contemplación y la reflexión. En medio del murmullo del mundo hace falta el sosiego y el silencio.

Quizá el mismo eco de las palabras que en muchas ocasiones se tornan triviales reclama retornar a la fuente de su propio significado y sentido, en el único ejercicio de devolverles su contenido y fuerza transformadora. Desde esa perspectiva, el silencio se presenta ahora como el lugar de conocimiento, purificación y energización de las palabras; allí reside la fragua que hace consistentes las palabras y les devuelve su color y magia. Con razón, Corbz' (2016) recuerda que el conocimiento silencioso es el central de la condición humana y que, por lo tanto, tiene que cultivarse a nivel individual y colectivo si se quiere disfrutar de los procesos de discernimiento como instrumentos o medios para abordar el conocimiento científico, tecnológico, organizativo y axiológico.

De allí que, conocer desde el silencio reclama intuición pura que conduce de forma inmediata a la esencia misma de lo que se conoce, por lo que este conocimiento, según Corbz' (2016): "No es una interpretación ni una representación de la realidad; ni es tampoco una respuesta metafísica a los enigmas de la existencia, ni una formulación" (p. 12); se trata, entonces, de una posibilidad de conocimiento que por su profundidad goza de la libertad y de la fuerza fecundante de la palabra para comunicarse, conduciéndolo de esa manera más allá del vínculo y el ejercicio de la racionalidad.

Por lo tanto, es un conocimiento que por el hecho de no ser únicamente racional, es decir, ajustado a los procesos racionales, tampoco está en contra de la razón que lo asiste, pues muchas veces nace también de ella; en este conocimiento la interioridad se ensancha involucrando todo el ser integral, va más allá de la lógica puramente racional, al punto de convertirse en un continuo y pleno despertar, impregnado de lucidez, unidad y vibración, así como lo concibe Zambrano (1986) al considerar que es un despertar en el que la criatura queda: "[...] deslumbrada y aterida al mismo tiempo" (p. 16). Por lo tanto, maravillarse ante ese despertar es darse cuenta que ha brotado una nueva realidad y que está al alcance de la conciencia humana, que es un conocimiento que trasciende el ser.

Tal grado de conocimiento conecta con el universo real, lo penetra todo, lo trasciende y goza de la libertad. Heidegger (2002), advierte:

La serenidad para con las cosas y la apertura al misterio se pertenecen la una a la otra. Nos hacen posible residir en el mundo de un modo muy distinto. Nos prometen un nuevo suelo y fundamento sobre los que mantenernos y subsistir, estando en el mundo técnico pero al abrigo de su amenaza. (pp. 29-30)

En esa dinámica del conocer, es preciso entender en este mundo de contradicciones y desesperanzas que el verdadero conocimiento como sabiduría y dicha está unido, como lo afirma Corbz' (2016): "[...] al silencio interior" (p. 38). Un silencio que significa, por supuesto, un soltarse de la representación trascendental y un prescindir del querer que puede estar asistiendo en el camino hacia la verdadera serenidad como manifestación del silencio interior.

Fascinación ante el silencio y la meditación

Si la fascinación corresponde a un estado del espíritu o del alma, no existe duda que el ser humano se fascine también por el silencio y la meditación, de esto dan testimonio los maestros espirituales a través de las múltiples experiencias religiosas en todos los rincones del mundo. Así lo expresa, por ejemplo, San Juan de la Cruz en *Coplas sobre un éxtasis de harta contemplación*:

De paz y piedad
era la ciencia perfecta
en profunda soledad
entendida (vía recta);
era cosa tan secreta
que me quedé balbuciendo,
toda ciencia trascendiendo.

Estaba tan embebido,
tan absorto y ajeno
que se quedó mi sentido
de todo sentir privado
y el espíritu dotado
de un entender no entendiendo
toda ciencia trascendiendo. (De Santiago, 1989, núm. 2-3, p. 124)

El mismo ruido o la sonoridad repetida de la palabra, con sus exageraciones y vacíos, deja también la posibilidad de mirar e interesarse por la otra orilla, la que alberga la riqueza inconmensurable del silencio, especialmente la interior. Corbz' (2016), indica al respecto:

El silencio es un discurso del lado de más allá del tiempo; es un estado que trasciende la palabra y el pensamiento; es conocimiento desnudo de palabras y conceptos; es la elocuencia de más allá de la distinción de sujeto y objeto, de más allá de las palabras, de más allá de las construcciones externas e internas del yo. (p. 41)

El silencio viene dado como una gran posibilidad de autoconocimiento y conocimiento trascendental de todo cuanto existe, en donde no solo la razón tiene fuerza integradora, sino también la voluntad como vía asequible al logro de lo que se desea alcanzar en un acto de verdadero discernimiento, meditación y contemplación de todo cuanto acontece. Heidegger (2005) puntualiza:

El hombre puede pensar en cuanto tiene la posibilidad para ello. Pero esa posibilidad no nos garantiza todavía que seamos capaces de hacerlo. Lo cierto es que sólo somos capaces de aquello que apetecemos, y, en verdad, apetecemos solamente lo que, por su parte, nos anhela a nosotros mismos y nos anhela en nuestra esencia, en cuanto se adjudica a nuestra esencia como lo que nos mantiene en ella. (p. 15)

En el camino hacia la conquista y el encuentro, el conocimiento guarda la fascinación y el encanto, en su interioridad está la armonía y la calma. Le Breton (2006) lo refiere: "El pensamiento exige calma, deliberación; la comunicación reclama urgencia, transforma al individuo en un medio de tránsito y lo despoja de todas las cualidades que no responden a sus exigencias" (p. 2). En ese ir y venir de cosas, en el escenario de la vida, es el ingrediente del silencio el que magnifica el sabor y transparenta las tonalidades de la existencia convirtiendo cada instante en una nueva fuente de fecundidad, capaz de devolverle a la palabra la elocuencia y la elegancia perdidas en la travesía asfixiante del caos y el ruido.

La meditación, por su parte, tiene la noble tarea de henchir de sentido y significado a las palabras y las cosas al sintonizar y conectar el espíritu humano con el mundo de las personas y las cosas. Heidegger (2005), lo señala: "El pensamiento meditativo requiere de nosotros que no nos quedemos atrapados unilateralmente en una representación, que no sigamos corriendo por una vía única en una sola dirección" (p. 27); así pues, la meditación ayuda a ampliar el horizonte de comprensión de la realidad enseñando los caminos de su esencia y complejidad.

Es así que cuando el ser humano aprende a saborear el silencio reconoce su fecundidad y de paso supera los miedos y temores. "El silencio deja al mundo en suspenso, y mantiene la iniciativa del hombre dejándole que respire un aire tranquilo, sin la menor sombra de hostigamiento" (Le Breton, 2006, p. 116). Aprender a convivir con el silencio en medio de la existencia abrumada por el ruido, el caos y el fluir de las cosas, es otra manera de conocer y sondear la profundidad de la vida en su andar y en su camino de realización.

En tal sentido, Corbz' (2016) indica: "Para conseguir el silencio interior que detiene el diálogo no es preciso evadir los fenómenos, las cosas de la existencia, la vida cotidiana, el trabajo o las relaciones. Los sabios evaden los pensamientos, pero no los fenómenos; evaden las interpretaciones, no las realidades" (p. 39). Por lo tanto, aprender de la estrecha relación de la vida con el cosmos, es entender mejor su sintonía, sus límites y espacios. El mismo Corbz' (2016) reafirma:

La conciencia debe permanecer como en la ribera de un río, observando la corriente sin impedirla ni implicarse en ella; o como el elefante con respeto a

las espinas del bosque; le rozan su piel pero no le dañan. Simplemente están ahí, pero no le afecta. (p. 40)

Fascinarse una y otra vez en brazos del silencio es lo que permite encontrarle sentido a la vida y a todo cuanto se realiza, pues el silencio interior es lo que deja espacio para que la vida misma se maraville del universo y aparezca súbito como nueva aurora, en el *ir-a-la-proximidad*; ya Heidegger lo decía: "Para el niño que hay en el hombre la noche sigue siendo la costura de las estrellas, al aproximarlas unas a otras" (p. 84).

Meditación, reflexión y silencio en profunda soledad es lo que permite entender lo no entendido, dejando al espíritu libre para sondear lo insondable y trascender sus propios límites tras la conquista de la verdad que es atraída siempre por la Verdad, reconocida por el espíritu que la anhela y va en su búsqueda hasta encontrarla.

Conclusión

En el afán de una comunicación con palabras, se deja muchas veces de lado las voces del silencio que son música y poesía para los oídos, así como alimento para el espíritu que los experimenta. Dejar tiempos y oportunidades para el silencio interior genera fecundidad y transformación por cuanto la palabra se convierte en acción, una acción fascinante y fecunda rodeada de sentido y significado.

En un mundo apresurado y caótico en todos los sentidos: discernimiento, meditación y contemplación son oportunidades para crear nuevos mundos y establecer nuevas miradas que emergen de silencios conscientes e iluminados por la lámpara de la razón y en sintonía con la realidad.

El silencio es elocuente y contribuye al crecimiento interior en la medida en que la vida consciente deja el espacio para acogerlo, eliminando los temores y dejando que la serenidad sobreabunde como presencia real en el espacio y el tiempo.

Referencias

- Bauman, Z. (2008). *Miedo líquido. La sociedad contemporánea y sus temores*. Ediciones Paidós Ibérica, S. A.
- Callejo, J. (2003). El silencio : núcleo ético de la comunicación. *Revista Científica de Comunicación y Educación. Comunicar*, (20), 173-177.
- Corbz', M. (2016). *Conocer desde el silencio*. Bubok Publisching, S. L.
- De Santiago, M. (Ed.). (1989). San Juan de la Cruz. Poesía completa. Novoprint, S. A.
- Heidegger, M. (2002). *Serenidad*. (I. Zimmermann, Ed., 4.ª ed.). Ediciones del Serbal. (Trabajo original publicado en 1959).
- Heidegger, M. (2005). *¿Qué significa pensar?*. (R. Gabás, Trad.). Editorial Trotta, S. A. (Trabajo original publicado en 1997).
- Le Breton, D. (2006). *El silencio*. (A. Temes, Trad.). Ediciones Sequitur.
- Panikkar, R. (1997). *El silencio de Buddha. Una introducción al ateísmo religioso*. Ediciones Siruela, S. A.
- Zambrano, M. (1986). *Claros del bosque*. Editorial Seix Barral, S. A.