

EL SILENCIO

Mary ANDERSON

Vivimos en un mundo de ruido. Hay ruidos mecánicos – el arrancar de la impresora, el rugir de un avión a reacción, una broca neumática; estos ruidos podrían ser considerados útiles e incluso necesarios. También hay los sonidos que el hombre crea para entretenerse y que a veces son un tormento para los vecinos, como los provenientes de la radio, de la televisión o de las discotecas. Es un hecho conocido que los ruidos fuertes causan sordera y que en cuanto más sordo se es, más se necesita la amplificación. En verdad, muchos jóvenes tienen dificultades de audición. A parte de todo esto, la propaganda y los anuncios utilizan el ruido para influenciar a las personas.

Las ideas se infiltran en el subconsciente y pueden causar ciertas reacciones automáticas que nos asustarían si estuviésemos conscientes de ellas.

No es tan solo el ruido mecánico el que rige en nuestra época. La voz humana también contribuye, a veces las personas hablan demasiado alto, además hablan sin necesidad, quizás para esconder su insatisfacción interior, para vencer el tedio o para compensar un complejo de inferioridad con su opuesto – un complejo de superioridad.

Aldous Huxley en su *Filosofía Perenne*, se refiere al hecho de que nuestras palabras son en tantas veces poco delicadas, egoístas o necias. Más no tenemos conciencia de ello cuando continuamos hablando sin pensar.

Fue dicho, que en ciertas circunstancias, por ejemplo, cuando estamos alterados, antes de hablar debíamos contar hasta diez. También fue dicho que debíamos preguntarnos si lo que queremos decir es verdadero, amable y útil. Lo verdadero, o amable o útil forman una útil criba de la mente, que debería ser capaz de juzgar lo que es verdadero; la criba del corazón (no las emociones), que sabe lo que es amable y lo que no lo es; la

criba de la razón práctica, que nos dice si aquello que queremos decir vale de hecho la pena de ser dicho.

A veces se afirma que lo que es verdadero, muchas veces no es amable sino cruel y viceversa, lo que es amable no siempre es verdadero. Mas si juzgamos y hablamos a partir de un punto de vista más elevado, lo que se dice puede ser tan amable como verdadero. Así, desde ese punto de vista más elevado vemos no solo a la personalidad y sus errores sino también a la naturaleza interior de la otra persona. Existe algo de admirable en todo ser, incluso aunque no aparezca en la superficie.

El criterio de utilidad es quizás el más estricto. Si lo aplicásemos siempre, hablaríamos mucho menos. Es importante distinguir entre lo útil y lo inútil, porque las palabras inútiles son una pérdida de energía. Agotan no solo al que las dice sino también al que las escucha. Seguramente que todos hemos experimentado esto alguna vez.

El control de la lengua – el “miembro rebelde” – es una de las cosas más difíciles. Así, el control de la palabra, por muy difícil que sea, es uno de los ejercicios más provechosos. Esto fue reconocido por Pitágoras que obligaba a sus pupilos principiantes a guardar silencio durante dos años. La mayor parte de los monjes y monjas modernos practican el silencio durante largos periodos del día.

¿Por qué es tan importante permanecer en silencio? ¿Por qué razón el silencio es tan necesario y valioso?

En primer lugar, debemos investigar por qué hablamos tanto sobre lo que hablamos. Frecuentemente proviene de la necesidad que sentimos de afirmarnos o de justificarnos. Muchas veces hablamos de nosotros, directa o indirectamente. Contemos cuantas personas – o nosotros mismos – usamos aquellas pequeñas palabras “yo” “mi” o “mío”. Como dijo una vez un santo “cuando el yo, el mí, o lo mío desaparezcan, el trabajo del Señor estará hecho”. No sirve de nada intentar conscientemente de evitar aquellas palabras. Es la actitud de autoafirmación y de pose que expresan lo que las torna en un obstáculo.

El silencio espontáneo, no forzado, de que el pequeño “yo”, es menos predominante. Aquí reside, en primer lugar, la importancia del silencio en la vida espiritual.

En segundo lugar, lo que es realmente profundo, no puede ser expresado con palabras. En el Taoísmo se dice que el Tao que puede ser nombrado no es el verdadero Tao. Lo Divino es “inconcebible e indivisible”. A veces, las personas intentan una aproximación al concepto de Divino negando todo lo que la mente puede concebir: Aquello es “no esto, no eso” – *neti neti*. En *La Luz de Asia* leemos: “Quien **pregunta yerra; quien responde yerra; no digas nada**”. El clásico chino *Macaco* cuenta como un monje piadoso se pone en camino de Occidente, partiendo de China, para ir a buscar las escrituras budistas y traerlas al regreso a casa. Cuando las recibió, quedó sorprendido al ver que consistían de páginas en blanco. Se quejó y Buddha le contestó que, en ese caso, le daría páginas escritas para su pueblo dado que eran demasiado estúpidos para entender las verdaderas escrituras (en blanco). Las Grandes Verdades no pueden ser expresadas con palabras. Esto está claramente afirmado en *Las Cartas de los Maestros*: “**La mayoría, o casi todos los secretos son incomunicables...**” Entonces, queda de relieve que, si esos secretos pudiesen ser dichos con muchas palabras, todo lo que los Mahatmas tendrían que hacer era escribir un manual de tal modo que las grandes verdades pudieran ser enseñadas a los niños tal y como la gramática en la escuela.

El Mahatma añade que lo que es necesario, en el caso de tener que transmitir grandes verdades, es que el discípulo esté interiormente pronto a recibirlas. Aquí reside la tercera razón para guardar silencio. Aquel que habla continuamente, no escucha. Quien parlotea interiormente, quien está constantemente cavilando en sus pensamientos, imaginaciones y sentimientos, no está abierto a nada. Donde todo está lleno no hay espacio para nada nuevo. Un aspirante fue a ver a un maestro zen y le pidió que le instruyese sobre la vida espiritual. El maestro comenzó por ofrecerle el té. Vertió el té en la taza del aspirante, sin detenerse después de llenarla, de modo que se vertió fuera. El aspirante protestó, pero después percibió el sentido simbólico de aquel

gesto. En tanto estemos totalmente orientados para lo mundano – el egoísmo – no existirá espacio para lo espiritual.

“Silencio” no significa tan solo evitar la palabra hablada. Molinos, un místico español del siglo XVII, hablaba de tres tipos de silencio: silencio de los labios, de la mente y de la voluntad.

Con el silencio de los labios evitamos pérdida de energía a nivel físico. Tal vez el silencio de la mente pueda ser comparado con *chitta vritti nirodhah*, o apaciguamiento de las ondas de la mente que es la definición del Raja Yoga dada por Patanjali. ¿Cómo se ocupan las ondas de nuestros pensamientos? Con el pasado y el futuro, con recuerdos y fantasías. Raramente nuestra consciencia reside en el presente, tal vez porque el pequeño “yo” no encuentra lugar en el presente – en el que no encuentra nada con lo que se pueda adornar.

En cuanto al silencio de la voluntad: el parloteo de la voluntad (o deseo) forma muchas veces inconscientemente, el telón de fondo para el habla de la mente. El silencio de la voluntad se refiere a la cesación de nuestras aspiraciones o deseos y de nuestras aversiones.

¡Cuán importante es para todos el estar conscientes de esos deseos y aversiones! Sería un primer paso en dirección al silencio interior, el camino para la verdadera iluminación.

¿Donde reside el sufrimiento humano? De acuerdo a la filosofía Yóguica de las Kleshas (del sufrimiento y sus causas), como se explican en los *Yogas Sutras* de Patanjali, deseos y aversiones toman parte de las cadenas que nos subyuga, la cual causa el sufrimiento de la humanidad y de todos los seres. De la ignorancia, el primer eslabón de la cadena, proviene el sentido del ego, o sentimiento de ser un “yo” separado. Ignorancia aquí significa ilusión en el sentido de que la persona ve las cosas y a sí mismo como algo diferente de aquello que son. Por ejemplo: consideramos lo que es tan solo temporal como si fuera permanente; podemos saber, en teoría que algo no es duradero, pero actuamos como si fuese eterno. Así, las personas coleccionan poses que tendrán que dejar atrás - en el último momento – cuando el cuerpo físico muere. Es el resultado de esta ignorancia, es el sentido del ego, el segundo eslabón en la cadena de las

Kleshas. Incluso inconscientemente, también consideramos que el “yo” - nuestro ser actual consciente – es algo permanente. Ese “yo” desea ciertas cosas para sí y rechaza otras. De este modo, del sentimiento del ego nacen deseos y aversiones, el cuarto y el quinto eslabones en la cadena del sufrimiento.

Molinos, que habló del silencio de los labios, de la mente y de la voluntad, fue el fundador del Quietismo, un misticismo devocional. Su filosofía no estaba en la línea de los dogmas de la Iglesia, y murió en una prisión de la Inquisición.

Pero de hecho, el Quietismo, como todos los tipos de fe, contiene ciertos peligros cuando es interpretado erróneamente. Existe el peligro de la pasividad. Si nos referimos a las tres *gunas* de la filosofía india, podremos decir que este peligro consiste en vencer *rajas* o la actividad excesiva (por ejemplo el parloteo exagerado) con pasividad excesiva o *tamas* en vez de armonía o *sattva*.

El silencio significa, en cierto modo, el estar vacío o abierto. Hemos de estar abiertos antes de poder recibir cualquier cosa. Pero la apertura no es todo, pudiendo en ciertas circunstancias, ser peligroso. Un médium está abierto a influencias ilusorias e incluso peligrosas. Nuestro silencio debe basarse en pureza absoluta, ha de ser altruismo. Por encima de todo hemos de estar abiertos a lo que se encuentra dentro. Esto no significa la apertura a las influencias astrales, a las influencias de nuestra propia imaginación, tendencias y aversiones. Debemos estar abiertos a los niveles más profundos de nuestra naturaleza espiritual interior, que es nuestro verdadero ser. Esto es muy difícil, porque nuestros sentimientos muchas veces se disfrazan de elevadas inspiraciones e intuiciones. ¡Hemos de ser muy desconfiados en relación con nosotros mismos!

Por consiguiente, es necesaria la apertura para lo que está dentro, debiendo ser esta apertura a lo que es altruismo, a lo más elevado a lo que está siempre más allá. La apertura para lo que está fuera también es necesaria, más no se trata de aceptar todo lo que nos encontramos, todo lo que entusiasma a los demás. Fue dicho: “examina todas las cosas y guarda lo que es bueno”. Para saber lo que es bueno precisamos del

discernimiento. El gran obstáculo a ese discernimiento es el egocentrismo. Nuestros intereses distorsionan nuestra imagen de las cosas.

Como decimos, el silencio genuino y profundo no es la pasividad, no es un estado adormilado. Es quietud y sosiego; es por consiguiente, poco perceptible a nuestros sentidos y capacidades usuales. Es conciencia pura, esto es, conciencia sin “yo”. Como dice Krishnamurti, donde no haya “yo”, ahí está “lo otro”, significando lo Mas Sublime, el Fundamento de todas las cosas; donde no estuviere el “yo”, está el amor verdadero.

Donde, en este sentido, reina el vacío o silencio, hay energía y una tremenda actividad. Así, nuestra fuerza ya no es desperdiciada a través de palabras, pensamientos, sentimientos y deseos innecesarios. La dinamo gira de tan rápida manera que su movimiento es invisible, incluso siendo la gran fuente de energía.

Esto tiene que ver con el estado de *Pralaya* en el cual todo está contenido aunque en estado latente. “La Madre Eterna”, el Espacio está presente en *Pralaya*, como también está el Gran Soplo – el movimiento constante de inspiración y de respiración. Es análogo a la Deidad trascendente, en contraste con la deidad inmanente que corresponde al universo manifestado. Esta trascendencia es la fuente de la inmanencia, esto es, del universo manifestado; es simultáneamente su objetivo final. Y... es también su corazón. Cuando el exterior está silencioso, podemos oír la voz interior del silencio. Cuando lo inferior está en silencio, lo superior puede hablar.

Revista “OSIRIS”