

Elogios a *Susurro*

«Son pocos los escritores que captan nuestra imaginación con la palabra escrita como Mark Batterson. Sus historias particulares y sus convicciones bíblicas nos llevan a esferas nuevas donde se nos anima a inclinarnos y escuchar la voz de Dios día tras día. Abre tu corazón pero, más que eso, abre tus oídos y descubre otra vez el susurro de un Dios que sigue anhelando hablarle a su pueblo».

—BRIAN HOUSTON, fundador y pastor principal de Hillsong Church

«Si alguna vez anhelaste oír la voz de Dios, este libro es una guía esencial para ello. Me han bendecido profundamente las palabras personales e instructivas de Mark Batterson en *Susurro*. Con cantidad de pasos útiles y con sabiduría que viene de Dios, *Susurro* es uno de esos libros que uno no puede dejar de leer. Abrirá tus ojos y tus oídos para que veas y oigas a Dios en una manera novedosa».

—CHRISTINE CAINE, fundadora de Propel Women y autora de *Unashamed*

«Algunas de las preguntas más frecuentes que me hacen como pastor tienen que ver con cómo oír a Dios. En *Susurro*, Mark Batterson despeja la confusión y nos muestra el camino hacia una relación más profunda e íntima con Dios. Una relación que hace que adivinemos menos y discernamos más».

—STEVEN FURTICK, pastor de la congregación Elevation Church, autor de éxitos de venta de la lista del *New York Times*

«No pasa un día en que no pregunte: “Señor, ¿qué debo hacer?” Necesito sus consejos y anhelo que me guíe. Esa es la razón por la que acojo este libro. Que Dios lo use para sintonizar mi corazón con el de Él».

—MAX LUCADO, pastor y escritor de la Biblia devocional diaria de *Editorial Nivel Uno*

SUSURRO



Cómo escuchar
la voz de Dios

Mark Batterson

Nivel

www.EditorialNivelUno.com

Para vivir la Palabra

Para vivir la Palabra

MANTÉNGANSE ALERTA;
PERMANEZCAN FIRMES EN LA FE;
SEAN VALIENTES Y FUERTES.
—1 CORINTIOS 16:13 (NVI)

Originalmente publicado en inglés con el título:

Whisper, by Mark Batterson

Copyright © 2017 by Mark Batterson

Publicado por *Multnomah Books*,

un sello de *The Crown Publishing Group*,

una división de Penguin Random House LLC

10807 New Allegiance Drive, Suite 500

Colorado Springs, Colorado 80921 USA

Published in association with the literary agency of The Fedd Agency, Inc.

P.O. Box 341973, Austin, TX 78734

Derechos internacionales contratados a través,

Gospel Literature International P.O. Box 4060, Ontario, California 91761 USA

Esta traducción es publicada por acuerdo con

Multnomah Books, un sello de The Crown Publishing Group,

una división de Penguin Random House LLC

Edición en español © 2017 Editorial Nivel Uno, una división de Grupo Nivel Uno, Inc.

Publicado por:



Editorial Nivel Uno, Inc.

3838 Crestwood Circle

Weston, FL 33331

www.editorialniveluno.com

ISBN: 978-1-941538-49-4

Desarrollo editorial: *Grupo Nivel Uno, Inc.*

Diseño interior: *Grupo Nivel Uno, Inc.*

Fotografía de portada: *Thinkstock #531473846, #480657854*

Todos los derechos reservados. Se necesita permiso escrito de los editores para la reproducción de porciones del libro, excepto para citas breves en artículos de análisis crítico.

A menos que se indique lo contrario, todos los textos bíblicos han sido tomados de la Santa Biblia, Nueva Versión Internacional® NVI® 1999 por Biblia, Inc.®

Impreso en USA

17 18 19 20 VP 9 8 7 6 5 4 3 2

*Dedicado a Paul McGarvey,
mi mentor en el ministerio.
La oración que hiciste en agosto de 1984,
Dios la respondió el 2 de julio de 2016.*

Índice

Prólogo: El efecto Tomatis	9
---	---

PRIMERA PARTE: EL PODER DE UN SUSURRO

1. La oración más valiente	15
2. La voz	29
3. El punto de susurro	47

SEGUNDA PARTE: LOS SIETE LENGUAJES DE AMOR

4. Lenguaje de señas	69
5. La clave de las claves: las Escrituras	81
6. La voz de la alegría: los deseos	97
7. La puerta a Bitinia: las puertas	117
8. Soñadores diurnos: los sueños	141
9. Figuras ocultas: las personas	157
10. La paradoja del arquero: las invitaciones sutiles	179
11. La palanca de mando: el dolor	205
Epílogo: La prueba del susurro. Dios es amor	225
Notas	231



EL EFECTO TOMATIS

«Habla, Señor, que tu siervo escucha»

— I SAMUEL 3:9

Hace más de medio siglo el Dr. Alfred Tomatis se enfrentó al caso más curioso de su carrera de cincuenta años como otorrinolaringólogo. Un afamado cantante de ópera había perdido misteriosamente la capacidad de alcanzar determinadas notas, aunque estaban dentro de su rango vocal. Había ido a consultar a varios especialistas en garganta, nariz y oídos, y todos concluyeron que se trataba de un problema vocal. Pero el doctor Tomatis no creía eso.

Tomatis, con un sonómetro, descubrió que hasta el cantante de ópera promedio produce ondas de sonido de 140 decibeles a un metro de distancia.¹ ¡Apenas un poco más fuerte que el ruido de un jet militar cuando despega de un portaaviones! Y, dentro del cráneo, el sonido es todavía más fuerte. Ese descubrimiento llevó a un diagnóstico: el cantante de ópera se había quedado sordo debido al sonido de su propia voz. La mudéz selectiva tenía su origen en la sordera selectiva. Es que si no puedes oír una nota, no puedes cantarla. El Dr. Tomatis expresó: «La voz solo puede reproducir lo que alcanza a oír el oído».²

La Academia Francesa de Música lo llamó «El efecto Tomatis».

Supongo que tienes tus problemas, lo mismo que yo. Y que tus técnicas de resolución de conflictos tal vez son tan efectivas como las mías ¡que no lo son demasiado! Es probable que sea debido a que tratamos los síntomas pero ignoramos la raíz, el origen: algo así como un efecto Tomatis espiritual. ¿Será posible que lo que percibimos como problemas relacionales, emocionales y espirituales sean en realidad asuntos de audición, de oídos que han quedado sordos a la voz de Dios? Es probable que esa incapacidad para oír su voz sea la causa de que perdamos nuestra voz, de que perdamos el rumbo.

Permíteme hacer una declaración valiente al principio de este libro: ¡Aprender a oír la voz de Dios es la solución a mil problemas! También es la clave para descubrir tu destino y alcanzar tu potencial.

Su voz es amor.

Su voz es poder.

Su voz es sanidad.

Su voz es sabiduría.

Su voz es gozo.

Si tu vida desafina, tal vez sea porque te ha ensordecido ese monólogo negativo ¡que no deja que Dios logre decir una palabra! O quizá has escuchado la voz de la crítica tanto tiempo que ya no puedes creer nada más sobre ti. O es probable que se trate de la voz condenatoria del enemigo que miente en cuanto a lo que eres en realidad. Si no silencias esas voces competitivas, al fin te ensordecen y no podrás entonar la canción de Dios porque no tendrás capacidad para oír la voz de Él.

¿Es la voz de Dios la más fuerte que oyes?

Esa es la cuestión.

Si la respuesta es no, ese es el problema.

Vivimos en una cultura en la que todos queremos hacernos oír, aunque tenemos muy poco que decir. Y eso se debe a que no nos dedicamos a escuchar, sobre todo a Dios. La mejor forma de lograr que los demás te escuchen es si escuchas a Dios. ¿Por qué? ¡Porque entonces lo que tengas que decir será digno de oír!

En última instancia, cada uno de nosotros necesita encontrar su propia voz. Y por voz me refiero a ese mensaje único que Dios quiere hablar a través de nuestras vidas. Pero para encontrar nuestra voz ¡primero tenemos que escuchar Su voz!

¿Estarías dispuesto a pronunciar con valentía una oración, ahora mismo, al principio de este libro? Es una oración antigua. Una que puede cambiar la trayectoria de tu vida, como lo hizo en la vida de un profeta llamado Samuel. Antes de que ores quisiera advertirte algo.

Si no estás absolutamente dispuesto a escuchar todo lo que Dios tiene que decirte, al final no oirás nada de lo que te diga. Si quieres oír su voz consoladora, tienes que escuchar esa voz suya de convicción. Lo que menos queremos oír, a menudo, es aquello que más necesitamos. Créeme ¡querrás oír lo que Dios tiene que decirte!

¿Estás listo?

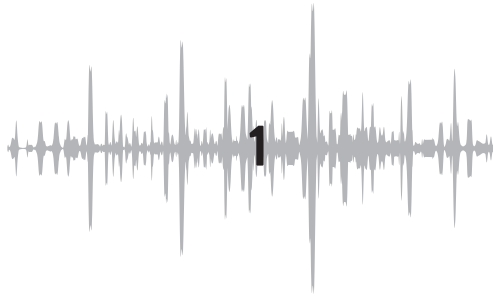
Esta es la oración de seis palabras que puede cambiar tu vida.

«Habla, Señor, que tu siervo escucha».³

Es una oración más fácil de decir que de hacer, sin duda. Pero si la oraste con disposición y deseo, tu vida está a punto de cambiar, ¡y de mejorar!



EL PODER DE UN SUSURRO



LA ORACIÓN MÁS VALIENTE

Y después del fuego vino un suave murmullo.

—I REYES 19:12

En la mañana del 27 de agosto de 1883, los granjeros de Alice Springs, Australia, oyeron lo que parecían disparos de arma de fuego.¹ El mismo sonido misterioso se oyó, según los reportes, en cincuenta ubicaciones geográficas que abarcaban la trigésima parte del planeta. Lo que habían oído los australianos era la erupción de un volcán en la remota isla de Krakatoa, Indonesia, ¡a casi 3600 kilómetros de distancia!

Esa erupción volcánica tal vez sea el sonido más fuerte que se haya medido, tan alto que las ondas sonoras de 310 decibeles circunnavegaron el globo al menos cuatro veces. Eso generó olas marinas de casi 1000 metros de altura, arrojando rocas a una distancia de 54 kilómetros, ¡y rajando concreto de 30 centímetros de grosor a 480 kilómetros de distancia!²

Si fueras a perforar un hoyo pasando directamente por el centro de la tierra, lo que está del otro lado de Krakatoa es Colombia, en América del sur. Si bien el ruido de la erupción no se oyó en Colombia, sí hubo un pico medible en la presión atmosférica puesto que las

ondas infrasonoras hicieron presión en el aire. Tal vez no se oyera el ruido, pero sí que se sintió alrededor de todo el mundo.

Maggie Koerth-Bakker, periodista dedicada a las ciencias y columnista del *New York Times*, afirma: «Solo porque no oigas un sonido, no significa que no exista».³

El sonido es imperceptible en los niveles más bajos.

En los niveles más altos es imposible de ignorar.

Si el sonido excede los 110 decibeles, nuestra presión sanguínea cambia. A los 141 decibeles sentimos náuseas. A los 145 decibeles nuestra visión se vuelve borrosa, puesto que nuestros globos oculares vibran. A los 195 decibeles corremos el riesgo de que se nos rompan los tímpanos. Y a los 202 decibeles puede ocurrir la muerte por ondas sonoras.⁴

La audición se produce por la detección de vibraciones del tímpano que causan las ondas sonoras, cuya intensidad se mide en decibeles. En un extremo del espectro sonoro está el cachalote, el animal más ruidoso que existe. Los chirridos que usa este animal para ubicarse por ondas de eco pueden llegar a los 200 decibeles. Y lo más impresionante es que el canto de las ballenas puede viajar por el agua ¡hasta 16.000 kilómetros!⁵ Después del cachalote, lo más ruidoso son las turbinas de un jet (150 dB), las cornetas (129 dB), los truenos (121 dB) y el martillo neumático (100 dB).⁶

¿Y qué hay en el otro extremo del espectro del sonido?

El susurro, que mide tan solo 15 dB.

En términos técnicos, nuestro umbral absoluto de audición es de 0 dB. Eso se corresponde con una onda de sonido que mide .0000002 pascas, lo cual hace que el tímpano vibre tan solo 10-8 milímetros. Es menos que mil millones de veces la presión del aire que nos rodea, ¡y menos que el diámetro de un átomo de hidrógeno!⁷

Superpongamos eso a lo siguiente:

Como heraldo del Señor vino un viento recio, tan violento que partió las montañas e hizo añicos las rocas; pero el Señor

no estaba en el viento. Después del viento hubo un terremoto, pero el Señor tampoco estaba en el terremoto. Tras el terremoto vino un fuego, pero el Señor tampoco estaba en el fuego. Y después del fuego vino un suave murmullo.⁸

La versión RVR1960 lo llama silbo apacible y delicado.

La Biblia de las Américas dice que fue el susurro de una brisa apacible.

La Traducción en Lenguaje Actual dice que fue el ruido delicado del silencio.

Solemos descartar los fenómenos naturales que preceden al murmullo o susurro porque Dios no estaba en ellos, pero ¡puesto a que sí lograron captar la atención de Elías! Dios tiene su propia voz y no teme usarla. Pero cuando quiere que lo oigamos, cuando lo que tiene que decir es demasiado importante como para que nos lo perdamos, Dios suele hablarnos en un murmullo, un susurro, justo por encima del umbral absoluto de la audición.

Por supuesto, la pregunta es: *por qué*.

Cómo.

Cuándo y dónde.

Son preguntas que vamos a explorar en las páginas que siguen en busca de respuestas.

El sonido del silencio

En hebreo, *demamah* significa silencio, quietud o calma.⁹ En 1964, el éxito de Simon y Garfunkel dio en el clavo: «El sonido del silencio». El mismo término hebreo se usa para describir la forma en que Dios nos libra de nuestras angustias: «Cambió la tempestad en suave brisa: se sosegaron las olas del mar».¹⁰ Ese salmo prefigura la forma en que Jesús acalló la tormenta con solo unas palabras: «¡Silencio! ¡Cálmate!»¹¹

Su murmullo es suave, pero no hay nada que lo supere en poder.

El término murmullo o susurro se define en los diccionarios como hablar muy suavemente usando el aliento, sin las cuerdas vocales. El uso del aliento en lugar de las cuerdas vocales no es algo insignificante. ¿No fue así como Dios creó a Adán? Susurró con su aliento en el polvo y lo llamó Adán.

¡Adán empezó como un susurro, un murmullo!

Tú, también.

Y lo mismo, todo lo demás que existe.

En general se susurra o murmura cuando se quiere guardar un secreto. No hay forma más íntima de comunicarse. Y parece que es el método preferido de Dios.¹² La pregunta, una vez más, es: ¿por qué? Ya no te haré buscar la respuesta adivinando.

Si alguien te habla en susurros tendrás que acercarte mucho para oírle. De hecho, tendrás que acercar tu oreja a su boca. Tenemos que acercarnos al susurro y es eso lo que Dios quiere. El objetivo al oír la voz de Dios no es solo que oigamos su voz, sino que tengamos intimidad con el Padre celestial. Por eso es que habla en susurro, en murmullo. Quiere estar tan cerca de ti como sea divinamente posible puesto que te ama, le gusta estar contigo. Tanto así te ama.

Cuando nuestros hijos eran pequeños, solía usar un trquito ocasionalmente. Les hablaba en susurros para que se acercaran más y más, muy cerca. Y entonces ¡los agarraba y los abrazaba! ¡Dios usa el mismo truco con nosotros! Queremos oír lo que Él tiene que decirnos, pero Él quiere que sepamos cuánto nos ama.

Oswald Chambers dijo que «la voz del Espíritu es tan suave como un céfiro, tan apacible que no podrás oírlo a menos que estés viviendo en perfecta comunión con Dios».¹³ ¿No sientes gratitud porque tenemos un Dios tan amable? El Todopoderoso que podría intimidarnos con su voz, nos arrulla y atrae hacia sí con su murmullo quieto. Ese murmullo que es el aliento de la vida misma.

Oswald Chambers prosigue: «Los avisos del Espíritu llegan en forma extraordinariamente suave y si no eres lo suficientemente sensible como para detectar su voz, la acallarás; y tu vida espiritual se

verá impedida. Sus avisos y advertencias llegan como una voz quieta y suave, tan tierna que no la nota nadie más que el que es santo». ¹⁴

Era un murmullo

En estas últimas dos décadas he tenido el privilegio y el gozo de pastorear la congregación National Community Church en Washington, D.C., y no hay lugar ni tarea ni gente con quien preferiría estar. Estoy viviendo un sueño, uno que —una vez— fue un murmullo.

El origen de ese sueño se remonta a un pastizal de ganado en Alexandria, Minnesota, donde oí la quieta y suave voz de Dios. Acababa de terminar mi primer año en la Universidad de Chicago, donde estudiaba PERL (Política, Economía, Retórica y Leyes). Mi plan A era estudiar para ser abogado, pero eso fue antes de que formulara ante Dios la peligrosa pregunta: «¿Qué quieres que haga con mi vida?» Por supuesto que más peligroso es ¡no preguntárselo nunca!

En retrospectiva, digo que ese lapso entre mi primero y mi segundo año de estudios fue mi «verano exploratorio». Por primera vez en mi vida me tomé en serio lo de levantarme temprano por la mañana para orar. Y no se trataba solo de un ritual religioso. Estaba desesperado por oír su voz y creo que fue por eso que finalmente la oí.

Casi al terminar el verano, estábamos de vacaciones con mi familia en el lago Ida, en Alexandria, Minnesota. Decidí dar un largo paseo de oración por unos senderos de tierra. Por alguna razón, caminar me ayuda a hablar. Puedo orar con mejor concentración, escuchar sin distraerme tanto. En un momento salí del camino para cruzar un lugar donde pastaban las vacas. Mientras sorteaba las tortas de estiércol oí lo que yo diría que fue la inaudible, aunque inconfundible, voz de Dios. En ese momento y en ese lugar supe con certeza que Dios me estaba llamando al ministerio a tiempo completo. No fue tanto con palabras sino con algo que sentí, una sensación, el sentido del llamamiento. Fue ese susurro exclusivo lo que me hizo abandonar lo que iba a estudiar en la Universidad de Chicago para transferirme al

Central Bible College, en Springfield, Missouri. Era una movida sin sentido académico en absoluto, por lo que algunos de mis familiares y conocidos tuvieron algo que decir. Pero a menudo esa es la forma en que opera la quieta y apacible voz de Dios.

Para el que no oye la música, el que baila es un loco.

Ese viejo adagio, por cierto, es válido para quienes caminan al son del tambor de Dios. Cuando el Espíritu Santo es el que marca tu camino, harás algunas cosas que para los demás son locura. Bueno, que así sea. Obedece al murmullo y espera a ver qué hace Dios entonces.

Han pasado más de dos décadas de ministerio desde esa caminata de oración por aquel campo en que pastaban las vacas. National Community Church ha crecido y hoy es una congregación con ocho recintos pero, a lo largo de estos veinte años, cada uno de ellos empezó como un susurro. He escrito quince libros en los pasados diez años, pero cada uno de ellos empezó como un murmullo. Cada sermón que predico y cada libro que escribo son ecos de ese susurro que oí en medio de un pastizal de ganado en medio de la nada.

No hay nada que tenga más potencial que el susurro de Dios para transformar tu vida. Nada que determine tu destino más que tu capacidad para oír su quieta y apacible voz.

Así es como discernimos la perfecta, agradable y buena voluntad de Dios.

Así es como logramos ver y aprovechar las oportunidades divinas.

Así es como nacen los sueños del tamaño de Dios.

Así es como suceden los milagros.

La oración más valiente

Hay días de días y también hay los días que cambian todo lo que viene después. En mi caso, el 2 de julio de 2016 es uno de esos días que te cambian la vida. Después del día de mi boda, del día en que nacieron mis hijos y del día en que casi muero no hay otro más sagrado.

Es más, puedo decirte exactamente cuantos días han pasado desde entonces.

Estaba lanzando una serie de sermones titulados «Montañas que se mueven» cuando le presenté a la iglesia el desafío de pronunciar la oración más valiente que pudieran hacer. Con eso me refería a aquella oración que apenas ellos pudieran creer que Dios respondería, porque fuese algo que pareciera imposible. En el caso mío, la oración más valiente era que Dios me curara del asma. Era valiente porque siempre había vivido con asma.

Lo primero que recuerdo de mi infancia es un ataque de asma a media noche, seguido de un desesperado viaje a la sala de emergencias para que me inyectaran epinefrina. Esa rutina se convirtió en un ritual que se repitió más veces de las que pueda recordar. No hay cuarenta días en cuarenta años en que no haya necesitado mi inhalador de albuterol y jamás fui a ninguna parte sin él. ¡Nunca! ¡Jamás! Entonces hice la oración más valiente y, desde ese día hasta hoy, ¡no he necesitado el inhalador ni una sola vez! Es por eso que literalmente cuento los días, porque cada día es más milagroso que el anterior.

A lo largo de cuarenta años debo haber orado cientos de veces pidiendo que Dios me curara el asma. Pero por razones que solo Él conoce, esas oraciones no obtuvieron respuesta.

¿Por qué seguí orando?

La respuesta corta es: un susurro.

Justo antes de empezar en la escuela secundaria, debieron hospitalizarme por un grave ataque de asma que me envió a la unidad de cuidados intensivos. Fue una vez de la docena de hospitalizaciones que sufrí. Cuando una semana más tarde pude salir del hospital, el pastor Paul McGarvey y un equipo de oración de la congregación Calvary Church, de Naperville, Illinois, vinieron a casa, me impusieron las manos y oraron para que Dios me sanara del asma.

Dios respondió esa oración de sanidad, pero no de la forma que yo esperaba.

Cuando desperté a la mañana siguiente todavía tenía asma, pero habían desaparecido misteriosamente todas las verrugas que tenía en los pies. ¡Sin sarcasmo! Al principio me pregunté si Dios había cometido un error. Tal vez hubiera señales mezcladas en algún lugar del trayecto entre donde yo estaba y el cielo. No pude evitarlo, me preguntaba si en algún lugar alguien respiraba perfecto pero seguía con verrugas en los pies. Me sentía un tanto confundido, para ser franco. Pero fue entonces que oí esa voz quieta y suave. No era una voz audible. Fue de Espíritu a espíritu. Pero clara y fuerte. *Mark: ¡Solo quería que supieras que Yo puedo!*

Han pasado décadas, pero eso sigue dándome escalofríos. Yo tenía catorce años y fue la primera vez que oí el susurro de Dios. ¡Me desilusionó que Dios no respondiera mi oración como yo quería? ¡Por supuesto que sí! Pero esas dos palabras siguieron resonando durante décadas: *Yo puedo*. Y no solo puede, porque Dios «puede hacer muchísimo más que todo lo que podamos imaginarnos o pedir, por el poder que obra eficazmente en nosotros».¹⁵

Ahora, permíteme que conecte los puntos para explicártelo.

Sin esa oración no sé si habría tenido la fe necesaria como para pronunciar la oración más valiente. Y si no hago esa oración ¿cómo la responderá Dios? Después de todo, ¡Dios no responde el cien por ciento de las oraciones que no oramos! Puedes adivinar a qué estoy apuntando ¿verdad? ¡Mi milagro empezó como un susurro! Y eso es válido para todos los milagros. Al reflexionar en mi vida, me doy cuenta de que el origen de cada bendición, de cada avance, es el aliento de Dios. Y todo comenzó como una voz quieta y tierna, pequeña, nada más.

El ejemplo perfecto es la cafetería Ebenezers, de Capitol Hill, que es nuestra y la administramos nosotros mismos. Cuando la gente pasa por Ebenezers lo que ven es una cafetería, pero yo oigo un murmullo. Todo eso empezó hace dos décadas. De hecho, era un edificio cubierto de grafitis, con ladrillos que tapaban las puertas. Pero un día pasé caminando por allí y una idea inspirada por el Espíritu pasó

como relámpago por mi mente: *Esta casa de drogas y adictos sería una cafetería genial.*

Fue una idea que vino de la nada, lo que a veces indica algo sobrenatural. Me gusta decir que es una idea de Dios y prefiero una sola idea de Dios que mil otras. Las buenas ideas son buenas, pero las ideas de Dios cambian el curso de la historia.

Esa idea de Dios se convirtió en una oración valiente que, a su vez, llegó a materializarse en la cafetería elegida como la «Número uno en D.C.» más de una vez. Desde que la inauguramos, hace una década, hemos dado más de un millón de dólares de ganancias netas a las causas del reino. Pero cada café que servimos, cada dólar que damos, empezó como un murmullo quieto y suave.

La fuente de ideas del alma

El ecologista especializado en audio, Gordon Hempton —durante los últimos treinta años—, ha compilado lo que da en llamar la «Lista de los últimos grandes lugares de quietud». Consiste de lugares en los que hay, al menos, quince minutos de quietud ininterrumpida en un día iluminado. En su último cálculo, en todos los Estados Unidos ¡quedaban solo doce lugares de quietud!¹⁶ ¿Y nos preguntamos por qué sufre el alma? Hempton indica que «la quietud es la fuente de ideas del alma».¹⁷

Dicho en pocas palabras, la voz de Dios se oye mejor cuando estamos en mayor quietud.

Blas Pascal, el filósofo francés del siglo XVII, observó: «Todas las miserias humanas derivan de que el hombre no es capaz de pasar tiempo a solas y en quietud en una habitación».¹⁸

Es una declaración importante y no exagera. Si nuestros problemas son de audición —ese efecto Tomatis espiritual—, entonces la solución a los problemas es la indicación más antigua, tan antigua como los Salmos. Es esencial para nuestra vitalidad espiritual y vale la pena meditarla palabra por palabra.

Quédense.

Quédense quietos.

Quédense quietos, reconozcan.

Quédense quietos, reconozcan que yo soy Dios.¹⁹

¿Alguna vez intentaste hacer silencio en un salón ruidoso? Si intentas gritar por encima del ruido, no funcionará ¿verdad? Es mucho más efectivo que la multitud haga silencio con un «shhhhh». Ese es el método que Dios emplea. Su murmullo nos aquieta, nos calma, nos hace guardar silencio.

El ruido, por definición, es un sonido que contiene todas las frecuencias.²⁰ Y como contiene todas las frecuencias se hace muy difícil oír cualquier otra frecuencia y, sobre todo, la calma y apacible voz de Dios. El ruido crónico, por tanto, tal vez sea el mayor impedimento para nuestro crecimiento espiritual. Y no solo sufre la espiritualidad.

En un estudio realizado entre alumnos de primero a sexto grado en una escuela de Manhattan, la psicóloga Arlene Bronzaft descubrió que los niños que debían sentarse en aulas que estaban del lado del edificio que daba a las vías del tren llevaban once meses de atraso respecto de los que se sentaban del lado del edificio que era más silencioso. Después que el departamento de tránsito de Nueva York instaló equipos para aislar el ruido de las vías, un estudio posterior no halló diferencias en el avance de los dos grupos.²¹

Cuando hay mucho ruido en nuestras vidas —tanto que llena todas las frecuencias—, perdemos nuestro sentido del ser y corremos el riesgo de convertirnos en hechos humanos más que en seres humanos. Y cuando nuestro programa es muy ajetreado perdemos el equilibrio, lo cual es función del oído interno.

¿Puedo salir de esto?

Tu vida está demasiado llena de ruido.

Tu itinerario está demasiado ocupado.

Esa es la forma, la razón y el momento en que nos olvidamos de que Dios es Dios. ¡Nos distraemos con muy poco! «El ruido de una

mosca hace que me olvide de Dios y de sus ángeles», dijo el poeta inglés John Donne.²² ¿Cuál es la solución? La quietud. O más específicamente, la quieta y apacible voz de Dios.

El silencio no es una espera pasiva. Es escucha proactiva. El notable escritor y profesor Henri Nouwen decía que esto es el acto de guerra contra las voces que compiten dentro de nosotros. Y no es una guerra que se gane con facilidad, porque la batalla es diaria. Pero cada día la voz de Él se va haciendo más y más audible en tu vida, hasta que llega a ser lo único que oyes.

«Cada vez que escuches la voz que te llama Amado, descubrirás dentro de ti el deseo de oírla más tiempo y más profundamente», afirma Nouwen.²³

Cánticos de liberación

En la última década he grabado una docena de audiolibros, con un brillante ingeniero de sonido llamado Brad Smiley. En nuestra última grabación Brad me habló acerca de un procedimiento común que hacen los que mezclan sonido en la industria de la música y las películas. Antes de entrar en el estudio dejan que sus oídos se relajen y se recalibren, mediante el silencio absoluto. Entonces, y recién entonces, están listos para escuchar de verdad. Los ecologistas especializados en acústica dicen que eso se llama limpieza de oídos.

El salón más silencioso del mundo es la cámara anecoica de los laboratorios Orfield en Minneapolis, Minnesota. Los muros de concreto tienen un grosor de más de treinta centímetros y el recubrimiento acústico de fibra de vidrio en forma de picos es mucho más grueso que eso, casi noventa centímetros. Todo eso absorbe el 99,99% del sonido. El ruido de fondo mide -9.4 decibeles.²⁴ Lo único que oyes en una cámara anecoica es el sonido de tus latidos cardíacos, de tu sangre circulando y de tus pulmones que respiran. Es el sonido del silencio y nos recuerda que es en Dios que vivimos, nos movemos y somos.²⁵

Si quieres oír el corazón de Dios, la clave es el silencio.

Si quieres que te llene el Espíritu de Dios, busca la quietud.

Los salmistas no tenían una cámara anecoica donde refugiarse, por lo que buscaban ese refugio en Dios mismo. Ellos se referían a Dios como su refugio, su fortaleza, su ayuda siempre presente en momentos de necesidad. Hablaban del «abrigo del Altísimo, de la sombra del Todopoderoso». ²⁶ Aunque la descripción que más me gusta es «escondedero» [que se usa en LBLA].

Tú eres mi escondedero;
de la angustia me preservarás;
con cánticos de liberación me rodearás. ²⁷

¿Sabías que Dios está entonando cánticos de liberación todo el tiempo, en todas partes, alrededor de ti? No los oyes porque están fuera de tu rango audible, pero te rodea un escudo sónico. Esos cánticos de liberación son tan potentes como para romper cualquier atadura, para vencer cualquier adicción, para resolver cualquier problema. Esos cánticos son la razón por la que no prosperará ningún arma forjada contra ti. ²⁸

Recuerda que la voz únicamente puede reproducir lo que el oído logra oír. No sé con certeza cuál es el problema que necesitas resolver ni lo que te perturba, pero mi oración es que aprendas a discernir su voz. Porque cuando lo hagas, ¡sus cánticos de liberación pueden hacerte libre!

Deja de esconderte *de* Dios.

Más bien, escóndete *en* Él.

Un silencio de corchea

Una de las piezas de música clásica que más se han interpretado es la Quinta Sinfonía en do menor, de Beethoven. La reconoces de inmediato por su emblemática apertura, cuatro de las notas más famosas

en la música occidental. Pero ¿sabías que en realidad comienza con un silencio, un silencio de corchea justo antes de la primera nota?²⁹

La Quinta de Beethoven nos resulta tan familiar que es difícil recrear el pleno efecto que habrá causado en su debut, el 22 de diciembre de 1808, en el Teatro an der Wien de Viena. Y aunque es difícil discernir la intención original de Beethoven, el silencio de corchea sirvió como amortiguador sónico. Cuando un concierto está por empezar, siempre hay ruido en el ambiente: conversaciones entre los asistentes, gente que busca su asiento, incluso el débil ruido del papel de los programas. Por eso, algo de silencio en el inicio de una sinfonía sirve para limpiar los oídos, aun cuando solo se trate de un silencio de corchea. El silencio antecede a la sinfonía. Lo mismo es válido para nuestras vidas.

Nos hacen falta más silencios de corchea, ¿verdad? Sobre todo, si queremos que sean sinfonías de la gracia divina. Así que, recomendaría un silencio de corchea al principio y al final de cada día, solo unos momentos para ordenar tus pensamientos, contar tus bendiciones y hacer tus oraciones. También necesitamos un día de quietud una vez por semana. Esto es tan importante que, en los Diez Mandamientos, Dios nos ordena guardar un reposo semanal. Si puedes tomarte el tiempo, te recomendaría también un retiro de silencio de dos días, una vez al año. En realidad, creo que no podemos darnos el lujo de no hacerlo. Asegúrate de decirle a alguien dónde vas, y cuánto tiempo te tomarás, pero corta toda comunicación por dos días y encuéntrate con Dios a solas, y con su Palabra. Si bien la oración es parte importante del retiro de silencio, ¡escuchamás y habla menos!

¿Recuerdas esas voces que nos ensordecen? Es difícil apagarlas, sobre todo aquellas que tenemos en nuestra cabeza. Sin embargo, es tan grande el beneficio: «Vale más pasar un día en tus atrios que mil fuera de ellos».³⁰ Si quieres hacer más haciendo menos, ¡entra en la presencia de Dios! Es la forma más eficiente en que podemos usar el tiempo, mil veces mejor que cualquier otra. La clave es la quietud. Es

el silencio lo que nos ayuda a oír la voz de Dios y a entonar el cántico de Dios.

La diferencia entre ver y entender está en el silencio.

La diferencia entre la felicidad y el gozo está en el silencio.

La diferencia entre el miedo y la fe está en el silencio.

De acuerdo a la ciencia que estudia las interrupciones, ¡cada tres minutos nos afecta una interrupción!³¹ El hecho mismo de que tengamos una ciencia que estudia ese tema es evidencia de lo mal que se ha puesto todo. Si quieres encontrar paz y quietud, tienes que establecer algunos límites. Por ejemplo, nada de correos electrónicos antes de las nueve de la mañana o después de las nueve de la noche. Y ya que estás poniendo límites, qué bien te vendría eliminar algunas aplicaciones de tu teléfono, y tomarte un descanso de las redes sociales de tanto en tanto.

Hace unos años escribí un libro titulado *El hacedor de círculos*.³² Trata acerca del poder de la oración y los miles de testimonios que he oído desde que se publicó son evidencia de ese poder. La oración marca la diferencia entre lo mejor que podemos hacer y lo mejor que puede hacer Dios. Sin embargo, hay algo todavía más importante, más poderoso que hablar con Dios. ¿Qué es eso? Escuchar a Dios. Eso es lo que convierte al monólogo en diálogo, que es justamente lo que Dios quiere.

Tengo una sencilla regla de oro para cuando me reúno con alguien a quien respeto: escucho más de lo que hablo. Cuanto más quiero oír lo que tienen que decir, más callado estoy. Es una buena regla de oro cuando estás con Dios.

Acércate para oír su susurro.

Luego, ¡haz la oración más valiente!