

GUÍA PARA LAS PRÁCTICAS DE INICIACION AL SILENCIAMIENTO

En varias de las exposiciones del Curso se habla de ‘conocimiento silencioso’, una manera de hablar de la espiritualidad como conocimiento, remarcando una condición que se requiere para que la misma sea posible: el silenciamiento hasta la superación total de todo condicionamiento funcional a la vida, dual, construido sobre la estructura sujeto-objeto, parcial, procesual, nunca pleno y total.

Hablando con más precisión, no se trata tanto de silenciar el conocimiento funcional, ordinario, cotidiano, en sí, porque el conocimiento funcional en sí es necesario, sino el apego que le es consustancial al mismo. Silenciando el apego, se vive el conocimiento funcional como la plenitud que en el fondo en sí mismo es. En otras palabras, lo que se persigue con el silenciamiento es el conocimiento pleno y total, que el conocimiento funcional por el apego que le es consustancial no deja emerger y ver. Visto así, el silenciamiento no es sacrificio, mutilación, ni siquiera posposición, sino que es entrenamiento para y en el conocimiento pleno, gratuito, total, posible aquí y ahora, y por ello, plenamente realizador y transformador del conocimiento funcional.

Como bien puede ser que, a lo largo de las exposiciones y de las lecturas asignadas a cada exposición, algunos estudiantes estén interesados en el conocimiento y práctica del silenciamiento, al final de cada exposición se va indicando progresivamente alguna práctica fácil pero eficiente de silenciamiento, prácticas que en el fondo bien pueden interesar y resultar muy útiles a todos. Es por ello que las recomendamos vivamente.

Estas prácticas que proponemos en el Curso no son para realizarlas todas todos los días. Sería un disparate, algo profundamente antipedagógico e inadecuado. Son para practicar una a una durante el tiempo que se la necesita para desarrollar la convicción o adquirir el hábito de que se trata. Esto puede significar días y/o semanas. La regla a seguir puede ser “mientras te sientas bien”, esto es, mientras sientas que te va enriqueciendo.

Para comenzar, y como se va a exponer una después de cada exposición, bien puedes practicarlas así, una después de cada exposición, siguiendo el orden en el que es presentada, de manera que en un tiempo relativamente corto te has introducido a todas y las conoces todas. Ahora, una vez que las has conocido, sabes en qué consisten y qué es lo que se persigue con las mismas, puedes comenzar una segunda etapa: escoge la que mejor te parezca, porque llama tu atención, porque sientes que va más de acuerdo con tus necesidades, y practícala diariamente —una vez al día durante 10 minutos para comenzar, que luego puedes ampliar a 15’ y posteriormente a 30’— durante los días y semanas que lo necesites y te sientas bien en su práctica.

Si eres docente y/o formador, facilitador de grupos, capacitador, en fin, si trabajas con grupos, no importa de qué edad, en escolarización formal o no formal, muy bien puedes realizar estas mismas prácticas con tus grupos, y con muy buenos resultados. Ha sido muy útil sobre todo con grupos de niños y niñas de primaria y secundaria.

Y por supuesto, son prácticas que puedes recrear y enriquecer para ti y para tus grupos a partir de tus convicciones y experiencia.

¡Buena suerte! o, mejor, como se dice entre los caminantes en el Camino de Santiago y uno lo agradece tanto, ¡buen camino!