



San Juan de la Cruz, en sus “Avisos espirituales”, invita en varias ocasiones a algo tan sencillo como no hablar, o hablar solo lo necesario, y a fomentar el silencio como ámbito para abrirse a una sana vida espiritual.

En dos series de consejos que fueron recogidos mientras se encontraba en la localidad de Beas de Segura (Jaén), leemos estas frases:

“Refrene mucho la lengua y el pensamiento y traiga de ordinario el afecto en Dios, y calentársele ha el espíritu divinamente”.

“No mirar imperfecciones ajenas, guardar silencio y continuo trato con Dios, desarraigarán grandes imperfecciones del alma y la harán señora de grandes virtudes”.

En otras series de avisos, encontramos estos consejos sobre el mismo tema:

“Quien se queja o murmura ni es perfecto ni aun buen cristiano”.

“Mejor es vencerse en la lengua que ayunar a pan y agua”.

“Hable poco, y en cosas que no es preguntado no se meta”.

“Siempre procure traer a Dios presente y conservar en sí la pureza que Dios le enseña”.

“No se disculpe ni rehúse ser corregido de todos; oiga con rostro sereno toda reprensión; piense que se lo dice Dios”.

“Nunca oiga flaquezas ajenas, y si alguna se quejare a ella de otra, podrále decir con humildad no le diga nada”.

“No se queje de nadie; no pregunte cosa alguna, y si le fuere necesario preguntar, sea con pocas palabras”.

“No contradiga. En ninguna manera hable palabras que no vayan limpias”.

“Lo que hablare sea de manera que no sea nadie ofendido, y que sea en cosas que no le pueda pesar que lo sepan todos”.

“Calle lo que Dios le diere y acuérdesese de aquel dicho de la esposa: Mi secreto para mí (Is 24,16)”.

Parecen consejos sencillos, pero en un mundo lleno de mensajes y de palabras, sentimos fácilmente el deseo de responder, de divulgar, de manifestar nuestra opinión, de discutir.

Luego, nos damos cuenta de cuánto tiempo perdimos en aquella conversación, del daño que produjimos en nosotros y en otros con esas palabras agresivas, del veneno que dejó en el propio corazón un comentario de crítica hacia otros.

Ante tanto ruido, ante tantas palabras inútiles, san Juan de la Cruz ofrece consejos que, en el fondo, tienen un origen en la Biblia. Ella nos invita a cuidar lo que decimos, lo cual es necesario para llegar a ser buenos cristianos.

Tres citas de la Escritura bastan como ejemplo. En el libro de la Sabiduría leemos lo siguiente: “Guardaos, pues, de murmuraciones inútiles, preservad vuestra lengua de la maledicencia; que la palabra más secreta no se pronuncia en vano, y la boca mentirosa da muerte al alma” (Sb 1,11).

En el Evangelio, el mismo Cristo nos dice: “Os digo que de toda palabra ociosa que hablen los hombres darán cuenta en el día del Juicio” (Mt 12,36)

Para terminar, resuenan las palabras del capítulo 3 de la Carta de Santiago, que denuncian los daños del mal uso de las palabras, y que recuerdan una de las notas claves para ser perfectos:

“Si alguno no cae hablando, es un hombre perfecto, capaz de poner freno a todo su cuerpo” (St 3,2).