

## **ESCUCHAR DESDE EL CORAZÓN**

(Encuentro Regional Fraternidades Laicas Cistercienses, Huerta 22.06.24)

*Tema del Encuentro: Escucharnos para conocernos y poder caminar juntos*

Zenón de Elea era un filósofo griego anterior a Cristo que dijo: “Nos han sido dadas dos orejas, pero en cambio solo una boca, para que podamos oír más y hablar menos”. Sin duda que fue un buen observador de la vida cotidiana de entonces. Parece ser que la gente de su tiempo no paraba de hablar, pero escuchaba poco. Su aforismo de hace 25 siglos sigue teniendo plena actualidad e incluso ha aumentado exponencialmente gracias a las redes sociales, sin que eso garantice una mejora en las relaciones interpersonales, la capacidad de estar presentes unos a otros, de escucharnos, acogernos y avanzar juntos.

Os habéis reunido diversas fraternidades de laicos cistercienses para compartir en un ámbito de sincera escucha, la escucha más valiosa, la escucha del corazón que acoge al otro más allá de sus palabras. Una escucha que trata de conocerse no para curiosear en la vida de nadie, sino para vivir la fraternidad evangélica y la sinodalidad eclesial, caminando juntos tras los pasos del Maestro.

### **Escucha empática**

Bien sabemos que escuchar y oír no son la misma cosa. Oír es un proceso fisiológico donde las ondas producen una serie de vibraciones que son transmitidas al cerebro. Escuchar, sin embargo, supone que el cerebro reconstruye esas vibraciones formando una representación del sonido original y dándole un significado. El oír no lo podemos controlar, pero el escuchar sí. Por eso necesitamos aprender a escuchar, pues no es algo que debemos dar por supuesto que ya sabemos hacer. El escuchar que ahora nos interesa es un escuchar empático que busca conocer al otro.

Escuchar de corazón no es algo fácil debido a nuestras interferencias. Enseguida queremos responder, hablar, contar lo nuestro, interrumpimos al desear ayudar, dar consejos, aliviar el dolor del que nos habla. Dar consejos es una tentación muy grande, tratamos de ofrecer soluciones a problemas que algunas veces no tienen solución, corriendo el riesgo de sentirnos responsables del problema del otro. Entonces no le estamos escuchando verdaderamente, más preocupados de nuestra atinada palabra que le pueda calmar su dolor. Es entonces cuando nuestro ego dificulta una verdadera escucha acogedora, olvidándonos de nosotros mismos. Escuchar desde el corazón es escuchar el corazón del otro, un paso más profundo y previo a cualquier actuación.

Hay que reconocer que frecuentemente asumimos roles de escucha un tanto equivocados. Lo hacemos cuando actuamos como la persona que tiene respuesta para todo y está preocupada en buscar una mientras escucha; o la que le gusta analizar lo que se le está diciendo para saber el origen y causa de todo; o la que solo busca aparecer como una persona juiciosa; o la del consejero que pretende ayudar; o la del egocéntrico que siempre saca a relucir alguna cosa parecida que le sucedió a él, como si eso fuese a consolar al que le habla.

Por supuesto que una escucha desde el corazón no significa no hacer nada, sino hacer lo más importante: acompañar, respetar el espacio y el tiempo del que habla, el hacerle sentir que estamos ahí desde el amor antes que nada, aceptándole sin juzgarlo.

Carl Rogers fue un psicólogo muy conocido que hablaba de la importancia de escuchar empáticamente para poder dar una respuesta empática. Esto supone una sincera acogida, calidez en la relación, tratando de eliminar los prejuicios habituales que nos vienen cuando alguien nos habla.

No es raro encontrarse con que alguien pregunta algo y se le responde con otra cosa diferente a la que ha preguntado. Quizás se le responda con palabras muy bellas e interesantes, pero que dejan un sentimiento de incompreensión en el que pregunta, haciéndole sentirse no escuchado, pues el que le respondió no había abierto empáticamente su oído, más deseoso de manifestar su saber o su criterio. La escucha empática va más allá de la descodificación de unas palabras, acoge a la persona que las dice y el mensaje que conllevan. Quien escucha trata de acoger al otro entrando en su mundo sin invadirlo, sin distorsionarlo, sin ahogarlo con consejos que no se han pedido.

Dice bellamente Richard O'Donnell escribiendo sobre la escucha:

“¡Escucha!

Cuando te pido que me escuches y tú empiezas a aconsejarme,  
no estás haciendo lo que te pido.

Cuando te pido que me escuches y tú empiezas a decirme que yo no debería sentirme así,  
no estás respetando mis sentimientos.

Cuando te pido que me escuches y tú piensas que debes hacer algo para resolver mi problema,  
estás decepcionando mis esperanzas.

¡Escúchame!

Todo lo que pido es que me escuches,  
no que me hables ni que te tomes molestias por mí.

Escúchame, solo eso.

Es fácil aconsejar, pero yo soy capaz;

tal vez me encuentre desanimado y con problemas, pero no soy incapaz.

Cuando haces por mí lo que yo mismo puedo y tengo necesidad de hacer,  
no estás haciendo otra cosa que atizar mis miedos y mi inseguridad.

Pero cuando aceptas simplemente que lo que siento me pertenece a mí,  
por muy irracional que sea, entonces no tengo por qué tratar de hacerte comprender más,  
y tengo que empezar a descubrir lo que hay dentro de mí”.

(en Pangrazzi, A [ed], El mosaico de la misericordia, Sal Terrae, Santander, 1989)

La escucha empática crece en la medida que disminuyen los ruidos internos, pero vivimos en una sociedad hiperestimulada, donde hacer silencio no es nada fácil. Escuchar la voz interior significa traspasar las barreras y obstáculos que nos impiden llegar hasta ella.

Si estamos cansados, estresado o somnolientos tendremos grandes dificultades para escuchar. Si estamos atendiendo a otras cosas o somos continuamente interrumpidos, tampoco podremos escuchar como es debido. Igualmente, si estamos afectados emocionalmente o nuestros sentimientos están alterados, tampoco podremos escuchar correctamente. Es fácil que la situación del que me habla interfiera con mis propios sentimientos y me proyecte en ellos.

Nuestros propios pensamientos y prejuicios (culturales, morales, políticos, ...) pueden dificultar sobremanera una escucha empática.

Si lográsemos estar donde estamos y no en nuestro mundo de preocupaciones, miedos o deseos, entonces estaríamos más preparados para escuchar adecuadamente. Igual sucede cuando nos relacionamos con el otro, muchas veces no le vemos ni lo escuchamos realmente, sino que proyectamos en él nuestros miedos y escuchamos nuestras preocupaciones. Por eso creemos saber lo que va a decir antes de que lo diga, pues nos estamos escuchando a nosotros mismos y bien sabemos lo que bulle en nuestro interior. Nos limitamos a esperar a que termine preparando nuestra respuesta a algo que no ha dicho ni probablemente dirá. Escribía el pensador indio Krishnamurti:

“La mayoría de nosotros escuchamos a través de una pantalla de resistencia. De una auténtica escucha nos separan nuestros prejuicios, sean religiosos o espirituales, psicológicos o científicos; nos separan nuestras preocupaciones diarias, nuestros deseos o expectativas, nuestros miedos, etc. Y con esto como pantalla... ¡escuchamos! Por lo cual, lo que realmente escuchamos es... nuestro ruido, nuestro sonido, no lo que realmente está siendo dicho...” (Krishnamurti, *La primera y la última Libertad*)

## **Biblia**

En la Biblia, hablar de escucha es hablar de relación. La creación entera supone una invitación a la escucha, pues la creación entera es palabra de Dios, manifestación del mismo Dios en su obra creadora. La creación entera escucha a su Creador siendo aquello que es, palabra del mismo Dios que le llamó a la existencia. Un árbol escucha a su Creador siendo árbol, como lo hace toda creatura, siendo aquello para lo que ha sido llamada a existir.

El ser humano, además, tiene capacidad de una escucha más profunda, una escucha desde el Espíritu, pudiendo entrar en una relación personal y libre con su Creador. Por eso la revelación bíblica es esencialmente palabra de Dios al hombre. El evangelista San Juan comienza su evangelio diciendo que la Palabra de Dios quiso hacerse escuchar, darse a conocer acampando entre nosotros, pero los suyos no quisieron acogerla. Acampó en cada uno de nosotros, pero no hubo quien la escuchara en el latido de su corazón.

Dios habla de múltiples maneras para ser escuchado. Se trata de una escucha con consecuencias, como se nos dice en el libro del profeta Isaías: *Así será la palabra que sale de mi boca: no volverá a mí vacía, sino que cumplirá mi deseo y llevará a cabo mi encargo* (Is 55, 11). Por eso decimos diariamente en el Padrenuestro: *Hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo*. Es decir, que sepamos escuchar y acoger su palabra para que se cumpla en nosotros.

El israelita piadoso ora a diario con el *Shemá* (“escucha”): *Escucha, Israel: El Señor nuestro Dios es solamente uno. Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con todas tus fuerzas. Estas palabras que yo te mando hoy estarán en tu corazón* (Dt 6, 4ss). No son palabras para que se las lleve el viento, sino que deben ser escuchadas hasta grabarse en el corazón. Como lo hacía la voz que gritaba en el desierto buscando preparar el camino del corazón, la conversión necesaria para que la Palabra de Dios encarnada fuera acogida y no rechazada.

La llamada a escuchar la repiten con frecuencia los profetas (Am 3, 1; Jer 7, 2; etc.), así como los sabios (Prov 1, 8) y el mismo Jesús: *¡Escuchad!... El que tenga oídos para oír, que oiga*

(Mc 4, 3. 9). Una escucha que no se conforma con prestar atención para comprender lo que se dice, sino que abre el corazón, como nos relatan los Hechos de los Apóstoles que sucedió con Lidia al escuchar las palabras de Pablo: *Lidia... estaba escuchando y el Señor le abrió el corazón para que aceptara lo que decía Pablo* (Hch 16, 14).

Son muchos los ejemplos que nos da la Biblia de una verdadera escucha. Tenemos a Salomón que se nos presenta con una escucha atenta a los murmullos del Espíritu. A Samuel, que exclamó aun siendo niño: "Habla, Señor, que tu siervo escucha". A María de Betania que supo elegir el estar sentada a los pies de Jesús y escuchar, dejando a su hermana Marta tan ocupada como estaba. A María de Nazaret, que es el prototipo de los que escuchan de corazón, por eso se nos dice que lo guardaba todo meditándolo en su corazón (cf. Lc 2, 19. 51). A Jesús mismo, que escuchaba constantemente la voz de su Padre para hacer su voluntad, y que escuchaba empáticamente con el corazón a todos los que se volvían hacia él, dedicando una bienaventuranza a los que saben escuchar: *Bienaventurados los que escuchan la palabra de Dios y la guardan* (Lc 11, 28), y llegando a considerarlos como su madre y sus hermanos (Lc 8, 21).

Cuando se estudia teología fundamental se estudian los dos momentos primigenios de la teología: la revelación, es decir, cuando la palabra de Dios se dirige a nosotros, y la fe, es decir, cuando nosotros acogemos esa palabra escuchada. Ese es el fundamento de la teología.

## **Monacato**

"Escucha", comienza diciéndonos San Benito en su regla. Vivimos en una cultura en la que por la forma de alzar la voz de múltiples maneras parece que todo el mundo quiere ser escuchado, sentir que existe y es alguien. Se aprecia una gran necesidad de ser escuchados, reconocidos y acogidos. Pero ¿quién tiene tiempo y ganas de escuchar más allá de los cotilleos?

Lo primero que necesitamos para escuchar es silenciarnos. La experiencia simple del silencio nos permite escuchar los sonidos más tenues. Sonidos sutilmente vibrantes, pero acallados por tantos ruidos exteriores. En el silencio escuchamos nuestro verdadero yo, nos escuchamos. Y también escuchamos esa palabra del Espíritu que nos habla en el silencio de nuestro ser. Si por un momento tratáis de escuchar el silencio veréis cómo os silenciáis dejando de pensar en nada.

"Escucha". ¿Qué debo escuchar? Escúchate primero a ti mismo. Escucha tu propio ser, tu cuerpo, tus sentimientos, tus sombras, tus anhelos. Aprende a escucharte haciendo el hueco necesario para poder acogerte. El silencio es el vacío que permite acoger. ¿Cómo poder escuchar y acoger a los otros si primero no hago el hueco necesario para escucharme y acogerme a mí mismo? Tanto más necesitamos ser escuchados por los demás cuanto menos nos escuchamos a nosotros mismos. Tanto más difícil nos resulta escuchar a los demás cuanto menos capaces somos de escucharnos a nosotros mismos. Sin esta escucha personal en el silencio, las palabras de los otros rebotan en nuestros propios ruidos sin ser acogidas. Responderemos sin haber escuchado, es decir, no sabremos acoger.

San Pacomio empieza una de sus catequesis diciendo: "Escucha, hijo mío; sé juicioso, acepta la doctrina, pues hay dos caminos...". San Jerónimo, en su famosa carta 22 a Eustoquia, se valdrá directamente de la expresión sálmica: "Escucha, hija, mira; inclina tu oído y olvida tu pueblo y la casa paterna, y el rey codiciará tu hermosura". Pero quizás la expresión más cercana a la Regla de San Benito es la de San Basilio: "Escucha, hijo, la amonestación de tu padre e inclina

tu oído a mis palabras; préstame de buen grado atención y oye con corazón confiado todo lo que voy a decirte”. La escucha es parte de un diálogo que busca el encuentro con una persona, primeramente, la de Jesucristo.

Los primeros versículos de la Regla se dirigen incisivamente a cada uno de nosotros: “escucha, hijo”; inclina el oído..., acoge con gusto; a ti, pues, se dirigen estas palabras...; cuando te dispones a realizar cualquier obra buena... Es el modo como San Benito nos invita a hacer el camino interior que necesariamente es personal. Pero enseguida pasa a emplear el plural, uniendo la dimensión personal con la comunitaria. Dios me habla en medio de los hermanos, hace resonar dentro de mí la palabra escuchada en comunión. Es un proceso interior, pero no individualista, como Dios no es “padre mío”, sino “padre nuestro”.

La vida monástica está toda ella fundamentada en la escucha. Escucha de la palabra de Dios que leemos en la Biblia iniciando con ella el proceso de la *lectio divina*. Escucha en el silencio del espíritu que nos habita y transmite las mociones del Espíritu de Dios. Escucha de su presencia en los acontecimientos y lo que nos rodea, sabiendo estar donde estamos y hacer lo que estamos haciendo en cada momento. Escucha de los compañeros de viaje y hermanos en la fe respondiéndoles con actitud obediente, capaz de escuchar. Escucha que silencia el propio yo para dar protagonismo al otro.

La escucha en la vida monástica es un trabajo de descentramiento, dejar de ser el centro para situarnos en el centro de Dios, donde podemos encontrarnos fácilmente con los hermanos. El cristocentrismo de nuestra vida es la clave del carisma monástico. La palabra de Dios, la vida comunitaria, los hermanos más difíciles, la regla de vida, las disposiciones del abad o de los encargados, los cargos que hemos de asumir, todo ello son continuas oportunidades para situar nuestro centro más allá de nuestro yo.

La voz de Dios no solo se dirige a mí individualmente, no es una llamada exclusivamente personal, sino que va dirigida también al pueblo de Dios, a la comunidad cristiana, como nos recuerda el Apocalipsis: *Quien tenga oídos, oiga lo que dice el Espíritu a las Iglesias* (Ap 2, 7). Hermoso modo de evitar el subjetivismo que fácilmente nos puede engañar. Cuando la voz de Dios se escucha en comunidad, cuando abrimos el oído al latido del Espíritu en el corazón de la comunidad, nosotros mismos alcanzamos a ver de una forma nueva, sin ser engañados. En aquella comunidad donde se ha alcanzado un alto grado de comunión desde la apertura a la palabra divina, no quedándose en una simple buena organización, la voz de Dios se hace escuchar con fuerza y es luz para muchos que se acercan.

### **Comunidad que acoge de corazón**

Lo que caracteriza a la comunidad es la apertura y escucha al otro. Jean Vanier dice con mucho acierto: “Cuando nace una comunidad es muy difícil saber si se está ante una comunidad o ante una secta. Esto no se puede descubrir más que observando su crecimiento en el tiempo. La verdadera comunidad se abre cada vez más, porque llega a ser más y más humilde. La secta, por el contrario, aparenta abrirse, pero con el tiempo lo que ocurre es que se cierra progresivamente. La secta está formada por personas que se consideran los poseedores de la razón. Son incapaces de escuchar, son cerradas y fanáticas; no hay ninguna verdad fuera de ellas” (Jean Vanier, *La comunidad, lugar del perdón y de la fiesta*, Madrid 2000<sup>3</sup>. PPC. pág. 157).

Es verdad que al principio, al igual que sucede con la comunidad, la persona individual necesita una cierta autoafirmación que le ayude a sentirse ella misma orgullosa de sí y diferente

a los demás. Es el tiempo de la adolescencia, donde la rebeldía busca la autoafirmación. Es un tiempo en el que no se escucha salvo a uno mismo. Pero ni la comunidad ni la persona se pueden quedar ahí. No hay madurez sin apertura al otro, al diferente, dispuestos a escuchar, acoger y aprender, creando lazos mutuos. Es el proceso donde nos vamos dando cuenta de que pertenecemos a un cuerpo que nos abarca a todos respetando nuestras diferencias. Solo entonces nuestra escucha empieza a modularse de otra manera. Ya no solo escuchamos para informarnos o aprender. Ya no solo escuchamos para acoger caritativamente al otro. Ahora nos escuchamos porque nos sentimos parte de un solo cuerpo, de un proyecto común, donde todos sus miembros tienen algo que decir y debemos tenerlos en cuenta.

Una comunidad es como una orquesta que toca una sinfonía. Escuchar a un instrumento cuando toca solo es hermoso, pero escuchar a todos los instrumentos tocar armoniosamente es una delicia. Tocar todos juntos respetando el tiempo y la entrada de cada uno produce una sensación muy agradable. Para ello todos se tienen que escuchar sin que nadie pretenda destacar. Cada uno tiene su momento, tiempo e intensidad. Una orquesta donde los unos no escuchan a los otros, donde pretenden un protagonismo inapropiado y no miran al director, se transforma en algo profundamente desagradable. Cada instrumento debe estar en función del conjunto, ayudando a resaltar la intervención de los demás.

La escucha es una forma de acogida. No se trata solo de abrir la puerta de nuestra casa a alguien, sino de darle un espacio en el corazón que le permita existir y crecer, sentirse aceptado tal y como es. En otras palabras, darle un espacio para ser. Es hacerle sentir que se le acoge por lo que es, sin juzgarlo. Le permitimos entrar en un espacio en el que esté tranquilo, donde no se sienta amenazado. Pero para ello primero tenemos que crear dicho espacio, pacificarnos. Solo un corazón calmado puede acoger y escuchar sosegadamente. Esto supone un trabajo y un aprendizaje no exento de errores.

La escucha acogedora está abierta a la realidad tal y como es. Por lo general solemos filtrar las cosas que se nos presentan, reteniendo lo que nos resulta agradable y pasando de puntillas por lo que nos desagrada. Esto mismo lo podemos hacer en la escucha del otro, de nosotros mismos y de Dios, no escuchando lo que verdaderamente se nos dice, acogiendo unas cosas y rechazando otras, exagerando o minusvalorando, interpretando lo que se nos dice según el filtro que ponemos. El adulto se diferencia del niño porque sabe mirar, escuchar y acoger las cosas como son, no escondiéndose en la fantasía de cómo le gustaría que fuesen. Y, a veces, no resulta nada fácil sobrellevarnos los unos a los otros, teniendo muchos motivos para apartar a algunos de nuestra vida.

Escuchar al otro es como acoger al extranjero con pensamientos, cultura y costumbres diferentes, descubriendo en él un amigo. Es practicar aquello de “fui extranjero y me acogisteis”. La escucha acogedora del otro es signo de que una comunidad está viva, pues permite al otro ser él mismo.

La escucha de corazón tiene que traslucir que nuestro corazón está atento al otro, sin manifestar lo muy ocupado y lleno de preocupaciones que se encuentra. No basta escuchar con el oído mientras se deja sentir al otro todas las cosas y ocupaciones que lo agobian. Necesita sentir que hay un espacio para él dentro de mí.

Solo podremos abrirnos al otro para buscar juntos si aceptamos la posibilidad de que el otro tiene también algo que aportar, algo que me puede enriquecer a mí y a los demás. Si no le otorgamos esa posibilidad, no nos abriremos a un diálogo con él.

Para poder vivir la escucha mutua tenemos que desarrollar una cultura del encuentro (*Fratelli tutti*) que vaya más allá de la dialéctica que nos enfrenta con el otro. El enfrentamiento busca proteger lo propio, mientras que el encuentro nos permite sumar con los otros. Y, como tantas veces nos ha dicho el papa Francisco, “el todo es superior a la parte”. Por muy valioso que sea lo mío, más valioso es el conjunto que todo lo abarca, donde todo se complementa, donde resaltan multitud de matices diversos que embellecen el conjunto, pues todos tienen algo que aportar. El deseo del encuentro es más que la búsqueda de acuerdos para vivir en paz o porque no queda más remedio. La cultura del encuentro es el deseo de enriquecernos mutuamente con la aportación de los demás. En resumen, es el camino de la sinodalidad.

“Integrar a los diferentes es mucho más difícil y lento, aunque es la garantía de una paz real y sólida”. Se trata de reconocer no solo la dignidad del otro, sino su derecho a ser él mismo, con sus peculiaridades, aunque sin romper la armonía del grupo que se pretende formar cuando se crean comunidades de vida. Si esto no lo tenemos claro, vamos a tratar de que el diferente se vuelva irrelevante, no reconociéndole su valor dentro del grupo. Y no pocas violencias externas están precedidas de otra interior por la que se desprecia al diferente a mí, especialmente si lo veo como un potencial perjuicio de mis intereses.

Cuando un pequeño grupo de privilegiados pretenden beneficiarse de todo, se está construyendo un polvorín que antes o después terminará estallando. No tener en cuenta la existencia y los derechos del otro, no presagia nada bueno. Podemos culpar a los demás de la catástrofe, pero es bueno recordar nuestro papel en su gestación.

Hay algo que dificulta mucho la escucha: la polarización, cuando nos aferramos a posturas opuestas que defendemos casi proféticamente como si fueran verdades absolutas. Polarización que esconde una lucha de egos que se olvida que la Iglesia es un inmenso “nosotros”. La polarización trata de defender lo propio a toda costa. La polarización termina invadiéndolo todo, nos impide escuchar siquiera a los demás, nos termina llevando a pensar solo en qué instrumentos utilizar para acallar al que no piensa como yo. Nos ayudaría mucho escuchar el mensaje programático que el Papa nos expuso al inicio de su pontificado con la invitación a salir a las periferias a pesar de nuestros cansancios y fuerzas debilitadas.

### **La importancia de la escucha en una Iglesia sinodal**

El papa Francisco nos pone un hermoso ejemplo para referirse a la escucha con el oído del corazón. La compara con la actitud de la madre junto a su bebé respondiendo de inmediato con un suave toque o caricia al menor llanto o movimiento del pequeño. La madre siente lo que el bebé necesita, aunque él no sepa expresarlo adecuadamente.

Todos necesitamos ser escuchados, pero nos cuesta mucho escuchar al haber perdido la capacidad de empatizar. De ahí surgen los conflictos, muchas rupturas conyugales, familiares, comunitarias y de todo tipo. Somos sordos a los gritos de los que nos rodean. El ruido externo e interno nos insensibiliza frente a los sollozos de la angustia. Con frecuencia nos reclinamos en nuestras pequeñas tumbas de silencio y nos sentimos cada vez más cómodos con la quietud mortal que habita dentro de nosotros.

La escucha, sin embargo, hace fecunda la palabra que se nos da, pues una palabra que no es escuchada no sirve para nada, queda infecunda. Cuando no logramos escucharnos permanecemos como islas, desconectados los unos de los otros, conjunto de individuos aislados que afrontan sus batallas en soledad y aislamiento.

La invitación del papa Francisco a escuchar con el corazón tiene implicaciones profundas para la Iglesia sinodal que nos propone. Es una forma de ser Iglesia hoy. El proceso sinodal consiste precisamente en practicar la escucha de las voces de la comunidad creyente. Solo escuchando podemos iniciar un verdadero diálogo, resolver los conflictos y descubrir el camino común por donde el Espíritu desea llevarnos. Ese es el lema de vuestro encuentro: escucharme/nos para conocernos y poder caminar juntos.

Necesitamos saber qué hemos de hacer de diferente a lo que veníamos haciendo para favorecer ese proceso de escucha. No se trata de hacer grandes cosas, sino de remarcar determinadas actitudes, pequeñas decisiones diarias que nos lleven a una mayor escucha, una mayor atención, una escucha del corazón del otro desde el propio corazón.

¿Estamos listos para hacer silencio y escuchar lo que sucede dentro de nosotros y a nuestro alrededor? ¿Estamos dispuestos a cambiar nuestros puntos de vista y prejuicios sobre los demás? ¿Estamos abiertos a escuchar voces diferentes y no solo las que piensan como nosotros? ¿Seremos capaces de escuchar sin juzgar? ¿Estamos dispuestos a acoger y convivir con el diferente y a perdonar?

Cuando escuchamos con el corazón, encontramos un modo de salir de nosotros mismos. La palabra de Dios será palabra que se hace vida en mi vida. Escucharemos con paciencia la forma de expresarse de los ancianos y de los más torpes, de los que les cuesta expresar lo que sienten, de los que les falta la experiencia de la vida y ven las cosas de forma más simple, de los que tienen sensibilidades, preocupaciones o formas de ver y vivir las cosas diferentes a las mías. Escucharemos especialmente la voz de los que carecen de voz, de los silenciados en la vida y en las comunidades, de los que han sido apartados por su salud, su infortunio o sus errores. Porque el oído del corazón escucha el latido del corazón de sus semejantes.

Escuchar con el oído del corazón no es una respuesta complaciente, sino una respuesta empática y atenta. Una apertura sincera que se permite sentir y tocar, tender la mano y sanar, compartir, cuidar y ayudar a construir la vida de los demás. Es abrir nuestro interior para acoger al otro. Si no somos capaces de escucharnos los unos a los otros, no podremos escuchar a Dios. Él habita en medio de nosotros y no podemos separarlo de nuestros semejantes.