



Plan España
PLAN ofrece distintas formas de contribuir a mejorar las condiciones de miles de niños.
[¡Elige la tuya!](#)



Plan España
PLAN ofrece distintas formas de contribuir a mejorar las condiciones de miles de niños.
[¡Elige la tuya!](#)



Medicos sin fronteras
¿Qué consigues con tu ayuda? Sólo 10 € al mes:
Vacunamos a 400 niños contra la meningitis.

Religión Digital ▶ Libros

1 comentario



Pablo D'Ors

Autor de "Biografía del silencio" (Siruela) y "Sendino se muere" (Fragmenta)

Pablo D'Ors: "En la sociedad de hoy no hay fundamento para el optimismo, pero sí para la esperanza"

"La pregunta es si la fe sirve de puente o de muro. Son actitudes diferentes"

Jesús Bastante, 19 de enero de 2013 a las 08:52



Los cinco minutos de Pedro Casaldáliga
PUBLICACIONES CLARETIANAS



(Jesús Bastante).- **Pablo D'Ors** es un viejo amigo, sacerdote, capellán hospitalario y escritor, que viene a hablarnos de su último libro: "**Biografía del silencio**", publicado por Siruela.

"**El ruido es el problema número uno del hombre occidental** y el silencio, por lo tanto, su primera necesidad básica", afirma el autor, y aclara que "el silencio hay que oponerlo al ruido, no a la palabra".

"**En la frontera entre Buda y Cristo**", Pablo D'Ors confiesa que quiere seguir la estela de Thomas Merton y el padre Arrupe, combinando meditación zen y Evangelio: "**La pregunta es si la fe sirve de puente o de muro**", dice, y asegura que en la sociedad actual "no hay fundamento para el optimismo, pero sí para la esperanza".

¿Se puede existir en una sociedad como la nuestra permaneciendo en silencio?

¿Minusvaloramos el arte de estar callados?

Sí, solemos oponer silencio a palabra, y yo creo que más bien habría que oponerlo a ruido. En mi opinión el ruido es el problema número uno del hombre occidental, y el silencio sería, por lo tanto, su primera necesidad básica. **Sin el silencio primordial, difícilmente nada de lo que digamos va a poder calar.**

¿El silencio como proyecto de vida interior, frente al silencio como mera ausencia de palabras?

Sí. En el libro yo hablo de distintas fases del silencio, de las cuales la primera evidentemente es acallar los ruidos exteriores. Pero también **hay que diferenciar el silencio exterior del silencio**

- » Pablo D'Ors: "Hay confesiones de la fe en Jesucristo que, en mi opinión, no tienen nada de fe y mucho menos de Jesucristo"
- » Presentación de "Sendino se muere", de Pablo d'Ors, en Madrid
- » Pablo d'Ors reflexiona sobre el dolor, la enfermedad y la muerte en "Sendino se muere"

Necesitas el plugin de flash para visualizar este contenido



“ Solamente quien pasa por esa escuela de dejarse ayudar, de dejarse enseñar, luego es digno de ayudar a los demás



interior, y a su vez el silencio interior tendrías varias fases, varios planos. No es lo mismo silenciarse que ser capaz de escuchar y de mirar.

Este libro se subtitula "**Breve ensayo sobre meditación**", es decir, que es una reflexión desde mi experiencia (casi confesional) de la práctica del silencio.

¿Y cómo consigue uno acallarse para aprender a escuchar?

Hay 4 fases. Una primera, que además de espiritual es sobre todo física, que consiste en ser capaz de retirarse. **Tener el coraje de apartarse**. Sea un rato cada día, una vez a la semana, una vez al mes... Estamos tan metidos en las cosas, que de vez en cuando hay que tener esa soberanía de alejarse y tener un rato para sí mismo. **Tener tiempo para recrear lo que uno vive, para vivirlo de verdad**. Sin ese retiro no se puede producir todo lo demás.

Luego vendría la meditación propiamente dicha, a la que corresponden las otras 3 fases: un trabajo con el cuerpo (**relajación**), un trabajo con la mente (**concentración**), y por último con el espíritu o el alma (**contemplación**).

El trabajo del cuerpo consiste básicamente en repasar con la mente las distintas partes del cuerpo. Se puede hacer de manera más prolija o más breve, pero siempre con la intención de que el cuerpo quede sin tensiones. Luego, la concentración se puede hacer por varias vías. La que yo practico, que tiene que ver con la meditación zen, se consigue por medio de la respiración. Consiste en ser conscientes de que estamos respirando, concentrándonos en el abdomen. Se trata simplemente de estar presentes en cada inspiración y expiración, o bien contando las respiraciones del uno al diez, para que la mente no se disperse.

Es una tarea difícil, pero es difícil porque queremos aprender a meditar en un par de sesiones, cuando en cambio comprendemos perfectamente que para aprender a tocar la guitarra hacen falta unos cuantos años.

Es decir, que tu libro no es ningún manual para aprender a meditar en diez lecciones.

No, no. Antes incluso del retiro del que hablaba, es imprescindible tener la determinación, **la decisión de querer tener una vida interior**. Que no quiero tener solamente una vida hacia fuera, sino también hacia dentro.

Por último, el trabajo espiritual contemplativo tiene también dos caminos: el budista o zen, que trabaja con "koans"; y el camino cristiano, que haría ese mismo trabajo con frases del Evangelio o con el nombre de Jesús.

Los koans pueden ser pequeñas historias, acertijos, o una palabra nada más, que el maestro zen propone a sus discípulos o a sus monjes para que mediten con ello en el tiempo de silencio. No se trata de que resuelvan el acertijo, sino de que se disuelvan en él. **La clave es romper la racionalidad con la que nosotros solemos abordar las**



24 h.

7 días

Un mes

Un año

- 1 Alboroto en Nazaret por el hijo de José
- 2 32 familias gallegas de Zas cuentan la pesadilla que están viviendo con las monjas azules
- 3 Un juez norteamericano ordena desclasificar documentos secretos de la Legión de Cristo
- 4 A vueltas con los "ochocientos"
- 5 La comunidad turca acusa a Lego de incitar al odio contra la religión
- 6 La muerte de sor María podría suponer el archivo de algunas causas de robo de bebés
- 7 Pan para hoy y hambre para mañana
- 8 Don Andrea Gallo revoluciona youtube cantando el himno partisano al término de la misa
- 9 Rouco: "El Estado no es el dueño de la escuela"
- 10 Mantener la esperanza en medio de la tormenta
- 11 Carlos Escudero: "La jerarquía eclesiástica está incapacitada para entender el Evangelio porque está viviendo en estructuras de poder"
- 12 Sor Lucía Caram y Emilio Pinto no participarán en las Jornadas de Pastoral de Escuelas Católicas
- 13 Jesús, el libertador integral del hombre
- 14 Los obispos afirman que "los niños son los más capacitados para comprometerse en la misión de la Iglesia"

cosas, y conseguir que eso se integre en ti y te rompa por dentro, abriéndote a una realidad nueva. Es como una perla de sabiduría que se va apoderando de ti. Por eso es contemplativo, porque te va transformando.

Ese mismo trabajo, de manera afín o similar, se puede hacer también con el nombre de **Jesús**, que tiene una amplia tradición sobre todo en el cristianismo oriental; o con una frase evangélica.

¿Cómo has conciliado tu condición de sacerdote y tu acercamiento al mundo zen?

Bueno, no es nada contradictorio, ni mucho menos. Se ha escrito muchísimo sobre el **diálogo entre cristianismo y budismo**, hay muchas respuestas teóricas a este asunto, y todas ellas interesantes y dignas de profundizar. Pero a mí me interesan sobre todo las respuestas biográficas, de **personas que a través de la vida de la Iglesia han dialogado realmente con los budistas**, y ha hecho de esta causa algo fundamental en sus vidas. Estoy pensando por ejemplo en **Thomas Merton, en el padre Arrupe** y en otros tantos hombres insignes. Con toda humildad pero con toda contundencia, yo también quiero estar entre esa gente, en esa estela. Como sacerdote, me defino como una persona que quiere estar en la frontera. **En la frontera entre la Iglesia y la sociedad, entre la religión y la cultura, entre la vida y la muerte** (porque trabajo en un hospital donde veo a mucha gente morir), y en este caso, en la frontera entre Buda y Cristo.

Me interesa tender ese puente entre ambas confesiones porque creo que eso es lo propio de la misión sacerdotal. No lo hago por celo pastoral ni por virtud personal, sino por talante y por vocación.

¿Se nos olvida a menudo a los cristianos la universalidad de Jesucristo?

Exacto. Ésa es la piedra angular que demuestra hasta qué punto un corazón es religioso.

La apertura al otro es la clave de bóveda.

El otro día, en una conferencia que di, un señor dijo que le alegraba ver que últimamente muchas autoridades o personajes públicos confesaban sin pudor que son cristianos; y yo le dije que me parece que lo importante no es tanto que una persona haga una confesión explícita y diga "yo creo en Jesucristo", sino desde dónde hace esa confesión. Es decir, que si hace esa confesión para tender un puente con el otro, perfecto. Pero si la haces solamente para autoafirmarte y remarcas las diferencias con los demás, entonces no es realmente una **confesión de fe. La pregunta es, ¿puente o muro? Son actitudes diferentes.**

¿Esa dicotomía se hace más fuerte en las instituciones que en las personas?

Sí. Yo siempre pongo el ejemplo de Lucas 24, cuando Jesús resucitado se hace presente



Plan España

PLAN ofrece distintas formas de contribuir a mejorar las condiciones de miles de niños.



Plan España

PLAN ofrece distintas formas de contribuir a mejorar las condiciones de miles de niños.



Medicos sin fronteras

¿Qué consigues con tu ayuda? Sólo 10 € al mes: Vacunamos a 400 niños contra la meningitis.



en el **camino de Emaús**, y lo primero que hace no es decir "yo soy la Verdad", sino preguntar qué van hablando por el camino. No va con el anuncio kerigmático, sino que deja que le cuenten la historia, parte de la realidad de desilusión de las personas, de su cansancio. Ni siquiera es que llegue un momento en que les dice "yo soy el Cristo", sino que estando con ellos charlando, consigue que sean ellos los que le reconozcan a Él. **Él les deja esa libertad, y le reconocen en el signo de la condivisione**. Para mí ésa es la catequesis perfecta de cómo tiene que ser el cristiano. Y como fundamento bíblico es extraordinario.

En la sociedad de respuestas rápidas en la que vivimos, ¿la situación del vacío y de las prisas es irreversible?

La situación es grave, desde luego, pero sí que creo que hay esperanza. **No hay fundamento para el optimismo, pero sí para la esperanza**. El optimismo es más bien temperamental, casi biológico. Pero la esperanza es una virtud y se puede cultivar. Lo que creo es que **estamos en una sociedad estructuralmente atea, en el sentido de que no se fomentan espacios de silencio y de soledad**, sino todo lo contrario. Entonces, si el silencio y la soledad no están en las estructuras antropológicas básicas para poder generar algún tipo de reflexión o de trascendencia, será difícil que se dé algo que se le parezca. Pero a la vez hay signos muy prometedores y muy esperanzadores, porque también **sigue habiendo gente con mucha hambre y con mucha sed**, que es la condición básica para emprender el camino de vida interior.

A lo mejor mucha gente se está alejando de las iglesias que ofrecen planteamientos tradicionales de acercamiento a Dios, pero también **hay muchísimos "buscadores"**, en el sentido amplio de la palabra, que quieren alimentar su alma, y lo buscan con verdadero celo.

En estos tiempos de panorama oscuro para Occidente, ¿se vislumbra más esa necesidad de búsqueda? ¿Están mal orientados quienes buscan soluciones fáciles? ¿O, como dices en tu libro, es que si "no hay solución", es precisamente porque no hay problema?

Bueno, pienso que **normalmente respondemos a los problemas que se nos plantean de manera demasiado rápida**, y eso significa que somos incapaces de convivir con la pregunta. Que el problema, que podría ser una ocasión de crecimiento, lo hemos desmantelado y desvirtuado, y le hemos puesto un parche, como digo en el libro. Y creo que tanto a nivel personal como a nivel social, es muy importante que seamos capaces de convivir con los problemas, y traducir una adversidad en oportunidad. Cuando uno empieza a poder vivir la vida en esa clave, las dificultades son ocasiones, y todo cambia.

¿O sea que debemos afrontar las adversidades como parte de la vida?

El dolor es nuestro principal maestro. Cuando más hemos aprendido en la vida ha sido cuando hemos tenido dificultades que sortear. La felicidad tiene mucho que ver con la superación de una dificultad. No es lo mismo un regalo que una conquista que has ganado con entrega y esfuerzo. Gozas más cuando eres copartícipe de ello.

¿Pero por qué tenemos que sufrir? ¿No podría ser innecesario el dolor?

Es la gran pregunta de la teología y de la religión, pero lo que enseña la meditación, cuando uno resiste un tiempo en silencio, es que no nos gustamos. Los dolores físicos se van superando, luego surgen las extracciones mentales, y luego se llega a la conclusión de que hay muchas cosas de nosotros mismos que no nos gustan, y lo que hacemos entonces es huir. Pero no es que el silencio no sea para ti, no es que la meditación no te sirva para nada. **Es que no te aguantas.** Necesitas dispersarte y salir fuera porque no eres capaz de estar contigo mismo en tu hogar, que es tu intimidad, tu conciencia.

¿Tenemos la conciencia llena de fantasmas?

Exacto. El 90% de nuestros supuestos problemas son imaginarios, son ilusorios, efectivamente fantasmagóricos. Pero si un día consigues no huir del dolor, sino mantener su mirada y atravesarlo, descubres que dentro de cada uno de nosotros hay un reducto, una especie de jardín interior, en el cual podemos entrar a respirar de vez en cuando.

Como capellán en el hospital Ramón y Cajal, estás acostumbrado a trabajar en los entornos del dolor, y hace poco publicaste el libro "[Sendino se muere](#)", con la editorial Fragmenta, sobre cómo afrontar la muerte. ¿Pesa más la pérdida, o el recuerdo?

Llevo 6 años allí trabajando de capellán hospitalario, y como puede imaginar, me he encontrado con todo tipo de situaciones. De todas esas historias, una de las más hermosas es la de la **doctora África Sendino**, una mujer más o menos de mi edad que falleció en el 2008. Ella sabía que yo soy escritor, y tenía mucho interés en dejar un testimonio escrito de cómo vive la enfermedad una persona que es médico. Quería escribir un libro, y me pidió asesoramiento. Fue un proceso de visitas muy bonito, hasta que nos dimos cuenta de que ella no iba a ser capaz de terminar el libro, porque la vida no le daba más de sí. Entonces **me hizo prometer, pocos días antes de morir, que yo sacaría a la luz pública su testimonio.**

¿Es difícil aceptar una promesa en el lecho de muerte?

Sí. Hasta ahora ha sido mi único libro de encargo, y además es un ensayo, cuando yo soy más narrador que ensayista. Y ciertamente me sentí bastante constreñido, porque normalmente escribo novelas y esta vez no tenía la libertad de la ficción, de poder contar lo que me da la gana. Pero el libro finalmente salió de mi relación con ella, y me dio la

alegría de agotarse muy pronto en su primera edición.

Es verdad que **los hospitales suelen ser la casa del dolor, pero también pueden ser la del amor**, y eso Sendino me lo demostró. Porque allí ves mucha gente que sufre, pero también mucha gente que ama, que acompaña a sus seres queridos, a sus familiares moribundos, etc. Y eso se ve y se siente.

Empecé como capellán hospitalario queriendo ayudar a los demás, pero la lección que acabas sacando es que son los demás los que te ayudan a ti. Y eso lo vi en Sendino, que se hizo médico para ayudar a los demás, y al final tuvo que dejarse ayudar por ellos, que es más meritorio aún.

Esto es algo genuinamente cristiano. **Siempre pensamos en Jesús como en aquel que ayuda, pero cuando nace, hasta que es mayor, pasan muchísimos años en que fundamentalmente se tiene que dejar ayudar**. Solamente quien pasa por esa escuela de dejarse ayudar, de dejarse enseñar, luego es digno de ayudar a los demás.

¿Funciona la teoría de los vasos comunicantes en la teología y en el amor?

Sí, saber recibir. Eso es el desbordamiento constructivo del amor.

TITULARES:

- Solemos oponer silencio a palabra, y yo creo que más bien habría que oponerlo a ruido*
- En mi opinión el ruido es el problema número uno del hombre occidental y el silencio sería, por lo tanto, su primera necesidad básica*
- Hay que diferenciar el silencio exterior del silencio interior*
- Queremos aprender a meditar en un par de sesiones, cuando en cambio comprendemos perfectamente que para aprender a tocar la guitarra hacen falta unos cuantos años*
- Con toda humildad pero con toda contundencia, quiero seguir la estela de Thomas Merton y el Padre Arrupe*
- Quiero estar en la frontera entre Buda y Cristo*
- La pregunta es si la fe sirve de puente o de muro*
- En la sociedad de hoy no hay fundamento para el optimismo, pero sí para la esperanza*
- Respondemos a los problemas que se nos plantean de manera demasiado rápida, y eso significa que somos incapaces de convivir con la pregunta*

Like 3

Tweet 4

+1 1

Share 8



Plan España

PLAN ofrece distintas formas de contribuir a mejorar las condiciones de vida en España.
[¡Elige la tuya!](#)



Plan España

PLAN ofrece distintas formas de contribuir a mejorar las condiciones de vida en España.
[¡Elige la tuya!](#)



Medicos sin fronteras

¿Qué consigues con tu ayuda? Sólo 10 € al mes: Vacunamos a 400 niños.
[¡Colabora aquí!](#)

La Verdadera Historia Sin Censura: Mira Como El Descubrimiento Del Dr. Pimsleur Engaña A Tu Cerebro A Empezar A Hablar Inglés En 10 días

[Haz clic para ver el video ahora](#)

Pimsleur Approach

1 comentario

Deja aquí tus comentarios

Nombre, profesión, ciudad ...(obligatorio)

Comentario

No puedes escribir más de 1000 caracteres!

Teclea los caracteres de la imagen

Acepto la [Política de privacidad](#)

timer

[Ponme otra palabra](#)

Enviar Comentario

vicente

la fe sirve para vivir.

[sábado 19 enero 2013, 10:26](#)



Periodista Digital, SL CIF B82785809 - Avenida de Asturias, 49, bajo - 28029 Madrid (España) - Tlf. (+34) 91 732 19 05

[Aviso Legal](#) | [Cláusula exención responsabilidad](#) | sugerencias@periodistadigital.com | Copyleft 2000