

SILENCIO Y SENTIDO

Xosé Manuel DOMÍNGUEZ PRIETO

Resumen

El silencio es la condición para el descubrimiento del sentido. ¿Qué es el silencio? El silencio es no hacer, no actuar, escuchar y abrirse (a la realidad, a mí mismo y a la otra persona). ¿Por qué el silencio es sanador? Porque me libera de mí mismo, de mi orgullo, de el encierro en mis fronteras, del ruido. El silencio sana porque me permite el contacto con la realidad y la distancia de la realidad, la autodistancia y la autotranscendencia.

Abstract

Silence and Meaning

Silence is necessary for discovering meaning. What is silence? Silence is to stop doing, not to do, not to act, but listen and open our-self (to reality, to my-self, to the other person). Why the silence is healing? Because it liberates me from myself, from my pride, from my borders, from noise. Silence is healthy because it allows me to reach reality and take distance from reality, that is, auto-distance and auto-transcendence.

Palabras clave: Silencio. Sentido. Terapia.

Key words: Silence. Meaning. Therapy.

Introducción

El sentido existencial y los valores en los que se funda, afirma Frankl, se descubren. Precisamente por ello, la labor de la psicoterapia es "ensanchar el campo visual de este paciente en lo tocante a sentidos y valores, haciendo que cobren importancia" (Frankl, 2003, p.29). La cuestión que siempre hay que dilucidar es dónde puede encontrar la persona

ese sentido, esos valores que iluminen su existencia. Sobre esto, Frankl indica: "El hombre no sólo encuentra significativa su vida por lo que hace, sus obras, su creatividad, sino también por sus experiencias, sus encuentros con lo verdadero, bueno y bello del mundo y, por último, pero no por ello menos importante, por sus encuentros con los demás, con los seres humanos y sus cualidades únicas. (...) Pero incluso faltándole al hombre creatividad y receptividad, puede todavía realizar un sentido en su vida. Justamente cuando se ve enfrentado a este destino, cuando se ve abocado a una situación desesperada, le queda todavía al hombre una última oportunidad de realizar un sentido, de hacer real incluso el valor más elevado, de cumplir el más profundo de los sentidos. El sentido del sufrimiento" (Frankl, 2003, pp.29-30).

Así, se suele hablar en el ámbito logoterapéutico de tres tipos de valores en los que se encuentra el sentido: los valores de creación, de experiencia y de actitud. Estos valores son apelativos, es la realidad en cuanto que le llama (a la creatividad, al encuentro con otros, a la apertura a los acontecimientos tanto los positivos como los dolorosos). Por eso, la actitud de la persona siempre ha de ser respuesta a los dones recibidos, a la presencia apelativa de los otros y a la realidad misma como acontecimiento.

Pues bien: estos valores sólo se hacen presentes de modo nítido cuando hay una receptividad por parte de la persona. Y la condición de esta receptividad, de esta apertura, es el silencio. En la medida en que haya silencio, habrá la capacidad de abrirse a estos valores, al sentido.

Nos disponemos, pues, a analizar qué es el silencio para ver luego cómo este silencio es lo que permite la apertura a la realidad como Acontecimiento significativo, a mí mismo como lugar de sentido y al otro como fuente de sentido. Finalmente, veremos en qué sentido este silencio es terapéutico: en cuanto liberador y en cuanto sanador.

Sin embargo, resulta paradójico sugerir con palabras lo que sólo se puede encontrar cuando cesa la palabra. Pero al cabo, estas palabras son mero camino, artificio que nos puede conducir al lugar del silencio. Si no se accede a él, de nada valen las palabras. Y si se accede a él, de nada valen las palabras.

1. Qué es el silencio

El silencio es el acontecimiento de hacer espacio a la escucha de lo que no soy yo. Supone, por ello, romper con el ruido, externo pero sobre todo interno. Pero el silencio no se hace. No es actividad. Es un no hacer. Supone un freno a las urgencias y a los intereses inmediatos.

Es el silencio el ejercicio de vivir aquí y ahora, renunciando a toda intención, para dejar que todo cobre su semblante. Por tanto, el silencio consiste en permanecer en uno mismo, en recuperarse en el interior para no perderse en el exterior (o en el pasado o en el futuro).

"Hijo, si quieres ser de alguna utilidad, permanece en tu celda (...) El salir no te servirá tanto para progresar como el estarte quieto" (Serapión. Apotegma 878 de los Padres del desierto en Grün, 2003b, p.31). La celda, que puede ser la metáfora de un lugar físico, también lo puede ser de un lugar interior. Vivir el aquí y ahora es difícil porque puede producir disgusto si se vive como mero kronos, como un presente monótono. Sólo desde el silencio, el tiempo se puede recuperar como Kairós. Vivirlo como kronos lleva a la continua distracción, a la acedia, a la pérdida de sentido.

Estar en silencio es ser hospitalario con las cosas y personas. Dejarse habitar por ellas y por uno mismo. Es, por tanto, una forma de pasividad, dejarse ser, mirar, besar, abrazar por lo real. Es un modo de abandono en los brazos amorosos de la realidad, lo que conduce a aceptar que en nuestra vida no todo depende de nosotros y que, al cabo, hay que renunciar a llevar las riendas. Por ello el silencio es pasividad activa, pues implica aceptación.

El silencio es receptividad, pues nos abre como el arado abre un surco: nos hace capaz de ser fecundados.

Se trata de un estar atento para poder hacer un viaje al corazón. Es la actividad contraria al desparramarse y dispersarse, propio de la mucha actividad. Viajar al corazón no quiere decir perderse en el ámbito de los sentimientos sino acceder al centro vital del ser, la raíz de la inteligencia y la voluntad, la fuente interior: es el camino que permite el encuentro con el sentido de la propia vida. Guardar silencio es lo que permite la vida interior, y la vida interior la que permite el descubrimiento del para qué de la propia vida.

Para ello, el silencio ha de ser retirada. Quien hace silencio es un *anajoretés* (del griego ana: hacia atrás; *Joreo*: retirada). Por ello, el anacoreta es quien viaja al desierto, a lo no habitado. Y esta es una forma de morir: a lo cotidiano, a lo inmediato, a lo productivo. El silencio es un tiempo 'inútil', no productivo. Es un no hacer, un estar sin prisas con uno mismo. Un morir a lo propio. Y este tránsito es doloroso, pues no prevalece lo propio. Por eso el silencio puede ser momento de revelación, de descubrimiento del propio sentido, pues hay apertura más allá de uno mismo. Pero, para que haya revelación, el silencio ha de ir unido a la confianza en la posibilidad de la verdad inesperada.

Ir al desierto no supone huir sino, al contrario, afrontar los demonios internos para poder caminar hacia un mundo más luminoso y liberar la propia luz. El desierto es el lugar de encuentro con el propio rostro, al que se llega tras la batalla contra las máscaras del yo. El silencio es ruptura con el exterior para vivir la vida interior. Es lo que en logoterapia se denomina tomar distancia de uno mismo o autodistancia, dinamismo propiamente personal consistente en la capacidad de ponerse frente a sí de sí, como realidad no condicionada ni condicionable (Frankl, 1994, p.134). La autodistancia es la capacidad de convertir en objeto lo que nos afecta, poner fuera de nosotros los problemas y las situaciones y descubrir que no somos ellos. La autodistancia es una forma de retirarse de lo real.

2. Hacer silencio consiste en escuchar

Hacer silencio no es mero callar, sino ponerse a la espera de lo real, beberse lo que la realidad ofrezca como dádiva. Por eso, la escucha permite conocer el *sentido*, don y tarea. Una mirada meramente positiva a lo real impide descubrir el sentido. Pero la realidad tiene relieve. Sólo desde el silencio interno, no interesado, no pragmático, contemplativo, se puede descubrir el relieve de lo real.

La escucha es una forma de vigilia: lo contrario de estar dormido. Vigilia y sueño constituyen las dos actitudes básicas: *estar despierto* o *estar dormido*. Estar despierto es ser consciente, volver en sí, ser capaz de vivir desde el propio nombre, saliendo del eclipse de sí mismo en el que se vivía. Despertar es despertar-desde la máscara y despertar-a la propia identidad. Supone tomar conciencia de quién somos, ante quién estamos, dónde estamos, qué sucede y qué nos sucede.

Escucha es salir de la indiferencia. Quien vive en estado de vigilia descubre relieves y formas en lo real, y descubre que le afectan, que tienen que ver con él. El que escucha, se desinstala, se desacomoda, deja sus comodidades, sus privilegios, su falta de pasión y descubre que la realidad es algo que 'le' está pasando. Es pasar de vivir en lo que pasa, 'se' dice y 'se' hace, a vivir en lo que 'me' acontece, lo que sigo, hago y sufro.

La escucha es *atención*, advertir cómo son las cosas aquí y ahora y, en segundo lugar, descubrir qué tiene que ver conmigo lo que me está sucediendo. La atención supone tomar conciencia de lo que hay en mí (capacidades, heridas, posibilidades, carencias, limitaciones, orientación de mi acción, ideales), de lo que me sucede, de qué es lo importante y de la presencia de otros. Es, por tanto, estar atento y abierto al aquí y ahora en toda su extensión.

Sólo quien escucha está en disposición de descubrir cómo son las cosas, cómo se presentan realmente, qué se siente ante eso que nos está sucediendo y, por último, de aceptar eso que sucede, de que las cosas son como son y no como quiero o temo que sean o me han dicho que son. Por eso mismo el terapeuta no puede tener como prioridad los protocolos de actuación, el etiquetado de la patología o síntomas sino acompañar a la persona a que se escuche y escucharla él mismo.

La escucha puede verse obstaculizada de múltiples formas. Son formas internas de ruido, pantallas que impiden ver la realidad. No escuchamos la realidad porque estamos embotados con lo que pensamos de la realidad y porque lo que sentimos no nos deja abrirnos a ver lo que las cosas son, a su esencia y relieve.

3. El silencio es apertura

3.a. Apertura a lo real, pues *el silencio es lo que permite captar la realidad como presencia firme, confiable y patente. El silencio supone apertura a lo real como Acontecimiento. Desde el silencio me puedo abrir a lo que hay.* Supone apertura a la belleza del cosmos, a sus energías, a su amorosidad, al lo real como confiable, como sólido, como verdadero, como fuente de posibilidades. Sólo podré atender plenamente al exterior desde el interior. Por tanto, el silencio no supone aislamiento sino capacidad de acogida. Pero acogida de lo inesperado, de lo asombroso, de lo pelante: del sentido.

3.b. Apertura al sentido, porque el *silencio permite recuperar el misterio*, más allá de los datos, de lo fáctico. *El silencio es el lugar de la apertura a lo real como posibilidad*, al poder ser de otro modo. Pero lo real como posibilidad es lo que ofrece un sentido. El silencio es, pues, el modo de abrirse al sentido. El silencio es condición para la captación del sentido. Dado que el sentido no me viene dado de modo exterior sino que lo descubro brotando en mí en tanto que constitutivo de mi ser, sólo desde el silencio atento, desde el contacto y escucha a mí mismo puedo acceder a este sentido (no se trata de mera introspección, que puede ser ruidosa y enmascaradora, sino de atención a mí). *Omne agens agit propter finem*. La propia vida, y cada circunstancia dentro de ella, tienen un sentido, tienen siempre un para qué que se puede descubrir. Tiene un sentido porque toda acción se hace siempre con un fin. Y desde este sentido descubre que los acontecimientos no suceden aislados, sino en conexión, siendo unos lo que son respecto de otros. Todos se presentan como con una razón o una causa. Por ello, todo lo que aparece en la vida de la persona aparece como comprensible, como inteligible, como algo con sentido. Y la misma persona es sed de sentido, pues cuando no encuentra sentido a lo que le sucede, lo busca, se pregunta por las razones de lo que ha sucedido. Pero además, las mismas personas y cosas con las que estamos, así como cada acontecimiento, se nos hacen presentes como no indiferentes, como con determinado relieve, afectando de una manera u otra a la propia vida. No existen los hechos 'puros': todo lo que se nos hace presente lo hace con un significado, con un sentido, a veces patente y otras oculto. El silencio es el lugar de la *aletheia*, del desvelamiento del sentido. Sólo así se descubre que *acción sin silencio, deviene en activismo, pero expectación sin silencio, mera pasividad*.

3.c. *El silencio permite la apertura a uno mismo*, el encuentro con lo más genuino de uno mismo. Por ello, el silencio nos conduce a la humildad, porque nos permite vernos como somos. A veces, vamos al silencio y nos encontramos con aquello de nosotros que no queremos, con nuestras tormentas, pasiones, infiernos. Es el momento de no huir, de no hacer ruido sino de acoger. Para la mayor parte, el silencio es arduo, inquietante, insoportable, pues no se soporta la quietud, el no hacer nada, el no oír nada. Estamos demasiado acostumbrados a huir de nosotros. Pero el silencio es el modo que tenemos de interiorizar, de tener acceso a nuestro interior, tener acceso al autoconocimiento y al sentido que brota en nuestro interior como horizonte de valores e ideales. El silencio es el espejo que muestra fielmente quiénes somos y quienes estamos llamados a

ser. El silencio permite descubrir cuáles son los signos que remiten a la propia llamada, clave de la identidad personal. Me permite interpretar con libertad y prudencia qué hay en mí que me llama, qué me acontece que me llama y cómo la presencia de otros me llama. *La llamada (o vocación) es la forma en que se concreta para cada uno la llamada a ser plenamente persona. Por eso, la vocación personal es fuente de sentido, orientadora de la biografía personal, de la propia creatividad y perfeccionamiento* (Cfr. Domínguez Prieto, X.M: 2007, cap.1 y 2). La llamada muestra el modo concreto por el que puede realizar su propia vida, su propia identidad, su propio nombre. Por ello, la llamada es su canon biográfico. Es la llamada la manera concreta en que la persona está llamada a tomar posesión de sí allí donde se encuentra. Esta vocación se experimenta como aspiración, como orientación personal. En efecto, tal y como ha sido estudiado por Rogers (Cfr. Rogers, 1972, pp. 75-102.149-164), *cada persona aspira a ejercer lo esencial y definidor de ella misma*. Para que esto sea posible, cada uno debe responder, dicho en términos *schelerianos*, a su propio *ordo amoris* en tanto que sistema de valores que definen el "núcleo del hombre" (Scheler, 1996, p.27).

Desde este sentido, descubro que hay cuatro momentos experienciales:

- *Kronos*: Aunque todo está en movimiento, parece que no me sucede nada, que no pasa nada en mi vida. Yo soy el agente de mi vida, yo hago: sístole.
- *Kairós*: Me acontece algo importante. Recibo. Diástole
- *Kairós*: Hago desde lo que recibo. Sístole
- *Kairós*. Descanso después de hacer y agradezco: Diástole.

Mucha gente se agota sistólicamente porque sólo actúa en el *Kronos* por falta de silencio. El *Kairós* es posible desde el silencio. Y a veces el mismo *kairós* es que me abre el silencio.

3.d. *El silencio como lugar de la apertura al otro*, pues sólo si me vacío de mí, puedo hacer hueco al otro. El silencio no aísla sino que predispone a acoger al otro. En el silencio puedo acoger el rostro desnudo del otro en vez de cerrarme en la imagen que tengo de él, en las etiquetas con las que le he solidificado. Sólo el silencio permite el contacto y la retirada evitando así la fusión y la distancia fría. El silencio es lo que me permite la mirada amorosa, por la que veo el valor y dignidad del otro, sin pretensiones por mi parte. Me permite abrirme a la alteridad de modo aco-

gedor y donativo. El silencio me permite descubrir el misterio del otro. Y el ruido disfraza al otro y a la falta de encuentro con el otro. Y si pretendemos llevar a cabo una logoterapia, hemos de saber que sólo el silencio permite la palabra fecunda, pues la palabra resuena en el silencio. Surge del silencio y resuena en el silencio. El silencio crea receptividad a la palabra y da densidad a la palabra proferida. La palabra es la densidad del pensamiento. Toda palabra fecunda, brota del silencio y conduce al umbral del silencio. La palabra permite entrar en contacto con el otro y participar de la historia. Pero el silencio es lo que permite esta palabra presencial y fecunda. "El que ha aprendido a guardar silencio correctamente, también sabe hablar correctamente" (Grün, 2003, p. 54).

4. El silencio como pórtico de toda terapia: hacia la hesicoterapia

4.1. El silencio es terapéutico porque es liberador

4.1.a. *Me libera de la creencia de que el yo es básicamente actividad, cognición, decisión.* Nos abre a la no actividad. No es que la actividad sea inadecuada. Es que no es la única forma de ser persona. No somos sólo hacer. Quien no muere a su yo como absoluto se pierde a sí. La *kenosis* y la *egotanasia* son condiciones para el silencio. El silencio me permite recuperar la pasividad originaria en la que consiste la persona: antes del yo quiero, yo soy querido. Antes del yo amo, yo soy amado. Antes del yo que hace, existe el yo soy llamado. Por eso, la persona se reconoce como siendo-por, siendo-desde y siendo-para. Así se puede abrir a la dimensión de pasividad, a la receptividad al acontecimiento inesperado, a los brazos amorosos de la realidad. Si reconozco que no todo depende de mí, evito la tensión de tener que solucionarlo todo, conseguirlo todo, acabarlo todo. Descubro que no sólo soy agente, actor y autor de mi vida, sino también receptor de dones y sufridor de males, que no soy el rey absoluto de mi existencia sino que existen acontecimientos que no puedo controlar y exigen de mi abandono, aceptación y confianza.

4.1.b. *Me libera de mi autosuficiencia,* de pensar que tengo las riendas de mi vida y que todo debe ser razonado y razonable, seguro. Me libera de mis planes absolutos y de mis rígidos pensamientos. Me libera de los miedos al error, a la falibilidad, a la debilidad, de la ceguera de mis pobreza, de pensar que voy a poder superar para siempre mis limitacio-

nes y errores. Me libera de pretender ser el centro de toda la realidad, de todo grupo, de toda circunstancia, y me permite el abandono en los brazos amorosos de la realidad y la atención a la vocatividad de quien pide ayuda. Me libera el silencio de la necesidad de éxito, de tener que ser importante, de tener que demostrar mi valía en cada acción, en cada actuación, en cada momento.

4.1.c. *Me libera del mucho trabajo, el decir 'sí' a las expectativas de otros y propias, resulta esclavizante.* Me libera de los falsos deberes, de lo que imagino que tengo que hacer, del deseo de eficiencia. Me permite ser quien soy, aceptarme con mis limitaciones, con mis defectos, gusten o no gusten a otros. Me libero de la crítica y del aplauso de los otros.

4.1.d. *Me libera de la exterioridad,* de vivir volcado hacia afuera, alejándose la persona de su centro, de su identidad. La exterioridad tiende a imponerse con violencia. Pero esto debilita el interior, la recepción y la realización del sentido existencial. La información, las imágenes, los sonidos y ruidos terminan por ser envolvermente aplastantes. La exterioridad impide percibir la misma realidad, pues se ha convertido en fábula: sólo se percibe lo exterior tal y como nos lo sirven los *mass media*. La vida de estas personas se ha convertido en mera reacción al exterior y asimilación acrítica del exterior. Ya no tiene vida propia, sólo opiniones.

4.2. *El silencio sana,* porque permite recuperar a la persona su identidad, sus relaciones, su centro, porque la despierta. Desde el silencio puedo tomar conciencia y recuperar cada día cuál es mi sentido existencial, aquello para lo que vivo, qué es lo importante para mí. Por tanto, junto a la terapia mediante la palabra, mediante el consejo espiritual, mediante la lectura, es más urgente y más importante abrir espacios de silencio, hacer silencio, esto es, la *hesiquia*.

4.3. *El silencio sana porque permite el contacto con la realidad,* pero desligando la realidad de mis temores, deseos y distorsiones. Insania no consiste en pérdida de razón, sino justamente el perder todo menos la razón, y, sobre todo, perder el contacto con la realidad.

4.4. *El silencio sana porque permite ponerme a distancia de la realidad.* Si hiciésemos contacto pero no fuera posible la distancia, la persona estaría 'incrustada' en la realidad. Hace falta, por tanto, una capacidad de distancia, un poder estar frente a lo real, un darse cuenta de la rea-

lidad. Y esto justo es lo que hace persona a la persona: el darse cuenta, la capacidad de trascendencia (o autotrascendencia), que se manifiesta en capacidades como la intelección, el compromiso con otro o el humor. En realidad, esto está permitido por dos notas que mejor define la espiritualidad humana: la intencionalidad (estar abierto y orientado hacia lo que no es uno mismo) y la donatividad (entregarse por lo que no es uno). Esto significa que "el ser humano se proyecta más allá de sí mismo, se dirige a algo que no es él mismo: hacia algo o alguien, a un sentido que hay que cumplir o a otro ser humano a quien encontramos (...). Y la facultad de ser del hombre se encuentra trastornada en la medida en que la autotrascendencia no se materializa y no se vive" (Frankl, 1991, p.149). La *autotrascendencia*, la capacidad de salir de sí para encontrarse con un sentido, con un deber o con otro, es lo que funda el 'encuentro' entre personas. Por eso, sólo hay encuentro desde la apertura a un sentido y a la otra persona. Perdiendo así la persona su vida es como la realiza.

4.5. La toma de distancia permite separar y desligar los problemas, los sentimientos negativos, desajustes y heridas de la propia persona, de modo que se reconozca que yo no soy mi problema o mi herida o mi desajuste. No es adecuado a la realidad decir, por tanto, soy depresivo, sino tengo melancolía. Y lo mismo debe suceder respecto de las tareas. Se trata de una desidentificación con las máscaras, con las funciones, con los deseos. Es una forma de morir, pues "morir significa dejar de identificarme con mi tarea. Sólo así soy libre para realizarla bien, ya que entonces no depende todo de cómo la realizo" (Grün, 2003b, p.109). La toma de distancia permite que mire a mis asuntos, eventos o problemas como algo fuera de mí, descubriéndose independiente de ellos, pudiendo así descubrir la propia luz más allá de esas oscuridades interinas. Este es peldaño esencial en el camino hacia la sanación personal y de la liberación.

4.5.a. La distancia respecto de lo real y de uno mismo permite no volcar la vida en buscarse a sí, la propia plenitud o la propia felicidad, pues estos no pueden ser objetivos primarios sino efectos de haber comprometido la vida con las personas, los valores y la misión a la que uno está llamado. La persona se realiza como tal trascendiéndose.

4.5.b. El silencio sana porque permite la autodistancia y la autotrascendencia. Esto permite descubrir la propia identidad, ofrecido por el sentido existencial al que soy llamado, por un lado y, por otro, permite poner distancia a los problemas, las circunstancias adversas, los conflic-

tos así como respecto de las reacciones -a veces desproporcionadas - que surgen ante los primeros. Hacer silencio permite crear el espacio interior para elaborar lo positivo y negativo de la propia vida.

4.6. El silencio sana porque permite desbloquear las capacidades, viviendo la vida como creatividad, como tiempo de novedad, permite crecer hacia plenitud y recuperar la alegría. Pero permite moderar el nivel de actividad: poca actividad me empobrece, exceso de actividad me enferma. No por hacer más transformo más. El silencio ofrece la medida del hacer.

4.7. El silencio, en fin, permite restablecer el encuentro con el otro. Y lo permite porque le hago espacio en mí, porque lo atiendo, porque no lo juzgo, porque lo acepto, porque no me pongo sobre él ni me burlo de sus debilidades. La aceptación amorosa es sanadora. La donación amorosa es sanadora. Quien se pierde a sí, aceptando y donándose, gana su vida.

Xosé Manuel DOMÍNGUEZ PRIETO es doctor en filosofía, profesor, miembro del Instituto E. Mounier y colaborador en Proyecto Hombre, el ISCR 'San Agustín' y la Universidad Católica del Paraguay.

Bibliografía

Domínguez Prieto, J.M. (2006). *Antología viva y confidente de la inspiración. Los poetas del silencio*. Madrid: Adama Ramada.

Domínguez Prieto, X.M. (2005). *Eres luz. La alegría de ser persona*. Madrid: San Pablo.

Domínguez Prieto, X.M. (2007). *Llamada y proyecto de vida*. Madrid: PPC.

Fernández de Retana, J. (1992). *Hacia la contemplación*. Madrid: De Espiritualidad.

Frankl, V. (1991). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (1994). *El hombre doliente*. Barcelona: Herder.

- Frankl, V.E. (2003). *Psicoterapia y existencialismo*. Barcelona: Herder
- Guardini, R. (2002). *Una ética para nuestro tiempo*. Madrid: Cristiandad.
- García-Monge, J. A. (2004). *Unificación personal y experiencia cristiana*. Santander: Sal Terrae.
- Grün, A. (2003). *Elogio del silencio*. Santander: Sal Terrae.
- Grün, A. (2003b). *La sabiduría de los padres del desierto*. Santander: Sal Terrae.
- Rogers, C. (1972). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona: Paidós.
- Scheler, M. (1996). *Ordo amoris*. Madrid: Caparrós.
- Torrallba Roselló, F. (2001). *El silencio: un reto educativo*. Madrid: PPC.
- V.V.A.A. (2002). *Filocalía*. Salamanca: Sígueme.