

## Notas del Padre

*30 de marzo de 2025*

¿Sabes que la Misa está hecha para fomentar el silencio? En nuestras vidas ruidosas y agitadas, estamos empapados de sonido. Si bien nuestras celebraciones litúrgicas pueden parecer igual de ruidosas, en realidad la Misa está destinada a ser una celebración del silencio. San Juan de la Cruz decía que el silencio es el lenguaje del amor de Dios. Por lo tanto, el silencio es nuestra oportunidad personal de encontrarnos con nuestro Hacedor.

¿Cómo se experimenta esto durante la Misa? El gran libro que usamos se llama Misal Romano, en varios puntos le indica al sacerdote que haga una pausa. Vemos esto en la oración de apertura, cuando dice: “Oremos.” Hay silencio entre la 1ª lectura, los salmos, la epístola de San Pablo y el Evangelio. Y, por supuesto, hay muchos momentos de silencio dentro de la Liturgia de la Eucaristía. Mi favorita es cuando me arrodillo después de levantar la hostia y el cáliz, me da un momento para reconocer que Jesús está frente a mí. Podría continuar, pero el punto es que el silencio es necesario para expresar lo que no podemos decir verbalmente. El silencio prescrito a lo largo de la Misa nos da la oportunidad de unirnos de corazón a corazón a nuestro Señor.

El silencio en la Misa también nos anima a aplicarlo en nuestras vidas, por lo que te invito a considerar la posibilidad de incorporar un poco de silencio en tu rutina diaria durante este tiempo de Cuaresma. ¿Dónde se pueden hacer 10-15 minutos de silencio frente a un crucifijo o una imagen de Jesús? ¿Hay algún lugar especial que puedas designar como un espacio tranquilo? Como otra práctica, ¿qué tal ayunar después de usar el teléfono durante una hora?

Hay muchas maneras de practicar el silencio, espero que podamos entrar en el silencio en la Misa y construir su presencia en nuestras vidas. Terminaré con una cita del Papa San Juan Pablo II: “En este oasis de quietud, ante el maravilloso espectáculo de la naturaleza, se experimenta fácilmente lo provechoso que es el silencio, un bien que hoy es cada vez más raro... En realidad, sólo en el silencio el hombre logra escuchar en el fondo de su conciencia la voz de Dios, que lo hace realmente libre.”

Padre Ben Bray  
Vicario Parroquial