



## Seminario de Silencio

### El mandamiento del amor

Del Evangelio según Marcos (9, 28-34)

Se acercó uno de los escribas y le preguntó: «¿Cuál es el primero de todos los mandamientos?»

Jesús le contestó: «El primero es: Escucha, Israel: El Señor, nuestro Dios, es el único Señor, y amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas.

El segundo es: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No existe otro mandamiento mayor que éstos.»

Le dijo el escriba: «Muy bien, Maestro; tienes razón al decir que Él es único y que no hay otro fuera de Él, y amarle con todo el corazón, con toda la inteligencia y con todas las fuerzas, y amar al prójimo como a sí mismo vale más que todos los holocaustos y sacrificios.»

Y Jesús, viendo que le había contestado con sensatez, le dijo: «No estás lejos del Reino de Dios.» Y nadie más se atrevía ya a hacerle preguntas.

## La correspondencia entre Dios, los otros y yo

El primer mandamiento es “escucha, Israel”: un imperativo a la acogida y a la receptividad, sin la cual no es posible oblatividad alguna. Si no escuchamos, no deberíamos hablar; si no recibimos, no tenemos nada que dar. La meditación es en primera instancia una escuela de escucha. Y si nos escuchamos a nosotros mismos y a los demás, tal vez algún día escuchemos también la voz de ese Misterio al que los creyentes llamamos Dios.

Lo que hay que escuchar es en esencia que el Señor es uno. Ese es el mensaje: Él es unidad y nosotros, que somos a su imagen y semejanza, somos también unidad, lo sepamos o no. Cuando los ruidos del mundo se acallan, lo que resuena es siempre la unidad del ser esencial.

Sólo desde esta experiencia de la unidad tiene sentido el mandato: “Amarás a tu prójimo como a ti mismo”. Sin la experiencia de que todos somos uno, este mandato es un simple imperativo ético, una exhortación a la voluntad. Pero el auténtico amor al prójimo y a uno mismo no nace de una cepa tan frágil como la voluntad humana, sino que sólo puede nacer de la cepa del amor de Dios. Podemos amar al otro y a nosotros mismos porque nos sentimos amados por Dios. La meditación es una escuela de receptividad de Ese amor.

Ese amor, para ser tal, necesita de todo el corazón, de todo el entendimiento y de todo el ser. Ese amor, que no es otra cosa que la oblación de lo que uno es, es lo único que, en último término, sacia al ser humano.

Los tres amores, el que profesamos a Dios, el que profesamos a los demás y el que nos profesamos a nosotros mismos, son idénticos. Corren en paralelo, podríamos decir, lo que significa que no cabe amarse a uno mismo y despreciar a los demás, por ejemplo, o amar a Dios y no quererse a uno mismo. Nuestro nivel de fe se mide perfectamente, sin margen de error, atendiendo al grado de nuestra entrega a los otros y a nosotros mismos.

Amarse a uno mismo nunca debería darse por supuesto. Aprender a recibir es un nivel superior al del simple aprender a dar. Porque así como al dar somos como un pequeño dios para aquellos a quienes damos, al recibir permitimos que quienes nos dan sean un pequeño dios para nosotros.

## TRÍADAS

Escuchar es acoger lo que se nos dice sin cargarlo intelectual ni emocionalmente.

¿Estás de acuerdo con esta definición?

¿Experimentas el paralelismo perfecto que existe entre el amor a Dios, a los demás y a uno mismo?

Te sientas a meditar cada día. ¿Cuánto de ese acto de sentarse nace de tu fuerza de voluntad y cuánto de sentirte amado por Dios y por la vida?

¿En qué sentido crees que podrías amarte a ti mismo más y mejor?