



## Páginas para Padres:

### *Preparando el ambiente para la Iglesia Domestica \**

El término "Iglesia Doméstica" se refiere a la familia, el cuerpo mas pequeño de los fieles unidos en Cristo. Aunque ha sido recuperado sólo recientemente, el término viene de el primer siglo AD. La palabra griega ecclesiola se refería a "la iglesia pequeña." La Iglesia primitiva (de los primeros siglos) entendía que el hogar era tierra fértil para el discipulado, la santificación y la santidad.

# El Regalo del Silencio

*Dios habla en el silencio del corazón. Escucharlo es el principio de la oración.*

*Santa Teresa de Kolkata*

El silencio es un regalo; es un medio importante y necesario para escuchar y responder a Dios. Con este propósito en mente, existe una práctica, descubierta por accidente por la Dra. María Montessori llamada la *Lección del Silencio*. Esta es una gran ayuda para el niño, para descubrir y conquistar sus propias acciones. Es algo que podemos hacer en casa.



Debemos de entender que este silencio no es un silencio impuesto en los niños por un adulto tratando de restaurar el orden en un cuarto ruidoso. Podríamos decir que ese silencio es un "silencio vacío" ya que tiene poco valor, excepto para el adulto. El silencio que buscamos dentro de la familia para la oración, es como el que María Montessori describe como el que brota de estar quieto, que tiene esencia y lleva al niño y a la familia al orden interior.

El regalo del silencio es una actividad especial propuesta al niño como medio para ayudarlo a ser consciente del esfuerzo individual que se requiere para conseguir ese resultado en el grupo. Invita a un control consciente de cada movimiento, que no se logra por un orden externo. Por el contrario, es un ejercicio que toma tiempo, y la voluntad de cooperar, integridad y un gran deseo de pertenecer en la familia. Esta "máxima" lección sobre el control de movimiento requiere mucho del niño. La preparación para el regalo del silencio se distribuye en un periodo de tiempo extenso y es logrado a través de la práctica en comunidad y en familia.

Puede realizarse de la siguiente forma:

- ⊗ Invita al niño(s) a encontrar una posición cómoda y enfocar su atención a su propia quietud. Invita al niño(s) a que trate de imitarte.
- ⊗ Conforme el niño(s) va teniendo la capacidad de lograr su propio silencio, susurra algunas sugerencias para que perciban su propio cuerpo. "¿Nuestro respirar es en forma silenciosa?"
- ⊗ Cuando todos están relativamente en silencio, invita a percibir los ruidos a su alrededor. ( pájaros, tráfico, agua goteando, etc.) Se puede sugerir que cierren sus ojos y escuchen algún ruido en particular que se está haciendo en forma deliberada. ( el sonido de una campana, el tronar los dedos)
- ⊗ Conforme el silencio está siendo más completo, se puede repetir un versículo de un Salmo, o se puede cantar una canción muy bajita.
- ⊗ El ejercicio puede completarse saliendo fuera del campo visual del niño y susurrar el nombre de cada niño para que venga hacia ti. El niño que sea llamado debe levantarse y moverse lo más silencioso posible hasta donde tú te encuentres, mientras los otros con una admirable paciencia y gran expectativa esperan a que sus nombres sean nombrados.

El autocontrol que el niño consigue mostrar es una maravilla digna de asombro y les da mucha alegría. Montessori en *El Descubrimiento del Niño* escribió:

*" Fue entonces que aprendí que dentro de la mente del niño habita su propia recompensa y su propia satisfacción espiritual. Después de estos ejercicios me parece que su amor es más grande: ciertamente se volvieron más obedientes, dulces y cuidadosos... Es en el silencio y cuando los movimientos están ordenados que la sensibilidad interna llamada "sentido religioso" o sentido espiritual" se desarrolla,"*

Estas experiencias con el silencio ayudan al niño a entrar en contacto con sí mismo primeramente de la toma de conciencia de su cuerpo con la simple atención en su respiración. Realizar los ejercicios de silencio ayudan al niño a sentirse conectado con los otros miembros de la familia, en un esfuerzo común para alcanzar el silencio. Adicionalmente sensibiliza al niño sobre su entorno y propicia un estado de paz interior, por lo tanto una mayor capacidad de escuchar a Dios.

El silencio necesita convertirse en un hábito del ser, de la oración. Se entiende como un diálogo y requiere silencio. Sin él no hay oración.

El regalo del silencio puede ayudar a la familia, con autodisciplina intencional. Quedarse callado por un periodo de tiempo puede desarrollar un sentido de paz y conciencia de Dios.

Posibles lecturas de la Biblia que pueden usarse:

- ⊗ El Señor está en su santo templo: ¡Silencio, tierra entera ante él!. (Habacuc 2:20)
- ⊗ Descansa en el Señor, y espera en él (Salmo 37:7)
- ⊗ Esten quietos, reconozcan que yo soy Dios. (Salmo 46:10)
- ⊗ Que toda la humanidad, guarde silencio (Zac 2:13)
- ⊗ La voz del Señor, no estaba en el viento, ni en el terremoto, ni en el fuego, pero se encontraba en un susurro de brisa suave. (1 Reyes 19:11 - 12)
- ⊗ El Buen Pastor llama a sus ovejas por su nombre y las saca afuera. (Juan. 10:3)

### **Algunas cosas a recordar para disfrutar el Regalo del Silencio en casa.**

- Desconectarse. Nuestro mundo esta lleno de ruido. Trata de apagar la TV, la computadora y desconectate de todos los aparatos. Tan antinatural que al principio parezca, recuerda que ¡el silencio es esencial para el alma!
- Percibe el volumen de tu voz al hablar y date tiempo para hablar con el niño de forma silenciosa. Aunque el niño conteste con una voz mas fuerte, simplemente haz tu voz mas silenciosa. El niño finalmente se dará cuenta del volumen de tu voz. Debemos modelarles como estar en silencio.
- Invita a los niños a estar quietos. Los niños pequeños muchas veces no pueden tener control de movimiento inmediatamente. Asegúrate que el niño tenga oportunidad de movimiento antes de invitarlo al tiempo de quietud y silencio..
- Después de tener una oportunidad de silencio, platica con los niños: ¿Qué sonidos escucharon en el cuarto? ¿Qué sonidos escucharon en la naturaleza? y ¿En tu propio cuerpo?
- El niño de 6-12 años probablemente busque un lugar en el que pueda sentarse en silencio, y después escribir, dibujar, o anotar en su diario sobre lo que percibieron. ¿Qué regalos de Dios encontraron en el silencio? Tal vez el niño tenga un pequeña libreta o pueda usar hojas blancas de 8.5 x 11 y doblarlas a la mitad para crear su propia libreta, para ahí escribir o dibujar sobre sus experiencias en el silencio.