

Recibido: 2026-01-24

Aceptado: 2026-02-13

Publicado: 2026-03-10

**El silencio del corazón como camino de sanación y encuentro con Dios, desde
Gálatas 2.20**

**The Silence Of The Heart As A Path Of Healing And Encounter With God,
From Galatians 2.20**

Autor

Gálvez Fonseca Santiago Xavier¹

Maestría en Teología

<https://orcid.org/0009-0002-3541-9066>

santy_xav@hotmail.com

Pontificia Universidad Católica Del Ecuador

Quito-Ecuador

Resumen

El presente artículo desarrolla un estudio teológico-documental sobre la clasificación del silencio en la espiritualidad cristiana contemporánea, con especial énfasis en el silencio del corazón como camino de sanación y encuentro con Dios a la luz de Gálatas 2,20. A partir de la revisión sistemática de fuentes académicas y magisteriales publicadas entre 2020 y 2025, se identifican tres dimensiones fundamentales del silencio: silencio exterior, silencio interior y silencio del corazón. El silencio exterior se comprende como condición ambiental que favorece la escucha; el silencio interior como proceso de integración psicológica y discernimiento; y el silencio del corazón como apertura profunda a la acción transformadora de Dios. El análisis evidencia que, aunque las dos primeras formas cumplen funciones preparatorias, solo el silencio del corazón posibilita una auténtica experiencia de sanación espiritual, al implicar descentramiento del ego, acogida de la gracia y configuración con Cristo. Asimismo, se advierte el riesgo contemporáneo de reducir el silencio a técnica de bienestar emocional, despojándolo de su dimensión teológica. El estudio concluye que recuperar el silencio del corazón resulta fundamental para la vida espiritual, la formación pastoral y el acompañamiento comunitario, pues constituye el espacio donde el creyente puede experimentar la presencia viva de Dios y afirmar, con san Pablo: “Ya no soy yo quien vive, es Cristo quien vive en mí” (Ga 2,20).

Palabras clave: Silencio del Corazón; Espiritual; Sanación Espiritual; Espiritualidad Cristiana; Discernimiento Teológico.

Abstract

This article presents a theological-documentary study on the classification of silence in contemporary Christian spirituality, with special emphasis on the silence of the heart as a path to healing and encounter with God in light of Galatians 2:20. Based on a systematic review of academic and magisterial sources published between 2020 and 2025, three fundamental dimensions of silence are identified: external silence, internal silence, and the silence of the heart. External silence is understood as an environmental condition that fosters listening; internal silence as a process of psychological integration and discernment; and the silence of the heart as a profound openness to God's transformative action. The analysis shows that, although the first two forms serve preparatory functions, only the silence of the heart enables an authentic experience of spiritual healing, as it involves the decentering of the ego, reception of grace, and configuration with Christ. Likewise, the contemporary risk of reducing silence to a mere technique for emotional well-being, stripping it of its theological dimension, is highlighted. The study concludes that recovering the silence of the heart is essential for spiritual life, pastoral formation, and communal accompaniment, as it constitutes the space where the believer can experience the living presence of God and affirm, with St. Paul: "It is no longer I who live, but Christ who lives in me" (Gal 2:20).

Keywords: Silence of the heart; Spiritual healing; Christian spirituality; Theological discernment.

Introducción

El silencio, desde la experiencia bíblica y cristiana, no es ausencia de ruido o de palabras, sino un vacío fecundo de escucha, sanación y encuentro con Dios. En la sociedad actual, tan acelerada, saturada de estímulos y dispersa, el silencio se erige como una respuesta espiritual que hace posible la interioridad y la apertura del corazón a Dios. Esta necesidad no es casual, sino una exigencia de la vida cristiana, que atraviesa la experiencia monástica y la vida cotidiana de creyentes y comunidades (Huian, 2025). El silencio como realidad espiritual ha sido abordado por los estudios actuales de espiritualidad cristiana, por ejemplo, investigaciones recientes destacan cómo el silencio espiritual, entendido como un estado de quietud interior más allá de la simple ausencia de ruido externo, favorece procesos de sanación psicológica, reconciliación interna y sensibilidad hacia la acción divina (Prusak & Wasiewicz, 2025). Esta visión señala la experiencia del silencio como una manera transformadora de relacionarse con uno mismo y con Dios, sin reducirlo solo a una técnica contemplativa.

Basándose en la afirmación paulina de Gálatas 2,20, que menciona “Ya no soy yo quien vive, sino es Cristo quien vive en mí”, se expone dilucidar como un lugar privilegiado al silencio del corazón, un lugar predilecto para la presencia de Cristo en la existencia del creyente. Este pasaje paulino, central para la comprensión de la configuración con Cristo, ofrece un marco hermenéutico que trasciende la dicotomía entre silencio pasivo y actividad espiritual, lo que señala un silencio activo y encarnado en la vida del creyente. En ese sentido, el silencio del corazón significa desapropiación gradual del yo y de sus seguridades para vivir desde la presencia de Dios en el interior.

Por otro lado, la reflexión teológica actual destaca que la corporalidad del corazón como centro existencial, no como imagen poética, es el lugar simbólico donde se cruzan memoria espiritual, afectividad y experiencia de Dios, acercando así el silencio del corazón a antiguas tradiciones contemplativas relecturadas para el siglo XXI, según las cuales el silencio no es evasión o falta de compromiso, sino apertura radical a la presencia (Huian, 2025).

La presente investigación se mueve en el punto de encuentro de la reflexión bíblica, teológica y pastoral para analizar la tipología del silencio, exterior, interior y del corazón, haciendo

énfasis en este último y cómo el silencio profundo favorece procesos de sanación y encuentro personal con Dios. Se parte de una lectura hermenéutica de Gálatas 2,20 en diálogo con los nuevos hallazgos de la espiritualidad para ofrecer una contribución teórico-pastoral actualizada y de libre acceso que enriquezca la reflexión y la práctica espiritual en el mundo actual.

Actualmente, con la sobreestimulación digital, la inmediatez comunicativa y la atención fragmentada, el silencio se vuelve más que nunca necesario. Algunos estudios recientes señalan que la hiperconectividad deteriora la capacidad de interiorización y dificulta la experiencia de profundidad espiritual (Eder, & Činčala, 2025). Aquí el silencio no es sólo una práctica ascética como en la tradición, sino una necesidad antropológica para la integración personal y la apertura a la trascendencia.

Además, estudios compartidos en la revista Religions han demostrado que la espiritualidad actual necesita recuperar categorías clásicas reinterpretadas para el siglo XXI, como la categoría de "corazón" como centro integrador de la persona (Huian, 2025). Esta recuperación no significa volver atrás, sino actualizar hermenéuticamente el recurso a la tradición en diálogo con las ciencias humanas y los nuevos desafíos pastorales.

El silencio, desde la mirada bíblica, es lugar de revelación. Según Reyes 19,12, en el “susurro de una brisa suave” que manifiesta Dios, la presencia no se impone, se comunica en la interioridad, como se conoce en la tradición espiritual. Lc 2,19 a través de la conservación y la meditación en su interior, presenta a María, vislumbrando un modelo reconocido actualmente en la interioridad creyente.

De esta manera, se puede considerar al silencio del corazón como una manera de estar en el mundo, no solo una técnica interiorizante, sino una actitud de disponibilidad con Cristo. La afirmación paulina de Gálatas 2,20 se transforma así en una realidad existencial: el creyente, al hacer callar al yo autosuficiente, deja vivir en él a Cristo. Esta mirada hace del silencio no huida del mundo, sino transformación de la manera de estar en el mundo.

La realidad bíblica del «corazón» (kardia) está tan cargada de sentido antropológico que desborda con mucho la concepción sentimental del hoy. En el Antiguo Testamento, el corazón es sede de la voluntad, de la memoria y de la conciencia moral (cf. Dt 6,5; Sal 51,12). Esta idea es

recogida por el Nuevo Testamento, en el que el corazón se presenta como el lugar en el que se recibe o se rechaza la Palabra (Lc 8,15).

La teología actual ha tratado de recuperar esta perspectiva integradora. En investigaciones actuales de Religions, el corazón se define como el lugar de encuentro entre experiencia encarnada y espiritualidad, más allá de los dualismos cuerpo-alma (Huian, 2025). Esto es especialmente importante en culturas donde la subjetividad tiende a fragmentarse. El corazón es el lugar de la configuración con Cristo, desde la teología paulina. Gálatas 2,20 no es una metáfora piadosa, sino la expresión de una revolución en la forma de relacionarse: el yo ya no vive, sino que Cristo vive en él. Esta transformación sólo puede madurar en el silencio, no sólo psicológico, sino teologal. El Papa Francisco ha recordado que el silencio hace posible que la Palabra “baje al corazón” y no se quede en la mente (Francisco, 2020). De este modo, el silencio del corazón es el lugar en que la fe se interioriza y se hace vida.

En este sentido, la rehabilitación actual del corazón como categoría teológica no es una innovación dogmática, sino una renovación hermenéutica para los tiempos actuales de dispersión interior (Eder, & Činčala, 2025).

Material y métodos

Material

La investigación se abordó desde el paradigma cualitativo, teórico-documental; los instrumentos fueron una matriz de revisión bibliográfica, fichas de análisis hermenéutico y categorías teológicas de análisis, que permitieron organizar, sistematizar e interpretar la información de las fuentes consultadas. Estas herramientas posibilitaron reconocer, clasificar y profundizar en las diversas formas de silencio exterior, interior y del corazón y su relación con la sanación y el encuentro con Dios, en consonancia con la naturaleza teórica y reflexiva de la investigación.

Métodos

El método fue teórico-interpretativo, como en los artículos teológicos; se realizó una síntesis crítica de la literatura acerca del silencio espiritual, la sanación interior y la espiritualidad paulina, partiendo de la exégesis de Gálatas 2,20, y se extrajeron principios teológicos para el silencio del corazón como camino de sanación y encuentro con Dios.

Las fuentes secundarias de información que se utilizaron fueron libros de texto, artículos científicos y documentos teológicos de acceso abierto publicados entre 2020 y 2025, que ayudaron a fortalecer la base científica y teológica del tema de estudio y a construir el marco teórico de la investigación. Según la tipología metodológica de la revista, este es un artículo teórico, y por tanto su contribución es la elaboración de principios teológicos.

Resultados

El rastreo bibliográfico de artículos académicos y magisteriales publicados entre 2020 y 2025 arrojó una concepción del silencio en la espiritualidad cristiana actual: el corpus rastreado incluyó artículos científicos de acceso abierto de la revista indexada Religions (MDPI), en estudios sobre espiritualidad, contemplación y transformación interior (Prusak, 2021), así como trabajos recientes sobre silencio y experiencia religiosa (Huian, 2025) y teología espiritual contemporánea en diálogo con la tradición mística cristiana. Además, se añadieron documentos del Magisterio reciente del Papa Francisco, sobre todo los relacionados con la interioridad, la escucha y la vida espiritual (Francisco, 2020). Con todo este material se llegó a la conclusión de que el silencio no es una realidad indiferenciada, sino que tiene unos niveles o dimensiones diferenciadas en significado y profundidad espiritual.

De la sistematización teórico-documental se desprenden tres tipos de silencio: silencio exterior, silencio interior y silencio del corazón, que no responden a una gradación psicológica, sino a una ascensión teologal, una transformación progresiva del yo en Dios.

Evolución estructural de las tres dimensiones del silencio

El estudio comparado de las fuentes reveló que las tres formas de silencio no son compartimentos estancos, sino una espiral de interiorización. Este camino se puede expresar como un movimiento de lo exterior a lo interior y a lo relacional-teologal.

Según el Francisco (2024), el silencio externo es un portal pedagógico, establece las condiciones para reducir la dispersión sensorial. El silencio interior es un segundo momento de integración subjetiva (Eder, & Činčala, 2025), en el que la persona aprende a poner en orden pensamientos y sentimientos. El silencio del corazón es, finalmente, la cumbre del camino, como apertura radical a la presencia operante de Dios.

En cuando el proceso se interrumpe en los estadios iniciales, la experiencia espiritual se puede reducir a disciplina exterior o autorregulación emotiva. Cuando el silencio se dirige al corazón como centro existencial, se descubre la experiencia de transformación que va más allá del equilibrio psicológico (Eder, & Činčala, 2025). Lo que corrobora que la tipología planteada no es sólo descriptiva, sino dinámica y pedagógica. El silencio cristiano no es ausencia de ruidos o de pensamientos, sino disponibilidad creciente a la acción de Dios.

Silencio exterior

Las últimas fuentes coinciden en que el silencio externo es ausencia de ruido físico y verbal y creación intencionada de espacios de quietud; en las culturas hiperconectadas digitalmente y saturadas de información, el silencio se convierte en un acto contracultural (Francisco, 2020).

El Papa Francisco (2020) insiste en recuperar espacios de silencio frente al ruido mediático, pues su ausencia impide la escucha auténtica y debilita la interioridad espiritual. En la catequesis realza al silencio como un espacio para que la Palabra toca el corazón, no como un vacío.

En la actualidad para la vida monástica, según los estudios de Spirkina (2025) el silencio exterior refrena el lenguaje reeducando los sentidos y preparandolos para la contemplación, aun así, prevé que, si no se acompaña con un trabajo interior, se corre el riesgo de caer en formalismos. De esta manera podría verse el silencio exterior no como la transformación, sino como la puerta hacia ella. Es el lugar donde se inicia el camino, pero no donde se llega.

Silencio interior

El silencio interior supone la quietud de pensamientos, emociones y diálogos internos. En la reciente literatura espiritual cristiana, este nivel se relaciona con procesos de discernimiento, examen de conciencia y purificación afectiva (Hardin, 2024).

Estudios recientes como el de Moreno et al. (2022) de Religions, destacan que el silencio interior favorece la integración personal y la regulación emocional en situaciones de sufrimiento espiritual. Hoy en día, en la teología europea se ha rescatado la idea patristica de “hesychia” como quietud interior orientada hacia Dios.

Georgiana Huian (2025), refiriéndose al corazón en la tradición mística, precisa que la interioridad no es ensimismamiento psicológico, sino apertura progresiva al Misterio; pero advierte que el silencio interior puede quedarse en autorreferencialidad si no se abre explícitamente a la trascendencia.

Los datos muestran que el silencio interior va más allá del silencio exterior, en cuanto a la transformación subjetiva; sin embargo, puede quedarse en el nivel del equilibrio psicológico o la autorregulación emocional, sin alcanzar la realidad teologal del encuentro con Dios.

La dimensión antropológica del silencio y los procesos de integración

La lectura de la literatura actual revela que el silencio no solo tiene connotaciones espirituales, sino también antropológicas. Algunas investigaciones actuales indican que la práctica regular del silencio apoya procesos de autorregulación emocional, disminución de la ansiedad y clarificación de valores (Eder, & Činčala, 2025).

Pero la investigación también encuentra una diferencia importante: mientras que las terapias lo ven como ausencia y recurso para el bienestar, la teología espiritual lo define como ausencia y lugar de apertura relacional. Esta diferencia define la línea entre una espiritualidad del yo y una espiritualidad de la gracia.

La revista Religions ha publicado estudios que demuestran cómo la interioridad supone un descentramiento, el dejar de colocarse como medida de todas las cosas (Huian, 2025). Esta dinámica se corresponde con la paulina de “ya no vivo yo”, en el sentido de una salida de la autoafirmación para abrirse a recibir.

El silencio del corazón no suprime la subjetividad antropológicamente, sino que la incorpora. Posibilita el reconocimiento de heridas, límites y contradicciones sin absolutizarlas. En ese sentido, la curación espiritual no es la erradicación de la debilidad, sino su inclusión en una historia de gracia.

Esta diferencia es fundamental para eludir el reduccionismo psicologizante del silencio, del que ya advierten estudios recientes sobre espiritualidad líquida en sociedades postseculares (Eder, & Činčala, 2025).

Silencio del corazón

El gran descubrimiento del análisis es el silencio del corazón, que no es control del exterior o quietud de la mente, sino una disponibilidad interior, una apertura radical a la acción de Dios. Ya Francisco (2024), en sus recientes estudios de teología espiritual, afirma que el corazón es el centro de la persona, en el que se unen voluntad, inteligencia y afectividad. Huian (2025) profundiza, al definirlo como el punto más interior del encuentro con Dios y de autoconocimiento.

En Gálatas 2,20, se ofrece una herramienta hermenéutica, en el versículo “Ya no vivo yo, mas Cristo vive en mí”, es una transformación ontológico relacional y no una invitación a la introspección, percibido así, puede cultivarse el silencio del corazón.

Ha sido reiterado por el Papa Francisco, que el silencio admite la escucha de la voz de Dios en el interior y este transmuta las palabras, opciones y acciones (Francisco, 2024). Siendo así, una competencia idónea e innovadora que lo diferencia de los anteriores silencios.

Los datos indican que la curación espiritual no se consigue con la ausencia de ruido o con el equilibrio emocional, sino con la disponibilidad cordial a la gracia divina; en este sentido, el silencio del corazón es el espacio en el que la herida humana puede integrarse en la vida de Dios, configurando un proceso de sanación integral.

Desde la realidad teológico espiritual, Gálatas 2,20 proclama una metamorfosis en la relación del yo creyente. No es anulación de la identidad, sino configuración cada vez mayor con Cristo. Esta intuición la han recogido hoy investigaciones que sitúan en el corazón el centro de esta transformación (Moreno et al., 2022).

El Papa Francisco ha afirmado que el silencio hace escuchar la voz de Dios en la interioridad y que escucharlo transforma las opciones y el obrar (Francisco, 2020). En ese sentido, el silencio del corazón no es ausencia de pensamientos, sino disponibilidad a la gracia.

Además, estudios actuales en espiritualidad y salud mental reconocen que la sanación no es regulación emocional, sino integración de la experiencia en una narrativa trascendente (Eder, & Činčala, 2025). El silencio del corazón es, pues, el lugar en el que la debilidad humana puede ser acogida y transfigurada.

La literatura teológica actual reconoce que la sanación espiritual no es estabilidad emocional. Supone reconciliación interior, releer el sufrimiento y abrirse confiadamente a la acción de Dios. En ese sentido, el silencio del corazón es un espacio donde la herida humana es acogida y transformada.

La mirada teológica fortifica en Galatas 2,20, la definición de la vida cristiana como una vida en Cristo crucificado y resucitado. Postura que conjetura un proceso, un camino que demanda silencio interior. No un permanente autoanálisis, sino permitir que la gracia sea la orientación de los amores y las prioridades.

El Papa Francisco también hace recordatorio que la verdadera transformación y el camino a las elecciones concretas de vida, es a través de la oración. Pues el silencio del corazón no es pasividad, sino disponibilidad (Francisco, 2024).

De esta manera, el silencio del corazón es un camino de sanación integral: integra memoria, afecto y voluntad en una relación viva con Dios. Solo aquí el silencio deja de ser método y se hace comunión.

Discusión

El estudio de los resultados muestra que el silencio, en la espiritualidad cristiana actual, no constituye una categoría homogénea ni exclusivamente ascética, sino un camino gradual con diferentes profundidades teologales. Las fuentes consultadas coinciden en que hay una jerarquía entre silencio exterior, silencio interior y silencio del corazón, y que este último es el que permite la transformación espiritual.

Principios y relaciones identificadas

Lo primero que se desprende es que el silencio exterior es una condición necesaria pero no suficiente para el encuentro con Dios. El Papa Francisco (2024) denuncia que la falta de silencio en la cultura actual impide saber escuchar, pero también advierte de que el silencio ha de abrir a la interioridad. Por eso el silencio exterior no es garantía de experiencia espiritual.

En segundo lugar, el silencio interior favorece la integración emocional y el discernimiento. Estudios actuales en espiritualidad contemporánea revelan que la interioridad apoya el bienestar psicológico y la estabilidad emocional (Eder, & Činčala, 2025). Pero estos mismos estudios advierten que cuando el silencio se queda en técnica de control de uno mismo, pierde su horizonte trascendente.

El tercero, central en la investigación declara que el silencio del corazón es disponibilidad en la relación con Dios. La literatura teológica actual reconoce que el corazón es el centro integrador de la persona y el lugar de encuentro con Dios. En línea con Gálatas 2,20, este silencio implica un descentramiento del yo, para configurarse con Cristo, más allá de la interioridad psicológica (Francisco, 2020).

Excepciones y cabos sueltos

El análisis reveló que algunos enfoques actuales consideran el silencio sobre todo como un instrumento de bienestar emocional o un recurso terapéutico (Eder, & Činčala, 2025). Si bien esta mirada aporta, puede caer en un reduccionismo si no se enmarca en una visión teológica del ser humano.

Además, la literatura académica actual no siempre hace una distinción clara entre silencio interior y silencio del corazón. Esta indeterminación muestra la necesidad de ahondar en la justificación bíblica y antropológica del corazón como lugar teológico, en especial en la teología paulina.

Consecuencias teóricas y posibles aplicaciones prácticas

El análisis reveló que algunas de las aproximaciones actuales conciben el silencio sobre todo como instrumento de bienestar emocional o recurso terapéutico (Eder, & Činčala, 2025). Si

bien esta mirada aporta, puede caer en un reduccionismo si no se enmarca en una visión teologal del ser humano.

Además, la literatura académica actual no siempre hace una distinción clara entre silencio interior y silencio del corazón (Francisco, 2024). Esta indeterminación muestra la necesidad de ahondar en la justificación bíblica y antropológica del corazón como lugar teológico, en especial en la teología paulina.

Proyección pastoral y futuras líneas

La necesidad de recobrar experiencias y habilidades de interioridad profunda ante la cultura actual de superficialidad, se ve señalada en los resultados (Francisco, 2024). Hoy, la pastoral ha de hablar del manejo terapéutico del silencio, enmarcando a este en una antropología teologal (Eder, & Činčala, 2025).

Para posteriores análisis, se podría profundizar empíricamente la vivencia del silencio en experiencias concretas pastorales y cómo coexiste con estudios interdisciplinarios sobre la salud integral y la espiritualidad.

Conclusiones

La investigación constató a través de la lectura sistematizada de fuentes teológicas y académicas, que el silencio en la espiritualidad cristiana actual no es un concepto uniforme, sino un camino gradual que implica el silencio exterior, el silencio interior y el silencio del corazón.

El silencio exterior es preparatorio, crea las condiciones exteriores para la escucha, pero por sí solo no transforma. Asimismo, el silencio interior apoya la integración emocional, el discernimiento y la autorreflexión, aunque puede quedar en mero ejercicio de introspección psicológica si no se abre a la trascendencia.

El análisis fundamental, es que, de todos los silencios, el silencio del corazón es un silencio completamente teológico y esencial, en cuanto abre la puerta completamente a la acción de Dios, dispersión del yo, así como la disposición y disponibilidad total a la gracia. Dando encuentro a la curación espiritual su verdadero lugar en el encuentro con Dios, en los lineamientos del Magisterio y la Biblia.

Adicionalmente, hoy en día el silencio se expande a una herramienta de bienestar emocional, lo que implica una comprensión simple del fenómeno espiritual. Por lo que se considera la recuperación de una visión comprensión fraternal del silencio que involucre la integración psicológica, antropológica y teológica.

De esta manera se podría considerar la recomendación en la educación y la pastoral de desarrollar espacios de aprendizajes que favorezcan procesos de interiorización y no solo un silencio sin propósito. A su vez, la creación de itinerarios que propongan al silencio del corazón como un enfrentamiento y convivencia con Dios.

Por otro lado, se puede considerar la introducción del silencio más allá de planteamientos terapéuticos, la inserción en planes de estudios juveniles como los catequéticos y de acompañamiento espiritual, podría ayudar en futuras investigaciones para conocer cómo se experimenta el silencio del corazón en situaciones pastorales.

En definitiva, el silencio del corazón no es evasión del mundo, sino interioridad que permite al creyente vivir con mayor coherencia, libertad y compromiso. Solo desde esta hondura el silencio deja de ser ausencia de palabras para hacerse presencia y comunión con Dios.

Referencias Bibliográficas

- Eder, P., & Činčala, P. (2025). *Liquid spirituality in post-secular societies: A mental health perspective on the transformation of faith*. *Religions*, 16(10), 1308. <https://doi.org/10.3390/rel16101308>
- Francisco, P. (2020). *Catequesis sobre la oración y la vida espiritual* [Audiencias generales]. Vatican News. <https://www.vaticannews.va/es/papa/news/2024-07/papa-francisco-ano-de-oracion-catequesis-2020-audiencia-general.html>
- Francisco, P. (2024). #AñoDeLaOración: El Papa nos recuerda la necesidad de espacios de silencio. Vatican News. <https://www.vaticannews.va/es/papa/news/2024-07/anodelaoracion-el-papa-recuerda-necesitamos-espacios-silencio.html>
- Francisco. (2024). *Dilexit nos: Carta encíclica sobre el amor humano y divino del Corazón de Jesucristo*. Libreria Editrice Vaticana. <https://www.vatican.va/content/francesco/es/encyclicals/documents/20241024-enciclica-dilexit-nos.html>
- Hardin, L. T. (2024). *Knowledge and discernment: Reflections on the integration of biblical studies and spirituality*. *Religions*, 16(1), 27. <https://www.mdpi.com/2077-1444/16/1/27>
- Huian, G. (2025). *Embodied mystery, spiritual deepness: Paradoxes of the heart inside a spirituality of purification*. *Religions*, 16(4), 410. <https://www.mdpi.com/2077-1444/16/4/510>
- Mdpi. *Embodied mystery, spiritual deepness: Paradoxes of the heart* [Artículo en *Religions*]. *Religions*, 16(4), 410. <https://www.mdpi.com/2077-1444/16/4/410>
- Moreno Martín, F., Fernández-Villanueva, I., Ayllón Alonso, E., & Medina Marina, J. Á. (2022). *Guilt, psychological well-being and religiosity in contemporary cinema*. *Religions*, 13(4), 277. <https://www.mdpi.com/2077-1444/13/4/277>
- Prusak, J., & Wasiewicz, J. (2021). *The experience and correlates of God's silence among Christians*. *Religions*, 12(7), 532. <https://www.mdpi.com/2077-1444/12/7/532>
- Religions*. (s.f.). *An Open Access Journal from MDPI*. <https://www.mdpi.com/2077-1444>

Spirkina, A. K. (2025). *Religiously motivated silence: Opportunities for sociological study*. *The Journal of Sociology and Social Anthropology*, 28(1), 181–207.
<https://journals.rcsi.science/1029-8053/article/view/317410>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés