

# LA MEJOR PARTE por Thomas Keating, O.C.S.O

## UNO

### LA CASA DE BETANIA

*Jesús siguió su camino y llegó a una aldea, donde una mujer llamada Marta lo recibió en su casa. Marta tenía una hermana llamada María, la cual se sentó a los pies de Jesús para escuchar lo que él decía. Pero Marta, que estaba atareada con sus muchos quehaceres, se acercó a Jesús y le dijo: -Señor, ¿no te preocupa nada que mi hermana me deje sola con todo el trabajo? Dile que me ayude. Pero Jesús le contestó: -Marta, Marta, estás preocupada y afligida por muchas cosas, pero sólo una cosa es necesaria. María ha escogido la mejor parte, y nadie se la va a quitar, (Lucas 10:38-42)*

A medida que ponderamos estas palabras se hace evidente que la familia de Betania está compuesta por personas que están en distintas etapas de la vida espiritual. Con toda claridad Marta es la que mejor nos representa a nosotros. Ella tiene problemas con su falso yo. Está profundamente dedicada al Señor. Son amigos. A Jesús le encantaba detenerse en su casa. Ella ejemplifica a las “buenas almas” en el principio de la travesía espiritual cuando tienen las mejores intenciones de servir a Dios. Pero en esta ocasión Marta está inquieta y ansiosa. Ella ha tenido una conversión al nivel consciente de su “estado de alerta psicológico”, pero no ha tenido la conversión del nivel inconsciente de su motivación. Está bajo la influencia de la carga emocional que ha arrastrado consigo desde la temprana niñez que consiste en los tres centros básicos de energía del organismo humano.

Estos tres centros básicos de energía se desarrollan a causa de las necesidades que tiene cada infante de seguridad y supervivencia; afecto y estima, y de poder y control. Estas son necesidades biológicas. Cuando son retraídas, lo cual hasta cierto punto es la experiencia de todo el mundo, entonces, o desarrollamos actitudes compensatorias, o reprimimos las dolorosas frustraciones de esas necesidades en el inconsciente. Ahí se queda la energía secretamente influenciando nuestro comportamiento y nuestros procesos de tomar decisiones.

#### **Marta: La Vía Purgativa**

Nuestra primera conversión se dirige a tratar de enderezar y limpiar nuestra vida consciente ordinaria. Marta está justo haciendo esto. Ella está en la primera etapa de la travesía espiritual –la vía purgativa-. La vía purgativa consiste en darse cuenta de cómo nuestras necesidades inconscientes afectan la vida diaria ordinaria, incluyendo nuestro servicio a Dios. Nos resulta desconcertante reconocer que mezclado con nuestras buenas intenciones están estas actitudes infantiles. Son necesarias en la primera infancia para poder sobrevivir, pero totalmente inapropiadas ahora que hemos crecido.

Marta le está preparando a Jesús una gran cena. Ella resiente la actitud desapegada de Jesús en lo referente a su trabajo. Lo confronta diciéndole: “¿Ni te importa que mi hermana esté ahí sentada a tus pies sin hacer nada? Dile que me ayude”. Noten el tono de indignación. En los

comienzos de nuestra travesía espiritual a menudo tenemos una relación de co-dependencia con Dios. Por ejemplo, le diríamos a Dios: “Dame lo que quiero o no oro más”. A pesar de que Marta está ocupada sirviendo a Jesús, su motivación esta cargada de egoísmo. El origen de su frustración parece ser que ha perdido el control de la situación. No puede servir la cena a tiempo. Su hermana no la ayuda. Cada vez que nos inquietamos por algo, el origen está primariamente en nosotros. Quejándose de que María esta sentada a los pies de Jesús es la manera de Marta proyectar su problema en otra persona. Marta necesita dejar ir su apego a los resultados de su trabajo. Ella está activa en el servicio de Dios pero su actividad no es el servicio contemplativo. Ella está trabajando para ella misma. Sin duda alguna ella cree que está trabajando únicamente para Dios, pero realmente sus motivaciones son mixtas.

Los apóstoles Pedro, Santiago y Juan estaban en la misma situación. Eran seres humanos como el resto de nosotros, con todo tipo de problemas. Emociones aflictivas tales como pena, ira, celos, envidia, vanidad, desánimo y orgullo están enraizadas en el hecho de que no conocemos cuál es nuestra verdadera motivación. El empujón que da la enseñanza inicial de Jesús en el evangelio es el reto a **crecer!** Nuestra tendencia a obtener, en un entorno determinado, los símbolos de seguridad y supervivencia; de afecto y estima; y de poder y control está condenada a la frustración. Virtualmente Marta le dice a Jesús: “¡Será mejor que tú consigas que esa hermana mía me ayude si es que quieres comer!” Jesús le responde: “¡Marta!” (Casi podemos sentir el suave tono de reproche en la voz de Jesús), “Marta, te preocupas por muchas cosas, pero una sola es necesaria. María ha escogido la mejor parte y no le será quitada”.

Esa fue la palabra de sabiduría de Jesús para Marta. Una palabra de sabiduría no es necesariamente un reproche. No es más que la afirmación de un hecho. No hay nada malo con la actividad de Marta. Lo defectuoso es su motivación. En el cristianismo la motivación lo es todo.

### **María: La Vía Iluminativa**

Fijémonos ahora en la actividad de María, o más bien, en su falta de actividad. Ella está sentada a los pies de Jesús escuchando sus palabras. Toda su atención está enfocada al Maestro. Ella está escuchando al un nivel mucho más profundo que lo que están captando sus oídos. Es la clase de escucha que se da cuando nuestras facultades espirituales comienzan a vibrar con la vida divina presente en Cristo. El que escucha la palabra de Dios a este nivel la mantiene.

María no está haciendo nada más que escuchar, sin embargo, a medida que escucha, su atención se mueve más allá de las palabras y aún de la apariencia física de Jesús. Ella penetra hasta la persona divina presente en la humanidad que es visible y palpable. Su fe se está expandiendo. Escuchar las palabras de Jesús no es tanto prestar atención a lo que dice si no más bien a la experiencia que se está comunicando en el nivel más profundo de nuestro ser por esa presencia divina. Esto es lo que nos atrae. No es sólo las palabras, sino la eterna Palabra de Dios que asimilamos y por la cual somos asimilados. Esto es lo que nos hace cristianos –y al mismo tiempo nos hace orar en nuestro mismo ser. Este es el propósito último de toda forma de oración, devoción, ritual, o sacramento. La palabra de Dios es la Escritura nos orienta hacia la transformación de todo nuestro ser. “Dios Padre habló una sola palabra y la habló en el eterno silencio, y es en el silencio que la escuchamos” (San Juan de la Cruz, Máximas).

Marta representa a aquellos que están en el nivel purgativo. María está entrando a l nivel iluminativo. En este estado las palabras y razonamientos ceden a la intuición y a la transmisión

directa de la presencia divina de Jesús. María puede escuchar en este nivel por el crecimiento de su fe. Su amor mueve a su fe a un nivel de escucha más profundo, y a su fruto la paz interior.

### **Lázaro: La Noche del Espíritu**

¿Dónde está Lázaro? ¿Sería que Marta en su ansiedad lo mandó al colmado a buscar algunas viandas? ¿Estaba en el piso de arriba durmiendo? No se le menciona para nada en este incidente, a pesar de que él era parte de las personas de esta casa. A veces, lo que la Escritura no menciona es más revelador de lo que si menciona. El lugar de Lázaro en esta familia emerge como un cierto misterio. Jesús tuvo una palabra de sabiduría para Marta para ayudarla en sus dificultades. También tuvo una palabra de sabiduría para María para ayudarla a avanzar. Cuando Jesús dijo: “María ha escogido la mejor parte”, ¿no estaba invitándola a proseguir a la óptima parte? Así pues, la estaba animando a un abandono y confianza aún mayores. Pero no hay palabra de sabiduría alguna para Lázaro.

Lázaro representa no solo el silencio sino la desaparición. En el evangelio de Juan se nos dice que Lázaro sufría de una seria enfermedad. Cuando se enferma de muerte, las hermanas envían un mensaje a Jesús diciendo: “Maestro aquel a quien amas tanto está enfermo” (Juan.11:3). Fíjense la delicada preocupación que comunica esta misiva. Era solamente la afirmación de un hecho. No era un pedido de curación. Era como si ellas hubieran escrito: “Querido Señor, he aquí el problema. Haz lo que mejor te parezca.” Claro que ellas esperaban que Jesús viniera y sanara a su hermano. Pero Jesús no llega. Deliberadamente espera cuatro días. Finalmente dice a sus discípulos: “Lázaro esta muerto... ¡Ahora vayamos a él”. ¡Así que, el que sanó a miles declinó hacer esfuerzo alguno para salvar la vida de un amigo especial!

¿Cómo hemos de entender la aparente indiferencia de Jesús? ¿Qué dolor y qué desamparo sintió Lázaro en sus últimas horas, sabiendo que Jesús pudo haber venido y no vino? Esta acción divina reta nuestra idea de Dios, nuestra idea de Jesucristo, nuestra idea de la vida espiritual. En el inicio de cada avance hay una crisis de confianza y de amor.

Cuando Jesús finalmente llega a Betania, Marta típicamente se apresura a encontrarse con él. María se queda en la casa. Fíjense en esta delicadeza de amor. María esperó hasta que la llamaran. La oración de Marta por Lázaro no tuvo efecto alguno. Ella regresa a la casa y le susurra a María: “El Señor está aquí y te llama”. Inmediatamente María se levanta y sale a saludarlo.

Cuando María llega a las afueras del pueblo donde se había detenido Jesús, le ofrece exactamente la misma oración que Marta había hecho: “Señor, si hubieras estado aquí mi hermano no hubiera muerto”. De nuevo, esto no es tanto un pedido sino la afirmación de un hecho. Entonces María llora. Jesús, viendo sus lágrimas se enternece rompe a llorar. Las lágrimas son una forma muy efectiva de oración de petición. Jesús llega de inmediato al pueblo y de una vez se dirige a la tumba de Lázaro. Después de orar al Padre, llama en voz alta: “Lázaro, sal fuera”. Esa era la palabra de sabiduría que Jesús había reservado para este momento supremo. Dice el texto: “Y Lázaro salió, sus manos y pies envueltos en las vendas del sudario, y su cara cubierta por un paño. Jesús pide a los presentes, “desátenlo y déjenlo ir”.

¿Cuál era la enfermedad misteriosa que aquejaba a Lázaro y de la cuál murió? Era la muerte de su falso yo. La muerte es la única cura para el falso yo. Fue por eso que Jesús tardó en venir. Sólo la muerte del falso yo trae la liberación de las tendencias a la seguridad y supervivencia; al afecto y estima; al poder y control; y a la sobre-identificación con un grupo particular o con un rol.

Al decir sobre-identificación con un grupo particular, me refiero al hecho de que desde la edad de cuatro años hasta los ocho, tendemos a interiorizar sin cuestionamiento alguno los valores de nuestros padres, grupo étnico, nación, religión, compañeros, televisión y hasta el internet. Puede que nunca lleguemos a re-evaluarlos a menos que no seamos removidos por una tragedia, enfermedad, o algún evento estremecedor.

Jesús, a través de las inspiraciones del Espíritu Santo y de los eventos de la vida diaria, nos habla todos los días, haciéndonos las mismas preguntas que hacía a sus discípulos en los evangelios: “Cuál es tu motivación? ¿Por qué estas ansioso? ¿Por qué temes?” Gradualmente vamos aprendiendo a reconocer las influencias que vienen de nuestros programas emocionales para la felicidad, de nuestras tendencias temperamentales, de nuestra formación genética y de todo lo que se opone a que abracemos el espectro completo de los valores del evangelio.

Lázaro, pues es un paradigma de la transformación cristiana. El significado espiritual de Lázaro para nosotros es que no podemos entrar en la unión transformadora (o el cielo) con nuestro falso yo. Lázaro en la tumba es la representación de alguien que esta atravesando la noche del Espíritu y que se siente aprisionado, olvidado de Dios y abandonado por los que ama. Lázaro nos muestra que la travesía cristiana no es una alfombra mágica hacia la beatitud, una carrera, o una historia de éxito. Es una serie de humillaciones del falso yo. La sabiduría divina opera tanto en la oración como en la acción, para liberarnos de la basura emocional no digerida de toda una vida que está almacenada en el cuerpo. A este proceso de sanación yo le he llamado “terapia divina”. Al hacer uso de este término no es mi intención pasarle por encima al paradigma tradicional de la amistad con Cristo. El término simplemente añade una nota que puede serle útil a la sociedad contemporánea, especialmente en Occidente, donde el lenguaje psicológico ha llegado hacer tan corriente como el lenguaje de todos los días. El término “terapia divina” incluye el gran descubrimiento que hizo Freud, hace unos cien años, de la dimensión inconsciente de la psiquis humana. A pesar de que el inconsciente fue intuido en tiempos pasados por un número de grandes místicos, especialmente por San Juan de la Cruz, nunca había sido claramente explicitado o comprendido. Su significado para la travesía espiritual es inmenso y crucial.

Si leemos La noche oscura del alma de San Juan de la Cruz desde la perspectiva del inconsciente, se ilumina grandemente esta extraordinaria enseñanza. La noche del Espíritu se siente como un morir. Pero no es la muerte. Es la liberación de la tiranía del falso yo. Es la preparación necesaria para la total transmisión de la luz divina, de la vida, del amor. Lázaro, como símbolo de la transformación cristiana, está muy cercano a nosotros, y de hecho es nosotros en los momentos de purificación profunda, especialmente cuando esa experiencia se hace larga y sentimos como si no hubiera esperanza laguna de que finalmente termine esa noche. La noche del Espíritu en particular es extremadamente indagadora. El Terapeuta Divino amorosamente modera la intensidad el conocimiento propio de acuerdo a nuestro estado de vida y a nuestra capacidad. María sentada a los pies de Jesús apenas está comenzando la travesía espiritual. La contemplación no es un premio o una virtud. Es una necesidad para la virtud. Lleva a la experiencia de la presencia de Dios en fe pura. Dios entonces retira la presencia divina, pareciendo que nos ha abandonado en la tumba. Dios regresa en el tiempo apropiado para llamarnos a salir de la oscuridad, confinamiento, soledad, abandono y pena.

El fuerte grito de Jesús ordenando a Lázaro que saliera de la tumba era la palabra de sabiduría que Jesús había guardado para Lázaro. Noten la progresión que se da a medida que Lázaro sale de su confinamiento de la tumba. El se tambalea hacia la puerta envuelto en la mortaja. Jesús ordena: “Desátenlo y déjenlo ir”. Estas palabras anuncian otra etapa del desarrollo

espiritual. Cuando uno emerge de la noche del Espíritu, uno todavía tiene que permitir que el Espíritu Santo trabaje sus frutos en todas las facultades y relaciones de uno.

Cada vez que hay un crecimiento significativo en nuestro desarrollo espiritual todas nuestras relaciones cambian –hacia Dios, hacia nosotros mismos, hacia otras personas, y hacia toda la creación. Devenimos en una nueva persona, como le sucedió a María de Betania a los pies de Jesús. De aquí surge una nueva clase de divinidad que podríamos llamar “servicio contemplativo”. Servicio contemplativo es el servicio que surge de la experiencia de la morada divina –del Espíritu que vive y trabaja en nosotros. Es Dios en nosotros sirviendo a Dios en los otros.

La morada divina es la doctrina de que Dios mora en nosotros; así que no hay que ir a ningún sitio para encontrar a Dios. Sólo tenemos que dejar de correr. María no sólo estaba asimilando la palabra de Dios, ella estaba llegando a ser la Palabra de Dios. Cada uno de nosotros, como cristiano, es otra “palabra-hecha-carne”, llamada a manifestar a Jesucristo en nuestro tiempo, a nuestros amigos, familia y a las personas con quienes trabajamos. Eso es lo que hace que el evangelio se convierta en vida, y lo que construye la comunidad cristiana. La comunidad cristiana es donde se experimenta Jesús como realidad viva. Es donde la gente se encuentra en lucha para moverse a través de los estadios tradicionales de la travesía espiritual, y donde son apoyados por la presencia, el ejemplo y la sabiduría de los compañeros que tienen la misma mentalidad y que son amigos de alma a alma.

### ***El Banquete en Betania***

#### ***El Desbordamiento de Amor***

Después del despertar espiritual de Lázaro, simbolizado por su resurrección de la tumba, lo encontramos en el banquete de la casa de Simón el leproso (Jn. 12,1-8). El banquete es símbolo de la celebración de las nupcias divinas en alguien que se ha ido moviendo a través del matrimonio espiritual, desde el estar centrado en sí mismo hacia el estar centrado en Cristo.

La narración de este evento manifiesta la profunda penetración del misterio de Cristo que tiene el autor del evangelio de Juan. En la cena estaban María, la contemplativa; Marta, la hacendosa; Mateo, el recaudador de impuestos; Judas, el ladrón; Simón, el leproso; y Lázaro, el ex-cadáver. Una típica congregación dominical.

El banquete se dio seis días antes de la Pascua. “Jesús estaba en casa de Simón el leproso en Betania. Estando reclinado en la mesa entró una mujer con un frasco de alabastro lleno de perfume de nardo puro y muy costoso” (Mc.14,3-9). Todos los ojos se fijaron en ella. El “muy caro perfume” era el equivalente a la paga de un año de un trabajador. María se para junto a Jesús y vacía todo el contenido del frasco de alabastro sobre su cabeza! Jesús queda saturado con este delicioso olor que “penetró por toda la casa”.

Esta acción extraordinaria de María hizo que la cena se detuviera ahí mismo. Se terminaron todas las conversaciones. Los invitados apenas podían respirar, ni se diga comer. Por doquier se sentía el olor de este exótico perfume. Los apóstoles no sabían qué hacer o decir. Cuando finalmente recobraron la compostura, empezaron a rezongar: “¿Por qué no se vendió este perfume para dar el dinero a los pobres?” Se dice que Judas era el cabecilla de esta crítica. Fíjense que no hubo comentario alguno de parte de Lázaro. El sólo estaba ahí presente,

mirando todo o que está sucediendo. Jesús entonces defiende a María: “Déjenla tranquila. Ella ha hecho esto en anticipación a mi muerte”.

Tratemos de captar el significado de este gesto de María. Para ello el cuerpo de Jesús era el frasco de alabastro lleno de inapreciable perfume del Espíritu Santo. Su cuerpo habría de romperse para que la totalidad del Espíritu Santo que moraba en él se derramara y llegara a toda la humanidad. Así como el perfume de María llenaba toda la casa, la unción del Espíritu Santo, presente en la sagrada sangre de Jesús, esta a punto de derramarse para la salvación del mundo.

Parece que María había anticipado la inmensa tragedia que estaba a punto de pasarle a Jesús en Jerusalén. Ella quería hacer algo para demostrar que Jesús no era un huésped ordinario. En la cultura palestina, a los huéspedes ordinarios se les ungía con aceite, se les lavaba los pies y se les daba un beso. Tales eran los gestos de cortesía normales. Con su acto ella estaba afirmando: “Este no es un huésped ordinario. Este es aquel en quien mora la plenitud del Espíritu de Dios”. La única manera en que el Espíritu podía ser comunicado totalmente era destruyendo lo que lo contenía. Así, en el fervor de su gracia, “ella lo rompió”, según dice el texto. El gesto de ungir a alguien era un signo de amor. No había duda de que María amaba a Jesús y que el perfume significaba el don de sí misma. Lo que conmovió a Jesús fue la totalidad de su don. María había alcanzado el punto en que ella podía abandonarse totalmente a Jesús tal como era y todo lo que era.

Aquí estamos en el corazón del misterio del cristianismo. Es por eso que Jesús dijo: “Lo que ha hecho esta mujer ha de predicarse en todas partes del mundo donde se predique el evangelio”. Jesús está a punto de hacer en la cruz lo que Dios Padre hace en toda la eternidad. El Padre se da totalmente al Hijo, transfiriéndole toda la riqueza de la divinidad. Lo que Jesucristo hizo en su sacrificio en la cruz fue manifestar el total vaciamiento de sí del Padre, revelando de esta manera la naturaleza interna de la divinidad. Así como el Padre se derrama totalmente en el Hijo, así el hijo retorna todo lo que ha recibido al Padre. Al mismo tiempo, él se vacía de sí mismo de sus prerrogativas divinas, para ser un miembro de la familia humana, hasta el punto de morir en la cruz.

María de Betania estuvo inspirada por el Espíritu Santo para expresar su amor sin fronteras de esta manera dramática y total. Haciendo esto ella anticipó en su propia persona la pasión, muerte y resurrección de Jesús. Al mismo tiempo ella manifestó el desenvolvimiento del camino contemplativo en toda su plenitud. La contemplación no es sólo oración sino también acción. Y no sólo oración y acción, sino el don del ser más profundo de uno y todo lo que uno es. Hemos de dejar a Dios ser Dios en nosotros. Cada uno de nosotros tiene la capacidad inherente de dar a Dios esa gloria. He ahí pues la increíble dignidad de la persona humana.

De Lázaro no se dice nada en este episodio. ¿Reconoció él, desde su propia experiencia, que María también había recibido la transmisión del amor incondicional? Esto es lo que Dios es y es a eso que estamos llamados a ser.

## DOS

### LECTIO DIVINA

Lo que parece ser que está haciendo María de Betania a los pies de Jesús es practicando lo que más tarde se llegó a llamar Lectio Divina. Esta frase latina quiere decir “leer”, o, más exactamente “escuchar” el libro que creemos inspirado por Dios. Ella está escuchando las enseñanzas de Jesús, está conociéndolo, queriendo saber qué piensa él, qué le gusta y qué no le gusta. Nosotros también podemos leer la Escritura para saber quién es Jesús, qué le gusta y qué no le gusta. Conocer a Jesús es desarrollar una relación personal con alguien a quien nos sentimos atraídos.

La lectura de la Escritura es la base y el apoyo de todas nuestras formas de relacionarnos con Dios. Por más que nuestras prácticas contemplativas o de meditación se lleguen a desarrollar se necesita aún que sean nutridas por la Escritura. La práctica de la Lectio Divina es un método que se desarrolló muy temprano en los tiempos cristianos. Lo encontramos en los padres y madres del desierto del siglo cuatro. Lo encontramos en las homilías de los padres de la Iglesia, quienes absorbieron la enseñanza de Jesús y la interpretaron a la luz de la experiencia personal que tenían en su relación con Jesús.

La Lectio Divina es un método distinto de otras prácticas contemplativas. No es lo mismo que la Oración Centrante o que la práctica que enseñó Dom John Main. Se ha descrito el método de la Lectio Divina como carente de método. No se puede estructurar o controlar una relación con Dios. Es algo espontáneo. Sigue el mismo proceso que tiene lugar cuando conocemos y nos relacionamos con otro ser humano. Tenemos que pasar muchos ratos juntos. En los primeros tiempos de una relación nos aseguramos que estemos bien peinaditos, que la corbata esté derecha... Caminamos sobre ascuas no vaya a ser que nuestro comportamiento sea incorrecto o que digamos algo fuera de lugar.

Teniendo a María de Betania como modelo, podríamos de nuevo preguntar: “¿Qué hacía ella a los pies de Jesús?” La pregunta sugiere el importante principio de que toda oración está relacionada a la revelación de Dios en Jesucristo. La oración es básicamente relación. Su crecimiento refleja la manera en que se desarrolla una amistad con cualquier persona. Conocer

a alguien conlleva un poco de torpeza al principio. Después de conocer a alguien la relación gradualmente pasa a ser una amistad llegando a tener una familiaridad. Esta amistad evoluciona hasta que la relación se profundiza llegando al nivel de amigos. Y esto último, el ser amigo, siempre implica un compromiso. El compromiso puede desencadenar evolucionar en varios grados de unión, ya sea en amigos espirituales o en matrimonio.

En las relaciones humanas tanteamos para ver si el pasar a ser novios es el próximo paso. El concertar citas y no acudir a ellas trae consecuencias. Poco a poco comenzamos a sentirnos cómodos con esta persona. Es importante saber que le gustamos a la otra persona.

Gradualmente nos vamos sintiendo más a gusto en esta amistad. Cuando la gente está en esta etapa comienza a compartir sus sentimientos mutuamente. Se llaman cuando tienen alguna inquietud o cuando van a ir a alguna parte. Se envían postales cuando están de viaje. A medida que la relación se hace más estrecha puede que uno llame al otro al trabajo sólo para decirle: “Soy yo. Quería que supieras que estoy pensando en tí.”

Tanto Marta como María habían pasado por estas etapas iniciales de relación con Jesús. Acuérdense que era en casa de ellas donde Jesús se detenía en sus viajes a Jerusalén. Todos los miembros de la casa habían llegado a sentirse cómodos en la conversación. Esto mismo nos sucede a nosotros cuando conversamos con Dios usando nuestras propias palabras. Mientras mayor es el grado de honestidad al compartir nuestros sentimientos con Dios, en mayor grado es probable que crezca nuestra relación en intimidad con El.

El compromiso es la característica de ser verdaderos amigos. Uno puede alejarse de un conocido sin más consecuencia, pero uno no puede alejarse de un amigo sin romperle el corazón. Al adentrar más profundamente en el compromiso con una persona determinada usualmente se presenta una crisis. Nos preguntamos: “¿Puedo compartir mis problemas y mis dificultades con esta persona? ¿Guardará mis secretos? ¿Me seguirá amando aún sabiéndolo todo sobre mí?”. Estas preguntas son importantes. Es de sabios resolverlas antes de hacer un compromiso permanente.

### **La Amistad con Dios**

Algo similar ocurre con nuestra relación con Dios. Al principio decimos las oraciones que otros han compuesto. Más adelante nos vamos sintiendo cómodos con nuestras propias oraciones espontáneas. En

algún momento Dios nos invita a un compromiso más profundo: a dejar ir el falso yo, a aceptarlo a Él como nuestro Terapeuta Divino y a acudir a nuestro encuentro diario. Si no acudes regularmente a la cita, cualquier terapeuta ocupado de hoy día te diría: “Son muchos que necesitan de mis servicios.... Creo que deberías ir a otro terapeuta.”

Afortunadamente para nosotros Dios no es así. Si tú no vas al encuentro Dios te dice: “Depende de tí. Si quieres sanarte, ven al tratamiento. Si aún no estás listo, yo te espero. Vuelve dentro de diez años.” Mientras tanto, somos nosotros los que hemos perdido la oportunidad de recibir desde ahora las gracias especiales de la invitación y que estas se vayan desarrollando.

María estaba sentada a los pies del Señor, escuchando sus palabras. Llegó un punto en que ya no escuchaba lo que él decía. Estaba penetrando más allá de las características humanas de Jesús y se estaba identificando con la Persona divina quien por fe, ella intuía era el que la estaba llenando de esa delicia.

Al principio en la contemplación nos quedamos absortos en esta etapa inicial de encontrar a Dios en el nivel espiritual de nuestro ser. Sentimos que el Espíritu quiere que hagamos énfasis en períodos de estar a solas y silencio que es cuando Dios puede hacerse presente a todas nuestras facultades, no sólo a las facultades superficiales del pensar, del imaginar y de la memoria, sino a las facultades espirituales de la intuición, la voluntad. Es un proceso de centrarse. No estoy hablando de la Oración Centrante como tal, sino del proceso que describe San Juan de la Cruz en la “Llama de amor viva.” Es el moverse de un centro interior a otro centro más profundo, es el moverse de nuestro estado de alerta psicológico ordinario al nivel de las facultades espirituales y el moverse del nivel de las facultades espirituales a nuestro ser más profundo, o sea, a nuestro verdadero ser. Finalmente, hay un movimiento a través de nuestro ser más profundo hacia la misma presencia divina que es el origen del cual emergemos cada momento microcósmico del tiempo.

Ciertos budistas tienen una curiosa enseñanza muy acorde con la idea cristiana de la creación. Estamos viniendo a la existencia y saliendo de ella y volviendo otra vez en cada partícula de segundo del tiempo. Desde la perspectiva judeo-cristiana estamos en la palma de Dios, totalmente dependientes de Dios, y sostenidos en cada momento por el amor creador de Dios. Al mismo tiempo somos únicos, totalmente singulares en cuanto a los dones que Dios nos ha dado a cada uno. La práctica de la Lectio Divina y otras prácticas que llevan a la contemplación están todas relacionadas a la doctrina de la morada interior. Es más, es un asunto no sólo de presencia, sino de acción. Nuestra relación con Dios puede llegar a ser más y más íntima. Va más allá del ser amigos, va hacia varios niveles de unión. La unión puede irse

desenvolviendo tanto en esta vida como en la eternidad. Según San Gregorio de Nisa, seguiremos creciendo para siempre en el conocimiento y en el amor de Dios. El experimento humano no se llega a completar nunca. Su final está siempre abierto. Hay un límite en cuanto a lo que podemos hacer en este cuerpo, pero puede que no haya límite en la vida futura.

Si realmente creemos, y esperamos, que vamos a vivir con Dios eternamente, ¿por qué no empezar desde ahora a conocer y a relacionarnos con esa extraordinaria presencia? Desde esta perspectiva, ¿qué otra cosa puede ser más importante? Lo que Dios quiere de nosotros es que manifestemos su infinita bondad y ternura en nuestras vidas ahora mismo. La tradición cristiana no es un mero pasarse de unos a otros algunas doctrinas y ritos. Es el pasar a los otros *la experiencia del Cristo vivo*, revelada en la Escritura, preservada en los sacramentos y renovada en cada acto de oración, y presente de manera especial en los grandes eventos de nuestras vidas. Si estamos abiertos y asequibles a esta presencia, nuestras vidas serán transformadas. La travesía espiritual es una lucha por ser cada vez más asequibles a Dios, y es el dejar ir los obstáculos que dificultan este proceso transformador. El evangelio no es meramente una invitación a ser una persona mejor. Es una invitación a la divinización. Nos invita a compartir la vida interior de la Trinidad.

La Trinidad, desde luego, no está únicamente presente en nuestro interior más profundo sino que está presente en toda la creación. Santo Tomás de Aquino escribió: “Dios es existencia. Así pues, Dios está presente en todo lo que existe.” La pregunta es, ¿con qué clase de presencia es que estamos interactuando? Dios está presente a nosotros en cada nivel de nuestro ser. Vale la pena recordar aquí el clásico incidente narrado en el capítulo 12 del Libro de los Números en el que Moisés, el guía de los israelitas, estaba teniendo dificultades con Miriam y Aaron quienes lo estaban criticando. Dios le dijo a Moisés que los trajera a la Tienda del Encuentro. Ese era el refugio de Moisés cuando tenía problemas.

Dios les dijo: “Pueden haber muchos profetas entre ustedes. A uno me le aparezco en una visión. A otro le revelo mis pensamientos en un sueño. Pero a mi siervo Moisés le hablo boca a boca,” o sea, de ser a ser, sin intermediarios. Esta es la relación máxima con lo divino.

Lectio Divina, como vimos, es un método de oración carente de método. Su dinámica es similar al desarrollo de una relación personal con otra persona. Entonces, pues, tenemos que darle tiempo y ponerle energía. Luego de haber investigado las cualidades de la otra persona, sus gustos, sus capacidades, tenemos que estar dispuestos lanzarnos en confianza. En el caso de nuestra relación con Cristo nos encontramos con la llamada al discipulado y experimentamos una crisis de fe. Nos preguntamos:

¿Realmente puedo confiar en este Dios a quien he llegado a conocer tan íntimamente? Teniendo en cuenta mis propias circunstancias, realmente quiero comprometerme a una vida de oración?”

### **La Noche de los Sentidos**

La etapa de conocerse y la etapa de amistad normalmente nos llevan a una crisis de fe. Juan de la Cruz le llama la Noche de los Sentidos y enseña que le pasa a casi todo el que toma en serio su travesía espiritual. Dios quita las consolaciones y las prácticas devocionales que fueron de tanto gozo en los primeros años. Ahora se aburre uno en los actos litúrgicos que no inspiran para nada. Leer las Sagradas Escrituras es como estar leyendo la guía telefónica. El ministerio que se lleva a cabo es un desastre. La vida familiar se llena de lamentos. Nos pasa de todo: problemas con la ley, divorcio, tragedia, enormes problemas financieros. A menudo nos preguntamos, “¿no habrá una manera mejor de llegar al cielo?”

En el fondo el asunto es: “¿puedo confiar lo suficiente en este Dios como para comprometerme a una vida de oración y de servicio?” La unión con Dios normalmente no interfiere con las otras relaciones. Simplemente cambia nuestra actitud hacia esas relaciones, que seguimos teniendo, pero ya no por lo que nos podamos beneficiar de ellas, sino que la motivación es ahora por amor, sin egoísmo.

La oración contemplativa, que tiende a estabilizarse en la Noche de los Sentidos, no quita del panorama las otras formas de oración. Simplemente nos revela hacia dónde están dirigidas esas otras formas de oración, de modo que realmente se hacen más significativas. Esto nos permite dejar ir algunas prácticas que eran de mucha ayuda al principio, pero que ya no son las apropiadas en la nueva relación que estamos desarrollando con Dios.

La oración contemplativa relativiza nuestra dependencia en prácticas externas para ir hacia Dios. Ya no hacemos las prácticas para aplacar a Dios. Aplacar es una forma primitiva de respuesta religiosa basada en una actitud enfermiza hacia Dios. Desafortunadamente, a menudo a los niños se les presenta a Dios de manera inapropiada. El miedo a Dios es usado a veces por los padres y los maestros como la vara para obligar a los niños a comportarse. Esta no es una buena instrucción religiosa. La mejor manera de ser padres la llevan a cabo aquellos padres que se aman uno a otro. No hay educación que pueda suplir ese

ejemplo de devoción mutua. Si el ejemplo está ahí, la semilla de una profunda comprensión religiosa queda sembrada en los hijos y su relación personal con Dios se parecerá a lo que ellos observaron en la relación de su madre y su padre. El ser padres es la vocación más grande que existe. La mayoría de nosotros todavía nos estamos recuperando de nuestra niñez y de la experiencia que allí tuvimos. Pero nuestros padres también se están recuperando de su propia niñez. Esta es una de las consecuencias de la caída. Repetimos los mismos errores que nos dañaron a nosotros. A menos que tomemos en serio nuestra travesía espiritual, lo más probable es que pasemos a las generaciones venideras el mismo camino torcido.

La Lectio Divina conduce a una relación personal con Dios. La antigua manera monástica de hacer lectio no quiere decir leer mucho. Quiere decir leer el texto hasta que sientas la llamada del Espíritu ya sea a reflexionar sobre un pasaje específico, sobre un versículo o sobre una frase; o a responder a las cosas buenas que has leído o escuchado. Puede que quieras alabar a Dios, pedir por algo, o conversar con Dios. O puede que te sientas llamada a desbordar tu corazón a Dios. Se da un movimiento que va desde nuestras prácticas concentrativas a la disposición receptiva que es la disposición esencial para descansar en Dios. La tradición estructuró este proceso de la siguiente manera: lectura sagrada, reflexión (ponderar), responder (o sea, reaccionar con una oración), y descansar en Dios. Todos estos momentos, por así decirlo, en el círculo de relacionarnos con Cristo están al servicio del último, que es el descanso en Dios.

El florecimiento pleno de nuestra relación con Dios es algo así como el de aquella pareja de viejitos que han vivido mucho tiempo juntos, que ya han criado a sus hijos, han sufrido las subidas y bajadas de la vida, y que realmente se aman uno a otro. No tienen que estar hablando todo el tiempo. Conversan cuando toman el café por la mañana, pero también pueden sentarse juntos a ver la puesta del sol y al simple gozar de la compañía del otro. Puede que se tomen las manos o se miren a los ojos sólo para mantener esa sensación de unión. Han pasado de la conversación a la comunión.

Este es un buen símbolo de lo que ocurre en la oración contemplativa. Es la capacidad de entregar nuestra presencia recogida a Dios y de gozar a la vez de la presencia de Dios sin tener que decir nada y sin tener que probar nada. Estamos simplemente disfrutando, saboreando comunión, aunque no haya ninguna experiencia de consolación.

La Lectio Divina se desarrolla espontáneamente si no nos atascamos en una de las etapas del proceso como puede ser el conceptualizar demasiado, o las demasiadas invocaciones. El corazón de la oración es reconocer la presencia y acción de Dios y consentir a ellas. No tenemos que ir a ninguna parte. Dios está

ya en nosotros. Esforzarse se refiere al futuro y a lo que no tenemos todavía. Consentir se refiere al momento presente y a lo que contiene. La fe nos dice que ya tenemos a Dios en la Inhabitación Divina. La relación más íntima que podemos tener con Dios es estar completamente presente a El en lo que sea que estemos haciendo. En este sentido, la oración es una preparación para la vida. Lo que hacemos en el silencio en circunstancias ideales, eso empezaremos a hacer en la vida diaria, manteniéndonos en esa libertad interior que experimentamos durante la oración contemplativa aún en medio de una intensa actividad.

La oración contemplativa y los Siete Dones del Espíritu Santo que lo manifiestan, están activos tanto en la oración como en la actividad. Esa es la experiencia que Lázaro simboliza en el banquete. Lo único que estaba haciendo era tomar su sopa y disfrutar la comida. El había unido su capacidad de oración y de acción. Tan pronto la presencia de Dios se hace permanente en la vida diaria se da entonces un espacio en medio de toda nuestra actividad. Cuando surgen dificultades, ya sea por los acontecimientos o a causa de otras personas, y nuestras reacciones emocionales comienzan a darnos carpeta, podemos entonces envolverlas en la presencia de Dios. Este estado de alerta a la presencia de Dios relativiza la importancia de esa compulsión de tener que hacer algo en cada situación. Es cierto que hay situaciones en las que tenemos que hacer algo, pero si lo hacemos desde la motivación del falso yo, es como si no hiciéramos nada. Cuando actuamos desde la convicción de la presencia de Dios dentro de nosotros y con la apertura a las inspiraciones del Espíritu Santo, entonces la acción tiene su verdadero efecto.

Es muy difícil comenzar la travesía espiritual si en nuestra niñez temprana interiorizamos una idea errada de Dios, con una carga emocional negativa como: “Dios es un tirano que exige obediencia instantánea. O, Dios es un juez implacable que siempre está dispuesto a pronunciar el veredicto de: ¡Culpable! O, Dios es un policía que siempre está al acecho para atraparme si hago algo malo”

Esto no es educación religiosa. Es un tipo de terrorismo. Pone a Dios como un monstruo. Ese Dios no existe. Hay que botar a la basura esa noción equivocada de Dios que muchos de nosotros recibimos en nuestra temprana niñez. Como tiene una fuerte carga emocional, desafortunadamente, vuelve a presentarse cada vez que pensamos en Dios o en las cosas de Dios. Vuelven a tocarse los viejos cassettes: “¿Estás segura que puedes confiar en este Dios tan peligroso?” No podemos tener una profunda relación espiritual con Dios si le tenemos miedo. “Temor de Dios” es un término técnico en la Escritura que quiere decir “tener y cultivar una relación adecuada con Dios.” Y la relación adecuada con Dios es la confianza. En

el ambiente psicológico de nuestra cultura actual normalmente traducimos “temor” como la emoción de miedo y este no es el significado que tiene en la Escritura.

La base conceptual de Alcohólicos Anónimos es una de las expresiones más exactas y breves de la espiritualidad cristiana. Es uno de los grandes regalos de Dios a nuestro tiempo. Lleva a muchos de los que están en es proceso de recuperación hacia una práctica contemplativa. Los que tienen inclinación a la adicción del alcohol evitarían muchos problemas tanto para ellos mismos como para sus familiares si tomaran seriamente una práctica contemplativa. La Noche de los Sentidos, que es un fruto maduro de la práctica regular de relacionarse con Dios, nos enfrenta cara a cara con el lado oscuro de nuestra personalidad. Empezamos a percibir las dinámicas de nuestro inconsciente, y a reconocer el daño que se nos hizo en la temprana niñez. Puede que el daño no se nos hiciera deliberadamente, pero llegamos a desarrollar un yo hecho en casa, falso, para compensar el dolor de nuestras necesidades instintivas no satisfechas de seguridad y supervivencia; de estima y afecto; y de poder y control. Podemos reprimirlos en el inconsciente, pero la energía misma se queda almacenada en nuestros cuerpos. Y entonces podemos quedarnos toda la vida sin darnos cuenta del intenso poder que esa energía sigue teniendo en nuestras acciones y en todo nuestro proceso de tomar decisiones, a menos que nos sometamos a un profundo tratamiento psicoterapéutico.

Por ejemplo: alguna gente se casa porque quieren tener la mamá que los amó y cuidó en su niñez. Están buscando a alguien que les lave la ropa y que les ofrezca un regazo donde llorar, como lo hacía mamá cuando eran pequeños. O están buscando el papá que nunca tuvieron. Puede que se casen con una persona que creen que aman, pero en el fondo están buscando la cura de una herida que nunca ha sido reconocida. Este matrimonio tiene problemas desde el principio porque cuando tu cónyuge se dé cuenta que te casaste con él o ella porque representaba la figura del papá o de la mamá, él o ella va a decir: “no fue para eso que yo me casé contigo.” También hay gente que entra a la vida religiosa porque nunca tuvieron una familia, y les puede parecer que una comunidad religiosa les proveerá una familia. Una comunidad religiosa es una familia en sentido amplio, pero no es la familia que ellos esperan. Nadie te va a sentar en su regazo para añorarte, cantarte canciones de cuna y llevarte a dormir.

Las prácticas tradicionales de las devociones no siempre son *la tradición*. A veces son algo que la gente ha hecho durante siglos y que nunca se les ha ocurrido cambiar. En los recientes siglos pasados se ha presentado la oración mental como si estuviera compartamentalizada en diversos estadios, o estados, a

cada uno de los cuales hay que dedicarle mucho tiempo para llevarlos a cabo. Había que hacer primero meditación discursiva, que normalmente era la reflexión sobre algún texto de la Escritura o sobre algún libro espiritual. A esto le seguía un largo período en el que predominaba la oración afectiva, que consistía en hacer múltiples y explícitos actos de la voluntad en la forma de aspiraciones. Si llegabas tener una larga vida, podría ser que llegaras a tener uno que otro momento de oración contemplativa o de descanso en Dios. Esto era una “tradicción falsa”. Llegó a tener tal formalidad que si alguna persona tenía la costumbre de bendecir la mesa al ir a comer, o si iba a misa tres o cuatro veces a la semana, se le insistía para que se metiera en un convento.

La contemplación cristiana se desarrolla a partir de las semillas de las gracias implantadas en el bautismo. Entre ellas están los Siete Dones del Espíritu Santo, y todas están orientadas hacia la oración contemplativa y su desarrollo. Normalmente los Frutos del Espíritu Santo aparecen primero: amor, alegría, paz, bondad, amabilidad, longanimidad, benignidad, paciencia y dominio propio (Gal 5, 23). Si estamos desarrollando nuestra amistad con Cristo, estos frutos van a aparecer. Si no, bien podemos preguntarnos sobre la seriedad y la profundidad de la relación que estamos teniendo con Cristo.

Pero, la Lectio Divina no es una serie de pasos o etapas como se ha presentado en los siglos recientes: leer, reflexionar, responder, y descansar en Dios. No es así como funciona, aunque así puede ser una buena manera de aprenderla. La Lectio Divina es una relación dinámica con Dios, en la cual puedes leer, reflexionar, responder y descansar, todo en el mismo período de oración. Esos cuatro momentos son como momentos en un círculo, no son escalones en una escalera. Al comenzar en cualquiera de los momentos en el círculo ya estamos en relación con los otros tres momentos. La naturaleza de la Lectio Divina es la de suavizar y preparar todas nuestras facultades de modo que cada una a su manera pueda disponerse plenamente para el movimiento espiritual que lleva a la unión divina. El descanso en Dios no es un estado abstracto sino más bien el florecimiento pleno del potencial que tienen todas nuestras facultades para relacionarse con Cristo, cada una a su manera.

Al enseñar a las personas, podemos empezar en cualquiera de los cuatro momentos. Si nunca han tenido la experiencia de la meditación discursiva, el Espíritu verá qué cosa hace les falta en su travesía espiritual y sencillamente los guiará a eso en el tiempo de la lectio. Esto fue lo que pasó en el movimiento de la Oración Centrante. Cuando comenzó a mí me preocupaba el ofrecer a las personas un método cristiano que podía compararse con los métodos de nuestros hermanos y hermanas hindúes, budistas e islámicos. En los años de los 1970 muy pocas personas visitaban los monasterios cristianos, y sin embargo muchos, unos 10,000 cada verano según algunos estimados, iban a la India en busca de algún gurú. No habían

encontrado una espiritualidad comparable a estas en la tradición cristiana que habían recibido, ni en las clases de catecismo, ni en el bachillerato, ni en las escuelas superiores, ni en sus parroquias, y ni siquiera en la vida religiosa. Esto me pareció trágico porque tanto a causa de mis estudios como en mi experiencia en el monasterio, conocía bien los ricos tesoros que tenía la herencia contemplativa cristiana. Sabía también que esa herencia contemplativa era una base necesaria para el diálogo interreligioso y que era una fuente de unión entre las denominaciones cristianas. La oración contemplativa sobrepasa las diferencias doctrinales y enfatiza los puntos esenciales de la religión cristiana, que es la experiencia vivida de Cristo y el amor que fluye a los otros desde esa experiencia.

Después de unos años un cierto número de personas que practicaban la Oración Centrante se interesaron espontáneamente en la Lectio Divina. Preguntaban qué era y querían aprender a hacerla. En muchos grupos durante la reunión semanal hay un período de Lectio Divina después de haber hecho la Oración Centrante. La Escritura apoya la oración contemplativa a través de la lectio. Sin ese apoyo nuestra oración puede secarse y estancarse.

Nuestra experiencia personal de oración también encuentra una expresión adecuada en los símbolos de la Escritura. Si hablamos desde la experiencia del descanso en Dios, el don de sabiduría nos permite escoger ejemplos y símbolos de la Escritura que ayudan, tanto a que nos expliquemos nuestra propia experiencia como a explicársela a otros. El descanso en Dios es lo que hace que haya la enorme diferencia entre el predicar que brota del amor y el predicar como si estuviéramos haciendo una exposición académica sobre verdades, por útil que ésta sea, pues sólo se hace a partir de la mente, pero no toca los corazones. La Lectio Divina y la oración contemplativa llevan a transmitir al Cristo vivo más allá de palabras y conceptos. Como escribe San Juan de la Cruz: “Los dogmas de fe son como las superficies brillantes del océano. Apuntan al misterio que está por debajo pero no pueden proveer la experiencia de ese misterio.” Como Pedro, tenemos que lanzarnos a lo profundo y tirar nuestras redes para que haya pesca.

## Capítulo 3

# LA EUCARISTÍA

Volvamos a María de Betania. Estaba escuchando la enseñanza de Jesús. La había reflexionado y había respondido a ella. Ahora estaba en comunión con esa enseñanza y descansando en ella. Los cuatro momentos de relacionarse con Cristo a través de la palabra externa de Dios están hechos para despertarnos a la palabra interior de Dios, a esa presencia divina que siempre ha estado allí. Nos está esperando. Podemos despertar a ella escuchando la palabra de Dios a niveles cada vez más profundos.

Como resultado de escuchar a la Persona de la Palabra más allá de la presencia visible de Jesús y de su discurso, María estaba “siendo asimilada” a Dios. En otras palabras, ella estaba empezando a ser la palabra de Dios. Este es el proceso dinámico de la Lectio: nos transforma en la palabra de Dios para que lleguemos a ser un tipo de quinto evangelio por el hecho de manifestar en nuestro tiempo y lugar los valores del evangelio a las personas que conocemos y amamos. Sobre todo, hacemos tangible la presencia de Jesús vivo en nosotros en su cuerpo glorificado y a través del Espíritu Santo. Nuestras mentes y nuestros corazones y todas nuestras otras facultades se han refinado a través del tiempo por el proceso de la lectio, así que ahora están habituadas a ser dóciles al movimiento del Espíritu.

Hay otro aspecto importante en esto de llegar a ser la palabra de Dios. La oración contemplativa y el servicio contemplativo se unen al que uno está descansando aún en medio de la actividad. Esto es hacer lo que Dios hace. Dios siempre está en descanso y siempre está creando, todo al mismo tiempo, y aún está más allá de ambas cosas.

La oración contemplativa, por profunda que sea, no es el reflejo perfecto de la total manifestación de Dios. Ni la acción, por efectiva que sea desde el punto de vista humano, manifiesta a Dios totalmente tampoco. Sólo cuando las dos trabajan juntas habitualmente es que podemos decir que hemos hecho un progreso significativo. Es en ese punto que llegamos a ser un apóstol en lo profundo de nuestro ser, y no sólo en lo que decimos o hacemos. Somos apóstoles en el sentido de estar inmersos en la infusión de amor divino que los apóstoles recibieron en Pentecostés, cosa que los primeros padres de la iglesia comprendieron bien.

Transmitimos el evangelio más por lo que somos y cómo amamos, que por cualquier otro medio. Todos los ritos, oraciones y los sacramentos adelantan este movimiento transformador para que podamos ser Cristo en todo momento. Es entonces que manifestamos la infinita ternura de Dios ya sea que estemos durmiendo o despiertos, comiendo o caminando por una calle, haciendo trabajo doméstico o dando un consejo. Tales personas derraman en todas sus relaciones, y aún en la atmósfera, la energía de amor divino y de compasión.

En cuanto al proceso dinámico de la Lectio Divina, los cuatro momentos de relacionarse con Cristo que están en el centro del círculo son el punto focal en cada período de lectio. Cuando tomamos las Escrituras y comenzamos a leer, bien podemos detenernos después de la primera línea o aún después de la primera palabra. Normalmente, sin embargo, leemos un pasaje y hacemos una pausa cuando nos sentimos atraídos a una frase u oración específica. No es asunto de pensar *sobre* el texto, sino simplemente de *pensar el texto*. Esto le da al Espíritu Santo la oportunidad de enseñarnos cómo escuchar ese texto específico a niveles cada vez más profundos, así como a movernos con más comodidad y libertad a otros momentos en el círculo de la Lectio Divina a los cuales el Espíritu puede atraernos.

Es por eso que hacer la lectio en comunidad no es la manera tradicional de hacer la Lectio Divina. La naturaleza misma de la Lectio Divina es su espontaneidad y su forma no estructurada. Siempre que se haga cualquier tipo de oración en común, tiene que haber alguna estructura. La lectio en común es una manera de compartir la palabra de Dios. Puede ser extremadamente sostenedora e inspiradora, pero la Lectio Divina está primordialmente diseñada para hacerse en privado. El Espíritu Santo entonces trabaja con cada uno de nosotros en particular en el lugar donde estamos en nuestra vida de oración en ese momento. Esto no es posible cuando estamos reflexionando sobre el texto, respondiendo en oración, o descansando en el texto en silencio por un determinado período de tiempo, normalmente un par de minutos. Esta es una buena práctica para que aquellos que conocen poco las Sagradas Escrituras se acostumbren a ellas, y también para hacerla con los miembros de un grupo de oración. Es también una buena manera de prepararse para la eucaristía del domingo.

Veamos ahora otra gran práctica que nos lleva a la presencia de Dios. En la Constitución sobre la Sagrada Liturgia, del Concilio Vaticano II, se nos habla sobre cuatro maneras en que Cristo está presente en la eucaristía.

La primera presencia de Cristo en la liturgia eucarística es en la misma asamblea reunida ahí. “Dondequiera que dos o tres estén reunidos en mi nombre”, prometió Jesús, “ahí estaré en medios de ustedes.” Así que, antes de que el sacerdote haga gesto alguno, antes aún de saludar a la comunidad, ya está Cristo presente. Esta primera presencia tiene implicaciones significativas para las reuniones ecuménicas. Quiere decir, que por lo menos en ese punto, todos están unidos en Cristo. ¿De dónde vino? ¿De dónde vino cuando visitó a los apóstoles la noche de su resurrección y se apareció de repente en medio de ellos, a pesar de estar las puertas cerradas? ¡A lo mejor vino desde sus corazones donde ya moraba! En cualquier caso, cuando vamos a una celebración eucarística como comunidad, estamos unidos en Cristo. La misteriosa pero real presencia de Cristo en su cuerpo glorificado emerge de la comunidad a medida que se reúne para orar antes de que los participantes pronuncien palabra alguna.

La segunda presencia identificada por los padres conciliares es la proclamación formal del evangelio. A lo mejor ustedes han visto esas procesiones hacia el ambón en la cual se lleva el libro del evangelio en alto, por encima de la cabeza del diácono y se le echa incienso, y hay reverencias y otros ritos. Según el documento del concilio, Cristo está presente de manera especial cuando se proclama el evangelio en una asamblea que está rindiendo culto. En vista de esto, el evangelio no debe ser proclamado por cualquiera que esté por ahí y se ponga a leer. Se recomienda a los lectores litúrgicos que preparen el texto y lo lean de manera tal que la presencia de Cristo se transmita a través de su voz, de su postura y de su comprensión del texto.

Fue a través de esta presencia que San Antonio de Egipto recibió su vocación monástica. Un día él entró en una iglesia parroquial del lugar y oyó el texto del evangelio que dice: “Si quieres ser mi discípulo, ve, vende todo lo que tienes, dáselo a los pobres, y sígueme. Antonio entendió que estas palabras estaban dirigidas directamente a él. El evangelio, cuando es proclamado, se dirige al corazón de cada persona en particular que está en la asamblea. Hay un mensaje para nosotros cada vez que es leído.

Cuando el evangelio es proclamado tiene la característica que el apóstol Pablo llamó palabra de sabiduría. Una palabra de sabiduría no es simplemente una sabia sentencia. Puede ser un comentario del momento, o un chiste, pero resuena en el corazón de uno, y uno intuitivamente sabe que Dios le ha hablado. Puede que sugiera que es tiempo de cambiar algo en la vida de uno. A lo mejor haya por ahí alguna reconciliación que amerite atención

Mil años después de Antonio, San Francisco de Asís oyó el mismo texto. Él también salió y vendió todo lo que tenía. Si el mensaje llega a tu corazón, puedes estar seguro que vas a hacer lo que dice. Esa es la diferencia intrínseca entre una exhortación y una palabra de sabiduría. Tenemos montones de ideas buenas que nos gustaría poner en práctica. Hay muchos programas de auto-ayuda que podrían ayudarnos. Pero, una palabra de sabiduría es poderosa y, de acuerdo a este texto del concilio, está ahí, a nuestra disposición cada vez que se proclama el evangelio. El recibir el mensaje divino normalmente depende de que el ministro comunique el poder que tiene. Eso es parte del misterio de la redención. Se nos invita a compartir el misterio de la pasión, muerte y resurrección redentoras de Cristo.

La tercera presencia que notaron los padres conciliares es la plegaria eucarística, en la cual el cuerpo glorificado de Cristo se hace presente en el altar. Cristo, que ya está presente en la comunidad y en la proclamación del evangelio, se hace presente corporalmente en la eucaristía y se da a sí mismo a la comunidad como un todo.

La cuarta presencia se da cuando la presencia de Cristo en el altar se comunica a la comunidad uno a uno. Es de esta manera como se da la redención personal. La redención no es algo que se produce en masa, se da en una persona a la vez. A medida que cada miembro de la congregación recibe la comunión, el cuerpo glorificado de Cristo entra en su más profundo ser. Las especies de pan y vino que se traen en el ofertorio nos representan a nosotros, ciertamente el don total de nosotros, como el don total de sí misma de María de Betania. Dios nos quiere a *nosotros*, no tanto lo que podamos hacer o lo que podamos decir. En el tiempo en que las sagradas especies de pan y vino pasan por el proceso digestivo, nosotros, físicamente, somos templos del Cristo glorificado. Fíjense en los niveles ascendentes de presencia, desde el movimiento de lo que es externo y general a lo que es lo más íntimo y particular.

Desafortunadamente los padres conciliares no siguieron hasta la quinta presencia. A pesar de que está implícito en el documento, no está expresado explícitamente.

¿Cuál es la quinta presencia de Cristo en la eucaristía? Es la presencia que adquirió María de Betania a través del proceso dinámico de escuchar en la Lectio Divina y de asimilar y ser asimilada por la Palabra de Dios. La Eucaristía recibida en la sagrada comunión nos despierta a una permanente presencia de Cristo dentro de nosotros en el nivel más profundo. La Eucaristía,

como la Palabra de Dios en la Escritura, tiene el propósito primordial de llevarnos a estar alertas conscientes de la presencia permanente de Dios dentro de nosotros. En estas cinco presencias de Cristo encontramos los mismos movimientos hacia la unión con Dios que notamos en la Lectio Divina.

La oración contemplativa, naturalmente, tiene el mismo movimiento. Reduce los obstáculos que se oponen a la energía transformadora de la Eucaristía para que podamos manifestar al Cristo vivo que está en nosotros, en nuestras actitudes y en nuestro comportamiento. Como dijo Jesús: “Al que me ama mi Padre lo amaré, y yo también lo amaré y me manifestaré a él”. Jn. 14, 2. Este texto se refiere a este quinto nivel de presencia. Una práctica contemplativa no se disocia o separa del movimiento dinámico de la lectio y de los sacramentos. Si no tenemos una disciplina que reduzca los obstáculos que tenemos dentro para poder experimentar la presencia de Dios, se diluye el poder pleno de los sacramentos y no se alcanza su pleno potencial para transformarnos. Es por eso que algunas personas reciben la comunión todos los días durante años y permanecen igualitos. Es que no hacen un esfuerzo serio para enfrentar los obstáculos que ellos mismos tienen. Añoran la seguridad y el poder, el afecto y la estima, y una aprobación pródiga en alabanzas. Si no le caen bien a alguien se tienen que pasar un mes en un centro de rehabilitación para recuperarse. Exigen tener el control de todo y de todos en sus vidas. Se inquietan si alguien se opone a ellos aún sea en los detalles más triviales. A lo mejor tú conoces a alguien así. Normalmente hay alguna persona así en cada familia, o en cada lugar de trabajo. ¡A lo mejor tú eres una de ellas! Pero, aún no siendo el ejemplo clásico de una de estas niñerías, todos traemos dentro algunas de las frustraciones de nuestra temprana niñez. Nuestras formas de encararlas, se enraizan en nosotros a causa de nuestros esfuerzos interminables para encontrar la felicidad a medida que crecemos sin la experiencia de la presencia de Dios.

El hecho es que todos tenemos una desesperada necesidad de felicidad y no sabemos dónde encontrarla. Esta enseñanza es clásica en la tradición cristiana y la teología la describe como la consecuencia del pecado original. La psicología contemporánea nos ha dado un diagnóstico detallado de lo que esto significa.

La primera consecuencia del pecado original, según la teología tradicional, es la ilusión. No sabemos lo que es la verdadera felicidad ni dónde se puede encontrar. La segunda es la concupiscencia. Como estamos hechos para la felicidad sin límites, tenemos que encontrarla en

alguna parte, y, no sabiendo dónde encontrarla, la buscamos en los lugares equivocados. Y la tercera es que sufrimos de una voluntad débil lo que quiere decir que si algún día descubrimos dónde está la verdadera felicidad, nuestra voluntad es tan débil que no puede hacer nada. Es por esto que necesitamos ser redimidos. No se va a dar por nuestros propios esfuerzos. Lo que sí podemos hacer es reconocer nuestro dilema. Esta es la gran verdad que bien conocen los que están en Alcohólicos Anónimos y en sus programas asociados. La oración contemplativa nos lleva a reconocer eso mismo a través de la experiencia continua de conocernos a nosotros mismos.

El primer paso en los AA (Alcohólicos Anónimos) es reconocer que nuestra vida se ha vuelto inmanejable. Llegamos a esa convicción cuando comprendemos las consecuencias del pecado original después de una amarga experiencia. Nuestra voluntad es demasiado débil para poder recuperarse de esas tendencias tan enraizadas de nuestros programas emocionales para la felicidad que se han convertido en centros de gravedad alrededor de los cuales gira todo en nuestras vidas. Nuestras reacciones emocionales a los eventos y a las personas circulan alrededor de estos centros de energía de la misma manera que los planetas giran alrededor del sol. Cualquier cosa que entre en nuestro universo privado se juzga en base a esta pregunta: “¿Es esto bueno para *mis* programas para la felicidad o no?”

Las presencias de Cristo en la Eucaristía son increíblemente poderosas, pero se impiden a menos que también estemos trabajando en la travesía espiritual a través del proceso de desmantelamiento de nuestros programas emocionales para la felicidad y nuestra sobre-identificación con las creencias de nuestro grupo. ¿De dónde viene la violencia en el mundo de hoy? Viene de la frustración de los programas emocionales de innumerables personas que están derramando energía negativa en sus comunidades y en la atmósfera global. No conocen la paz que Jesús prometió por el poder de su resurrección.

La oración contemplativa es vida bajo la influencia de los siete dones del Espíritu Santo. Hay tres dones contemplativos: sabiduría, comprensión y conocimiento. Hay cuatro dones para la vida activa: reverencia, consejo, fortaleza y piedad. Normalmente es en la oración y en el silencio que encontramos el espacio para percibir el daño que se nos hizo en la temprana niñez, o el daño que nos hemos hecho a nosotros mismos.

Según autores recientes al tratar el tema de la co-dependencia, noventa y ocho por ciento de la población, por lo menos en occidente, es co-dependiente, o proviene de una familia disfuncional. Esa estadística está muy cerca del carácter universal del pecado original. Sólo faltan dos puntos para completar el porcentaje. En efecto, casi todos en la familia humana sufren de las consecuencias del pecado original y no sabe qué hacer. Mientras tanto seguimos nuestra vida con los patrones habituales, que fueron necesarios para sobrevivir en la primera infancia, pero que son totalmente inapropiados para los adultos.

Si el control es nuestra principal idea de lo que es la felicidad, pensamos: "Oh, qué feliz sería si pudiera controlar esta situación..... el matrimonio de mi hija.... si pudiera estar segura que mi hijo seguirá la profesión de su padre..... si pudiera salirme de esta relación...." La historia mundial nos da muchos ejemplos de personas cuyo inmenso poder nunca les era suficiente. El carácter ilimitado de los programas para la felicidad viene del hecho de que surgieron cuando en nuestra psiquis aún no había razonamiento para poder moderarlos. Los sentimientos y los instintos no son malos, pero, en la infancia temprana la razón no está aún presente para poder moderarlos. Así pues, crecen salvajemente exagerados.

En el descanso profundo de la oración contemplativa se le da permiso al cuerpo humano, como quien dice, para evacuar la basura emocional de toda una vida. En otras palabras, tenemos un estómago psicológico lleno de traumas emocionales. Somos como personas sentados a la mesa durante diez, veinte, treinta o cuarenta años en una comida que nunca hemos digerido. El mejor remedio no es un antiácido, sino ¡un buen vómito!. Lo que necesitamos para sanar nuestra indigestión psicológica es una profunda evacuación del trauma emocional mismo. Eso requiere la voluntad de dejar sentir las emociones primitivas de tristeza, miedo, pánico, desesperación y cualquier emoción que haya acompañado alguna situación traumática o situaciones de la vida temprana. Al purificarse el inconsciente se da esta sanación a través del proceso de la oración contemplativa. La oración contemplativa gradualmente trae la liberación de cualquier cosa que impida que estemos continuamente alertas a la presencia de Dios. A través de los siete dones del Espíritu Santo, especialmente el don de conocimiento, se van relativizando los programas emocionales que creíamos nos traerían la felicidad. Estamos empezando a saborear lo que realmente es la verdadera felicidad. Es la experiencia de Dios que nos ama en la existencia.

Si el Cordero de Dios ha quitado todos los pecados, como se proclama en cada misa, ¿dónde están esos pecados? Existen únicamente en nuestra memoria. Tan pronto nos arrepentimos de nuestros pecados, desaparecen. Los sentimientos de culpa son peligrosos. Hay una verdadera culpa cuando hacemos algo malo, pero si dura más de quince o veinte segundos, lo más probable es que sea neurótica. Refleja nuestro desencanto de no poder mostrarnos ante los otros como lo santo y bueno que habíamos imaginado que éramos.

Tres principios teológicos básicos apoyan toda práctica contemplativa cristiana. Veremos los primeros dos en este capítulo. El primero es la firme convicción de fe en la habitación divina. En la práctica de la oración centrante nos ponemos en la presencia de Dios y consentimos a esa presencia y a su acción en nosotros. Consentimos al hecho de que desde el instante de nuestra creación, la Trinidad divina, Padre, Hijo y Espíritu Santo, han morado en nosotros como la fuente de nuestro ser en todo nivel. Las tres personas de la Trinidad se relacionan con nosotros las veinticuatro horas del día. La oración contemplativa, pues, es trinitaria en su origen.

En segundo lugar, la contemplación tiene un enfoque Cristológico. Nos comprometemos con el proceso de liberación de nuestras motivaciones conscientes e inconscientes. Nos abrimos a los dones contemplativos del Espíritu que son la fuente de la oración contemplativa. Nuestros sufrimientos y nuestras alegrías en esta oración son participación de la pasión, muerte y resurrección de Jesucristo.

Si oramos con la intención de abrirnos y de abandonarnos a Dios, cerrando las cortinas al proceso ordinario de pensar durante un tiempo específico, digamos como una media hora, estamos respondiendo a la llamada que nos hace Cristo al arrepentimiento, que es cambiar la dirección en la cual estamos buscando la felicidad. Estamos aceptando la invitación de Cristo a un encuentro diario con él como nuestro terapeuta divino. A través de este profundo proceso psico-espiritual, el Espíritu trabaja yendo hacia atrás a través de nuestra historia personal. Como una excavación arqueológica, comenzando donde estamos ahora, el Espíritu explora nuestra historia personal, comenzando donde estamos ahora, estrato por estrato, yendo hacia atrás a través de la adultez, la adolescencia, la niñez, la temprana niñez y la infancia. De vez en cuando el Espíritu nos da un respiro, un descanso, en el cual trabajar con nuestros nuevos descubrimientos e incorporarlos a todas nuestras relaciones. Cada vez que nos movemos a un nuevo nivel de fe y de conocimiento propio, todas nuestras relaciones cambian: hacia nosotros mismos, hacia la naturaleza, el cosmos, y sobre todo hacia Dios. Cuando se completa (termina) ese trabajo, parece como si el Espíritu dijera: “Sigamos hacia el próximo nivel”. Así pues,

vamos moviéndonos hacia cada nivel hasta llegar al de abajo donde está la verdadera fuente de la mayoría de nuestros problemas actuales, la fragilidad de early childhood.

La experiencia psicológica de la oración contemplativa a menudo se siente como si estuviéramos empeorando. Realmente lo que pasa es que estamos tocando nuestros problemas básicos –las emociones primitivas que detonaron la formación del elaborado aparato de defensa que ideamos como infantes y niños pequeños para poder sobrevivir. Cuando nos sentamos en Oración Centrante, introducimos nuestro símbolo sagrado, y entramos en un cierto grado de descanso, nuestras defensas bajan. El crecimiento del silencio interior junto con nuestra creciente confianza en Dios, permite que le hagamos frente a la parte oscura de nuestra personalidad. Sabemos que Dios nos conoce totalmente y que aún nos ama. De hecho, Dios está feliz de poder darnos esta información. La gracia hace posible que evacemos las emociones las emociones negativas que están atascadas en nuestro sistema nervioso, y que impide el libre fluir del amor puro que lleva a la transformación divina.

En la oración contemplativa nos estamos identificando con la pasión de Jesús quien cargó con todos los pecados del mundo. Como escribe Pablo: “Dios se hizo pecado para nuestro bien” 2 Cor. 5:21 – no sólo nuestros pecados personales, sino las tendencias al pecado, que se llaman pecados capitales. Estos surgen de la frustración (chequear) habitual de nuestros programas emocionales para la felicidad cuando los eventos de la vida diaria contradicen nuestras demandas y expectativas.

Al compartir la pasión y muerte de Cristo en la oración contemplativa puede que sintamos una sequedad sin fin o, a veces, un bombardeo de pensamientos. Experimentamos emociones primitivas como le pasó a Santa Teresita de Lisieux quien pasó por esta profunda purificación, aún siendo tan joven. Santa Teresita escribió: “Por amor a Dios acepto los pensamientos más salvajes que cruzan mi imaginación” Tenemos que cultivar una actitud amistosa hacia esta basura pues de lo contrario podíamos tratar de devolver estas emociones dolorosas al inconsciente. Si dejamos que la basura emocional salga al consciente cruzará por nuestra conciencia (estado de alerta) y se irá hacia la atmósfera para siempre. Lo único que tenemos que hacer es (mover la mano en señal de adios) (decirle adios)

A veces, en medio del proceso de descarga surge algo fuerte como algún rechazo o abuso que necesita ayuda psicológica. En estas circunstancias se necesita la ayuda del psicoterapeuta que

comprende el viaje espiritual. Tiene que haber una fructífera simbiosis entre la dirección espiritual y la psicoterapia.

La sequedad en la oración y la sensación de abandono por parte de Dios son una participación en la pasión de Cristo. Después de cada humillación del falso yo nos acercamos a los orígenes de los problemas de la vida temprana, quizás aún tan atrás hasta el vientre materno. Cada vez que bajamos en humildad, instantáneamente nos movemos a un nuevo nivel de libertad. La escalera en espiral tanto sube como baja (tanto se desenrosca hacia arriba como hacia abajo). Experimentamos resurrecciones interiores. La resurrección de Jesús se manifiesta a través de los frutos del Espíritu Santo: caridad, alegría, paz y el resto. Entonces, a un nivel más profundo, los siete dones del Espíritu se manifiestan en actos inspirados en las bienaventuranzas. El movimiento en humildad y el movimiento de transformación se dan al mismo tiempo. Al final parece que se juntan en una disposición de (utter humility).

El fruto de María sentada a los pies de Jesús en oración contemplativa es aquella (insight) (inspiración chequear) iluminación que ella manifestó cuando derramó el precioso perfume, símbolo del Espíritu, sobre la cabeza de Jesús en casa de Simón el leproso. Mientras manifestaba el don total de sí misma queda ahí para ella y para nosotros el misterioso pasaje de la unión a la unida. Este pasaje consiste en perder uno su propio yo por amor a Dios. En el movimiento hacia la unidad con Dios tenemos que dejar ir el yo como punto fijo de referencia. Los padres griegos llamaban a esto el proceso de divinización. No quiere esto decir que desaparecemos en el Absoluto como desaparece una gota de agua en el océano. Más bien nos convertimos en el universo entero cuando no hay un "yo" que lo impida. A pesar de que aún mantenemos nuestra cualidad de ser únicos como un eterno don de Dios no hay ya posesividad, no hay apegos; sólo hay libertad.

Podemos distinguir cuatro etapas de liberación interior: La liberación del pecado, libre de la tendencia del pecado, libertad para amar, y finalmente sólo libertad – libertad para ser lo que Dios quiere que seamos en el momento presente, sin reflexionar en el yo, porque no hay yo al cual volver.

Pag. 66 #37 Cuando María de Betania ungió la cabeza de Jesús con el perfume de increíble valor, estaba anticipando su pasión y muerte. Su cuerpo sagrado contenía el perfume de infinita dulzura. La sangre de Cristo saliendo de su cuerpo roto en la cruz es el símbolo vivo

(vivid) del total don del Padre, de todo lo que el Padre es, que es el Hijo. La sangre de Cristo simboliza el don supremo del Espíritu derramado sin medida sobre el mundo.

El Buda, hacia el final de su vida convocó a ocho mil discípulos, monjes que habían trabajado arduamente en el viaje espiritual. Cuando todos se hubieron sentado el Buda (elevó) levantó una flor de loto, que en su enseñanza es el símbolo del punto más alto que se puede alcanzar en la iluminación. Los monjes asombrados miraban la flor de loto y pasaron a un estado de éxtasis en el cual se olvidaron completamente de sí mismos y entraron en unidad con toda la creación. El vasto valle rodeado de montañas se llenó de un silencio de increíble profundidad. De repente, un monje que estaba parado cerca del Buda comenzó a reírse: “Ja ja ja ja ja” Su risa hacía eco en todas las montañas y todos los otros monjes quedaron en estado de estupor. ¿Cómo podía alguien hacer esto en un momento tan sagrado? El Buda, imperturbable, lentamente bajó la flor de loto. De inmediato se volteó hacia el monje y le impartió el dharma, o sea, la plenitud de la iluminación. Evidentemente el Buda reconoció que este hombre había logrado algo más allá del estado de unidad que habían alcanzado todos los monjes. Este monje, con su risa espontánea, manifestó que había trascendido todas las formas de relacionarse con la Realidad Suprema. No necesitaba experiencia humana alguna, apoyo o ritual que la sustentara. Había descubierto quien era él. Había devenido en (llegado a ser) la realidad última, no teológicamente, sino por su propia experiencia (la palabra en filosofía que dice qué es esto) (porque lo había experimentado). Esta es la gracia que manifestó María de Betania en el Banquete en casa de Simón el leproso. Al vaciar el tarro de perfume en la cabeza y cuerpo de Jesús reveló que comprendía el profundo significado de la pasión y muerte de Jesús. Había asimilado el misterio de la redención y estaba expresando su identificación con el mismo.

Pag. 67 #39 Nos encontramos con sorpresas a medida que vamos progresando en el viaje espiritual. En general lo único que sabemos es que nos va a llevar donde Jesús nos invitó que fuéramos. “Sígueme”, dijo Jesús. ¿Dónde va Jesús? A Jerusalén. Al Calvario, al infierno, y finalmente al bosom pecho, abrazo, regazo, del Padre. En ese lugar no necesitamos más nada. Una vez que nos hayamos dado totalmente a Dios, todo lo que Dios es y tiene, es nuestro. Dios es amor incondicional y cuando somos amor incondicional, de alguna manera somos también Dios. Esa es la invitación del evangelio y el propósito último de todo tipo de ministerio, servicio, rito y sacramento. Jesús dijo: “Mis pequeños, he aquí el reino. Es todo vuestro” ¿Cómo lo vamos a recibir? Ciertamente no por (striving for it) tratar de alcanzarlo, sino por consintiendo que esté ahí. En otro lugar Jesús dijo: Si quieres salvar tu vida....” Mateo 10, 39.

Cuando uno no es una cosa, ni un rol, ni un programa emocional para la felicidad, ni un punto fijo de referencia, somos entonces también amor incondicional

## **Capítulo Cuatro**

### **La dimensión contemplativa del evangelio**

1 En los capítulos precedentes describí la práctica de la oración contemplativa como una participación en el Misterio Pascual -la pasión, muerte y resurrección de Jesús. Relacioné esto al proceso de la Lectio Divina, una de las formas más antiguas de práctica meditativa en la religión cristiana, y después lo relacioné a la eucaristía. La oración contemplativa está en continuidad con ambos, el movimiento de la Lectio Divina y las cinco maneras en que Cristo está presente en la eucaristía.

La oración contemplativa nos prepara para una recepción de la eucaristía mas profunda. Nos capacita para llevar los frutos de la oración y de los sacramentos a la vida diaria de modo que todo nuestro ser queda cada vez más y más saturado con la presencia divina y los asuntos que conciernen al evangelio. La justificación por la fe no es simplemente un manto que nos ponemos. Es la transformación interior profunda de todo en nosotros en la mente y el corazón de Cristo.

La contemplación construye la comunidad cristiana

En el capítulo anterior vimos los dos principios teológicos en los cuales se apoya la oración contemplativa en la tradición cristiana. Hay un tercer principio también muy importante. Cualquier práctica que lleve a la contemplación es eclesial en sus efectos. Enlaza a las personas que la están haciendo con todas las otras personas que están haciendo una práctica similar, y de hecho con toda la familia humana. Crea comunidad. Al sentarnos a orar en silencio, percibimos nuestra unicidad con los otros, no sólo con los que estamos orando, sino con todo el mundo \_en el pasado, en el presente, y en el porvenir. Aquello que está en lo más profundo de ellos, su unicidad con la presencia divina, resuena con lo que está en lo más profundo de nosotros. Así pues, sus alegrías, sus pruebas y su apertura a Dios son parte de nosotros. De esta manera compartimos nuestras cargas como dice Pablo.

En la práctica contemplativa, al orar juntos identificándonos con el misterio pascual, creemos que Cristo está en el centro del círculo impartiendo a cada uno las gracias especiales que cada uno necesita. Los participantes están su silencio, como quien dice, de manera que cada uno de los que están ahí reunidos pueden beber de este maravilloso pozo de agua viva que surge desde el centro del círculo. El silencio, en este contexto, es una liturgia de la mejor clase. No decimos nada ni hacemos nada, pero nos enrolamos en una clase de acción especial que podría

llamarse de receptividad alerta. Es abrirse a Dios y consentir a su presencia y acción en nosotros.

El método de meditación que enseñó John Main y el contemplativo método de Oración Centrante no son algo tan nuevo en la tradición cristiana, como si fuera algo antiguo que se estuviera renovando. La dimensión contemplativa del evangelio siempre ha estado ahí, sólo que no tan explícitamente como hasta ahora. El tiempo tiende a extraer las implicaciones del mensaje cristiano. El Espíritu se adecua a las personas en las distintas épocas y en los distintos lugares en la historia. Es por eso que al Espíritu le gusta contar con un poco de espacio y no le gusta estar limitado por demasiadas estructuras. Cuando hay una reforma de las estructuras eclesiales el Espíritu se apresura y entra. Cuando el Espíritu levanta un viento fuerte, como el de Pentecostés, o el del Concilio Vaticano Segundo, ese viento también puede levantar mucho polvo. Y concomitantemente pueden ocurrir cosas que no son siempre la intención directa del Espíritu. Pueden haber fuertes reacciones al anterior sentido de rigidez o de sobreconfinamiento. Como todo el que ha estado confinado, cuando sale, empieza a correr.

El movimiento hacia la oración contemplativa responde a una enorme hambre espiritual de la familia humana. Hay un enorme vacío en el mundo de hoy porque la religión cristiana perdió su arraigo en las masas después de la revolución francesa y a través de la revolución industrial del Siglo XIX. La ciencia, o más exactamente el cientifismo, que vinieron a ser como una especie de reemplazo del cristianismo, quedó atrapado entre dos guerras mundiales y la guerra fría. Ese cientifismo dejó de ser un sustituto de la religión o la panacea del progreso ilimitado como ingenuamente se pensó que era hace unos cincuenta o cien años.

Como resultado del desenvolvimiento de la historia la gente hoy está buscando no tanto una certeza de doctrina, sino el sentido de la vida. Esta necesidad se aumenta aún más a causa de la explosión de información, esa expansión horizontal hacia una información ilimitada sin tener la correspondiente dimensión vertical del sentido de las cosas. Necesitamos una explosión de sentido si es que vamos a manejar esta explosión de información de manera plenamente humana. No causa sorpresa que la gente, movida por la gracia de Dios, se pregunte: "¿Cómo vive uno en un mundo donde ni la ciencia ni la religión resuelven las necesidades más profundas de la gente?"

Esta concientización parece que es un movimiento del máximo Espíritu Santo. Hay que darle la oportunidad de que crezca y siga hasta su punto máximo. Ya ha iniciado la creciente percepción de unicidad, más allá de las diferencias doctrinales, entre los miembros de las distintas iglesias cristianas. Uno de los propósitos del movimiento de la Oración Centrante, así como de la Comunidad para la Meditación Cristiana es contribuir a la renovación de la tradición contemplativa cristiana y a hacérsela llegar a la gente de toda denominación cristiana. Todos tenemos raíces en los primeros siglos de la cristiandad cuando la tradición contemplativa era mucho más vigorosa de lo que ha sido en los recientes siglos.

Juan de la Cruz es uno de los mayores exponentes del misticismo cristiano. El enseña que la contemplación comienza con la noche de los sentidos, que le pone fin a la primavera de la vida espiritual. En cierto grado experimentamos la ausencia de Dios, y aquellas prácticas que nos daban satisfacción, entusiasmo, y motivación para ministrar a los otros se sienten ahora secas. En este largo período de sequedad hay una desconcertante sensación de ir para atrás en la travesía espiritual. Al mismo tiempo experimentamos un deseo de estar a solas y poca inclinación hacia la meditación discursiva. Ya no podemos movernos de un concepto al otro como en una meditación discursiva, ni podemos multiplicar los actos de la voluntad como en la oración afectiva.

La lectio, como vimos, consiste de cuatro momentos o maneras de relacionarnos con Dios. Esta práctica prepara nuestras facultades para entrar en una relación más profunda con Cristo. Nuestras facultades se van orientando hacia el descanso en Dios. Ese descanso, sin embargo, no es el final. Es el principio. El descanso, sin embargo, no es el fin. Es más bien el principio de una relación más íntima aún con Cristo en la cual la dimensión contemplativa es la fuente de nuestra actividad. Ya no es el falso yo, que depende de nuestros programas para la felicidad, que está sobreidentificado con el grupo y los condicionamientos culturales el que motiva lo que hacemos.

Cuando estamos reflexionando en nuestra oración y multiplicando actos de voluntad, somos nosotros los que estamos dominando la conversación. Pero si realmente creemos en la inhabitación divina y en la incitación del Espíritu Santo, nos hacemos entonces más aptos para escuchar. Y mientras más escuchamos, más nos damos cuenta que tenemos que oír las inspiraciones del Espíritu. Dejamos ya de ahogarlas con nuestra brillantes ideas metafísicas, teológicas, devocionales, o lo que sea que creamos que es oración.

Juan de la Cruz tuvo una gran influencia del monje sirio llamado Pseudo Dionisio del cual sabemos muy poco. El Pseudo Dionisio tuvo una gran influencia en la espiritualidad cristiana porque él mismo se identificó como discípulo de Pablo. En aquellos días el plagio no se consideraba una falta. Cuando algún autor quería que su obra circulara, se atribuían el nombre de algún santo u apóstol. Eso fue lo que hizo el Pseudo Dionisio. A la vez, sus enseñanzas se reflejaron más tarde en el libro *La Nube del no Saber*, escrito por un místico anónimo inglés del Siglo XIV. *La Nube* modifica el estilo intelectualizante del Pseudo Dionisio y aún así nos sigue transmitiendo su profunda enseñanza.

Juan de la Cruz leía las obras del Pseudo Dionisio traducidas al español y las tenía como lectura de cabecera. La investigadora Marilyn May Mallory, profesora en los Países Bajos, hace unos 25 años hizo un trabajo sobre la oración contemplativa en el que demuestra que por lo menos en un punto hay un serio error en la traducción que se hizo del texto original del Pseudo Dionisio. La traducción que San Juan de la Cruz leía dice: "Debemos estar desapegados de todos nuestros deseos para poder alcanzar la unión divina". Estar desapegado de todo deseo es virtualmente imposible en un monasterio. Es absolutamente imposible para aquellos que viven en el mundo. Pero no fue eso lo que el Pseudo Dionisio realmente escribió. La traducción correcta es que tenemos que estar desapegados *en* todos nuestros deseos. Obviamente hay aquí un significado completamente diferente. Pero durante tres o cuatro siglos las personas generosas que buscaban la vida contemplativa quedaban frustradas y confundidas por el mandato de Juan de la Cruz de renunciar a todo deseo. La oración contemplativa nos da la gracia de estar desapegados *en* nuestros deseos. Esto quiere decir que tenemos que ser liberados de la motivación del falso yo. Es entonces que podemos vivir la vida espiritual en cualquier estado de la vida como seres humanos normales.

Juan de la Cruz es un brillante observador de la experiencia psicológica de la oración contemplativa, pero nos llega con algunas limitaciones. Aún los santos y los místicos no se pueden leer con absoluta confianza. Tenemos que tener un cierto juicio crítico con lo que leemos. Al principio en la travesía espiritual no tenemos los fundamentos necesarios para ser críticos, pero a medida que pasa el tiempo adquirimos alguna experiencia propia. Entonces, si algún texto no nos llega a satisfacer del todo tenemos que ver si hay una explicación más clara en otro texto.

La siguiente afirmación es una de las fuentes primarias para cualquier práctica que lleve a la oración contemplativa: “Si quieres orar, ve a tu habitación, tranca la puerta, y ora a tu Padre en secreto. Y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará” (Mateo 6,6). Estas son palabras de sabiduría de enorme importancia y que tienen consecuencias para aquellos interesados en la oración contemplativa. Es la llamada del clarín a escuchar y a estar abierto a la inhabitación divina.

Abba Isaac fue entrevistado por un viajante occidental llamado Juan Casiano. Este último visitó los monasterios de Egipto en el siglo cuarto y reunió las sabias palabras de los ancianos en un libro titulado *Conferencias de Casiano*. Trajo, entonces las palabras de sabiduría al occidente y fundó un monasterio occidental. Esta tradición que trajo Casiano se filtró en la Regla de San Benito, regla que casi todas las ordenes contemplativas de hombres en el occidente han seguido hasta hoy.

He aquí el consejo de Abba Isaac a Casiano<sup>2</sup>. Poco sabía Abba Isaac que estaba hablándole a alguien que afectaría a los buscadores de Dios en los próximos dos mil años: “Tenemos que tener un cuidado especial en seguir el precepto evangélico que nos indica entrar a nuestra habitación privada y trancar la puerta para poder orar a nuestro Padre. Y es así como lo hacemos.”

Encontramos aquí un método ofrecido en el siglo cuarto que responde a una objeción que se levanta hoy a menudo, eso de que la oración contemplativa no se puede alcanzar por un método. Es verdad, no se puede adquirir sólo por un método, pero tampoco se adquiere sin método a menos que sea por intervención especial de Dios. Hay distintos métodos que preparan para la contemplación, pero todos ellos re remontan a las palabras del mismo Jesús, por lo menos como lo interpreta uno que ha trillado el camino espiritual durante muchos años en extrema soledad y en comunidad con otros buscadores.

Este es el comentario de Abba Isaac: “Oramos en nuestra habitación privada cada vez que sustraemos nuestro corazón completamente del tumulto y del ruido de nuestros pensamientos y de nuestras preocupaciones, y cuando en secreto y en intimidad ofrecemos nuestras oraciones al Señor”.

Obviamente Abba Isaac está hablando metafóricamente. Muy pocos tenían una habitación privada en tiempos de Jesús. Cualquiera que tuviera un techo sobre su cabeza se consideraba un hombre acomodado. El término “habitación privada” es una metáfora que se refiere al nivel espiritual de nuestro ser. Es ese lugar privado que está más allá del fluir del estado de alerta psicológico normal, con su inacabable ristra de pensamientos, comentarios y reacciones emocionales a los eventos del diario vivir o al regurgitar de nuestra memoria.

En el método que nos propone Jesús, durante el tiempo de oración dejamos afuera no sólo el ambiente, las otras personas, las actividades, sino también nuestros pensamientos, percepciones, preocupaciones, y planes “el tumulto y ruido de nuestros pensamientos”, como dijo Abba Isaac. Tenemos que cultivar el silencio interior y el nivel espiritual de nuestro ser, que es, nuestra voluntad espiritual dirigida a Dios y nuestro intelecto pasivo, que es el que puede conocer por intuición. Continúa Abba Isaac: “Oramos con la puerta cerrada cuando, sin abrir la boca y en perfecto silencio, ofrecemos nuestras peticiones a aquel que no presta atención a la palabras sino que mira con fuerza nuestros corazones.

---

<sup>2</sup> Conferencia Nueve

No hay cantidad de parloteo espiritual que pueda tomar el lugar de la intención de estar con Dios en el nivel más profundo de nuestro ser. Este movimiento hacia nuestra habitación privada, hacia la parte más interior de nuestro ser, es un movimiento de apertura a la habitación divina. La habitación divina es el principio fundamental para relacionarnos con Dios en la vida cristiana, ya estemos en oración o en acción.

Abba Isaac continúa: “Oramos en secreto cuando solo en nuestros corazones y en nuestro espíritu recogido...” Fíjense en la palabra “recogido”. Esta oración no es hacer una siestecita por la tarde. No es una alfombra mágica que nos lleva a un estado de beatitud ni es una suave conversación con un peluche acogedor. Esta oración es ponerse a trabajar, es el movimiento de fe hacia la habitación divina. La fe es una convicción. El amor es una elección, una intención que nos permite recogernos en nuestro silencio interior. Impide que el silencio se torne en un vacío mental. No ponemos nuestras mentes en blanco. Más bien, deliberadamente nos abrimos a Dios quien creemos está presente en lo más profundo de nuestro ser.

Fíjense que hemos de orar “sólo en nuestro corazón” o solos en nuestros corazones. (Chequear con Mercedes, Rosemary y Helen). El corazón, en la tradición del desierto, representa la voluntad en nuestro más profundo ser. Una receptividad alerta es la actitud apropiada. Y continúa el Abba: “Nos dirigimos a Dios y le revelamos nuestros deseos, sólo a El, de manera tal que los mismos poderes hostiles no tienen idea de que tratan

Esta última afirmación requiere un breve comentario con respecto a lo que la gente hoy día entiende al respecto. Los padres y las madres del desierto creían que si se está pensando durante la oración, el demonio puede percibir lo que estamos pensando. De esta manera él puede planificar una estrategia para sugerir pensamientos y tentaciones que nos saquen del movimiento hacia el silencio interior. Está buscando sacarnos de la habitación privada para que volvamos al tumulto y al ruido de nuestro estado de alerta psicológico ordinario. Así pues, cuando estamos orando al Padre en secreto, es como si tuviéramos que escondernos – escondernos de los otros, escondernos de nuestros pensamientos y escondernos de nosotros mismos.

Los padres y madres del desierto identificaron los poderes hostiles como demonios y al diablo como a su jefe. Incluso le pusieron apodos por las muchas interacciones que tenían con ellos. Al diablo solían llamarle “el viejo ese.” En la tradición del desierto, el diablo se pone muy nervioso cuando alguien toma en serio su vida espiritual. Para la mayoría de nosotros él sólo se voltea y vuelve a dormir. La actividad de nuestro falso yo es suficiente para mantenernos preocupados y miserables. Pero cuando la gente coge en serio su travesía espiritual, el diablo está en peligro de perder su poder sobre una vasta multitud de personas.

Encontramos una visión similar tanto en la espiritualidad hindú como en la budista. Los que están en el camino espiritual están derramando energía positiva en la atmósfera, cosa que puede sanar a las personas, aún a distancia. Así que, si alguien realmente desmantela el falso yo y se torna en vaso de amor divino, el diablo la va a pasar mal. Uno puede pelear con él y quitarle un vecindario entero, o el mundo entero, que más da, dependiendo de lo poderosa que sea su oración y de cuan completamente el amor divino se ha apoderado de la vida de uno. Antonio, habiendo conquistado a los demonios y habiendo alcanzado la unión transformadora, se retiró a una fortaleza abandonada y llena de reptiles de todo tipo, que, en la mente popular de la época, eran símbolo de los demonios. Se podría decir que la fortaleza representaba el complejo industrial militar de los demonios. Por medio del poder de su oración el área recobró la paz y volvió a abrirse al reino de Dios.

Juan de la Cruz dice que los poderes hostiles no pueden interferir cuando estamos recogidos en el nivel espiritual de nuestro ser. No pueden averiguar lo que estamos haciendo.

¿Por qué cosa estamos orando cuando estamos en completo silencio? Si se supone que no abramos la boca ni que requiramos nada en particular en forma de petición, ¿qué cosa pues estamos haciendo? Aquí de nuevo el evangelio viene en nuestra ayuda con instrucciones clara. Jesús nos dice en Mateo 7,9: “¿Cuál de ustedes, si su hijo le pide pan, le dará una piedra?

En la Palestina de esa época el pan era plano como el pan pita de hoy, así que parecía una piedra. Un padre malicioso podría decir: “Toma hijo, este sabroso pan”, y resulta que era una piedra. O, nos dice de nuevo Jesús: “¿Qué padre, si su hijo le pide pescado, le dará una serpiente?” En el Mar de Galilea hay peces que parecen culebras. Un padre malicioso podría decir: “Hijo querido, ¿quieres pescado? Prueba esta serpiente venenosa”. Y entonces, dice Jesús: “Si ustedes, siendo malos como son, saben darle cosas buenas a sus hijos, ¡cuánto más su Padre Celestial le dará el Espíritu Santo a los que se lo pidan?

¿Creen ustedes que cuando entramos en nuestra habitación privada y nos movemos al nivel espiritual de nuestro ser para poder estar con Dios, que Dios nos va a dar el demonio? Algunos fundamentalistas tienen la idea de que si vaciamos nuestra mente de pensamientos, nos estamos abriendo al demonio. Lo único que puedo decir es, por favor, lee el evangelio otra vez. ¿Realmente piensas que si te abres completamente a Dios en confianza y en amor Dios te va a dar el demonio?

Cuando nos sentamos en oración en silencio, todo nuestro ser está mendigando el Espíritu Santo, el don supremo del Padre y del Hijo. No hay don más grande que podamos pedir. Si recibimos el Espíritu Santo, lo tenemos todo. Al entrar en nuestra habitación privada y cerrar los ojos al ambiente externo e interno, descansamos en la presencia del Padre que nos ama y que envió a su Hijo Jesús y a su Espíritu para que nos llevara guiándonos, a la unión divina.

Resumiendo, en el tiempo de la oración contemplativa no tenemos que pedir nada. En otro momento puede que tengamos la inspiración de pedir esto o aquello por alguien, o por nosotros mismos. Eso está bien. Pero durante nuestra entrevista privada con el terapeuta divino, estamos orando en secreto. Nos instalamos en el momento presente, que es el único lugar donde realmente está Dios. Dios no está en el pasado, ni en el futuro. Dios es ahora mismo, totalmente presente, totalmente asequible. Nuestra mejor respuesta es estar totalmente asequible a esa presencia. Nos rendimos de la misma manera que lo hizo María de Betania. Ella se dio a sí misma, a Jesús, reconociendo en El la plenitud del Espíritu y la manifestación del amor incondicional del Padre.

## **CINCO**

### **LA EXPERIENCIA PSICOLÓGICA DE LA ORACIÓN CENTRANTE**

Los invito a observar el contenido normal de los períodos de la Oración Centrante. Habiendo asumido la posición apropiada para su práctica y una vez escogido el símbolo que representa la intención de consentir a la presencia de Dios en el interior de uno, se introduce silenciosamente

en la imaginación. En la tradición cristiana existen otras dos formas santificadas de expresar por medio de un símbolo sagrado, la intención de permanecer con Dios durante el período de la Oración Centrante. Estos símbolos son la "mirada sagrada" y el "aliento sagrado." La "mirada sagrada" no hace uso de imágenes visuales. Es más bien como si uno se volviera hacia su interior a mirar a alguien a quien ama sin imaginarse ninguna persona o ninguna cosa en particular. Se trae a la memoria que Dios lo está abrazando con una mirada infinitamente tierna, o que descansa sobre el regazo de Jesús de la misma forma que el Discípulo Amado. Igualmente, el aliento sagrado no consiste en observar la propia respiración fisiológicamente. Consiste simplemente en permitirse *notar* la respiración cuando vienen los pensamientos. Las dos prácticas son sencillamente expresiones de la intención de uno.

En la Oración Centrante, la palabra sagrada, la mirada o el aliento no es sagrado por su significado innato, pero por la intención del orante. La intención de la persona que reza es la de abrirse a Dios y a la acción divina en su interior. Por supuesto, no pasa mucho tiempo antes que los pensamientos, sentimientos y percepciones comiencen a deslizarse sobre la mente consciente. En la terminología de la Oración Centrante, se le llama pensamiento a cualquier percepción. Es un término general que incluye conceptos, recuerdos, planes futuros, percepciones sensibles y reflexiones.

Cuando los pensamientos atractivos o negativos se deslizan por la mente consciente, regresamos suavemente al símbolo sagrado que hemos escogido. El diálogo interior que tiene lugar la mayor parte del día y de la noche se hace menos intenso y absorbente en forma gradual durante el período de oración. El período de oración se convierte en una vacación del falso yo. Siguiendo la sugerencia de Jesús, dejamos fuera de nuestra mente consciente todas las cosas que nos preocupan usualmente. A medida que el movimiento hacia el silencio interior se profundiza, se desarrolla un sentido de descanso penetrante, de un regreso al hogar, de paz. No obstante, este movimiento es interrumpido constantemente por la imaginación, que está siempre corriendo en perpetuo movimiento. Como no podemos parar los pensamientos, simplemente los soportamos.

Por lo tanto, hay dos niveles de conciencia. Uno es el estado ordinario de la mente consciente sobre la cual fluyen pensamientos indeseados, y el otro es el movimiento de ignorar todos los pensamientos por medio del retorno una y otra vez al símbolo sagrado. Al principio pudiera ser que uno se encuentre usando el símbolo sagrado virtualmente sin parar. Pero después de

algunos meses, si se practica la oración regularmente dos veces al día durante media hora más o menos cada vez, puede ser que se observe un desarrollo interesante. Puede ser que el orante se de cuenta sin pensarlo, que no tiene interés en ningún pensamiento en particular de los que se deslizan por su mente consciente.

¿Qué es lo que se debe hacer cuando observa sus pensamientos pasando sobre la mente consciente pero no se siente atracción o aversión ninguna hacia ellos, en otras palabras no le interesan? Trátelos como si fueran una música de fondo en el mercado. Hágase de cuenta que ha ido a comprar víveres y la música simplemente continua tocando. Como no la puede apagar, sencillamente no la toma en cuenta.

*En otra ocasión podría estar conversando con un amigo en un departamento en un piso alto con las ventanas abiertas. Si está absorto en la conversación, probablemente ni siquiera nota el ruido del tráfico. Pero si de pronto algo sucede en la calle y las sirenas comienzan a sonar, siente el impulso de ir hacia la ventana a ver lo que está sucediendo. Este es el mismo escenario que ocurre cuando uno de nuestros programas de felicidad es estimulado por un pensamiento especialmente atractivo o repulsivo.*

*Si se levanta y va hacia la ventana a ver lo que está teniendo lugar afuera, es obvio que ha abandonado su aposento privado. Solamente tiene que retornar y sentarse de nuevo. Sería mucho más fácil, si en vez de seguir ese pensamiento interesante, se diera cuenta prontamente que esta interrupción no es apropiada. En ambos escenarios, se necesita algún gesto que renueve la conversación. En el caso de una conversación entre amigos, puede ser que solamente mire directamente a los ojos de su acompañante o que le diga, "Perdóneme. ¿Dónde estábamos?"*

*Mientras menos haga para renovar su intención de estar con Dios (por esto la brevedad de la palabra sagrada), más fácilmente se olvida de la interrupción y experimenta más continuidad en esta conversación sutil con Dios llamada comunión. El primer lenguaje de Dios es el silencio. Tenemos que cultivar el silencio interior para escuchar el mensaje a plenitud.*

*Digamos que ha sido fiel en reafirmar su intención original de consentir a la presencia y la acción de Dios cuando estás pensando otros pensamientos por medio de regresar muy suavemente al símbolo sagrado. Debido a la práctica regular de esta oración, los hábitos de reflexión, que han echado raíces muy profundas, comienzan a relajarse. Se puede observar que bajo condiciones normales se puede mantener con facilidad la conciencia de la presencia de Dios. Como resultado, se entra rápidamente en un estado de paz y de quietud que es posible mantener mediante el uso del símbolo sagrado.*

*Algunas prácticas contemplativas preparativas enfatizan la atención de la mente, otras enfatizan la atención del corazón. El camino monástico enfatiza este último. La pureza del corazón era el objetivo primario de las prácticas de los padres y las madres del desierto. Ellos le llamaban a la contemplación la "oración pura," dando a entender que proviene de una intención pura en la que predomina el amor de Dios. Ellos no buscaban ninguna recompensa como son la consolación, la iluminación, o practicar por razones que tienen su origen en el ego, por muy devoto que sea. En realidad, el ego no es nada devoto, aunque le gusta pensar que lo es y trata de esconderse*

*debajo de una fachada religiosa. La travesía espiritual está diseñada para poner fin a estas fachadas. Pero el falso yo es increíblemente hábil. Sus deseos son “mundanos.” Desea seguridad, afecto y estima y poder y control, como substitutos de esperar en Dios en un estado de atención lleno de amor.*

Podemos cambiar nuestra dirección, nuestro peinado, nuestro estado de vida, nuestra ropa – *cualquier cosa*, y el falso yo no objetará. Pero tan pronto como tratamos de cambiarlo nos encontramos en un gran conflicto. Llevamos la motivación mundana del falso yo a todo tipo de servicio, hasta a la oración. Si alguna vez habíamos pensado subir por la escalera corporativa, ahora en la vida espiritual tratamos de ascender por la escala eclesiástica. Pero esta vanidad mundana es minada mediante el desarrollo del silencio interior. Nuestros pensamientos comunes que refuerzan el falso o con sus deseos y aversiones, son gradualmente apartados o dejados de lado.

Por consiguiente, nos encontramos aquí ahora usando el símbolo sagrado con el fin de mantener nuestra intención de estar con Dios, cuando nos damos cuenta que ya no tenemos ningún interés en los pensamientos que pasan por nuestra mente. Este es el comienzo de los dones contemplativos del Espíritu. Dios está empezando a responder a nuestra oración básica, “Padre, por favor envíame el Espíritu Santo.” A veces Dios absorbe sutilmente nuestra voluntad. Existe una atracción misteriosa al silencio interior o a permanecer en las profundidades de nuestro ser. Esta atracción es como un imán que nos atrae hacia el silencio interior. En estas profundidades sentimos que ya no importa si repetimos el símbolo sagrado o no porque hemos llegado al lugar hacia el cual el símbolo nos estaba guiando. Es algo así como ir de viaje a una gran ciudad. Una vez que llegas a la ciudad, no vale la pena comprar un boleto para ir donde ella.

El sentido de la presencia de Dios distingue este estado del mero vacío o del no hacer nada. Se convierte en un estado de apertura a Dios que sólo es interrumpido ocasionalmente por un pensamiento atractivo o negativo que pasa de largo. Ya no se siente inclinación ninguna a pensar en nada, pero sólo de disfrutar de la presencia indiferenciada de Dios. A veces esta presencia puede sentirse en forma diferenciada debido a una atracción especial a la humanidad de Jesús o a una de las personas de la Trinidad. La travesía espiritual es única en cada uno de nosotros. Cada persona tiene atracciones diferentes que la ayudan a establecer y mantener el crecimiento del silencio interior durante la oración. La atracción al centro de nuestro ser es el despertar a la realidad de la presencia divina que mora en nosotros. No es un pensamiento en particular, una reflexión o un sentimiento, pero más bien es un sentido de ser amado o abrazado

por Dios. Pero estas experiencias son pasajeras y no el final de la travesía. Son formas de orientarnos hacia lo que está aun por venir. El Espíritu puede impartir estas experiencias a ciertas personas con gran abundancia. Otras, sin embargo, tienen que vivir sin ellas la mayor parte del tiempo. Lo principal que todos pueden hacer es la práctica. Si se practica la Oración Centrante regularmente se transforma. No hay nada que substituya el hacer la práctica dos veces al día. Hablar de ella, escribir sobre ella, no da frutos. Lo único efectivo es practicarla.

*Después de cierto tiempo puede abrirse en nosotros otro nivel de conciencia. Esto ocurre cuando Dios se apodera aun más poderosamente de las facultades reflexivas y de la voluntad. En este caso, Dios suspende la imaginación y la memoria de tal forma que no pueden pensar o reflexionar. Teresa de Jesús reporta que en su experiencia este período es bastante breve, acaso media-hora a lo más. No obstante, durante un rato largo de oración, uno puede entrar y salir de este estado varias veces. Sólo unos momentos de esta gracia nos orientan poderosamente hacia la unión divina. Esta experiencia aumenta enormemente nuestra motivación y determinación de continuar este viaje. En este estado no hay auto-reflexión. La persona no puede reflexionar hasta que sale del. No existe el "YO" para disfrutar la experiencia durante el tiempo que perdura. Mientras hay auto-reflexión, esta gracia no es aun la unión plena con Dios. Cuando salimos de la experiencia puede ser que exista un sentido de vacío, de desconocimiento. Se puede preguntar, "¿Es qué acaso me quedé dormido?" No es probable, a no ser que estuvieras roncando o soñando. En todo caso, es tan sorprendente que uno no sabe que hacer con lo ocurrido. La "mariposa," para usar la imagen de Teresa de Jesús, sólo está comenzando a salir de la crisálida. Su imagen hace énfasis en el hecho que no nos convertimos en mariposas simplemente deseándolo. Tenemos que consentir a tejer la crisálida y a quedarnos dentro de ella en la oscuridad hasta la hora señalada por Dios para salir de ella. Entonces, en lugar de continuar gateando por la vida, de pronto nos damos cuenta que podemos volar.*

*La práctica de la Oración Centrante es una forma buena de responder a esta invitación tan increíble de Dios. El Señor ha dicho: "Si alguien me ama cumplirá mi palabra, mi Padre lo amará, vendremos a él y habitaremos en él." (Juan 14:23) U otra invitación adicional: "Mira que estoy a la puerta llamando. Si uno escucha mi llamada y abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él y él conmigo" (Rev. 3:20) Para explicarlo libremente, "Me identificaré completamente contigo y la situación en que vives." Esto es lo que significaba cenar o comer con otras personas en la cultura de Palestina en la época de Jesús. Este es el gran desarrollo de nuestra oración, especialmente cuando piensas en las veces que oramos y no sucede nada. Lo importante es tomar responsabilidad de sí mismo y dedicarse fielmente a una práctica que conduzca a la oración contemplativa, tanto como a las prácticas que lleven sus efectos a la vida cotidiana. El que trabaja para dismantelar el falso yo, es un verdadero seguidor de Cristo.*

*A la vez que la comunicación de Dios se va haciendo más fuerte, se parece a una espada que va hacia la división del alma y del espíritu. La comunicación divina requiere una preparación adecuada del cuerpo, de la mente, y del espíritu. En su momento, el amor divino, para el cual el silencio interior es el terreno perfecto, comienza a expresarse espontáneamente en la vida diaria. Percibe a Dios en las personas a nuestro alrededor, en los eventos, en la naturaleza y en nuestros estados internos. Es como si la entrevista breve que hemos tenido con el Terapeuta Divino continuara durante todo el día.*

*En breve, el Terapeuta Divino se une a nosotros en nuestra vida diaria. Como hizo Jesús con sus discípulos, él nos muestra los aspectos variados de nuestro falso yo, y nuestra motivación mixta. Comenzamos a reconocer nuestros apegos a los símbolos de seguridad y de sobre vivencia, de poder y control y de afecto y estima en nuestro medio ambiente o cultura. Al igual que hizo con Marta, nos indica cuando son exagerados. En la vida diaria es donde está la acción. En un sentido, es una preparación para la acción, una perspectiva desde la cuál podemos interpretar los eventos de nuestra vida como parte del proceso de curación en lugar de tratar de manipularlos. La vida cotidiana se convierte en servicio contemplativo, Dios en nosotros sirviendo a Dios en nuestro prójimo. Una vez que cesamos de vivir bajo la influencia o el dominio del falso yo, comenzamos a vivir bajo la influencia directa del Espíritu. Manifestamos la bondad y la ternura infinita de Dios.*

*La vida entera se convierte en una vida contemplativa como resultado del vaciamiento o del desmantelamiento de los obstáculos que impiden la acción del Espíritu. Como resultado de la infusión de los Siete Dones del Espíritu, cualquier práctica de oración con la que comenzamos, se ha convertido en la oración del Espíritu. Como dice Pablo, "El Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos inarticulados" (Rom. 8:26). Usualmente no sabemos durante la oración lo que el Espíritu esta pidiendo: sencillamente le damos nuestro consentimiento.*

*Nuestra experiencia psicológica o el contenido específico de la oración, no tiene importancia. Lo importante es orar fielmente y con la intención correcta. Así sin pasar por los estados de misticismo exuberante que describe Teresa de Jesús, podemos llegar al mismo lugar por medio de la escala escondida de la fe pura. Y ese lugar es la unión transformadora.*

*Desde entonces, la conciencia permanente de la presencia de Dios, que no nos juzga, nos acompaña en todo lo que hacemos. Esta conciencia continuada de la presencia de Dios se hace parte de toda realidad, muy especialmente de nuestra realidad. Le agrega una cuarta dimensión a nuestro mundo de tres dimensiones. Observamos la acción de Dios dentro de nosotros y en nuestro ambiente. Nos convertimos en la persona que realmente somos al nivel más profundo, en lo que es Dios - -- amor incondicional --- la entrega total de nuestro ser.*

*No debemos creer que vamos a experimentar el proceso liberador exactamente de la misma manera en que lo hizo Juan de la Cruz. Tenía el santo un ministerio especial que requería que su proceso de liberación fuera rápido. Dios puede hacer pasar a alguien a través de la noche oscura en muy corto tiempo---en pocos años. A la mayoría de nosotros, nos va a tomar más tiempo.*

*Ahora que la gente vive más años, pudiera ser que hubiera un florecimiento maravilloso de oración contemplativa entre las personas mayores. En el pasado, la muerte cortaba la travesía espiritual para muchas personas antes que siquiera pudieran conocer algunos de los estados de desarrollo espiritual descritos anteriormente. Dentro de unos años, sin embargo, muchos vivirán más allá de los cien años. Los últimos veinte o treinta años proveerán un potencial enorme para el crecimiento contemplativo. Estarán asequibles todos los estados por los que pasaron los grandes místicos de otras épocas.*

## Disciplinas para la Vida Diaria

Un método de preparación para la oración es como una sola ala de un pájaro. Si se desea volar, se necesita de la otra ala y esto consiste en prácticas para la vida diaria que nos mantienen en estado de alerta a la Divina Presencia que hemos descubierto en la oración. La travesía espiritual consiste en una serie de movimientos hacia la Presencia de Dios a niveles más y más profundos. A una práctica diaria de oración contemplativa necesitamos agregar las disciplinas apropiadas para la vida diaria. Al comienzo aconsejamos que se hagan dos períodos de veinte a treinta minutos de oración cada día. Esto es pedirle bastante a las personas que viven en nuestra sociedad contemporánea. Surgen preguntas como éstas: "¿Dónde voy a encontrar el tiempo para pasar en oración veinte o treinta minutos cada mañana y cada tarde? Tengo que ganarme la vida, pagar la hipoteca de mi casa, niños que mantener y educar. Es poco el tiempo libre que tengo para pasar una hora con mis hijos diariamente." Es grande la tentación de decir, "Como no puedo entrar en un monasterio la oración contemplativa no es para mí." La realidad es que una gran cantidad de personas han encontrado que la oración contemplativa le da cierto orden a sus vidas. Según sus mentes se aclaran y se hacen menos desordenadas, se sienten que pueden escoger sus prioridades con más libertad. Cuando se hace el tiempo para practicar la oración contemplativa, encuentran que tienen más tiempo, porque cesan de hacer cosas inútiles o innecesarias. San Juan de la Cruz nos desafía con la frase siguiente: "Si encuentras que estás trabajando tanto que no tienes el tiempo suficiente para tus dos períodos de oración, dobla el tiempo que pasas orando."

Hay muchas prácticas tradicionales para la vida diaria. He sugerido unas pocas en dos de mis libros, en *Mente Abierta*, *Corazón Abierto* y más ampliamente en *Intimidad con Dios*. En capítulos anteriores se discutió la Lectura Divina como una forma de oración para apoyar y nutrir la base conceptual de la oración contemplativa.

Otra práctica excelente es la llamada "Guarda del Corazón." Es un estado de vigilancia en el que se observa cuando perdemos nuestro sentido de paz. Perdemos la paz cuando se frustra uno de los programas emocionales de felicidad. Entonces, se disparan el dolor, la ira, la aversión, el desánimo y otras emociones aflictivas. Una vez que las emociones aflictivas se disparan, la imaginación provee comentarios previamente grabados que surgen solos y refuerzan la intensidad de la emoción. Los dos son como las dos ruedas de un reloj viejo con dientes entrelazados. Si una rueda da vueltas, la otra tiene que dar vueltas también. Por lo

tanto, si se experimenta una emoción fuerte, en uno o dos segundos, se encontrará con un comentario apropiado para ella. Si alguien lo insulta, antes de que se de cuenta, puede encontrarse pensando, ¿"Cómo es que me hacen esto? ¿Qué puedo hacer para vengarme?"

*Comentarios como los anteriores aumentan la intensidad de la emoción original. Pronto nos encontramos sumergidos en un episodio de carácter emocional que puede durar un día, una semana, y para algunas personas el resto de sus vidas. Si aprendemos a dejar de lado las emociones aflitivas tan pronto como surgen, gozaremos de una mente en paz. Aunque la Oración Centrante nos ayuda a hacer esto, las prácticas para la vida diaria con que la podemos acompañar nos ayudan aun más a alcanzar esa paz.*

*Algunas veces podemos observar en nosotros un patrón de irritación y molestia en ciertas circunstancias en particular. En estos casos es posible investigar e identificar el programa de felicidad específico en el inconsciente que probablemente sea el que nos esté atormentando. Cuando no se tiene el tiempo de completar ese proceso, probablemente sea más sencillo usar otra práctica a la que se le llama "La Oración Activa." Es como la Oración de Jesús, una oración que se repite miles de veces hasta que se repite por sí sola. Juan Casiano afirma que los monjes del desierto se sentaban en su celda tejiendo cestos y diciendo constantemente, "O Dios ven a asistirme. O Señor apresúrate a ayudarme." Es posible que los monjes de más madurez dijeran solamente, "Auxilio!"*

*"Les ofrezco ahora un ejemplo de cómo funciona la Oración Activa. Mary Mrozowski fue una de los fundadores de la red espiritual de Contemplative Outreach, Ltd. (Extensión Contemplativa Internacional). Durante el último año de su vida pudimos observar que estaba casi siempre notablemente gozosa. Esto debió ser una señal para nosotros que estaba ya madurándose para el cielo. Murió de repente mientras ofrecía dirección espiritual, en Denver, Colorado. La primera vez que conocí a Mary, había venido manejando por todo el camino desde Long Island para incorporarse a nuestro primer retiro intensivo en Lama, Nuevo México. El viaje le tomó tres o cuatro días. Durante ese tiempo estuvo repitiendo sin cesar su oración activa. Después del retiro, Mary continuó esta práctica diariamente. Un día cuando iba manejando por una carretera cerca de su casa en Long Island, observó delante de ella a un jovencito en bicicleta y al mismo tiempo detrás de ella un auto que venía a gran velocidad. Se veía que el chofer del carro estaba sumamente apurado y se la quería pasar, pero no podía ver el ciclista. El hombre tocaba el claxon sin parar, como queriendo decir, "Apártate y déjame pasar!" Ella tenía temor de hacerlo porque podía arrollar al joven. Finalmente, el hombre puso el pie sobre el acelerador del carro y se la pasó en forma brusca. Bajando la ventana le gritó obscenidades, y le escupió la cara al pasar. Fue un milagro que no le escupiera su sombrero nuevo primaveral. Por supuesto, los programas emocionales de Mary comenzaron a dispararse, seguidos de comentarios grabados previamente. "¿Cómo puede este hombre hacer eso?" "Todos los hombres son unas bestias." La realidad es que desconozco cuáles fueron sus comentarios. En todo caso, tan pronto como sus sentimientos heridos y coléricos comenzaron a surgir, brotó al mismo tiempo de su interior la Oración Activa y los borró. El Espíritu Santo penetró con rapidez ese espacio interior diciendo: "Perdona a ese hombre!" Ella obedeció enseguida e inmediatamente se sintió como si alguien le hubiera regalado un bouquet de Rosas. Siguió manejando por la carretera en un estado de gran regocijo espiritual."*

*Aquí ofrezco otra sugerencia. Si tiene que viajar en auto por una hora durante el día, escuche una cinta audio-magnética (cassette tape). En el transcurso de un año pudiera ser que asimilara más información que si hubiera completado un programa de postgraduado. Podría auto-*

*educarse o a lo mínimo atender a la necesidad de tener una base amplia conceptual para su vida contemplativa. Y practicando la Guarda del Corazón al mismo tiempo, se cuida de sus frustraciones emocionales.*

*Aún más, haciendo un retiro anual se profundiza la práctica diaria, especialmente si el retiro es suficientemente largo, como cinco o preferiblemente ocho días completos. Si esto no es posible debido a su situación y responsabilidades, haga un retiro una vez al mes, preferiblemente en unión de otros practicando la misma oración. El apoyo de otras personas que oran de la misma forma ayuda a perseverar en la oración durante épocas difíciles. En todo caso, el esfuerzo que ponga en mantenerse en la presencia de Dios en la vida cotidiana afectará favorablemente su oración y le servirá de ayuda para avanzar en el silencio interior. El movimiento hacia el silencio interior tiende a transformar todas sus actividades en servicio contemplativo.*

## **SEIS**

### **PREGUNTAS Y RESPUESTAS**

*P. En la Oración Centrante me siento fuertemente atraído hacia el Padre. También experimento un vacío en mi relación con Jesús, aunque soy católico. Sé cosas sobre Él, pero no lo siento cerca. Este vacío me preocupa. ¿Qué puede Ud. decirme?*

R. Cuando se practica habitualmente una forma de oración no conceptual, la forma habitual de relación puede cambiar. El diálogo durante el tiempo de oración formal da paso a una misteriosa atracción por el silencio. El silencio es característico de la presencia de aquel a quien en el cristianismo llamamos Padre. El Padre es fuente de infinitas posibilidades. El Hijo es expresión de todo lo que el Padre es. El Hijo devuelve al Padre todo lo que ha recibido, se vacía completamente y se hace nada, por decirlo de algún modo. La experiencia de una especie de vacío en nuestra comprensión conceptual de Cristo se puede mal interpretar como un enfriamiento de la devoción a Jesús, o como el olvido de su sagrada humanidad. A santa Teresa le preocupaba del peligro de perder el contacto con la humanidad sagrada de Jesús.

De hecho, lo que nos puede estar pasando es que nos vamos identificando con Jesús. Hemos entrado en una nueva forma de relación que consiste sobre todo en compenetración. De hecho, es un momento de presencia de Jesús lo que produce esa sensación de vacío interior del que hablamos. Ahora es Cristo quien ora en nosotros. No nos separamos de él, como hacíamos cuando él estaba presente fuera de nosotros. Nos convertimos, por así decir, en Palabra de Dios. Normalmente no pensamos sobre lo que ya somos, lo damos por supuesto. Psicológicamente podemos experimentar un vacío con relación a Jesús, pero la realidad es que nuestra unión con él ha alcanzado un nivel en el que ya no pensamos en él como alguien separado de nosotros, o nosotros de él.

P. *Ha hablado usted de Satanás. ¿Es un espíritu o un ser que tiene poder sobre la humanidad?*

R. El problema del mal y de Satanás es un tema muy complicado. La tradición cristiana, lo mismo que otras tradiciones religiosas, ha creído siempre en los demonios y en Satanás, considerando a éste como una especie de jefe de los espíritus malos. La Escritura nos dice en distintos sitios que Jesús habló de Satanás. Por ejemplo: “Ví a Satanás cayendo del suelo como un rayo” (Lc. 10, 18)

Los Budistas del Tíbet describen de una manera fascinante cómo el mal se introduce en el camino espiritual. Según ellos, los demonios son personificación del lado oscuro del inconsciente, y por lo tanto, hay una etapa en la vida espiritual en la que, a efectos prácticos, son reales. De hecho, sin embargo, y según esto, lo son solamente en una etapa del desarrollo espiritual. De igual manera, hay ángeles que son la personificación del lado positivo del inconsciente. A medida que se va avanzando de una etapa a otra hacia estados más elevados de consciencia, tanto los ángeles como los demonios desaparecen y el alma se reúne con la realidad definitiva.

Aunque pienso que una serie de cosas que se solían atribuir a los demonios son simplemente manifestaciones del falso yo, creo que los demonios existen. Por ejemplo, un joven monje acudió a mí una vez en medio de la noche. Me dijo aterrizado: “Estaba acostado cuando algo se me puso encima del pecho, y por poco me ahoga. Creo que era el demonio”. Generalmente nuestra intuición puede percibir cuando el mal está cerca, lo mismo que a veces sentimos la energía que hay en una habitación o en la gente. El monje continuó: “Luego, el diablo empezó a empujarme fuera de la cama”. Si esto es una proyección del inconsciente, ¡menuda proyección!

Ha habido a lo largo de la historia casos de exorcismos en los que una persona poseída del demonio ha afirmado que tenía la fuerza de tres o cuatro hombres. En los Hechos de los Apóstoles hay un pasaje en el que un demonio se burla de siete exorcistas itinerantes: “A Jesús lo conozco, y Pablo sé quien es, pero ¿Quiénes sois vosotros? (Hech 19, 13-16), Después de lo cual el demonio los mandó a paseo. Además, hay acciones de maldad humana increíbles. Pensemos en el horror del Holocausto, en Camboya, en el Gulag, Armenia, Ruanda, Bosnia y Kosovo. ¿Proceden sólo de la maldad humana, o el demonio refuerza esta maldad? Las formas extremas de maldad ¿indican un elemento demoníaco? Scout Peck escribió un libro titulado *The People of the Lie*. En él afirma que no creía en los demonios hasta que presencié un exorcismo. Eso le hizo cambiar de opinión. De manera, que si duda usted la existencia de los demonios, puede hacer lo mismo.

Pero hay un punto extremadamente importante. Como cristianos creemos que Jesús, a través de su pasión, muerte y resurrección ha destruido el poder del diablo. El diablo sólo puede influir sobre nosotros si nosotros le pedimos ayuda. En este país hay muchos cultos satánicos. Es espantoso el daño que se hace a los que participan en ellos y algunas veces a la gente inocente ingenua. Porque es muy difícil escapar de esos cultos. Manténeos lejos de cualquier tipo de ritual satánico, pactos o personas que practican esas cosas.

P. *Cuando alguien que está meditando se siente agobiado por un pensamiento compulsivo, un impulso maligno, o una experiencia del mal ¿Qué le sugeriría que hiciera?*

R. Lo primero que le diría que vuelva a su símbolo sagrado. Algunas veces las emociones primarias son tan fuertes que el símbolo sagrado o el mantra no sirven de nada. Nos sentimos inmersos en un mar de angustia. En este caso, había que permitir que el dolor de la tentación no

querida y compulsiva se convierta en símbolo sagrado de aceptación de la presencia y de la acción de Dios. Aguantar la tormenta con confianza en la misericordia y el poder de Dios, recordando que Dios está presente también en la mayor de las tempestades. Si la situación continúa, se puede pensar en consultar a un psicoterapeuta para descartar los factores psicológicos que podrían estar presentes. No deberíamos asumir con demasiada facilidad que los demonios se implican en nuestra vida, aunque creamos que eso pueda ocurrir.

*P. El Espíritu Santo ¿acude a los que practican de una oración contemplativa no cristiana, como el Vispassana o la meditación Budista? Y cuando un cristiano medita siguiendo el Vispassana ¿está abierto al Espíritu Santo?*

R. Sin duda. Es importante que los católicos sean plenamente conscientes de que la enseñanza del Concilio Vaticano II sobre las religiones no cristianas dio un giro de ciento ochenta grados respecto a la enseñanza anterior, y reconoció explícitamente que el espíritu Santo actúa en ellas. Actualmente la Iglesia sostiene lo que se llama una “postura inclusiva”, es decir, que las personas que practican otra religión alcanzan la salvación en virtud de la pasión, muerte y resurrección de Jesús, incluso aunque no lo conozcan. Como cristianos, creemos que Jesús es el salvador de la familia humana y que por su naturaleza divina ha estado presente a cada ser humano desde toda la eternidad. Es decir, que todo el mundo está llamado a la salvación por la infinita misericordia de Dios, independientemente de que conozcan o no al Jesús histórico. Hay muchas personas que sólo conocen el cristianismo de una manera distorsionada, y que no pueden identificarlo con la religión que ven reflejada en la vida de algunos cristianos. Evidentemente, no rechazan a Cristo, sino a una manifestación distorsionada de la religión cristiana.

La religión no es el único medio de llegar a conocer a Dios. La naturaleza, la amistad espiritual, el amor conyugal, el servicio a los demás, el arte, son otros tantos caminos por los que Dios llama a la gente. La religión es solo un camino. Puede haber razones personales por las que alguien puede no identificarse con ninguna religión. Dios tiene todo eso en cuenta, y proporciona otros caminos. Además, como pasa con los radios de una rueda, todos los caminos hacia Dios tienden a acercarse unos a otros a medida que se acercan a Él, que es la fuente y el centro de todos ellos. Por ejemplo, es normal que quien ha iniciado el camino de la religión empiece a percibir las maravillas de Dios en la naturaleza como otro medio más de unirse a Él.

*P. ¿Qué relación existe entre la oración contemplativa y los problemas del mundo, como la guerra, la peste, el sexismo y el racismo?*

R. La oración contemplativa es una contribución importante al debilitamiento de los problemas mundiales de la injusticia, los prejuicios, la salud y la paz. Si creciera el número de personas contemplativas, se reducirá en parte la negatividad de nuestro mundo. La atmósfera del planeta se ha llenado de negatividad procedente de la serie interminable de falsos yos que la han habitado desde siempre, entre los que también estamos nosotros. Pero el amor divino es tan fuerte que sólo un poco de él puede neutralizar una gran cantidad de negatividad. También nuestros amigos budistas e hinduistas intuyen que un número importante de personas que meditan son críticas con lo que pasa. La oración contemplativa capacita a la gente para purificar sus vidas mediante el conocimiento propio que deriva de la práctica de esa oración, de manera que por lo menos no continúan derramando energía negativa en la atmósfera. Haríamos un gran favor a este planeta si muriéramos a nuestro falso yo, y derramáramos en la atmósfera la energía divina del amor puro, en vez de la energía negativa de nuestros impulsos negativos de

felicidad. Cuando las personas contemplativas se reúnen en oración, se genera una gran cantidad de energía positiva, especialmente si ya llevan tiempo practicando esta forma de oración.

P. *¿Cómo es posible que la iluminación llegue sin purificación? Pensé que iban a la par. ¿Se puede tener la una sin la otra?*

R. No creo que se pueda llegar a la iluminación sin purificación, al menos no a la iluminación total. En las religiones orientales hay diferentes niveles en la evolución espiritual, como expliqué al hablar de la familia de Betania. Hay niveles de *samadhi* en el hinduismo y en el budismo que se reconocen como estados de iluminación. Un psicólogo americano hizo un estudio tras entrevistar, en Tailandia, a una serie de maestros iluminados. Sólo encontró uno que hubiera alcanzado la iluminación plena. Un maestro Zen me dijo que conocía pocos maestros de Zen que la hubieran alcanzado. Por lo tanto, nos referimos a la iluminación parcial. En esta, el falso yo está todavía activo.

Como vimos cuando hablamos de Lázaro como paradigma de la iluminación cristiana, sólo la muerte hace desaparecer al falso yo. Sin pasar por la Noche del espíritu o su equivalente, nadie alcanza la iluminación plena. Sin esa profunda purificación, se pueden cometer muchas equivocaciones y llevar a la gente por mal camino. Según el cristianismo, sólo Jesús alcanzó la iluminación plena. En su cuerpo glorificado Él está en nosotros y nosotros en Él, más cercano que cualquier maestro, puesto que vive en nosotros por su Espíritu. Los demás maestros de la tradición cristiana son sólo discípulos de Jesús.

P. *¿Qué es la contemplación infusa?*

R. Esa es una parábola que acuñó San Juan de la Cruz. En términos generales, significa que los dones del Espíritu Santo, sobre todo los dones contemplativos, sabiduría, ciencia y entendimiento, dominan la oración de alguien. Ya no hace falta ningún método, porque el Espíritu Santo ora en esa persona. Santa Teresa del Ávila, en *Las Moradas*, describe la gracia del recogimiento interior que es la sensación infusa de la presencia de Dios, le sigue la oración de quietud, en la que Dios capta la voluntad, mientras que las demás facultades divagan, a continuación la unión parcial en la que la memoria y la imaginación quedan temporalmente en suspenso, y finalmente, la unión plena, en la que no hay nada que no sea Dios.

Es decir que en la contemplación infusa hay distintos niveles. Los que acabo de mencionar no incluyen ni la Noche del espíritu ni la unión transformante. Sólo en esta última la consciencia de Dios es permanente y nunca se disipa, no supone el fin del camino. Después quedan las etapas de la contemplación que describen las grandes místicas medievales, como Hadewijch de Brabante, Matilde de Magdeburgo y Margarita Porete.

La oración contemplativa es como un puente entre la meditación discursiva y nuestro esfuerzo para desarrollar la receptividad necesaria para que se dé la contemplación infusa. Es una especie de tierra de nadie, por así decir, entre nuestro esfuerzo para estar en silencio delante de Dios en la oración y el espíritu Santo que se nos acerca con el don de la contemplación infusa. Es ese espacio intermedio, no sabemos con certeza si es el Espíritu Santo el que predomina, o lo es nuestro esfuerzo. La contemplación infusa, al menos en la tradición carmelita, es el estado habitual de esperar a Dios en una atención amoroso. San Juan de la Cruz

describe la contemplación infusa como “totalmente receptiva”. Alguna vez surgen problemas serios, y entonces quizá hay que volver al método anterior en busca de apoyo.

*P. Esta pregunta se refiere a las lágrimas durante el tiempo de meditación. Las lágrimas ¿son siempre algo emocional, o tienen algún valor espiritual?*

R. Las lágrimas son un gran don. Hay incluso una oración para pedir “el don de lágrimas”. Los padres y madres del desierto las consideraban un gran tesoro. Las lágrimas ablandan el corazón y lo abren a Dios de una manera maravillosa que no se logra por la reflexión. Las lágrimas son normalmente signo de pena o de arrepentimiento. Pueden también serlo de una alegría tan grande que no hay manera de expresarla si no es dejando fluir las lágrimas.

Hay también una tercera fuente de las lágrimas, que es significativa en el proceso de liberación del inconsciente. En nuestra cultura, muchos de nosotros, especialmente los varones, hemos reprimido la pena. Las lágrimas pueden indicar una descarga del inconsciente. Ocurre con frecuencia en los retiros intensivos de Oración Centrante, durante los cuales los participantes rezan cuatro o cinco horas diarias. Se puede experimentar un descanso físico y espiritual tan profundo que hasta el cuerpo descansa como no lo había hecho nunca antes. De resultas de esto, las propias defensas emocionales se derrumban, y lo primero que viene a la consciencia es la pena reprimida durante toda la vida. Las lágrimas corren por las mejillas durante todo el tiempo de la oración sin que se sepa la causa. De hecho, el cuerpo, profundamente descansado, puede descargar el dolor que ha estado almacenado en el organismo impidiendo el libre fluir de la energía y de la gracia. Si se empieza a sollozar, entonces, por respeto a las demás personas, es mejor salir y llorar en privado. Pero no hay que reprimirlo. Es liberador y sano.

*P. ¿Cómo define Usted el pecado?*

R. Jesús tomó sobre sí los pecados del mundo. Se hizo *carne*, es decir, se hizo miembro de la raza humana precisamente en cuanto naturaleza caída. Esa es la condición humana que describí antes como proyectos emocionales de felicidad y de identificación con el propio grupo de procedencia. La condición humana lleva consigo la tendencia al pecado, descrita en teología como pecados “capitales”, una doctrina que desarrollo Evagrio Póntico en el siglo IV. La tendencia al pecado está enraizada en los centros de energía que creamos de niños para manejar la supervivencia y la seguridad, el afecto y la estima, y el poder y el control.

Estas necesidades se convierten en un instinto o en una exigencia de experimentar la felicidad de distintas maneras de las que se nos impulsa a buscarla. Por supuesto, sin esperanza de encontrarla. Cuando somos niños no sabemos lo que es la verdadera felicidad. Ni podemos hacer juicios morales que sean verdaderamente libres hasta los trece o catorce años, y quizá, en nuestra cultura, incluso más tarde. Cuando llegamos a la edad de la razón y de la libre elección, normalmente ratificamos nuestras exigencias exageradas de seguridad y supervivencia, de afecto de estima, y de poder y control. Entonces tendemos a pisotear los derechos y las necesidades de los demás y nuestro verdadero bien. Y eso es el pecado personal. Para que un acto libre sea moral tiene que haber conocimiento pleno de la maldad que implica y total consentimiento de la voluntad en realizarlo. En los siglos pasados pensábamos que el pecado era algo bastante fácil de cometer, pero ahora, con la mayor conciencia que tenemos de los factores psicológicos, podemos preguntarnos cuanta gente hay lo suficientemente libre como para cometer un pecado grave, o para asumir un compromiso de por vida.

P. *¿Qué se debe hacer cuando los pensamientos compulsivos no dejan de molestar durante el tiempo de la meditación?*

R. Hay que preguntarse “¿Por qué vienen en ese momento los pensamientos compulsivos?”. Una razón puede ser que la persona padezca escrúpulos. Otra, que tenga una adicción de cualquier tipo. Naturalmente, tendemos a pensar en nuestra adicción cuando la mente no está ocupada con otros pensamientos o con otras imágenes. Cuando los pensamientos compulsivos se hacen absorbentes, los transmitimos a la vida activa. Por lo tanto, no hay que asombrarse de que los tengamos presentes durante el tiempo de la oración. Si se trata sólo de un problema ocasional, lo que yo haría sería lo que haría cualquiera con cualquier pensamiento que aparece en el fluir de la consciencia durante la meditación no discursiva. Si se siguen las enseñanzas de John Main, continuar pronunciando el mantra. Si se practica la Oración Centrante, volver al símbolo sagrado elegido.

Los escrúpulos son uno de los grandes sufrimientos de la vida. Las personas que los padecen aman mucho a Dios, pero no son capaces de mover un pie o una mano sin temor de hacer algo malo. No disfrutan sirviendo a Dios. Es un problema muy difícil de tratar, porque lleva consigo pensamientos cargados emocionalmente que están profundamente arraigados desde la infancia. Por eso, la religión que se enseña a los niños necesita ser muy bien pensada y no se puede poner en manos de cualquiera que se limite a coger en la mano el catecismo. Es casi mejor no enseñar religión a los niños que hacerlo de una manera inadecuada. No se debe inculcar a los niños pequeños temor de Dios. Esa palabra es un término técnico de la Escritura, que significa la adecuada relación con Dios. Y esa relación es la confianza. La gratitud y la confianza son los fundamentos de una sana relación con Dios.

Las dinámicas psicológicas pueden ser, en algún caso, responsables de los pensamientos compulsivos. Es mejor tener una actitud amistosa para con las propias compulsiones. Como dice Santa Teresa de Lisieux, “No importan como sean mis pensamientos, los acepto todos por amor de Dios”. Ningún pensamiento ni deseo puede hacernos daño si no queremos. Los pensamientos son como las nubes del cielo. Van y vienen. Para desarrollar el hábito de dejar pasar las emociones o los pensamientos negativos tan pronto como surgen, la mejor ascesis es durante la oración. Evitar pensar durante la oración es algo que molesta. Dejar a Dios que actúe. Si uno está preocupado con sus faltas, nunca las superará. Hay que tomarlas sencillamente como vienen. Mirarlas venir, mirarlas pasar y mirarlas marcharse. Dejar que Dios se preocupe de nuestras faltas sin angustiarnos demasiado por ellas. Nuestros esfuerzos no lograrán nunca la curación que necesitamos. Sólo la gracia de Dios puede hacerlo. Es suficiente cooperar con el Terapeuta divino. Si Dios es infinitamente misericordioso y desea y desea transformarnos en Él mismo, ¿de qué tenemos que preocuparnos? Dios controla la situación. A veces nuestros esfuerzos hacen más daño que bien, y estropean la situación o la emoción molesta distractiva y no darle demasiada importancia. Es como cuando nos cae el agua de la lluvia. De acuerdo, nos mojamos, pero el agua nos resbala. A veces Dios juega con nosotros; a veces, un poco ásperamente, pero siempre con cariño.

P. *Llevo muchos años meditando, y todavía no tengo experiencia espiritual, ¿Puede decirme algo al respecto?*

R. Mucha gente medita porque a veces se siente consolada. De vez en cuando perciben como un rayo de luz y una sensación de paz que les sostiene durante la jornada. Pero quien no tiene consolaciones y persevera en la oración, merece mayor premio. En este caso ayuda la

doctrina de San Juan de la Cruz. Una de sus contribuciones más importantes al conocimiento del itinerario espiritual es la alternativa que ofrece frente a la mística exuberante de Santa Teresa de Ávila. Él afirma que hay también una mística de la pura fe, a la que él llama la “escala escondida”, que se caracteriza por la oscuridad y la sequedad habitual durante todo el camino hasta la unión transformante. La escala de la pura fe es como la escalera de servicio de *Las Moradas*. Pero ¿qué diferencia hay, cuando se quiere llegar a la cima del castillo, entre subir por la escalera principal con sus barandillas relucientes, o hacerlo por la escalera de servicio destinada a los criados? Lo importante es llegar a la cima. En opinión de San Juan de la Cruz, la noche del sentido no conduce necesariamente, como parece pensar Santa Teresa, a la mística exuberante de la oración de quietud y de la unión plena. Algunas, o incluso muchas de las personas a las que el Espíritu conduce hacia la noche del sentido permanecen en ella hasta que ésta se convierte en la noche del espíritu, sin ningún período de consolación espiritual profunda.

En su libro *Guidelines for Mystical Prayer* Ruth Burrows distingue entre espiritualidad “de luces encendidas” y espiritualidad “de luces apagadas”.

Según ella, ambos caminos llevan a la unión transformante. Los que van por el camino de la mística exuberante (con las luces encendidas) corren el riesgo de apegarse a sus experiencias espirituales. El camino de la fe pura o de la escala escondida –que es la contribución de San Juan de la Cruz al itinerario místico – supone un gran consuelo para aquellos que llevan años caminando y piensan que no avanzan porque no tienen consolaciones. Mi respuesta es: “Estás cerca de la cumbre, continúa”.

*P. Soy budista Zen y me han enseñado a no esperar nada del Zen, ni siquiera la paz de la mente. Mediante la Oración Centrante ¿se puede esperar del sufrimiento algo de felicidad o de descanso?*

R. No conozco ninguna práctica espiritual que garantice un descanso completo del sufrimiento. Un maestro Zen, Joshu Roshi Sasaki, venía a practicar el seshin una o dos veces al año, durante diez años, a la Abadía de Spencer, cuando yo era abad. Si lo entendí bien, se anima a los que lo practican a no esperar nada del Zen fundamentalmente por las mismas razones que yo he dado cuando he hablado de la inhabitación divina. Ya tenemos todo lo que podemos necesitar. Solo tenemos que creer en ello.

Si le he entendido correctamente, el Zen enseña que no hay que desear la iluminación porque ya se posee. Habría que consultar a los especialistas en Budismo Zen para ver si desear o no algo para nosotros mismos es un obstáculo para conseguirlo. El deseo indica que estamos apegados a algún proyecto del falso yo. Tanto el camino a la unión transformante como el camino de la iluminación budista enseñan lo contrario. Llegan a nosotros cuando dejamos de buscarnos a nosotros mismos, ni en las etapas de la iluminación ni en las de la unión transformante. Sin duda es duro no esperar ninguna recompensa a nuestro esfuerzo, pero es una señal de progreso el pasar de la esperanza de recompensa a la aceptación sencilla de Dios tal y como Dios es, y lo mismo de la realidad, sin buscarnos ni pensar en nosotros mismos. En cuanto nos ponemos a pensar en nosotros mismos, nos volvemos a ese universo cuyo centro es el falso yo. Ese no es el verdadero universo.

*P. El sufrimiento personal ¿es redentor? ¿Cómo lo es?*

R. El sufrimiento personal es ciertamente redentor de nosotros mismos y al mismo tiempo de los demás. Ese es el plan divino, por lo menos en el pensamiento cristiano. Jesús se hizo un ser humano y asumió la condición humana con todas sus consecuencias. Su descenso a los infiernos es el símbolo de este empobrecimiento psicológico y espiritual. Notemos que el descenso a los infiernos es una expresión que aparece en el credo de los Apóstoles. El infierno no es un lugar geográfico. Más bien, se piensa que Jesús descendió al estado psicológico del infierno, y sufrió la alineación definitiva de Dios que es la esencia del pecado. Con otras palabras, “el que no conoció pecado, fue hecho pecado” (2 Cor. 5, 21), como dice Pablo. El que está en el seno del Padre aceptó, por amor nuestro y de nuestra redención, la total alienación del Padre. Jesús, en su pasión, muerte y descenso a los infiernos perdió el sentido de su unión personal con el Padre. El sacrificio de Cristo por nosotros, por lo tanto, no consiste sólo en su muerte en la cruz, sino en la alienación personal, psicológica y espiritual del Bien infinito que sólo él podía conocer plenamente como Hijo consubstancial a Dios. Desde la profunda humildad de haber asumido el lugar más bajo, es capaz de curar a todos los que están alienados de Dios y de restaurar a todos en la inocencia, la libertad y la unión con Él. Ese es el significado de la resurrección, y eso es lo que significa realmente la plenitud de la redención.

Dios da un paso más. Dios nos ama tanto que quiere que participemos en la redención de la familia humana.

Cuando nuestros sufrimientos se unen a los de Cristo, se convierten en redentores para nosotros. Entonces nuestros sufrimientos son también redentores para los que amamos y para los que quizá nunca conoceremos; para los que en el pasado necesitaron ayuda y para los que pueden necesitarla en el futuro. Desde la perspectiva de la redención, no hay tiempo ni espacio. Todo es ahora. Los valores eternos atraviesan constantemente el tiempo cronológico. Si aceptamos nuestra propia redención, entramos en el Misterio Pascual. Ese es el objetivo último de la vida contemplativa. Nos hacemos lo que los budistas llaman un *bodhisattva*, alguien que está iluminado, pero rehusa entrar en la iluminación final hasta que entre todo el mundo. Este precioso concepto es muy cercano en su inspiración (aunque quizá no sea esa su explicación) a la idea cristiana del sufrimiento de Jesús por cada ser humano desde el principio hasta el final de los tiempos. El sufrimiento de Cristo no se limitó a los tormentos que le infringieron las autoridades; su principal sufrimiento fue nuestro pecado y sus consecuencias. Cuando nos sentimos alienados de Dios, estamos muy cerca de Cristo, porque entonces sabemos cómo se sintió él en su aislamiento. El gran proyecto que el Padre confió a Jesús es la salvación de todos los seres humanos. Ese es el misterio “escondido en Dios desde toda la eternidad” (Ef. 3,9), en el que se nos invita a participar.

## SIETE

### UNA MIRADA HACIA EL FUTURO

¿Qué puede ofrecerle al mundo la tradición cristiana contemplativa en el próximo milenio?  
¿Cuáles podrían ser los elementos principales de la vida espiritual arraigados en la tradición

cristiana y al mismo tiempo en diálogo con las otras religiones mundiales, la ciencia moderna y las artes sanadoras?

El gran don que ofrecen las personas contemplativas es la experiencia de la presencia divina. ¿Quién puede comunicar a la sociedad esta realización si no aquellos que la han experimentado?

Para dialogar con las otras religiones mundiales se requiere la experiencia contemplativa ya que todos la han experimentado en sus disciplinas espirituales plenamente desarrolladas. Este hecho sugiere que de ahora en adelante los miembros de otras religiones globales tienen que ser aceptados totalmente como hermanos y hermanas, muy amados por Dios y bendecidos con recursos de un valor inmenso para contribuir al cristianismo y al mundo en general.

El llamamiento es a la colaboración de todos aquellos que comparten verdaderos valores humanos, especialmente entre aquellas religiones a las que se les ha confiado tradiciones duraderas de experiencia espiritual. Este es el gran tesoro de la humanidad que ahora necesita ser compartido. Desde esta perspectiva, está correcto preguntar si en el próximo milenio el fin de la religión cristiana es el de hacer conversos como se nos ha instruido hasta ahora. En virtud del desarrollo de la conciencia global, se requiere una comprensión nueva del Evangelio. Dios es el Padre de todos los hombres y mujeres. A lo mejor el primer deber de la religión cristiana en estos tiempos no es tanto su propagación como fomentar la comunión con otras religiones globales.

Esta comunión significaría que por primera vez en la historia, los cristianos manifestarían por medio de su conducta y sus actitudes que todos los miembros de la familia humana son hijos de Dios, que cada religión tiene un papel que jugar en la revelación del Dios verdadero y sobre todo, que Dios desea que las diversas religiones del mundo vivan juntas en paz.

Hasta ahora, desafortunadamente, las religiones del mundo han sido una de las fuentes principales de violencia. Dada la condición humana, la seguridad mayor que tienen las personas es su propia religión particular. Por lo tanto cualquier amenaza a su religión, es una amenaza a su sistema de seguridad personal. Tendemos a sobre proteger nuestra denominación religiosa, no tanto debido a nuestras convicciones religiosas, pero porque necesitamos tener la seguridad de gozar del favor especial de Dios y de sentirnos que somos mejores que nuestro prójimo. Esto no es religión. Es más bien una expresión del falso yo.

Es solamente mediante la experiencia contemplativa genuina que estas lealtades ingenuas son desechadas para que podamos vernos el uno al otro como el hijo amado del Padre y como personas por quien Cristo murió.

Las ciencias modernas son también aliadas. En las generaciones recientes la religión y la ciencia con frecuencia han estado en pugna. Realmente la ciencia es una amiga. Durante el próximo siglo va a ser importante sostener un diálogo profundo con la ciencia. La aspiración máxima de la física es la búsqueda

de lo desconocido. Como lo expresó Einstein, básicamente la ciencia es una búsqueda espiritual cuyo fin es el descubrir los pensamientos de Dios.

Esto nos conduce al tema de las artes sanadoras. Hasta el final de este siglo, la teología cristiana se ha discutido en términos Neo-Platónicos o Aristotelianos. Ahora vemos que tenemos que dejar atrás nuestra forma anterior de tratar de explicar el misterio y abrirnos a la gran intuición hebrea que el ser humano es un compuesto de cuerpo-mente-espíritu.

¿Cuál podría ser el impacto de la dimensión contemplativa del Evangelio sobre las variadas denominaciones cristianas, la sociedad contemporánea y la conciencia global que parece estar surgiendo? Las denominaciones cristianas representadas en esta conferencia han manifestado la capacidad de vincularse más allá de los linderos tradicionales. En nuestras oraciones diarias y la meditación nos hemos abierto al Cristo vivo y a la experiencia del Espíritu. Con seguridad esto es lo que nuestras respectivas tradiciones doctrinales están diseñadas a lograr. En esta asamblea hemos sido testigos de un paradigma de lo que puede ser o realmente es la unidad entre las variedades de la comunidad cristiana. La unidad no se puede encontrar en los acuerdos sobre los detalles de las doctrinas. Sólo puede encontrarse en la experiencia viva de Cristo que hemos estado saboreando. Las dimensiones contemplativas del Evangelio, cultivadas por todas las denominaciones, es la única forma que se logrará la unidad, por la que Cristo oró y murió.

Esto requerirá cambios substanciales in nuestras actitudes mentales. La mayoría de nosotros tiene lo que podríamos llamarle un superego religioso, esto es, la forma cómo pensamos (o hemos sido condicionados a pensar) dicta la práctica religiosa. En el Norte de Irlanda, esto ha llevado a la guerra entre unos y otros. En Rwanda, el ochenta por ciento de la gente envuelta en las masacres eran cristianos y la mayoría eran católicos de tradición romana. ¿Qué es lo que esto nos dice sobre la labor misionera? Las masacres demostraron que la sangre de la tribu es más poderosa que el agua bautismal. Ciertas congregaciones misioneras están examinando de nuevo su ministerio como misioneros, a la luz del lo que sucedió en ese país. El mensaje del Evangelio simplemente no fue escuchado.

Una de las grades visiones que ha surgido en nuestros días, es una nueva forma de mirar la labor misionera y la relación entre las religiones globales. Ese fue el testimonio extraordinario que dieron los siete mártires trapenses de Algeria asesinados por los extremistas islámicos. Los menciono porque manifiestan una nueva forma de evangelización que consiste en el diálogo de la presencia aun hasta la muerte. Los monjes vivieron entre el pueblo islámico empobrecido ubicado en los alrededores del monasterio y compartían con ellos sus conocimientos de agricultura, estudiaban el Corán con ellos, les ofrecían hospitalidad y los ayudaban en cualquier forma que estuviera a su alcance. Desde la perspectiva de los extremistas islámicos, ese fue su crimen. El Corán dice que si un hombre santo perteneciente a otra religión vive en la soledad, nadie le puede poner una mano encima. Sin embargo, si vive con la gente del pueblo y tiene contacto con ellos, pierde la protección del Corán y puede ser tratado como cualquier otro extranjero indeseable. Algunos de los amigos de los monjes habían sido asesinados. Los

monjes estaban plenamente conscientes del peligro y tenían la opción de partir cuando lo desearan. Sostuvieron conversaciones extensivas entre ellos para discernir si debían quedarse o irse. Escogieron permanecer allí.

Su decisión captura la esencia del mensaje de Cristo que es el estar presente a las personas, no solamente con palabras, pero con todo nuestro ser, listos para dar la vida por los amigos y vecinos si esa es la voluntad de Dios. Ellos no deseaban el martirio porque no querían que nadie se sintiera culpable. Solamente deseaban vivir su vida cotidiana en comunión con sus vecinos empobrecidos y mejorar la calidad de sus vidas. Los monjes reflexionaron sobre los dos ladrones a cada lado de Jesús en la cruz y se dieron cuenta que podían ser cualquiera de los dos. A la luz de esa percepción tan profunda, rezaron por los opresores y por los oprimidos. Rezaron no sólo por los que eran asesinados en esa situación tan trágica pero también por los asesinos. Y en su oración, pidieron que si ellos también eran asesinados, que sus asesinos fueran perdonados, porque, de acuerdo con la medida de su iluminación, su intención era buena. Para los monjes lo importante era el estar totalmente a la disposición de Dios, cualquiera que fuera y vivir en el momento presente lo mejor que pudieran como testimonio de la ternura infinita de Dios hacia los islámicos a su alrededor.

Sus cartas han sido circuladas en Francia y leídas como un manual sobre una vida careciente de violencia. Los Frutos del Espíritu y las Bienaventuranzas hacían su labor en su interior. Pero trabajaban en la forma más sencilla. No estaban tratando de impresionar a nadie. Sólo deseaban mejorar sus vidas diarias siendo más hospitalarios, sonriendo a las personas que les desagradaban y soportando a las que interrumpían su soledad. Deseaban ser personas comunes llenas de un amor extraordinario. Su testimonio aparecerá aun con más vehemencia en el próximo siglo. La forma en que se vive la vida cotidiana revela la faz de Cristo mucho más que la participación en el proselitismo religioso. La verdadera faz de Cristo surge cuando promovemos la comunión con nuestro prójimo sin mirar a que religión pertenecen.

Estos mártires no aceptaron el concepto que tenían enemigos. Para ellos la vocación humana fundamental es la de ser un hermano o una hermana. En la parábola del Hijo Pródigo donde los dos hijos actuaron en forma atroz, el Padre no les pidió a ninguno de los dos que hiciera penitencia. Sólo les pidió que vivieran juntos en paz. Eso fue todo. Ese mensaje, el corazón del Evangelio, tiene que ser comunicado por medio de nuestra forma de ser y de vivir.

Las prácticas contemplativas están totalmente al servicio de ese proyecto. Lo que la religión cristiana podría contribuir a la espiritualidad global es el amor personal del Padre en Jesucristo por todo ser humano.

El amarse los unos a los otros como Cristo nos amó es la meta del cristianismo. Cristo es el iluminado. Todas nuestras prácticas y nuestros rituales están dirigidos hacia él.

¿Qué forma podría tomar una contribución cristiana a la conciencia espiritual que está surgiendo en el próximo milenio? Me parece que una de las mayores contribuciones sería el formar nuevos tipos de comunidades que apoyaran la comunión mediante la oración contemplativa y el encontrar nuevas formas de manifestarlas. El amor de Dios es tan poderoso que nadie puede simplemente permanecer inmóvil ante él. Está destinado a expresarse. Tenemos que pensar no solamente en orar juntos pero en la forma en que podemos extendernos hacia fuera y apoyarnos mutuamente con el fin de ayudar a los prisioneros, a los desamparados, los hambrientos, los oprimidos, a todos los necesitados. Y aun más, dirigir nuestra atención al problema más insoportable en el mundo de hoy, que es la destitución de los pobres. Jesús dijo: "Los pobres estarán siempre con ustedes." Pero la destitución es otra cosa. Es nuestra responsabilidad. No es la voluntad de Dios. Cualquiera que sean los beneficios de la economía del mercadeo, si no se hace algo para disminuir las desigualdades de la economía global, no durará. Se desintegrará como todas las otras formas de gobierno que no han sido inspiradas por los valores del Evangelio o por lo menos por valores humanos buenos.

El Espíritu puede estar pidiéndoles a las denominaciones cristianas que unan sus fuerzas entre sí y con todas las religiones globales, con el fin de afrontar unidos las necesidades humanas y los problemas sociales. El Dios en nosotros nos llama a servir el Dios en nuestro prójimo.