

Thomas Keating

Invitación a Amar

EL CAMINO A LA
CONTEMPLACIÓN CRISTIANA

Contenido

RECONOCIMIENTO

INTRODUCCIÓN

1. LOS PROGRAMAS EMOTIVOS PARA ASEGURAR FELICIDAD
2. EL FALSO YO EN ACCIÓN
3. LAS EMOCIONES QUE NOS AFLIGEN
4. LA CONDICIÓN HUMANA
5. LA CONSCIENCIA DE LA ASOCIACIÓN MÍTICA
6. LA CONSCIENCIA MENTAL EGOICA
7. LOS CUATRO CONSENTIMIENTOS
8. BERNIE
9. SAN ANTONIO, PARADIGMA DEL CAMINO ESPIRITUAL
10. LA NOCHE DE LOS SENTIDOS
11. LAS PRUEBAS CARACTERÍSTICAS DE LA NOCHE DE LOS SENTIDOS
12. SAN ANTONIO EN LAS TUMBAS
13. LOS FRUTOS DE LA NOCHE DE LOS SENTIDOS
14. DIFERENTES ETAPAS DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA
15. LA NOCHE DEL ESPÍRITU
16. LA UNIÓN TRASFORMADORA
17. LAS PRIMERAS CUATRO BIENAVENTURANZAS
18. LAS ÚLTIMAS CUATRO BIENAVENTURANZAS
19. LA ESENCIA DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA
20. DE CONTEMPLACIÓN A ACCIÓN
21. LA CONTEMPLACIÓN EN PLENA ACCIÓN
22. LA ESPIRITUALIDAD EN LA VIDA COTIDIANA

APÉNDICE I

APÉNDICE II

APÉNDICE III

NOTAS

GLOSARIO DE TÉRMINOS

Reconocimiento

Este libro nació no solo de mi experiencia personal, sino también la de Extensión Contemplativa, Lta., una red de comunidades de fe que buscan recuperar y asimilar la dimensión contemplativa del Evangelio para luego transmitirla a otros. Aunque las consideraciones ofrecidas aquí fueron sometidas a un proceso de reflexión y diálogo, lo más importantes que representan la experiencia común de personas cuyo número ha ido aumentando en forma notable y constante en el transcurso de estos nueve años. Por consiguiente, el libro nos aproxima adonde estamos ahora en cuanto a la comprensión del camino espiritual cristiano como un proceso vitalicio.

Ante todo debo expresar mis agradecimientos a la comunidad monástica en Snowmass, Colorado, y en particular a su extraordinario abad, Padre Joseph Boyle, O.C.S.O, quienes has respaldado esta obra y abierto sus puertas a los retiros intensivos como una de las tantas facetas de su generosa hospitalidad.

Le doy las gracias a los miembros de la comunidad en Chrysalis House, especialmente a su grupo base, Mary Mrozowski, David Frenette, y Cathy McCarthy; nuestra comunidad contemplativa en Warwick, N.Y., que encarnan la visión de Extensión Contemplativa en forma visible: a nuestra Facultad de la extensión Contemplativa, en especial los sacerdotes Carl Arico y Hill Kickel, que juntos llevan la responsabilidad de desarrollar material de estudio y entrenar a los presentadores oficiales de la Oración Centrada; a nuestra Junta Directiva Nacional y a nuestros Consejeros, particularmente su Directora Ejecutiva, Gail Fitzpatrick Hopley; a los coordinadores en aproximadamente cuarenta regiones en este país, en Filipinas y en Inglaterra; y a los grupos de soporte locales que se reúnen tanto semanalmente como ocasionalmente cuando se celebran las conferencias regionales o nacionales. Esta red, cada vez más extensa, de personas dedicadas al camino espiritual en la tradición cristiana, está estableciendo una gran reserva básica que demuestra lo que es vivir la experiencia de la oración contemplativa y aplicarla a la vida cotidiana.

Desde lo más profundo del corazón expreso mi gratitud a las personas que forman el núcleo que dirige los retiros que se ofrecen mensualmente en las casas de huéspedes en Snowmass. Estos dirigentes ayudan a los que llegan a participar en el retiro a incorporarse de inmediato en una comunidad contemplativa que practica su servicio incondicional. En el transcurso de los mismos el material que cubre este libro ha sido discutido y vivido por muchos participantes sinceros, bajo la dirección y el ejemplo de nuestros dirigentes en cuanto a su significado y aspectos prácticos. Desde 1985, Patricia Jonson, Mary Ann Matheson, Dan Trautman, y J.R. Keener han prestado su servicio en estos retiros, además de los retiros post-intensivos que se ofrecen en la casa de retiros de DeFalco en Amarillo, Texas, y en otros talleres de formación que se ofrecen en Snowmass.

Una palabra de gratitud especial para Judith Clark por su valiosísima ayuda con este libro al trabajar conmigo durante tres años, organizando las ideas básicas y sus varias secciones y arreglándolo en forma fácil de entender. La versión final se la debo a Cynthia Bourgeault, pues sin la ayuda de sus conocimientos técnicos editoriales y su perfecta asimilación de las ideas expuestas, yo no hubiese podido llevar el manuscrito a su forma final. Debo mencionar la valiosa contribución de los servicios secretariales de Patricia Johnson y Bonnie Shimizu y las sugerencias y consideraciones de esta última.

Además de las personas mencionadas aquí, hay muchas otras que también contribuyeron en forma significativa al desarrollo del material contenido en este libro.

Introducción

Este libro ha resultado de un esfuerzo continuo por volver a presentar el camino espiritual de la cristiandad en una forma que sea accesible para los seguidores contemporáneos de Cristo. Durante los primeros dieciséis siglos de la historia de nuestra iglesia, la oración contemplativa era reconocidamente la meta de la espiritualidad cristiana tanto para el clero como para la gente laica. A raíz de la reforma esta tradición, al menos en su forma de tradición viva, prácticamente desapareció. Ahora en el siglo veinte ha comenzado la recuperación de la tradición contemplativa cristiana con la introducción de los diálogos interculturales y con las investigaciones históricas.

Durante los primeros años que siguieron al año 1970, un pequeño grupo de monjes trapenses residentes en la abadía de Spencer, Massachussets se pusieron a pensar cuál sería la mejor forma de poder contribuir a esta renovación. En 1975 el Padre William Meninger desarrolló la práctica contemplativa que llamó Oración Centrada, que se basaba en las enseñanzas de la obra clásica del siglo catorce llamada *La Nube del No Saber*, comenzó a enseñarla en la casa de huéspedes de Spencer a los participantes en retiros. Un año más tarde hizo una serie de cintas grabadas, que hasta el día de hoy han conservado su popularidad. Tan positiva fue la acogida que se le dio al método que se instituyeron talleres de introducción que se harían con regularidad y le darían la oportunidad de participar a todos los que lo desearan. El Padre Basil Pennington se unió al esfuerzo y extendió los talleres de introducción a un círculo cada vez más extenso de sitios geográficos y de personas.

En 1981 renuncié a mi posición de abad en Spencer, Mass. Y me trasladé al monasterio benedictino en Snowmass, Colorado. Empezó a cristalizar en mi mente la idea de una experiencia más intensiva de la oración centrada, y en 1983 se celebraba el primer retiro de oración centrada en la Fundación Lama de San Cristóbal, Nuevo México. De entonces a esta parte se han dado retiros tanto en el monasterio de Snowmass como en otros sitios.

Empezaron a formarse y madurar diferentes grupos en varias áreas de este país y vimos la necesidad imperiosa de organizar las cosas. En 1984 se estableció Contemplative Outreach, Ltd., una organización que se dedicaría a exponer la oración centrada a todas aquellas personas que estuvieran buscando una vida de oración a un nivel más profundo, y brindaría sistemas de apoyo y oportunidad continua de entrenamiento que les ayudaran a sostener el compromiso que cada uno hubiese adquirido. Junto con el establecimiento de una práctica continua de la oración se vio la necesidad de tener un concepto básico de mayor alcance para poder entender la práctica y cómo integrarla en la vida cotidiana.

En la tradición cristiana la oración contemplativa no ha sido nunca una experiencia espiritual privada para lograr “estados alterados de consciencia”, ni una forma de autocorrección. Una vez que se despertó la sed insaciable que producen los encuentros con la presencia de Dios durante la oración centrada, se hizo obvio y urgente que se presentara el ca-

mino clásico cristiano de tal manera que fuera consistente con las ciencias contemporáneas, y muy particularmente con la psicología moderna.

Yo estoy convencido de que el lenguaje que emplea la psicología es un vehículo esencial en esta era para explicar la sanación inconsciente que sucede en el curso de las noches oscuras que menciona san Juan de la Cruz. Como primera medida es un lenguaje que es mucho más fácil de entender que el tradicional de la teología, al menos en el mundo occidental, y por añadidura provee un entendimiento más amplio de la dinámica psicológica con que se tiene que enfrentar la gracia durante los procesos de sanación y de transformación.

El primer intento que se hizo para proveer un compendio de referencias para la experiencia de la oración contemplativa fue en forma de conferencias durante el retiro intensivo de dos semanas en Lama, en 1983. Dichas conferencias se fueron puliendo en el transcurso de los años subsiguientes en otros retiros intensivos tipo taller. En octubre de 1986 se filmó una serie de diecisiete videos a la cual se le dio el nombre de "El camino espiritual". Dos años después se agregaron siete videos más. Estos videos se han convertido en un elemento importante de enseñanza, junto con el libro de aprendizaje *Mente Abierta, Corazón Abierto*, para todos los grupos de soporte que están funcionando.

Ahora tenemos este libro que desarrolla en forma selectiva el material que originalmente contenían dichos videos. Tiene por objeto tratar de darle a los lectores algo así como un mapa que les ayude en la jornada que emprendieron cuando tomaron en serio la oración centrada, y para resaltar algunos de los puntos culminantes que son fáciles de reconocer durante dicha jornada, al igual que su destino final. No se debe considerar ese destino final como un objetivo o meta, sino más bien como algo que hace más firme nuestro compromiso a caminar la jornada. Este libro también refleja lo que muchas personas que están practicando la oración centrada han descubierto y visto, a la vez que nos permiten participar en sus experiencias de muchos años, que comparten aquí.

Aún cuando es cierto que con este libro se persigue el establecimiento de un diálogo entre los descubrimientos de la psicología contemporánea y los maestros espirituales clásicos del cristianismo, su propósito principal es de orden práctico, que es proporcionar un sólido concepto básico para la práctica de la oración contemplativa y para el camino espiritual en nuestros tiempos. Somos llamados a emprender esta jornada no solamente para nuestro crecimiento personal, sino también para el bien de toda la humanidad.

Como podrán ver demostrado en este libro, uno de los impedimentos mayores para que podamos crecer espiritualmente es que no nos damos cuenta de nuestras motivaciones ocultas. Nuestra programación inconsciente, grabada desde la infancia, antes de que tuviéramos uso de razón o raciocinio propio, unida a la exagerada identificación con un grupo o grupos específicos, son la fuente de donde gradualmente nace y busca estabilizarse nuestro *falso yo*, ese ser que representa la interpretación compensatoria y herida de quienes somos. La influencia de ese *falso yo* se extiende a cada uno de los aspectos y actividades de nuestras vidas, tanto consciente como inconscientemente.

La Oración Centrada, y más todavía la oración contemplativa de la cual es precursora, nos pone cara a cara con ese *falso yo* de varias maneras: El acto inicial de consentir a dejar escapar lo superficial en nosotros, con sus programas, asociaciones, comentarios, etc., de por sí hiere mortalmente al *falso yo*. Cuando descansamos en la oración comenzamos a

descubrir que nuestra identidad tiene más profundidad que la de esa superficie de nuestro nivel ordinario psicológico.

Una práctica regular de la oración contemplativa inicia el proceso de sanación que podría denominarse la “terapia divina”. El nivel de profundo descanso a que se llega durante los períodos de oración afloja la costra que cubre toda la maleza almacenada en el inconsciente, el cual a su vez usa el cuerpo como depósito. La psiquis comienza a evacuar espontáneamente el material emotivo sin digerir de toda la vida, dejando libre el espacio para conocerse mejor, para disfrutar de libre albedrío, y para descubrir la presencia divina que mora en el interior. Como consecuencia, esa misma confianza en Dios que va aumentando paulatinamente y que nos vincula íntimamente con Él, nos capacita para que soportemos el proceso.

Vemos, pues, que el don de la oración contemplativa es una herramienta práctica y esencial para confrontar el meollo del ascetismo cristiano, el cual es una lucha con nuestras motivaciones inconscientes, a la vez que establece la atmósfera y disposiciones necesarias para profundizar la relación con Dios y llevarnos a la unión divina, si tenemos perseverancia.

Este libro es uno de los que forman la trilogía que cubren los principales aspectos del retiro intensivo de oración centrada. *Mente Abierta*, *Corazón Abierto* nos presenta la práctica de la oración centrada y cómo esta nos prepara para el don de contemplación. *Invitación a Amar* ofrece el concepto básico para dicha práctica y para la jornada contemplativa del cristiano en general. En el *Misterio de Cristo* se trata de integrar tanto la práctica como la teoría con la celebración del año litúrgico y de sumergirse totalmente con el misterio de Cristo. Con el conjunto de estas tres obras se ha tratado de proveer un programa completo con el cual responder a la invitación del Espíritu de seguir a Cristo en estos tiempos modernos.

CAPITULO UNO

Los programas emotivos para asegurar felicidad

La oración contemplativa está dirigida a la condición humana en el punto donde esta se encuentra; cura las heridas emotivas de toda una vida; y permite experimentar en este mundo la transformación en Cristo a la cual nos invitan los evangelios.

Dios desea compartir con nosotros al máximo la vida divina que podemos absorber durante nuestra vida terrenal. El llamado del evangelio que nos dice “Seguidme” está dirigido a toda persona bautizada. Nosotros llevamos dentro de nosotros por virtud de nuestro bautismo, la gracia santificante que hace posible que podamos seguir a Cristo hasta llegar al seno del Padre. El intentar esto, el ansiar alcanzar más profundamente el amor de Cristo dentro de nosotros para luego manifestarlo en su plenitud al mundo, es lo que constituye el alma del camino espiritual.

Tradicionalmente en el cristianismo esta jornada se ha presentado como un ascenso. Abundan imágenes de escaleras y caminos ascendentes; pero para la mayoría de los que hoy emprendemos esta jornada, en estos tiempos en que se conoce perfectamente lo que es la psicología de desarrollo y hay un mejor entendimiento del subconsciente, la jornada podría verse más bien como un descenso. Nos lleva, al menos en sus comienzos, a una confrontación con nuestras motivaciones, con los programas emotivos subconscientes y con la forma en que respondemos a ellos. Nuestra jornada espiritual no comienza como una pizarra en blanco. Acarreamos en nosotros un conjunto de conceptos preconcebidos y de ideas prefabricadas, y a menos que las confrontemos y las encaucemos en otro sentido, bien pronto van a echar a pique nuestra jornada, o llevarnos al “fariseísmo”, el mal tan común entre personas consideradas muy religiosas y espirituales.

El carácter formativo de la vida humana ha llegado a conocerse mucho mejor en los últimos cien años, y tiene implicaciones enormes en el camino espiritual. Hablando en términos de la tecnología moderna, podríamos decir que nuestras historias personales están archivadas en las biocomputadoras del cerebro y del sistema nervioso. Los “bancos” de nuestra memoria tienen anotados todos los eventos desde nuestra concepción hasta el presente, especialmente aquellos recuerdos que conllevan fuertes cargas emotivas. En los primeros años de vida uno no está consciente del SER, pero sí hay necesidades y formas de reaccionar ante las mismas, y todo se va archivando fidedignamente en la computadora. Ya desde se período nuestras computadoras desarrollan programas de lo que nos debe hacer felices, y consisten simplemente en que se satisfagan de inmediato nuestras necesidades instintivas. Llegamos a la edad de 12 o 13 años, la edad del razonamiento y del desarrollo de un estado consciente que nos autorefleja, son programas basados en el juicio de un niño o un bebé, y que son los que nos van a indicar cómo obtener felicidad.

De todo mamífero recién nacido, no hay ninguno más indefenso que el ser humano. Otras especies tienen toda clase de instintos útiles, mientras que el infante humano depende

totalmente de la recepción que le dan sus padres; lo más que sabe hacer es llorar fuerte para comunicar sus necesidades. El instinto más crítico durante su primer año de vida es sobrevivir y sentir seguridad. Viene de un ambiente maravilloso en el vientre de su madre, en donde todas sus necesidades estaban satisfechas y donde se sentía totalmente seguro. El nuevo ambiente a que llega no tiene comparación con el que disfrutaba antes. Lo primero que necesita el infante es vincularse con la madre. Su mundo entero consiste en la cara y sonrisa de la madre y el latido de su corazón, que le hace recordar cómo se sentía de seguro en sus entrañas. Su única preocupación es que se satisfagan sus requerimientos de inmediato, de los cuales sobresale el de recibir afecto (además de comida, por supuesto). El bebé necesita que se le cargue, se le acaricie y se le bese. El proceso de vinculación con la madre se acelera cuando se le alza con frecuencia para darle de comer o cambiarle el pañal. La fuerza universal de vinculación es AMOR. Todo lo que se diga es poco sobre el afecto que el infante necesita para sentirse totalmente seguro. Esta sensación de seguridad le permite al niño desarrollar una vida emotiva saludable.

Supongamos que el infante venga al mundo y encuentre un ambiente inhóspito, o donde exista incertidumbre sobre su llegada. Tendrá a su vez una incertidumbre emotiva para aceptar la aventura que es la vida, porque su necesidad más importante, el instinto biológico de seguridad, no ha sido satisfecho.

En el segundo año de vida se desarrolla un repertorio más variado de emociones, y el niño experimenta deseos de placer, afecto y estima. Estos estaban presentes, naturalmente, desde su más temprana edad; lo que ha variado es que el niño ahora se reconoce como algo distinto al medio ambiente, y como un cuerpo diferente a las otras criaturas que se mueven alrededor suyo. Necesita más que nunca el calor del afecto y la aceptación de los padres y el resto de la familia. Junto con el desarrollo de su propio cuerpo, comienza a querer hacer su voluntad, manifestando así su necesidad instintiva de poder y control.

Supongamos que el niño perciba, ya sea por competencia con los hermanos o por un ambiente hostil, que se le está negando lo que él instintivamente necesita, y que es indispensable para su sobrevivencia biológica. Tal vez está viviendo en una de esas atmósferas de tragedia que vemos con tanta frecuencia ahora, ataques de guerrillas, epidemias, indigencia, hambre, donde a diario existe el peligro de perder a los padres, y donde la violencia está a la orden del día. En situaciones extremas como estas se le hace cada vez más difícil a un niño aceptar la bondad y hermosura de la vida.

Luego tenemos al niño que padece de un impedimento físico que no le permite participar en juegos. O el que por competencia de un hermano o una vaga percepción de que es indeseable, llega a sentirse inferior a los demás. En cualquier caso las frágiles emociones del niño, cuando hay influencias negativas, comienzan a implementar otro tipo de exigencias que sirvan para compensar la frustración de sus necesidades instintivas o para reprimir recuerdos dolorosos en el subconsciente. Puede que nosotros no nos acordemos de todo lo que sucedió en nuestra niñez, pero nuestra emotividad sí que se acuerda. Cuando más adelante en la vida se presenta un suceso similar a aquellos que en algún momento se percibieron como dañinos, peligrosos o repulsivos, surge el mismo sentimiento, y lo más probable es que no sepamos a ciencia cierta dónde se genera la fuerza de dichas reacciones.

Aun en el caso de que los padres sean los más capacitados y mejor intencionados, hay otro factor que hay que considerar: las influencias del medio ambiente y la gente en derredor. Aun cuando nosotros a lo mejor no hemos experimentado serios traumas, todos y

cada uno de nosotros ha pasado por esa fragilidad de la niñez, debido a lo cual estamos marcados con ciertas heridas. Las heridas de algunas personas que no tuvieron padres comprensivos, o simplemente no tuvieron padres, son enormes.

Si a un niño se le priva de afecto en la infancia, especialmente en los primeros 2 años, no hay forma de que pueda discernir la causa, sino que se deja guiar por sus sentimientos. Solo sabe que nadie lo quiere, y de esta carencia de amor pueden surgir sentimientos muy arraigados de hostilidad o miedo.

Si fuimos privados de seguridad, entonces serán los símbolos específicos de seguridad que ejerce la sociedad en que nos desenvolvimos, los que nos van a atraer enormemente. Y teniendo en cuenta que estos programas de felicidad se establecieron antes de que supiéramos razonar y aprender moderación, nuestro deseo será limitado. Tan pronto se frustra el deseo de seguridad por algún hecho y no logramos obtener el símbolo de seguridad que ansiamos, inmediatamente experimentaremos una emoción negativa, que puede ser ira, tristeza, envidia, celos, etc.

Las emociones reflejan fielmente la escala de valores que se desarrolla en la tierna infancia para sobrevivir situaciones insoportables. Estos programas emocionales de felicidad comienzan a crear una necesidad, que pasa a ser una exigencia, y que termina convirtiéndose en algo "indispensable". Pretendemos entonces que los demás complazcan estas exigencias insensatas. Las personas pueden crecer intelectual, física y hasta espiritualmente, mientras que emocionalmente sus vidas siguen estancadas a nivel infantil porque nunca lograron integrar sus emociones con los otros valores que como personas desarrollaron.

Aquellas personas cuya necesidad de ejercer poder y control se ha convertido en el centro de todas sus motivaciones, quieren controlar todo y a todos. Seguramente usted conoce a una persona así en su familia, o en el trabajo, o en una comunidad religiosa. ¡A lo mejor usted es una de ellas! En todo caso, dichas personas están destinadas a ser desdichadas. Al tratar de ejercer control sobre situaciones y sobre otras personas, están compitiendo con cinco billones y medio de hombres y mujeres en el planeta, tratando de obtener el mismo imposible. No puede funcionar, ¡las estadísticas no lo permiten!

Durante la edad de asociarse con los demás, que es de 4 a 8 años, absorbemos sin vacilar los conceptos de nuestros padres, maestros y grupos que nos rodean. Extraemos nuestra identidad o propia estima de los que piensan de nosotros los demás del grupo. Por lo tanto, tenemos que ponernos "a la altura" de lo que esperan de nosotros. Los programas emocionales de felicidad, que están instalados y funcionando perfectamente a la edad de 3 o 4 años, se vuelven mucho más complejos. Cuando llegamos a la edad del razonamiento y a volvernos conscientes de quiénes somos, es cuando estamos en el punto más vulnerable de nuestro proceso de crecimiento. El corazón humano ha sido diseñado para felicidad ilimitada, verdad ilimitada y amor ilimitado, y no va a transarse por nada menos. Nos vemos entonces forzados a reprimir ese apetito desordenado e insatisfecho de hallar felicidad. Seguimos varias rutas buscando la felicidad que nos prometen y descubrimos que solo es una fracción de los que deseamos. Puesto que los programas de felicidad tienen sus raíces en la tierna infancia, nuestra búsqueda en la vida adulta tiende a reflejar caprichos infantiles imposibles de satisfacer.

Tenemos por ejemplo a un caballero que tiene un capital de cien millones de dólares. Tiene mucho éxito en la bolsa de valores pero quiere exceder los 100 millones. Cada día se gana un millón pero no basta con eso; quiere ganar más dinero, y es tan fuerte este

deseo, que aún cuando ya tiene una fortuna de 100 millones, se enreda en actividades fraudulentas. Su deseo es insaciable. La naturaleza de sus programas emocionales es exigir cada vez más de la vida: mayores y mejores placeres, y mucho más poder sobre la mayor cantidad de gente que le sea posible dominar, incluyendo a Dios si le fuera permitido. La mayoría de la gente está totalmente desapercibida de que los programas emocionales están funcionando con gran fuerza e inconscientemente influyen todas sus decisiones importantes y su forma de juzgar a los demás.

Luego tenemos el caso de la persona que se sintió rechazada en la niñez y nunca experimentó una auténtica vida de familia; puede sentirse atraída a entrar en una comunidad religiosa porque inconscientemente está buscando la familia que nunca tuvo. También tenemos aquellos niños que fueron privados de afecto y se casan esperando que sus consortes llenen el vacío y su necesidad de tener a quién acudir; si el matrimonio tiene como base el encontrar una madre en lugar de esposa, o un padre en lugar de esposo, van a tener serias dificultades. Esto no es necesariamente una situación irremediable si detectan cual es el problema y se enfrentan con él. Sin embargo, yo he conocido personas que eran tan dependientes que pensaron que no podrían liberarse de esa adicción que llevaban profundamente grabada de depender de alguien, a menos que se separaran de sus consortes por un tiempo. Las raíces de la dependencia eran tan profundas que ejercían su influencia por el sólo hecho de vivir bajo el mismo techo.

Ahora llegamos al fondo del problema de la condición humana. Vemos que Jesús se encaró de frente con este problema en el evangelio. ¿Cuán fue su primera amonestación? “Arrepentíos”. Arrepentirse no es hacer penitencias de ayunar, guardar vigiliyas, flagelarse, o lo que sea que nuestra generosidad nos inspire. Lo que quiere decir es que *cambiamos de rumbo* cuando buscamos felicidad. Este reto va directamente a la raíz del problema. No es un remedio pasajero para esta o aquella aflicción.

Si decimos que *si* a la invitación que se nos hace de arrepentirnos, puede suceder que experimentemos gran libertad por unos cuantos meses, hasta por uno o dos años. Nuestra forma de vida anterior ha sido restaurada hasta cierto punto, y muchas relaciones que estaban rotas, sanadas. Después, una vez que la polvareda que levantó el entusiasmo de nuestra primera conversión se disipa, nos asaltan de nuevo las viejas tentaciones. Cuando pasamos de la primavera del camino espiritual al verano, seguido por el otoño y el invierno, el entusiasmo original empieza a desvanecerse. En algún momento tendremos que encararnos con el problema fundamental, que es nada menos que la motivación original que todavía tiene raíces, aún después de habernos decidido por los valores del evangelio. El *falso yo* es el producto de nuestros programas emocionales de felicidad y de las motivaciones que crearon, las cuales se volvieron más intrincadas cuando nos integramos a una sociedad que contribuyó a reforzarlas por el solo hecho de que queríamos identificarnos con la misma. Nuestros pensamientos, reacciones y sentimientos cotidianos reflejan el falso yo en cada nivel de nuestra conducta. Cuando este *falso yo* se da cuenta de que hemos experimentado una conversión y vamos a practicar todas las virtudes que nos hemos propuesto, suelta la carcajada y nos reta diciéndonos -¡Trata no más!-

En ese punto experimentamos la intensa lucha espiritual en nuestro interior, el dilema entre lo que deseamos hacer y sentirnos que debemos hacer, y nuestra increíble incapacidad de hacerlo. El apóstol Pablo se refiere a esto cuando se lamenta, diciendo:

Y ni siquiera entiendo lo que me pasa, porque no hago el bien que quisiera, sino, por el contrario, el mal que detesto. Ahora bien, si hago lo que no quisiera, reconozco que la Ley es buena; pero, en este caso, no soy yo quien obra mal, sino el pecado que esta dentro de mí. Bien sé que en mí, o sea, en mi carne, no habita el bien. Puedo querer el bien, pero no realizarlo. De hecho, no hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero. Por lo tanto, si hago lo que no quiero, no soy yo quien está haciendo el mal, sino el pecado que está dentro de mí.

Descubro entonces esta realidad: queriendo hacer el bien, se me pone delante el mal que está en mí. Cuando me fijo en la Ley de Dios, se alegra lo íntimo de mi ser; pero veo en mis miembros otra ley que esté en guerra con la ley de mi mente, y que me entrega como preso a la ley del pecado inscrita en mis miembros.

¡Desdichado de mí! ¿Quién me librara de mí mismo y de la muerte que llevo en mí?
(Rom. 7:15-24)

Esta visión es el comienzo de la verdadera jornada espiritual. Aceptamos, con el corazón triste, que se trata de una jornada bien larga. Comprendemos que estamos enfrentados con una fuerza sutil que es poderosa y está bien arraigada. Para dismantelar estas escalas de valores y reemplazarlas con los valores del evangelio hace falta algo más que unas cuantas experiencias espirituales. Estas pueden continuar siendo como entretenimientos que nos exaltan si no nos proponemos desarmar el *falso yo* y practicar las virtudes. Los momentos sublimes espirituales nos proporcionan una mejoría pasajera, pero una vez que pasan nos dejan en el mismo punto donde estábamos al comenzar y con los mismos problemas.

Poco después de que Jesús fue ungido por el Espíritu Santo en el río Jordán, el mismo Espíritu lo condujo al desierto para ser tentado por el demonio. La cuaresma es nuestra lucha con las mismas tentaciones. El desierto bíblico simboliza la confrontación con el *falso yo* y la purificación interior. Las tentaciones de Jesús estaban dirigidas a cada una de sus necesidades instintivas. No sucumbió ante ellas a pesar de que las experimentó en toda su intensidad. “Nuestro sumo sacerdote no se queda indiferente ante nuestras debilidades, por haber sido sometido a las mismas pruebas que nosotros, pero que a Él no lo llevaron al pecado” (Heb. 4:15). Jesús estaba desesperadamente hambriento, y el diablo maliciosamente le sugiere: -¿Por qué no conviertes estas piedras en pan?- Jesús le contesta: -Yo pongo mi confianza en mi Padre Celestial.- Entonces el diablo lo lleva al pináculo del templo y le sugiere que se tire si está seguro de que los ángeles lo protegerán, haciéndolo aparecer como un mago que hace milagros. Esta invitación a ser famoso la rechaza Jesús de frente. Finalmente el diablo lo sitúa en la cima de la montaña y le promete poder sobre todas las naciones del mundo, al decirle, -¡Póstrate y adórame y te las daré todas!- A lo cual Jesús le responde, -¡Vete al infierno! - Habiendo sido capaz de dominar las demandas exageradas de cada uno de los programas de felicidad, nos invita a nosotros, diciéndonos, -Arrepentíos-. Es como si nos dijera, - Cambiad la dirección en que estáis buscando la felicidad. Nunca la encontraréis en los programas emotivos que son invención vuestra. Abandonad vuestras motivaciones infantiles porque es imposible que puedan funcionar en la vida de un adulto.-

Jesús en sus dichos saca a la luz del día con gran severidad el sistema del *falso yo*. Por ejemplo, -Si tu ojo te causa escándalo, arrácatelo-. O, -Si tu pie te causa escándalo, córtatelo-. Obviamente, esto no es para interpretarlo al pie de la letra. El idioma hebreo usa exageraciones o repetición de las mismas palabras para dar énfasis a un punto importante. En este caso, el punto que está recalando Jesús es la afición que sentimos por nuestros pro-

gramas emocionales para obtener felicidad. Podríamos entonces parafrasear sus palabras así: - ¡Si tus deseos de sobrevivencia y seguridad, afecto y estima, o poder y control te son tan queridos como tu ojo, mano, o pie, córtalos! Es la única forma de liberarte para poder entrar en el reino de Dios.-

El corazón del ascetismo cristiano está en la lucha con nuestras motivaciones subconscientes. Si no reconocemos y confrontamos la influencia oculta de los programas emocionales de felicidad, el *falso yo* se adaptará rápidamente a cualquier ambiente y en el fondo nada cambiará. Si nos consagramos al servicio de la Iglesia, los símbolos de seguridad, éxito y poder del nuevo ambiente se convertirán muy pronto en el objetivo de nuestros deseos interiores.

Vemos entonces que así nos acompaña el *falso yo*, implacablemente, doquiera que vayamos, cualquiera sea el estilo de vida que elijamos. Hay una historia de un joven muy “macho” que se movía en una sociedad en donde se consideraba un símbolo de dominio y éxito el hecho de poder beber más que nadie y no dejarse ganar, o sea, beber hasta que todos los demás terminaran borrachos. El desafiaba a todos sus amigos y experimentaba una enorme satisfacción al verlos caer uno por uno debajo de la mesa en la taberna. Como es natural, esta sensación de ser el ganador sólo duraba unos minutos y se tenía que ir a otra taberna para poder saborear otro triunfo. Recordemos que las satisfacciones que nos proporciona el *falso yo* no duran mucho. Un día este joven oye en la televisión a un evangelista y se convierte, dejando atrás el mal camino. Toma la resolución no solo de nunca volver a beber, sino de no comerse ni un helado. Empieza a buscar la comunidad religiosa más estricta, y como era de esperarse descubre a la comunidad trapense. –Esto es lo que quiero-, piensa, -casi no comen nada-. Llena su aplicación en el monasterio y es aceptado con los brazos abiertos. Comprueba el gran espíritu de austeridad por el cual se distinguen los monjes trapenses, sobre todo en aquellos tiempos. Así, pues, entra al monasterio y se sumerge en todas las reglas de guardar silencio y hacer trabajo duro. Llega la cuaresma y los monjes ayunan tomando solo pan y agua. Al pasar de las semanas, nota que los monjes de más edad desaparecen silenciosamente del comedor. Comen en la enfermería porque su salud se ha debilitado mucho por la severidad del ayuno. A otros les da influenza. Cuando llega la Semana Santa, él es el único que queda en el comedor. Tocan la campana mayor para anunciar la vigilia de pascual y sale dando tumbos. Para gran sorpresa suya, siente ese orgullo tan familiar y se ensalza por su “triunfo” que le hace recordar sus logros en las tabernas; la única diferencia es que ¡esta vez no fue el que más bebió sino el que menos comió y guardó mejor el ayuno! Ahora yo les pregunto ¿qué cambió en este joven? Nada, excepto su dirección, corte de pelo y vestuario. Esto es lo que el evangelio llama mundanal. Cuando san Juan dice: “Dadle la espalda al mundo” no se está refiriendo a que se ignore al mundo que en su desesperada necesidad gime y grita a ver quién viene en su ayuda. A lo que él se refiere es a los proyectos que giran alrededor de uno mismo, programas, exigencias (razonadas, justificadas y hasta glorificadas) de seguridad, placer, estima, y poder, que nos impiden convertirnos a cabalidad en adultos plenamente humanos. Las personas que asumen la responsabilidad de sus propias emociones no las proyectan hacia los demás. Es más, aunque logremos manipular a los demás y arreglar situaciones a nuestro antojo, nada realmente cambia porque el problema no está fuera sino dentro de nosotros.

CAPITULO DOS

El Falso Yo en Acción

Minus el Macho, el joven en el capítulo pasado, pudo haber sido yo. Mi conversión a Cristo, antes de entrar al monasterio, fue bien profunda y personal, y trajo consigo una fuerte atracción a largos períodos de oración junto con una disposición tremenda de hacer cualquier sacrificio para seguir a Cristo. Aún cuando ocasionalmente tenía mis ratos de consolación al orar, mis primeros años en la comunidad monástica hicieron que me encarase con las partes desagradables dentro de mí y a experimentar de lleno el *falso yo* en acción. Yo sabía que la vida trapense iba a ser difícil, pero lo que yo esperaba que fuera difícil no lo fue tanto, y en cambio lo que yo esperaba que fuera fácil, fue extremadamente difícil.

Me uní a la comunidad monástica porque me había convencido de que quería pasar mi vida en búsqueda de mi unión con Cristo. A mi entender la oración contemplativa era el corazón del camino espiritual. En aquellos tiempos un régimen austero era considerado indispensable para llegar a la contemplación; por lo tanto, busqué la orden más estricta que había; estaba deseoso de renunciar a todo (familia, amigos, comodidades) para poder seguir a Cristo en el desierto.

Los que ingresaron al monasterio trapense a mediados de la década de 1940, solo le podían hablar al abad y al maestro de novicios. Ambos ejercían una autoridad casi absoluta sobre los novicios, lo cual no fomentaba el desarrollo de relaciones espontáneas. La única comunicación permitida entre los monjes era un lenguaje de signos, limitado a una comunicación funcional. Como herederos de la estricta reforma trapense a lo que originalmente fue la orden de monjes cistercienses, o sea, la orden de San Bernardo, instituida un siglo antes de la Revolución Francesa, los trapenses creían que cuanto más silencio se guardara y más penitencias se hicieran, mayor sería el acercamiento a Dios y el progreso espiritual. La oración vocal ocupaba gran parte del día. Normalmente comenzábamos el día antes de las 2 a.m., una hora antes en las fiestas especiales, y nos retirábamos a las 7 p.m. El trabajo a menudo consistía en arduas labores manuales. La comida no era muy nutritiva que digamos; los vegetales que cosechábamos en el otoño estaban marchitos y pasados cuando los comíamos en marzo.

Yo le metí el diente y me tragué no solo la carnada, sino también el anzuelo y la cuerda de todo aquel reglamento; y logré sobrevivir porque le suplicaba a Dios de rodillas que me ayudara. Solía ir a la iglesia en todos mis momentos libres que eran más o menos un par de horas diarias. Como mi meta era avanzar en la oración contemplativa, quería pasar el mayor tiempo posible en la iglesia, debía hacerlo arrodillado o de pie. Orar sentado estaba prohibido. Aunque se me estaban formando callos en las rodillas de pasar tanto

tiempo arrodillado, yo tenía la esperanza de que mi perseverancia en extender los períodos de oración me ayudaría a realizar mi ideal de llegar algún día a ser un contemplativo.

Cuando llevaba en el monasterio más o menos un año, entró otra persona a la comunidad, que al parecer pensaba lo mismo; como yo, venía a la iglesia en todos sus momentos libres, pero él tuvo la sensatez de obtener una dispensa del abad que le permitía apartarse de las reglas y sentarse durante sus prolongadas visitas a la iglesia. A mí no se me había ocurrido esa posibilidad. Yo me propuse ser intransigente y no hacer nada que aliviase la observación del reglamento.

Transcurrieron varios meses y el recién llegado pasaba tanto tiempo en la iglesia como yo. A menudo cuando yo terminaba mi trabajo, me aseaba rápidamente y subía apresurado a arrodillarme, y me encontraba con él allí, ya sentado. Sentía cómo junto con mi esfuerzo por orar me invadía una sensación de incomodidad; me preguntaba cómo él podía llegar antes que yo. Cada vez que le dirigía una mirada furtiva, tenía una sonrisa beatífica a flor de labios. Me ponía a pensar -¿Cómo es posible que yo esté aquí desgastándome las rodillas, mientras este joven, que siempre está sentado, es el que parece estar disfrutando los favores especiales del Señor?-.

Empecé a darme cuenta de que mis pensamientos eran producto de mi envidia. ¡Qué bien! Me encontraba en este lugar santo, en una postura santa, tratando de practicar la más santa de las formas de oración, y lo que estaba haciendo era envidiando los logros espirituales de otra persona. Había leído lo suficiente sobre teología moral para saber que esta es la peor forma de envidia. Me asaltó la idea -Estaba mejor antes de venir al monasterio. Tal vez debería dejarlo e irme-. Esta tentación continuó durante varios meses, aun cuando no siempre con la misma intensidad. Hasta se me ocurrió pensar que era mejor dejar de orar del todo porque cada vez que trataba de hacerlo, me invadían estos celos. Afortunadamente tuve la sensatez de darme cuenta que en un asunto de tanta trascendencia no debía dejarme guiar solamente por mi propio juicio. Cuando fui a pedir consejo, nuestro abad me recomendó que continuara con mi oración, sin desanimarme por lo que sucediera. Como un hombre entregado a la oración, conocía la purificación que uno experimentaba cuando entra a una vida de estricto silencio, soledad y oración; y cómo las motivaciones mixtas que estaban ocultas salen a relucir en el nivel ordinario consciente. Junto con la gracia, ahí está el *falso yo*.

La verdad de quiénes somos es inevitable; seamos lo que seamos, aparecerá en la superficie. Cuando se calme la polvareda del primer fervor de la conversión religiosa, tendremos que enfrentarnos de nuevo con las viejas tentaciones. Pueden ser peores que antes porque ahora somos más sinceros, más receptivos y más vulnerables. La gran batalla consiste en no desanimarse cuando comienza a disminuir el consuelo divino. Parece como si Dios quisiera que experimentásemos en carne propia lo que Él ha tenido que soportar durante nuestras vidas, y que nos llegue esta información no como un reproche, sino como un regalo, como una revelación entre amigos. Pero nosotros, en lugar de dar las gracias, lo que sentimos es deseos de levantarnos y dejarlo todo atrás.

Sentado allí día tras día con esa envidia tan espantosa, oraba para que desapareciera; pero por el contrario, las cosas empeoraron. De vez en cuando, y sobre todo cuando había tenido un día malo con otro tipo de dificultades, mis celos se reflejaban hasta en mal sabor. Realmente podía sentir el sabor de envidia en mi boca, mientras pensaba: -¡Esto es como clavarle el diente a un pedazo de estiércol! ¡Y el estiércol soy YO!-

Después de luchar con mis sentimientos durante tres o cuatro años, se me presentó la oportunidad de hablar con mi hermano monje. Descubrí que él tenía los mismos problemas que yo para encontrar el tiempo libre para orar y que sus períodos de oración venían a veces acompañados de aguas muy agitadas. Cuando compartimos el problema y sentimos mutua compasión, se desvaneció mi envidia y terminamos siendo amigos.

En el camino espiritual no es raro encontrar a alguien en la familia, en el trabajo, o en la comunidad, a quien no soportamos, y que tiene el poder de sacarnos de quicio. Por más que tratamos, no somos capaces de mejorar esa relación. Fue eso lo que me sucedió a mí con mi hermano monje. El no había hecho nada. Dios simplemente lo usó como espejo que me reflejara mi propio problema. Vemos, entonces, que la persona que más nos molesta puede ser el mejor regalo de Dios.

En los círculos religiosos hay un modelo típico que describe la purificación divina como “una paliza exterior y un tedio interior”. Dios sale en busca de nuestra basura acumulada con algo parecido a un compresor, con el cual taladra y atraviesa nuestros mecanismos de defensa y excava, dejando al descubierto lo más recóndito del alma, en donde se ocultan las partes más inaceptables de nuestra persona. Podemos llegar a pensar que es el final de nuestra relación con el mismo Dios. Hará falta desocupar y dejar sanar muchas áreas antes de poder responder a las sublimes comunicaciones de Dios. La transmisión plena de la vida divina no puede efectuarse ni ser percibida si el *falso yo* interfiere con demasiada bulla.

Dios está totalmente de nuestra parte una vez comenzada nuestra jornada espiritual. Todo se resolverá a nuestro favor. Si somos capaces de creer esto, nuestro esfuerzo disminuirá enormemente. La purificación del subconsciente es una parte importante de la jornada. Optar por los valores del evangelio no altera la motivación inconsciente, que está firmemente establecida desde la edad de tres o cuatro años, y más arraigada cuando se llega al pleno uso de razón. Mientras no se saque de raíz el falso yo con sus programas emocionales de felicidad, nos inclinaremos a atribuir el avance en el camino espiritual a nuestro propios méritos.

Existe una conexión directa entre experimentar de una parte el amor de Dios, y de otra, nuestra debilidad. Son los dos polos con los cuales Dios trabaja cuando gradualmente nos va liberando de la forma inmadura como nos relacionamos con Él. Experimentaremos la infinita misericordia de Dios en la medida en que experimentemos la desesperada necesidad que tenemos de ser sanados por Él. Y cuánto más profundamente experimentemos la misericordia de Dios, más compasión sentiremos hacia los demás.

¿Por qué yo, un joven que había renunciado a tanto para entrar al monasterio, tuve que experimentar una envidia tan grande? Evidentemente, uno de mis programas inconscientes todavía estaba funcionando. ¿Usaba yo el tiempo de oración como una protección? O bien, como la adoración del Santísimo Sacramento tenía tanta importancia en nuestra comunidad, ¿estaba yo compitiendo con mi hermano monje igual que el joven que competía con sus compañeros para probar que él podía ganarles cuando se reunían para beber?

La faena de seguir a Cristo es como trabajar con psicoterapeuta que tiene una visión clara de lo que anda mal dentro de nosotros. Con un acierto increíble, Dios pone el dedo en la llaga que necesita ser atendida en ese preciso momento de nuestro crecimiento espiritual. Si estamos aferrados a un ápice de celo posesivo, se nos dice (muchas veces a través de un evento o de una persona) - ¿Por qué no me das esto?-

En Deuteronomio, Moisés compara el entrenamiento de Dios con la manera en que el águila enseña a sus pichones a volar. En la antigüedad existía la creencia de que aprendían cuando se les empujaba fuera del nido, que normalmente reposaba sobre una roca que se asomaba al precipicio. Esta es una analogía maravillosa de lo que sentimos nos sucede a nosotros. Dios parece estarnos empujando a hacer algo de lo cual nos sentimos completamente incapaces. Nos preguntamos si será que ya no nos ama. O podría ser que nos saque de un lugar muy cómodo donde nos encontremos, y del cual no queramos salir. Igual que el pichón de águila aletea desesperadamente porque siente que va a caer al abismo, así nos sentimos nosotros. Pero igual que la madre llega justo a tiempo para recibir al pichón cuando ya casi va a estrellarse en las rocas, así también Dios viene a nuestro rescate. Esto se repite muchas veces, hasta que el águila aprende a volar.

Después de haber sido tratado de esta manera varias veces, puede que lleguemos a la convicción de que no hay tanto peligro como pensábamos. Nos conformamos con estas escapadas de último minuto que nos ponen los pelos de punta. Aprendemos a confiar en Dios más allá de nuestra experiencia psicológica; aumenta nuestro valor para enfrentarnos y luego desprendernos de los rincones oscuros en nuestro interior; y comenzamos a participar activamente en el desmantelamiento de nuestros programas irracionales.

No podemos evadir lo mundano dentro de nosotros, pero sí podemos reconocerlo y encararlo de frente. La invitación que recibimos de Dios es que le permitamos cambiar nuestras motivaciones egoístas para convertirlas en amor divino, y es ese el llamado a la unión divina que nos transforma.

CAPITULO TRES

Las emociones que nos afligen

Al comenzar la difícil tarea de descubrir nuestras propias motivaciones subconscientes, veremos que nuestras emociones pueden ser nuestros mejores aliados; infaliblemente reaccionan de acuerdo a nuestra escala de valores, que no es exactamente como nos gustaría que fuese o como creemos que es. Nuestras emociones son grabaciones fidedignas de lo que sucede dentro de nosotros; por lo tanto son la clave para averiguar cuales son en realidad nuestros programas emotivos de felicidad.

Hay en una cierta zona de África una forma muy peculiar para cazar os micos que azotan las plantaciones de banano. Los agricultores locales cortan un coco por la mitad, sacan lo de adentro con una cuchara, y lo reemplazan con un cierto confite que a los micos les encanta. Luego sellan de nuevo el coco, dejando nada más una ranura parecida a la de un buzón de correo que le permite al mico introducir la mano estirada. A continuación se esconden a esperar al primer mico que sin sospechar nada venga acercándose por los árboles. Eventualmente aparece uno, huele el dulce y grita alborotado, - ¡Una golosina para mi!- se baja del árbol, levanta el coco, mete la mano en la ranura, y agarra la golosina.

Pero cuando trata de sacar el confite, el puño cerrado no cabe por la ranura. Los hombres salen de su escondite y se van acercando. Con intensidad progresiva el mico sigue halando con toda su fuerza, sin ningún éxito. Algo en su mente le advierte que los cazadores se acercan y que si no suelta la golosina lo van a capturar. Pero no se puede liberar del deseo de poseer el apetecido tesoro que acaba de hallar. Sus perseguidores lo agarran, lo asan y se lo comen.

Esta es una parábola de lo que es la condición humana. Hay momentos en que nosotros también nos damos cuenta de que si seguimos dándole vueltas en la cabeza a un insulto o a un cierto deseo por un minuto más, vamos a ser atrapados por una de nuestras emociones que llamamos aflictivas, que al igual que los cazadores mencionados, nos van a consumir. No queremos ser atrapados, pero queremos saborear unos segundos más ese deseo o ese plan de venganza. Entonces nuestros perseguidores, las emociones aflictivas, nos atrapan, nos ponen al rojo vivo, y ¡nos consumen! Lo único que tenía que hacer el mico era abrir la mano y soltar la golosina para poder saltar a un árbol y regresar a su libertad. Todo lo que nosotros tenemos que hacer es abrir nuestra mente y nuestro corazón y soltar lo que tengamos que soltar.

Podemos aprender a identificar nuestros programas emotivos de felicidad por las emociones aflictivas que generan. Básicamente podríamos enumerar estas emociones como ira, dolor, temor, orgullo, codicia, envidia, lujuria y apatía. Si nuestras emociones se originaron en las necesidades instintivas de sobrevivencia/seguridad, afecto/estima, o po-

der/control, los eventos que las frustren inevitablemente generarán alguna emoción aflitiva.

La imaginación y las emociones trabajan tan coordinadas como las ruedas de un reloj; al moverse una hace que se mueva la otra. Junto con cada frustración emotiva, nace un comentario, de acuerdo a nuestro pasado o temperamento. A través de esta interacción los sentimientos se intensifican y los comentarios aumentan en violencia. Aún cuando sabemos que todo el proceso nos hace daño, no podemos parar, igual que el mico con la golosina. El cuerpo reacciona emitiendo substancias químicas que penetran la corriente sanguínea y se prepara para el combate. Comienzan a moverse las ruedas a un ritmo que se acelera hasta llevarnos a un nudo emocional que puede durar horas, días, semanas o años.

Tenemos el ejemplo de un hombre que ha emprendido el camino espiritual y se ha propuesto practicar las virtudes morales de justicia, prudencia, entereza y moderación. En otras palabras, *conscientemente* ha escogido los valores del evangelio. Sucede que hay una secretaria donde él trabaja a la cual no soporta; lo exaspera sobremanera. En diferentes ocasiones toma la decisión de aprender a aceptarla, pero nada parece funcionar. Un día sale muy santificado de un retiro y toma la resolución de olvidar el pasado y no volverse a enojar.

El primer día que regresa a su trabajo, llega a la oficina con su nueva resolución y se encuentra con que la secretaria ha dejado sus medias de golf sucias sobre el escritorio de él. Unas horas después, le riega el café sobre una carta muy importante que acababa de terminar, y es necesario hacerla de nuevo. A la hora de almuerzo se desaparece por un par de horas, dejándolo sólo con todas sus llamadas telefónicas y entrevistas. En la mitad de la tarde, entra corriendo a la oficina para comunicarle que almorzó con su novio y que se van a la playa por el fin de semana, y que por favor él se encargue del trabajo de ella por el resto del día. Sin esperar respuesta ni dar las gracias, se va.

Con cada embestida, el hombre resiste la indignación que siente aumentar en su interior. Como vimos anteriormente, el cerebro y el sistema nervios son como inmensas biocomputadoras. Hoy día la mayoría de las computadoras, cuando reciben el comando de borrar un programa, responden: -¿Está seguro de que quiere borrar este programa?- En la virtud de sus buenos propósitos, la biocomputadora del buen hombre le pregunta repetidamente si está seguro de que realmente quiere su programa de ira. El responde ante cada evento inesperado del día que "NO". Se llegan las 4 de la tarde. Su reserva de paz interior que traía del retiro, y renovada durante la sesión de oración contemplativa al comenzar el día, se ha agotado. Una vez más aparece la pregunta en la pantalla interior de su mente: -¿Estás seguro de que quieres tu programa de ira?- esta vez su respuesta es un alarido: - ¡SI, lo quiero completo!- Se encienden las luces rojas. La computadora empieza a producir el programa completo. Salen a relucir todos los abusos que ha tenido que sufrir a manos de esta mujer. Detrás desfilan todas las demás personas desagradables que ha conocido, todos los sucesos que lo han alterado, toda su furia y sentimientos de venganza hacia este o aquel, todo clasificado con referencias y comentarios completos que anteriormente entraron al archivo de su memoria. Además, los comentarios van calibrados para responder al nivel ascendente de su intensidad emotiva basándose en sus características temperamentales y en su pasado. Cuando ya su indignación se ha convertido en rabia, se pregunta, -¿Por qué no despiden a esta mujer?- Dicho comentario hace que la rabia se convierta en furia. El siguiente comentario es, -¡Desearía que la parta un rayo!- Este comentario genera una ira ciega. Es como si mo-

mentáneamente hubiese perdido la razón y exclama, - ¡NO, NO! ¡La voy a ahorcar con mis propias manos!-.

Una computadora puede seguir imprimiendo durante muchas horas. Al fin recoge los papeles y se marcha a casa, totalmente alterado. Una mirada basta para que su mujer y sus hijos capten la situación y se escurran por las puertas y ventanas. La velada se arruina. No puede comer. No puede dormir. Trata de distraerse con la TV, se prepara una bebida, llama a un amigo por teléfono. Desastroso. Finalmente se desploma en la cama y duerme. Por la mañana se despierta con dolor de cabeza y una sensación de derrota total. Suspira y se pregunta desesperado -Dios mío ¿Cuál fue mi falla?- Si, ¿adónde fueron a parar sus resoluciones conscientes de ser bueno, amable y compasivo?

No se le ocurre pensar que el torbellino emotivo que está experimentando puede deberse a que en su subconsciente la escala de valores anda bien mal. La realidad, y lo que podría ser una respuesta adecuada a la misma, han sido desplazadas por la intensidad de la emoción que han generado los programas emotivos de felicidad en su subconsciente. Lo único que se le ocurre es culpar a la otra persona por su malestar, pensando, -Si tan solo pudiera deshacerme de ella, ¡sería tan feliz!- Y después de cada descarga emotiva se repite la pregunta, -¿Por qué la gente me trata así? ¿Qué he hecho yo para merecer esto?- Cada vez que se deja vencer por sus programas emotivos con sus respectivas expresiones, se mete de nuevo en el círculo vicioso de deseo, gratificación, frustración, y la necesidad de algún tipo de compensación.

Este hombre tiene que modificar sus violentas reacciones y la escala de valores que representan, si realmente quiere comenzar a enfrentarse con los verdaderos problemas que su compañera de trabajo trae consigo. No todos los métodos son adecuados ni tienen el alcance necesario como para tratar con las sutilezas del *falso yo*. Cada uno debe escoger el que sea más indicado para su tipo de vida individual. Puede que se requiera algo de psicoterapia. Pero la clave de todo esto está en observar regularmente los períodos de oración contemplativa reforzados por nuestros firmes propósitos de cambiar a forma normal de actual en la vida cotidiana y dejar de obrar bajo la influencia de los programas emotivos de felicidad.

Reconocemos entonces el carácter esencial de los esfuerzos necesarios para que podamos cambiar, pero debemos enfatizar también lo que Pablo dice en Romanos: la decisión consciente de cambiar nuestros valores y conducta no es suficiente para alterar la inconsciente escala de valores del *falso yo*, y la conducta que estos generan. Solo por medio de la purificación pasiva de la oración contemplativa se puede obtener dicha sanación. Sólo con perseverancia en la misma se logrará que no se agote el caudal de reserva de silencio interior que la oración nos proporciona.

Lo que experimentó este hombre es un paradigma de lo que todos experimentan en el camino espiritual, si se les da tiempo para que se desarrollen. Cada vez que se frustra uno de los programas emocionales, la reacción espontánea e inmediata es un sentimiento. Si sucede algo que afecte nuestra necesidad de un determinado símbolo de seguridad, de inmediato surgirá la sensación de ira o tristeza. Si por ejemplo llegamos un día al trabajo y el jefe nos dice que los demás trabajadores se han estado quejando de nuestro comportamiento y que busquemos otro trabajo, nuestra reacción instantánea será de resentimiento, y detrás vendrán los comentarios -¿Quién pudo ser el causante de esto?- o ¿Cómo irá a afectar esto

mi hoja de vida?-. Al cabo de un par de pensamientos autodefensivos de esta índole, se intensifica la emoción que nos aflige.

Vamos a tratar de identificar las principales emociones o la combinación de emociones que denuncian la presencia de valores del *falso yo* en el subconsciente:

Ira corresponde al sentimiento que nace cuando las cosas son difíciles de obtener o cuando vemos que un mal inevitable se avecina. Cuando nos domina algo que percibimos de esta manera, entonces nos enojamos.

Apatía es un intenso tedio o amargura que sentimos a raíz de una frustración recurrente. Es un alejamiento de la vida, las amistades, y la comunidad. Una queja típica de la persona que se ve afectada por este mal sería –Yo he servido a esta comunidad durante 20 años, y ustedes nunca me han pedido mi opinión. O si me la pidieron, nunca siguieron mi recomendación. Me voy a mi cuarto y cerraré mi puerta. ¡Que nadie se atreva a tocarme la puerta! Ustedes por su lado y yo por el mío-. En resumen –¡Váyanse al diablo!-. Nadie le puede hablar a estas personas resentidas que se sienten justificadas y totalmente a gusto con su enojo, y este alimenta cierta satisfacción cuando se dan cuenta que su retraimiento molesta a los demás. Y lo logran. Esa es su venganza. Apatía es la forma de huirle a las cosas de la vida para dedicarse a atender las heridas propias ya sean reales o imaginadas

Lujuria, en el contexto de la frustración de los programas emotivos, no se refiere exclusivamente a la conducta sexual. Es el deseo desorbitado de encontrar satisfacción, que puede ser de orden físico, mental o espiritual, y cuyo objetivo es hallar compensación por las afrentas *intolerables* con que la gente nos ha castigado al negarse a complacer nuestras exigencias insensatas. Como ya hemos visto, los programas emocionales gradualmente se convierten en centros de motivación, alrededor de los cuales giran nuestros pensamientos, sentimientos y formas de comportarnos como planetas alrededor del sol.

Orgullo puede aparecer en dos formas de reacción emotiva. Algunas personas experimentan autorechazo en lugar de autoensalzamiento. Se tienen que castigar a sí mismos por no estar a la altura del ideal que de sí mismos se han forjado. En lugar de enojarse con los demás por sus ofensas, descargan la ira en sí mismos, diciendo –Yo no sirvo para nada-. En casos extremos hasta pueden intentar quitarse la vida. No soportan la idea de fracasar porque su propio orgullo los condena. Es su orgullo, no Dios, el que los hace pensar que nunca pueden llenar esa imagen idealizada que han fabricado y a la que aspiran llegar.

Cualquier emoción que nos altera es una señal indicativa de que alguno de nuestros programas emotivos ha sido frustrado. La causa no es necesariamente culpa de nadie ni de algo que consideremos desagradable. Para que seamos felices, nadie tiene que cambiar sino nosotros mismos. Si algo nos lastima, el problema es nuestro, y continuaremos experimentando tormentas de orden emotivo hasta que cambiemos la raíz de dicho problema, o sea, el programa emocional de felicidad en nuestro subconsciente. Y el esfuerzo que hacemos para cambiarlo es lo que llamamos virtud. Si nos proponemos no alimentar nuestros apetitos y repugnancias con comentarios o acciones que aquellos originan, se marchitarán con maleza en el desierto.

Otro ejemplo. Había un ejecutivo que tomaba el subterráneo todos los días en Nueva York para ir al trabajo. Tenía por costumbre apearse en una venta de periódicos que quedaba en el camino, para comprar el *New York Times* y poderlo leer en el tren. Al llegar y decirle al vendedor, –¿Me haces el favor de darme una copia del *New York Times*?- el hombre le tiraba el diario de muy mala gana. El ejecutivo sin pestañear le decía, –Muchas gracias. Per-

míteme que te pague-. El vendedor tomaba el dinero y lo tiraba en la caja mientras emitía un gruñido. El ejecutivo añadía sin inmutarse, -Que tengas un buen día-. El vendedor lo miraba de nuevo y le contestaba, -¡Ojalá usted tenga el peor día de su vida!-. Y diciendo eso, escupía en la dirección del ejecutivo. Este a su vez, regresaba tranquilamente al tren, como si nada. Un compañero cuya indignación había ido aumentando, le comentó muy exasperado -¿Cómo es posible que te aguantas semejante trato?-. Yo no soportaría eso ni por un instante. ¡Sería capaz de caminar al otro extremo de la ciudad a tomar el tren con tal de evitar el ser tratado de esta de esta forma!-. El ejecutivo le respondió, - Mira; yo tengo que tomar el tren todos los días. El vendedor de periódicos queda en el camino. ¿Por qué voy a incomodarme yo por el maltrato de esta persona, si a mí no me afecta sino que me es indiferente?-.

Ninguno de los mandamientos dice que debemos alterarnos por la forma en que los demás nos tratan. La razón por la cual nos enojamos es que tenemos un programa emocional que dice -Si alguien es grosero conmigo, no puedo ser feliz ni sentirme satisfecho conmigo mismo-. No se puede negar que el no ser tratado como un ser humano produce dolor, tanto psicológico como físico; esas son situaciones en las que sí tenemos todo el derecho para enojarnos y tomar medidas para que esto no continúe sucediendo. Pero fuera de dichas circunstancias especiales, en lugar de reaccionar compulsivamente y buscar venganza, podríamos liberarnos como seres racionales que somos y rehusar alterarnos por cualquier situación.

Una vez que emprendemos el camino espiritual, comenzamos a notar que nuestros programas emocionales de felicidad no nos permiten responder a las necesidades de los demás. Cuando nos encerramos en nuestros mundos de deseos narcisistas, no estamos disponibles para los demás cuando necesitan ayuda. La claridad con que vemos las necesidades del prójimo y la forma en que respondemos a ellas guarda relación directa con nuestra libertad interior.

CAPÍTULO CUATRO

La condición humana

El pecado de cada persona es el resultado de sus programas de felicidad. No es el problema primordial, sino el principal síntoma del problema. Y el problema en sí es universal, sin lugar a dudas. Afecta a toda la humanidad, o mejor dicho, es en sí la condición humana.

La condición humana es el nombre que yo le he dado a la doctrina tradicional cristiana que fue propuesta por san Agustín de Hipona bajo el nombre de pecado original y sus consecuencias. Ningún teólogo consideró jamás que el pecado original fuese la falta personal de cada uno de nosotros. Se referían exclusivamente al pecado de nuestros primeros padres. La doctrina de esa caída surgió del esfuerzo de los teólogos para explicar la perversión enfermiza del ser humano. Todas las religiones, incluyendo la budista, taoísta e hindú, dan testimonio de la concupiscencia que ha afligido a la humanidad desde el principio.

Indudablemente la ciencia psicológica está llegando a una conclusión similar en cuanto a la profundidad de este mal. Es más, uno de los grandes beneficios de la psicología moderna es la precisión con que se define la naturaleza y las causas de la condición humana como nosotros la experimentamos. El descubrimiento del inconsciente por Freud hace más de cien años, ha tenido un tremendo significado en la vida espiritual. Más recientemente, los conocimientos sobre la familia con problemas y sobre la interdependencia de sus miembros, nos suministra un diagnóstico de la condición humana mucho más detallado que el de la doctrina de las consecuencias del pecado original y lo que aprendimos en la clase de catecismo sobre los pecados capitales. La ciencia y la reciente práctica de la psicología vienen a reforzar todo lo que anteriormente sabíamos sobre la dinámica de la motivación del ser humano, y como la psicología ha venido a convertirse en la “sierva de la teología”. Además, confirma los conocimientos previamente adquiridos no solo por reflexiones de orden teológico sobre lo que ha sido revelado, sino también por medio de la oración contemplativa.

En el primer capítulo vimos uno de dichos modelos, el del desarrollo, cuyo iniciador fue el psicólogo pediatra Jean Piaget, ayuda a entender las raíces de nuestros programas emocionales inconscientes para obtener la felicidad. Cada uno de nosotros necesita que se le asegure y confirme su propia existencia e identidad. Si este voto de confianza es negado por parte de los padres, ya sea por falta de interés o de consagración, estas privaciones tan dolorosas requerirán medidas compensatorias o defensivas. Como consecuencia, nuestra vida emotiva se detiene en su crecimiento en cuanto al desarrollo de valores que el ser humano debe percibir, y se queda estancada al nivel de dicha privación o afrenta. Esta fijación se fosiliza y se convierte en un programa para encontrar felicidad, terminando por convertirse en un centro de gravedad que atrae hacia sí cada vez más recursos psicológicos;

nuestros pensamientos, sentimientos, imágenes, reacciones y comportamiento. Las experiencias y sucesos posteriores de la vida de todos son absorbidos por ese centro de gravedad, e interpretados como buenos o malos de acuerdo a nuestro instinto básico de felicidad. Como vamos a ver, estos centros se van reforzando con el medio ambiente en que vivimos y con el grupo en particular con el cual nos identificamos, y en casos extremos nos lleva al punto de querer imitar a los demás en todo.

El modelo anterior, de desarrollo, de hecho se deriva de otro modelo más sofisticado, el evolutivo. El infante experimenta el mismo patrón de desarrollo progresivo y la misma escala de valores que el que experimentó la especie humana entera. En otras palabras, cada ser humano es un microcosmo de la historia de la humanidad y de su futuro. Seguiré el modelo evolutivo empleado por Ken Wilbert, que él llama *the great chain of being* (La gran cadena de existir).

Hace aproximadamente cinco millones de años, apareció el primer destello de diferenciación entre el ser humano y el animal, al desarrollarse en los humanos lo que ahora llamamos la “consciencia reptiliana”. El símbolo mitológico de esta consciencia es la serpiente comiéndose su propia cola, representando la repetición de los procesos naturales: día y noche, verano e invierno, nacimiento y muerte, deseos satisfechos e insatisfechos. Los seres humanos primitivos estaban sumergidos totalmente en la naturaleza. No se consideraban algo separado o apartado de la misma. Sus vidas giraban alrededor de las actividades para sobrevivir de día en día, tales como la búsqueda de alimentos y albergue, y la rápida satisfacción de sus necesidades instintivas.

El infante en su primer año de vida experimenta esta consciencia reptiliana, y está totalmente sumergido en placeres y cosas materiales. Ese primer año es una experiencia de unión con la madre y de continuidad de la vida que disfrutaba en su vientre. Si ese vínculo con la madre se establece de inmediato, el bebé está bien encaminado a emprender y aceptar emocionalmente la aventura de la vida humana.

Hará alrededor de doscientos mil años, la consciencia reptiliana dio un paso adelante, convirtiéndose en la “consciencia tifónica”. Este nivel consciente estaba arraigado en instintos primitivos y existencia animal, pero le permitía a estos nuevos seres humanos distinguir sus cuerpos de los demás objetos que lo rodeaban. Este tipo de consciencia se expresa generalmente en la mitología con el símbolo de Tifón, la criatura mitad animal, mitad humana, queriendo decir que estaba consciente de que poseía cuerpo propio pero estaba dominado por sus instintos de sobrevivencia, nutrición y reproducción. La cultura tifónica giraba alrededor de la caza y la adoración de la Gran Madre Tierra como protectora y proveedora de alimentos.

Las características de esta consciencia tifónica se manifiestan en el infante entre las edades de 2 a 4 años. El infante se apercebe que su cuerpo se diferencia del de sus hermanos y de los objetos que lo rodean. Respaldado por la recién iniciada capacidad del cerebro para procesar la información de los sentidos con gran rapidez, el niño desea explorar el mundo e intentarlo todo. Su consciencia infantil ve el mundo desde la perspectiva de la consciencia tifónica, medio humana, medio animal. Sus sueños contienen en su mayoría animales o imágenes de animales que personifican gente. Se caracteriza la consciencia tifónica por su semejanza en un sueño, lo cual se manifiesta en la imaginación y en los juegos. Un bloque puede representar un carro y un ropero convertirse en una nave espacial en la cual se puede hacer un viaje a las estrellas o al centro del mundo. Un niño pequeño no distingue entre la

realidad y lo imaginado, ni una porción de lo entero; todo lo que pueda hacer con su imaginación, para él es real o es factible; puede suceder. Otra similitud es que los niños sufren de terrores como los que típicamente aquejaban a nuestros antepasados: la oscuridad, lo desconocido, los poderosos elementos naturales, y los monstruos creados por la imaginación.

Alrededor del año 12.000 A.C. ocurrió el movimiento de la consciencia tifónica hacia la “consciencia de comunidad mítica”, acelerado por la aparición del lenguaje, que junto con la invención de la agricultura, auspició este movimiento, al proveer tiempo libre para el arte, la reflexión, los ritos y la política. La división estatal de la sociedad en forma de ciudades y estados llevó primero a la adquisición de tierras y posesiones, y luego a la lucha para defenderlas o extenderlas por medio de guerras que paulatinamente fueron aumentando en proporción. En el nivel de comunidad mítica, el identificarse con la comunidad infundía a todos una sensación de pertenencia y de protección contra los enemigos, y la prolongación de la propia vida por medio de hijos. El cuerpo social, identificado con cierta ciudad o cierto estado o cierto círculo familiar, fomentó el desarrollo de jerarquías para los sacrificios rituales, la autoridad de reyes y nobles, y esclavos que sirvieran para la expansión cultural de los victoriosos de las guerras. A medida que la gente se volvía más consciente de la muerte y podían presentirla, querían a toda costa disimular el miedo cada vez mayor que le tenían. Proyectaban hacia el futuro una vida de la cual en realidad no estaban seguros. Los distintos métodos para olvidarse de la proximidad de la muerte, de acuerdo a algunos antropólogos fueron los que más impulso dieron a la formación de diversas culturas.

Entre los 4 y los 8 años de edad, el niño entra a un período de socialización y empieza a formar parte del nivel consciente de la comunidad mítica, en donde las posesiones, la competencia, el éxito, el pertenecer a un grupo y el interiorizar los valores de la sociedad estructurada están a la orden del día. En esta edad el niño absorbe sin discutir los conceptos de padres, maestros, compañeros la sociedad en que predominantemente se desenvuelve.

Alrededor del año 3000 A.C. tuvo lugar el más formidable salto en la consciencia humana: la aparición de la razón. Los antropólogos le dieron a ese nivel de consciencia el nombre de “mental egoico” y su símbolo en la mitología griega es Zeus matando el dragón. Zeus representa el raciocinio; y el dragón, el dominio de las emociones y niveles primitivos del consciente.

En teoría y para continuar con este paradigma, el estado mental egoico equivaldría a la época presente en que vivimos y al nivel de consciencia a que los seres humanos deberían llegar en un desarrollo normal, a partir de la edad de ocho años. Sería muy consolador si esto fuese así; la condición humana no sería esa corrupción que penetra e invade todo sino más bien la evolución adecuada hacia una participación cada vez mayor en las oportunidades que la vida le ofrece. Desafortunadamente junto con el surgimiento de esa consciencia totalmente autoreflexiva y el conocimiento de una identidad personal, se produce una sensación cada vez más acentuada de estar separado de Dios. Si la humanidad hubiese disfrutado del privilegio de estar debidamente informada sobre la unión divina cuando se desarrollaban los niveles de consciencia, no hubiera considerado amenazante la aparición de dicha consciencia autoreflexiva. Desgraciadamente no sucedió así. Junto con la aparición de los diferentes niveles de consciencia comenzó a percibir una sensación de alejamiento cada vez mayor de Dios, el propio ser, los demás y el universo.

La consciencia mental egoica es el resultado de moverse más allá de los impulsos instintivos egoístas y de la complacencia de los instintos que preceden al razonamiento, para darle paso a la personalidad íntegra. Es responsabilizarnos, no solo por nosotros mismos sino también por las necesidades de nuestras familias, nuestras naciones y toda la humanidad, incluyendo las generaciones del futuro. Pero a este nivel de consciencia no ha llegado la gran mayoría de la gente: como hemos visto, la condición humana está aún bajo el dominio del falso yo con sus programas de felicidad creados por las etapas conscientes primitivas: *seguridad*, del nivel reptiliano, *afecto y estima o poder y control*, del tifónico. Como consecuencia, nuestro consciente, aunque seamos adultos en edad, continúa siendo en muchos aspectos infantil; y la sociedad en general se queda estancada a nivel de asociación mítica. Esto lo estudiaremos más a fondo en el capítulo diez y aprenderemos que eso no es lo que enseñan los evangelios.

En los períodos reptiliano y tifónico de la evolución de la especie humana, la Gran Madre Tierra personificaba la inocencia del paraíso que permanece en el fondo de cada ser humano. En vista de que cada época de evolución humana se presenta de nuevo en cada uno de nosotros, nos acordaremos vagamente cuán agradable era sumergirse en la naturaleza y disfrutar de las funciones meramente animales de nutrirse y reproducirse sin importarle nada ni nadie. Existe en cada ser humano la tendencia de regresar al deleite de la existencia prenatal en el vientre materno; por naturaleza preferimos regresar a un lugar familiar que lanzarnos a lo desconocido.

Cada movimiento hacia una expansión humana precipita una crisis y está de acuerdo con el nivel de desarrollo (físico, emocional, o espiritual) en que nos hallemos. Cada crisis importante de crecimiento requiere desprenderse del alimento físico o espiritual que nos ha estado sosteniendo hasta ese instante y avanzar hacia una relación más madura con lo que nos rodea. En una crisis así nos inclinamos a buscar seguridad. Es típico de las consciencias reptiliana y tifónica el reaccionar a la frustración optando por la línea de menor resistencia, o por cualquier cobertura que brinde la anhelada protección con el mínimo esfuerzo. La capacidad de avanzar hacia la zona de responsabilidad personal se ve constantemente atacada por la tentación de retroceder a los niveles anteriores de consciencia y comportamiento. El crecimiento humano no es ni la negación ni la aceptación de ninguno de los niveles, sino la integración de los niveles inferiores del consciente con los más evolucionados.

El desarrollo humano depende de la autoliberación de fijaciones emotivas al nivel instintivo para poder crecer y convertirse en una consciencia totalmente autoreflexiva. El evangelio lleva a un pleno desarrollo de la persona y nos invita a ese mayor crecimiento que Dios tiene reservado para nosotros, o sea, alcanzar tanto el nivel instintivo como unitivo del consciente donde el amor y una fe firmemente establecida nos elevan gradualmente. Entre tanto, aplazar por la etapa de asociación mítica para llegar a la mental egoica, sentiremos la corriente subterránea de los instintos primitivos. Formarán parte de nosotros hasta que por medio de la purificación de nuestros sentidos y espíritu logren integrarse y evadir la influencia de los programas emocionales de felicidad.

Otra cosa que nos acompañará será un vago recuerdo de que en algún momento, en ese pasado período reptiliano, todo estaba unificado. Efectivamente, durante esa etapa de nuestra vida, no estábamos conscientes de una existencia separada ni teníamos sentido de responsabilidad alguno. Era una integridad misteriosa. Esta es la experiencia de inocencia

representada por el Jardín del Paraíso Terrenal. Como adultos añoramos ese tipo de unión que no era parte de nuestro consciente, que nos acompañó durante nuestro primer y segundo año de vida, y que desapareció al desarrollarse la certeza de que éramos alguien independiente. Esto lo hemos de recuperar en una forma inmensamente superior por medio de la unión transformadora a que hemos sido llamados.

CAPITULO CINCO

La consciencia de la asociación mítica

La característica principal de la consciencia de asociación mítica es la identificación incondicional con el grupo. Cuando derivamos nuestra identidad del grupo al cual pertenecemos, le estamos dando a este una lealtad ciega. Saber que pertenecemos a algo nos proporciona seguridad, placer y una sensación de poder. Un niño le diría a sus compañeros que su papi es mejor que los demás. Al creer que su padre puede salir victorioso al luchar con cualquiera satisface la necesidad del niño de sentirse seguro en su relación con la comunidad.

La misteriosa habilidad que tiene un grupo establecido para oponerse a cualquier cambio, proviene de la excesiva identificación con sus miembros entre sí. El primer grupo con el cual conectamos es el grupo familiar. La lealtad hacia nuestras raíces no es un error, pero influenciados por nuestros programas emotivos la exageramos y deja de ser normal. La presión de los grupos a que pertenecemos trata de exigirnos la aceptación de cosas que nuestra consciencia a veces no aprueba. Al irnos identificando con la escala de valores del grupo, nos vamos habituando a ella y a resistir en todo momento cualquier desafío exterior. Nos convertimos entonces en víctimas de los llamados patrones de conformidad.

Cuando la autoridad se ejerce desde el nivel de la asociación mítica, fácilmente deja de ser autoridad para convertirse en dictadura. El concepto que Jesús tenía sobre la autoridad pertenece al nivel mental egoico. La autoridad fue diseñada como un servicio a aquellos a quienes dirige. En la comunidad cristiana su objetivo debe ser elevar y alentar la creatividad de sus miembros. La jerarquía eclesiástica debe dirigirnos y ayudarnos a salir de la ciénega de las motivaciones egocéntricas para que podamos disfrutar de la libertad y responsabilidad de un ser humano perfectamente integrado. Podremos entonces ocupar nuestro lugar en el cuerpo místico de Cristo como una célula viviente que se responsabiliza por el bienestar del resto del cuerpo.

Las palabras que Jesús dirige a las personas que se encuentran en este nivel de asociación mítica son fuertes: “Si alguno quiere venir a mí tiene que dejar a un lado a su padre, a su madre, a su mujer, a sus hijos, a sus hermanos, a sus hermanas, y aún su propia persona, o no puede ser mi discípulo” (Lucas 14:26). Es importante captar la fuerza de esta frase. Podemos estar segurísimos que no quiso decir que dejáramos de cuidar a nuestros padres ancianos, costumbre que Jesús condenó enfáticamente. Lo que el texto nos recalca es que no nos dejemos atrapar por un conformismo que nos impida practicar las enseñanzas del evangelio. Al avanzar en edad, cambia nuestra forma de relacionarnos con Dios, con los demás y con nosotros mismos. Comenzamos la vida dependiendo de nuestros padres, luego nos igualamos con ellos. La primera relación muere para dar lugar a la segunda. Seguimos queriéndolos, pero si ellos nos piden que hagamos algo que no va bien con nuestra escala

de valores, tenemos que ser capaces de decir, -Yo los quiero mucho, pero no los puedo complacer en este asunto-.

El mismo concepto rige para la asociación con grupos más extensos. Puede que tengamos que decir, - Lo siento, pero no puedo continuar como miembro-. Si la familia, la patria, o el grupo, mejor dicho, cualquiera, interfiere con nuestro crecimiento verdadero, tenemos que enfrentarnos y decir “no” a toda costa, y no ceder. Puede que perdamos unos cuantos amigos al cambiar nuestra forma de vida, porque se sentirán intimidados por el cambio. El camino espiritual puede ser un camino muy solitario al principio. Pero mas adelante Dios se encargará de obsequiarnos nuevas amistades. Dios no nos quita nada a menos que pueda darnos algo mejor de lo que quitó.

Una influencia muy significativa en el desarrollo del ser humano es la del superego, que tiene una forma emocional de juzgar cuándo es bueno el comportamiento y cuándo es malo. Los padres y los maestros les dan a los niños pautas de “lo que deben hacer” y “lo que no deben hacer”, acompañadas de amenazas y castigos. Es posible que los preceptos en sí no tengan ningún valor moral. Sin embargo, el superego los asimila como “hazlo” o “no lo hagas” y se traducen en sentimientos de culpabilidad. Mas tarde en la vida, cuando la verdadera consciencia se forma al aparecer el razonamiento, nos encontramos luchando con estos mandatos o prohibiciones paternas, especialmente si estaban ligadas a castigos. Y por esa razón una gran parte del desarrollo moral consiste en liberarnos de la tiranía del superego. Una aclaración: no es que vamos a rechazar todos los valores que hasta ese momento hemos aprendido, sino que los vamos a reevaluar, reemplazando la tiranía por una perspectiva más amplia, que viene de nuestra relación con Dios.

Algunos adolescentes protestan de la rígida moral con que fueron educados, que parecía una camisa de fuerza. Puede parecerles que el único camino de liberación es tirarlo todo por la borda. Si los principios religiosos han sido entretejidos con una personalidad tiránica de superego, inevitablemente habrá una rebeldía contra la religión que fue inculcada en forma de moral intransigente. A primera vista puede parecer que estos adolescentes han abandonado del todo su religión, cuando a lo mejor lo que están es tratando de llevar la contraria y encontrar sus propios principios religiosos; pero es posible que su rebeldía tome mucho tiempo en desaparecer.

Los conceptos morales pueden provenir tanto de la conciencia recta como de una que no lo es. En el norte de Irlanda se les inculca a los niños católicos desde pequeños el odio a los protestantes, y viceversa. Crecen con el mismo odio que sintieron sus madres, padres, abuelos y bisabuelos. Se puede uno imaginar el sentimiento de culpabilidad que sentiría un chico católico y una chica protestante al enamorarse. Ambos sentirían que están traicionando sus respectivas religiones y familias. Este es el superego juzgando por medio de sus emociones quién tiene la razón y quién no. La consciencia verdadera basándose en la fe y en el uso de la razón.

Gran parte del camino espiritual consiste en deshacerse de la influencia del superego. Nada puede aterrorizar más a un niño que oír que un pecado mortal lo puede lanzar al infierno para siempre. El niño acepta ciegamente la instrucción religiosa impartida por padres y maestros. No evalúa la información que recibe sobre Dios ni la forma en que dicha información le es transmitida; o si lo hace, trata de encontrar una forma de poder adaptarse a esa información que lo inquieta. En cierto hogar había un niño de 5 años que empezó a actuar en forma extraña. Cada vez que le preguntaban algo, su respuesta era - No sé -.

-¿Te cepillaste los dientes?-

-No sé – y

-¿Ya desayunaste?-

-No sé-

-¿Le diste a mamá un beso de buenas noches?-

-No sé-

Los demás de la casa al principio lo encontraban muy divertido, pero después de un tiempo esta conducta los comenzó a irritar. Fue la abuela la que finalmente intervino diciendo –Algo no anda bien con este chico. Llévelo a un psiquiatra.- El doctor descubrió que la aya del niño le había dicho: -Una mentira es un pecado mortal; si mientes, te condenarás e irás al infierno-. El niño decidió que como él no podía estar totalmente seguro en todo momento sobre la veracidad de los que decía, era mejor no correr el riesgo de decir una mentira, y de paso se estaba convirtiendo en un perfecto neurótico. La mujer pensó que estaba transmitiendo fidedignamente lo que su religión enseñaba, pero si sus amonestaciones no hubieran sido suspendidas, a pesar de que seguramente habían sido hechas con la mejor de las intenciones, hubieran sido responsables de causar un daño emocional permanente a este niño, de retardar su crecimiento espiritual, y de estropear la relación de ese niño con Dios.

Voy a dar otro ejemplo de cómo trabaja el superego: Cuando yo entré al monasterio, el ayuno era muy meritorio. Al terminar mi noviciado me dieron la posición de maestro de novicios y yo me propuse dar un buen ejemplo de fidelidad. El símbolo de fidelidad en aquellos tiempos era seguir el reglamento al pie de la letra, lo cual significaba llegar puntualmente a todos los oficios, hacer trabajos manuales, y observar los ayunos. Debido a mi estado de salud, era raro que yo pudiera completar la cuaresma sin que se me dispensase del ayuno. En la severidad del monasterio, el que no podía ayunar se sentía acomplejado. Una vez durante la cuaresma me acerqué al abad para pedirle permiso de comenzar el ayuno, aun cuando siempre había sido forzado a abandonarlo después de un par de semanas. Cuan sería mi sorpresa cuando me dijo -¿Quieres saber cuál es la penitencia que Dios quiere de ti en esta cuaresma?- Que ganes 20 libras-. Y para reforzar lo dicho, continuó, -En medio de las comidas cada mañana y cada tarde, quiero que te tomes un vaso de helado de crema y dos barras de chocolate Hersheys-.

Mi primera reacción fue pensar -¿Habría perdido el juicio el abad? ¿Se piensa que esto es un club campestre?- Nótese el comentario proveniente de lo ofendido que me sentía en mi superego monástico. Salí de su oficina con un gran peso en el corazón y de mala gana comencé esta penitencia de cuaresma tan fuera de lo común.

Mi segundo pensamiento fue, -¿Cómo voy a evitar que los novicios se enteren de esto?-. Yo no quería que perdieran la confianza que habían depositado en mi austero liderazgo. Pero no había como escapar. Tenía que tirar al viento todo mi amor propio. Ellos ayunarían y yo no.

Obedientemente me tomé el helado de crema y me comí las barras de chocolate durante toda la cuaresma y efectivamente gané 10 libras.

El gran obsequio que me hizo el abad no fueron las 10 libras sino que con su intuición me hizo percibir que mi devota afición a observar este requisito de cuaresma no era nada saludable. La penitencia tan peculiar que me impuso me liberó de mi exagerada identificación con lo que yo había decidido en mi interior era la manera correcta en que debía

comportarse un monje, y especialmente un superior monástico. Cada uno de nosotros tiene su propia noción de cual es la forma adecuada en que deben comportarse un esposo, una esposa, un padre, una madre, un empleado, y un jefe, y de cómo ser un miembro perfecto de la comunidad religiosa o parroquial. Estas ideas preconcebidas nos obligan a hacer las cosas en una forma determinada. Eso es lo que quiero decir cuando hablo de la exagerada identificación con el grupo. Las ideas que nosotros mismos hemos inventado y la escala de valores que llevamos impregnada, son obstáculos a la gracia santificante. La oración contemplativa, que aumenta nuestra libertad interior, nos capacita para reevaluar todo a la luz de las enseñanzas de los evangelios.

Ahora permítame que apele a las experiencias de ustedes. ¿Recuerdan ese sentido de culpabilidad cuando trataban de sustraerse a la escala de valores aprendida de los padres, o en la instrucción religiosa primaria? La culpabilidad verdadera es la que se siente cuando se ha actuado contra la propia consciencia; o sea, cuando has cometido un acto que va contra de lo que tú crees es correcto. El sentimiento de culpa te advierte que no estás actuando de acuerdo a tus principios. Apenas te arrepientes de tu falta y le pides a Dios que te perdone, debes olvidarte de ella. Cualquier sentimiento de culpa que dure más de medio minuto es neurótico. Cuando la culpabilidad es prolongada, infiltrante y paralizante, es una demostración de que el superego está actuando y que se está juzgando de acuerdo a las emociones, no de acuerdo a la conciencia. El orgullo neurótico repite, -¡Mira lo que has hecho! ¡Qué poca cosa eres!-. La acusación no se reduce a acusarte de haber hecho algo malo sino de no valer nada. Cada vez que no estamos a la altura de la imagen que nos hemos forjado de nosotros mismos, nuestro amor propio dicta el veredicto "culpable", y nosotros equivocadamente le adjudicamos esa sentencia a Dios. Entre tanto, Dios está diciendo, -No encuentro ninguna falta grave en ti. Todo el mundo comete errores. Olvídate del asunto-. O, -Yo te perdono, ¿por qué tu no perdonas tu falta también?-.

Es una virtud serle leal a la familia, la patria y la religión, y estar agradecido por todas las cosas buenas que hemos recibido de ellos, pero la lealtad no puede ser un valor absoluto. Tiene que ser mirado bajo la luz de la consciencia mental egoica. Este nivel más maduro de consciencia lleva consigo una responsabilidad por la comunidad en que vivimos en la medida en que podamos influenciarla para mejorarla.

Las estructuras gubernamentales que pertenecen al nivel de consciencia de asociación mítica son primordialmente monárquicas, dictaduras y autoridades totalitarias en su forma de gobierno. El nivel de consciencia mental egoico, que conlleva la responsabilidad personal por el grupo, se inclina más a formas de gobierno en que participan muchas personas muy bien preparadas que sirven de consultores, de tal manera que las decisiones finales se toman considerando todos los factores pertinentes. En nuestros tiempos estos factores son cada vez más complicados. Para los asuntos importantes hay que consultar a los expertos en la materia antes de tomar una decisión, si se desea que la decisión sea la adecuada.

Uno de los factores principales que destruyen la relación entre pueblos y naciones es esa emoción que se llama temor. Igual destruye nuestra relación con Dios. Si tenemos miedo a Dios y a los demás, trataremos de ponernos a la defensiva. En el caso de nuestra relación con Dios, trataremos mantenernos lo más alejados que nos sea posible a nuestra situación particular y que no afecte nuestro honor. En cuanto a la relación con los demás, trataremos de controlarlos o mantenerlos a cierta distancia para sentirnos a salvo y bien seguros.

El término bíblico “temor de Dios” no se refiere a la emoción llamada temor. En la Biblia el término se usa específicamente para nombrar la relación correcta con Dios, y la relación correcta con Dios es confiar en El. Es reverencia y asombro por la trascendencia e inmanencia de Dios, y confianza en su bondad y compasión. Para poder tener una idea de lo que este término bíblico realmente significa, imagínese una niña en la época navideña dentro de una tienda grande. El último piso, que es del tamaño de la manzana, tiene solo juguetes. Cuando la niña sale del ascensor y ve este mundo maravilloso de objetos deseables, sus ojitos se abren cada vez más. Mira a su diestra y siniestra, y va viendo todo lo que en algún momento ha deseado tener: equipos de esquiar, osos de felpa, casa de muñecas, todo tipo de juguetes, trineos, trenes eléctricos, hasta computadoras. Se siente tan cautivada que no sabe donde dirigirse primero. Quisiera agarrarlo todo y llevarlo a casa. El temor de Dios de que nos habla la Biblia es algo similar. Hemos sido invitados a penetrar en un misterio que contiene todo lo que puede traer felicidad a nuestros corazones. Experimentamos la fascinación del Misterio Supremo en lugar del miedo a lo desconocido. Anhelamos atrapar o ser atrapados por el misterio de la presencia de Dios que se extiende infinitamente en todas las direcciones imaginables.

Voy a contarles algo que puede servir para aclarar aún más este punto, contado por el mismo protagonista, el cardenal Basil Hume, Primado de Inglaterra. Su infancia transcurrió en una casa inglesa, de costumbres muy estrictas. Para inculcarles disciplina, la madre llamó a los niños un día y señalando la despensa, les dijo: -¿Ven esa vasija con galletas? No quiero que ninguno de ustedes la toque. Será nuestro postre en los días festivos-. Y para reforzar la orden con una amonestación, agregó: -Recuerden que Dios siempre está vigilando-. Como es de suponer, los niños se asustaron y les temblaron las rodillas. La idea que Basil tenía de Dios cambió totalmente y lo que había sido una completa confianza en un Dios bueno se convirtió en una idea de un policía vigilando siempre a ver en que momento lo sorprendería haciendo algo malo. Este temor a Dios tan malsano retardó su crecimiento espiritual por los próximos veinte a treinta años.

Tanto los padres como los maestros, a pesar de sus buenas intenciones, a veces le atribuyen a Dios sanciones que ellos mismos han creado. Dios nos dio solamente diez mandamientos. No agreguemos más. Y si la gente quiere agregar más, entonces que no culpen a Dios, sino a ellos mismos.

Basil entró a la comunidad benedictina en su juventud. Allí había más reglamentos que los de su madre en casa. Yo me supongo que los obedeció por la misma razón, o sea, el miedo a que Dios lo fuera a sorprender haciendo algo indebido. Si yo hubiera sido el director de vocaciones cuando este joven se presentó en el monasterio, me hubiera sentido inclinado a preguntarle: -¿Cuál es el motivo por el cual has venido aquí? Estás renunciando a la familia, a los amigos, a la carrera, y a todas las otras cosas que tu mente tan brillante podría lograr. ¿Estás seguro que tu motivación primordial no es aplacar a ese Dios que te inculcaron en tu niñez a identificar con un policía, un tirano, o un juez que no se apiada de nadie?-.

-Un día-, concluye el cardenal su relato, -recibí una gracia muy especial que me hizo cambiar totalmente mi manera de pensar con respecto a Dios. Llegué a comprender que si de niño yo hubiera introducido mi manita en aquel tarro de galletas, entre las comidas, y si en realidad Dios me hubiese estado vigilando y me hubiese visto, me hubiera dicho, “Hijo, ¿por qué no tomas otra?”

Este, en mi opinión, es el Dios de los cristianos. Desconozco a ese otro Dios, y no quiero conocerlo. Es una caricatura del Dios verdadero. Y ciertamente no es el Dios que nos muestra Jesucristo, a quien él llama “Abba”, el Dios que él presentaba como infinitamente interesado por todos, siempre presente, envolviéndonos en su infinito amor. ¡Eso es lo que necesita oír el niño!

CAPITULO SEIS

La consciencia mental egoica

En los primeros cinco capítulos vimos cómo los evangelios nos invitan a crecer y llegar a ser personas íntegras, dejando atrás nuestros programas de felicidad infantiles, que en algún momento fueron necesarios para proteger la fragilidad de nuestra infancia, pero que ahora son un obstáculo para que seamos seres humanos integrados. También vimos otra invitación que nos extienden los evangelios, la de dejar de identificarnos con los valores que la sociedad nos inculca, ya sea por raza, patria o religión, cuando estos se interponen con nuestra relación personal con Cristo.

Arrastrando aquellos valores preconcebidos que desde la tierna infancia llevamos dentro, entramos a la consciencia mental egoica cuando llegamos a la edad del razonamiento, totalmente impedidos para reevaluar la enorme cantidad de actitudes sociales y emotivas propias del período en que aún no existe ese raciocinio y acarreamos con nosotros a esta nueva etapa. Entonces usamos nuestros recién adquiridos dones intelectuales para razonar, justificar y hasta enorgullecernos de los programas emocionales y los falsos valores de la sociedad en que nos desenvolvemos.

En lugar de desarrollar la capacidad de relacionarnos con los demás y con la realidad en forma honesta y compasiva, empleamos la inmensa energía creativa de la consciencia racional para idear formas más sofisticadas de controlar a los demás, para sacarle más jugo a la vida y para acumular más símbolos de bienestar. De esa manera reforzamos esa motivación egoísta propia del infante pero totalmente inadecuada en un adulto.

Nuestra patología es muy sencilla: arribamos a la consciencia plenamente autoreflexiva sin el regocijo de la unión divina, y lo que es peor, sin darnos cuenta de esta falta. Como está ausente esa convicción profunda que nace solo de experiencia, nuestro pobre y frágil ego busca a toda costa la manera de contrarrestar la sensación dolorosa y a veces agónica de encontrarse alejado de Dios y de los demás seres. Como pudimos ver, el carácter conmovedor de esta sensación de estar separado de Dios es lo que describe San Agustín como la consecuencia del pecado original.

En el relato del Jardín del Paraíso hay una referencia preciosa a una conversación entre Dios y Adán y Eva en la frescura del atardecer, que nos presenta una imagen muy real de intimidad con lo divino y armonía con los poderes de la naturaleza. La descripción del Jardín del Paraíso se refiere primordialmente a un estado consciente y no a un lugar. Mientras nuestros primeros padres disfrutaron de esa intimidad con Dios, la creación entera era amistosa. Tan pronto cesó esa intimidad, la tierra produjo espinas en vez de cosechas, y ellos fueron atacados por todos los males que aquejan a la humanidad.

Estas imágenes reflejan lo que experimentamos en el nivel ordinario consciente. Llegamos a la plena consciencia autoreflexiva sin tener la intimidad con Dios que Adán y Eva disfrutaban en el jardín. Nos falta el estar unidos con Dios, con los demás y con el uni-

verso. Nos sentimos incompletos y temerosos y recurrimos a los símbolos de seguridad, afecto y poder para darle un impulso a nuestra frágil identidad.

Cuando el evangelio de Juan nos dice, “El Verbo se hizo carne”, el autor nos está indicando que Dios no adopto la naturaleza humana en su estado ideal antes de la caída, sino en su condición real de privaciones, concupiscencia y muerte.

Jesús crucificado es un símbolo impresionante de la condición humana al llegar al estado de consciencia mental egoíco: no podemos regresar ni al estado de inocencia primaria ni a la irresponsabilidad de la vida animal y tampoco podemos ascender por nuestros propios medios a un estado consciente más elevado. Podríamos decir que nos sentimos rechazados por el cielo y la tierra, como Jesús en la cruz. Jesús les insiste a sus discípulos que no regresen a etapas más primitivas de consciencia; nos pide que avancemos hasta alcanzar el pleno desarrollo que como personas íntegras nos permite asumir completa responsabilidad por nosotros mismos y por los demás, y a que adoptemos una actitud totalmente receptiva hacia la Realidad Suprema que llamamos Abba o sea, Padre.

En forma similar Jesús nos invita a que cambiemos el rumbo de nuestra búsqueda de felicidad y abracemos esa nueva humanidad que experimenta liberación interior y la capacidad de trascender. Lo más importante para la humanidad en su estado presente de evolución es llegar a la plenitud humana. Pero como hemos visto, esto implica que tenemos que volver a descubrir nuestra conexión con Dios que en algún momento de nuestra infancia se interrumpió.

La llegada al nivel mental egoíco de la consciencia se caracteriza por cambios en las actitudes básicas. Uno *se gradúa*, por decirlo así, de preocuparse sólo por sí mismo y comienza a interesarse por los problemas de la familia, el país, y el mundo entero. En la consciencia de asociación mítica nuestro interés en los demás se basa más que todo en la motivación de buscar seguridad, aprecio y poder. Asociamos nuestra identidad personal con el grupo al que estamos afiliados y la forma en que este responde. El nivel mental egoíco comienza a manifestarse cuando al fuerza del cerebro se ha desarrollado biológicamente hasta el punto de poder pensar en forma abstracta, lo cual sucede generalmente entre los doce y catorce años de edad. Este nuevo nivel de relacionarnos con lo que nos rodea se establece fácilmente, debido a que los niveles más primitivos con sus escalas de valores y motivaciones egoístas están firmemente montados y resisten cualquier cambio que conduzca a un crecimiento.

Jesús manifestó y además invitó a todos a este nivel de consciencia cuando confirmó el primer mandamiento de la ley mosaica y declaró que el segundo era muy similar: “Amarás al prójimo como a ti mismos”. En el lenguaje filosófico el primer mandamiento expresa que debemos respetar los derechos y necesidades del prójimo, y fue el punto de partida de las enseñanzas de Cristo. Luego nos dice en su segundo mandamiento “Amaos los unos a los otros como yo os he amado”, lo cual va mucho más allá y da por sentado nuestro ascenso hacia niveles más elevados de motivación interior.

A este respecto hay dos palabras en el Nuevo Testamento griego que toman un significado especial en la revelación del cristianismo. *Sarx* –el cuerpo y la mente atados para sobrevivir en su nivel presente de desarrollo. *Soma* –el cuerpo humano abierto a la posibilidad de trascender, o sea, elevarse más allá de sus propias limitaciones. *Sarx* define al “viejo Adán”, el nombre que San Pablo le da al *falso yo*, ese ego dominado totalmente por el deseo de preservación del propio existir a costa de todo, incluyendo los derechos y necesida-

des de los demás. *Soma* es el “nuevo Adán” con ese elemento de trascendencia que Cristo aportó a la humanidad al adoptarla en su totalidad, dándoles así un impulso decisivo hacia la plenitud de vida y hacia la unión divina. *Soma* es el surgimiento de una consciencia mental plenamente egoíca que abre el camino al desenvolvimiento continuo del ser humano.

El nivel mental egoíco es el nivel en que se revela a plenitud la responsabilidad moral por nuestro comportamiento y por nuestras relaciones personales. Es el nivel de consciencia auténtica; es la capacidad de hacer distinciones en forma correcta y no caprichosa, entre el bien y el mal. De ahí que el pecado personal se convierte en algo mucho más serio. Básicamente el pecado personal es la ratificación de los programas emotivos de felicidad y los valores de nuestra sociedad cuando estos ignoran tanto los derechos y necesidades de los demás como nuestro propio bien.

Las disposiciones propias del nivel mental egoíco reflejan un sentimiento cada vez mayor de igualdad con los demás seres humanos, responsabilidad por el cuidado y preservación de la tierra con sus recursos orgánicos e inorgánicos, y una relación con Dios de más madurez. El respeto por los demás trae consigo la disminución del deseo de dominar y controlar. Se reemplaza el espíritu de competencia por un espíritu de cooperación, la escala de valores rígida por armonía, y los intereses que exclusivamente benefician a la persona o nación interesada, por negociaciones y tratados. El vivir en paz adquiere más valor, aunque no a cualquier precio. Cuando se gana acceso al nivel mental egoíco a plenitud, se ha traspasado el umbral de la gran aventura que es recuperar y desarrollar una unión con Dios.

En esta aventura el crecimiento adicional humano comienza con el nivel intuitivo de consciencia. Las buenas disposiciones de ánimo plantadas en el período mental egoíca comienzan a florecer. Echa raíces la sensación de ser parte del universo y de estar unidos unos a otros. Más allá de respetar a los demás, se defienden los derechos humanos y brota la compasión por sus necesidades. Aumenta la actividad del cerebro intuitivo; se presentan con más frecuencia revelaciones, consuelos espirituales y dones sobrenaturales. Pero aun allí puede suceder que el *falso yo* cohiba todo esto y lo convierta en motivo de orgullo espiritual y de creerse mejor que los demás; de ahí la necesidad de purificar el subconsciente y de desarrollar la habilidad de reconocimiento interior, para poder hacer la distinción entre los movimientos del Espíritu Santo en nosotros y las sutiles insinuaciones de nuestros propios programas emotivos.

En los capítulos posteriores de este libro continuará la discusión de las características de la consciencia intuitiva, como también las etapas de consciencia unitivas de acuerdo a la tradición contemplativa cristiana.

CAPITULO SIETE

Los cuatro consentimientos

Nuestras necesidades instintivas gradualmente fueron traducéndose en programas emotivos de felicidad, debido a que durante nuestro crecimiento no experimentamos dentro de nosotros la divina presencia que era la verdadera seguridad, la más profunda afirmación de nuestra bondad básica, y la auténtica libertad. Como ni siquiera sabíamos que Dios moraba en nosotros, tuvimos que tratar de buscar en otro lado esa seguridad, afirmación y felicidad que sólo la divina presencia puede proveer. El camino espiritual es el entrenamiento para consentir a la presencia de Dios y a todo lo que nos rodea. Básicamente podríamos decir que esa es la definición de humildad, en todo el sentido de la palabra. La acción divina nos invita a consentir a lo que no pudimos aceptar en nuestra niñez y adolescencia por las circunstancias que nos rodearon.

Esto nos trae a un paradigma del camino espiritual que ayuda enormemente a entender los aspectos positivos de la gracia santificante, la cual no sólo cura el daño emocional de toda una vida, sino que también nos capacita para entrar en el camino del amor incondicional, arrancando desde el comienzo de nuestra conversión. Es este camino hacia la unión divina el que Jesús quiso enfatizar cuando dijo, “Amaos los unos a los otros como yo os he amado”.

El teólogo John S. Dunne comenta que las diferentes etapas del camino espiritual corresponden a los varios períodos de la vida humana, desde el nacimiento hasta la muerte. En cada período de nuestro desarrollo Dios nos pide el correspondiente consentimiento. Miremos más de cerca esta reveladora presentación de Dunne.

En la niñez Dios nos pide que consintamos y aceptemos la bondad básica de nuestra naturaleza en todos sus aspectos. Como niños experimentamos nuestras propias facultades, desarrollamos la imaginación, la memoria y el lenguaje, y aprendemos a relacionarnos con la familia y los compañeros. Durante esos años se nos pide que aceptemos la bondad básica de nuestro ser como un regalo de Dios y que estemos agradecido por ello. La aceptación de nuestra bondad básica no se refiere a lo que podemos hacer o hacer mejor que los demás, sino a que somos perfectos, aunque no hagamos nada.

Desafortunadamente, si el ambiente de nuestra niñez estuvo lleno de miedo, rechazos o muestras ambivalentes de afecto e interés por parte de los padres, o si nos afligía algún impedimento físico, puede suceder que nuestras emociones vacilen antes de dar pleno consentimiento a la bondad de la vida. La necesidad biológica de salir adelante es lo que generalmente nos ayuda a rebasar esta vacilación. Inventamos formas de reforzar nuestra frágil autoestima para continuar viviendo, pero arrastraremos esta ambivalencia hacia la vida cuando pasemos a la etapa siguiente.

Al comenzar la adolescencia, Dios nos pide que aceptemos el desarrollo de nuestro ser cuando comienza la actividad de nuestros talentos y nuestras energías creativas. La pu-

bertad actualiza la parte física de una energía de proporciones mucho mayores, o sea, nuestra capacidad de relacionarnos con los demás, de dejar atrás el mundo aislado del niño, y de comenzar a responsabilizarnos por nosotros mismos y por las demás con quienes estamos conectados. Debido a las vicisitudes de la condición humana, puede suceder que la energía sexual despierte antes de que nuestras emociones estén preparadas para manejarla. En ese caso nuestra actitud hacia la energía sexual y su expresión pueden verse distorsionadas. Las relaciones humanas pueden tornarse difíciles y hasta vacilaremos para dar nuestro total consentimiento y aceptar lo positivo de nuestra sexualidad y nuestro potencial creativo.

Cualquier emoción que se percibe como peligrosa puede reprimirse por el miedo que nos produce y sepultarse en el subconsciente, en donde continúa expresándose subrepticamente por medio de enfermedades o de un comportamiento poco saludable. En el camino espiritual se nos invita a que desmantelamos el *falso yo*, y parte de ese proceso es desmantelar nuestro aparato represivo. A medida que crece nuestra confianza en Dios, nuestros mecanismos de defensa dejan de ser esenciales para seguir adelante. Lo que fue reprimido surge de los rincones secretos donde estaba oculto en lo recóndito del subconsciente. Dios permite que esto suceda porque está decidido a darnos otra oportunidad de integrar todo lo bueno en nuestro continuo desarrollo, incluyendo aquello que equivocadamente hayamos percibido como si no fuera bueno.

La distorsión del desarrollo emotivo se reconoce en muchas personas que han emprendido el camino espiritual porque sufren de represión o rechazo total de sus sensaciones sexuales. A raíz de dicha represión estas personas tienen gran dificultad para poder demostrar a los demás un calor humano genuino. La energía sexual sostiene la fuerza que nos impulsa y nos motiva a servir a los demás con afecto y calor humano. Las personas que han reprimido las sensaciones sexuales o cualquier otro tipo de emoción, tienen una marcada tenencia a reprimir sus sentimientos en general. Esto quiere decir que se troncha su capacidad de conectarse con los demás para brindarles apoyo y aliento. El temor de que la energía sexual se desborde hace que se pongan a la defensiva; evitan acercarse demasiado a los demás porque cualquier forma de expresar intimidad les produce una sensación aguda de peligro. Puede suceder que más adelante en la vida esta energía sexual se desborde y rompa todas las barreras, apareciendo con más fuerza que en la adolescencia. El dilema de una persona que tiene que enfrentarse con sensaciones sexuales incontroladas en esa crítica edad media, es obvio.

Al entrar en nuestra vida adulta, Dios nos invita a que demos un tercer consentimiento: aceptar el "No Ser", o sea, la disminución de nuestro ser que se experimenta a través de enfermedades, vejez y por último, muerte. El fallecimiento de un pariente o un amigo, o un accidente, pueden hacernos reflexionar sobre nuestra propia muerte. Casi todas las sociedades crean ambientes en que se pretende que la muerte no existe; y cuando se presenta, tratan de disfrazarla con toda clase de caretas y cosméticos.

La aceptación de nuestro "No Ser" no implica que pensemos en la muerte en forma morbosa, sino más bien en las consecuencias de la misma: desaparegarnos de todo lo que amamos en este mundo, ya sean personas, lugares o cosas. Si a muy temprana edad hemos sufrido una gran pérdida como por ejemplo la muerte de uno de los padres, podremos padecer de un miedo exagerado a la muerte, y vacilaremos antes de otorgar este consentimiento. Por añadidura, si no hemos dado los consentimientos que nos fueron pedidos previamente, éste se hace más difícil.

El cuarto consentimiento es aceptar el ser transformado. Se pensaría que todos van a aceptar gustosos, pero hasta las personas más santas se inclinan a decir –Vamos con cautela, no nos apresuremos-. La unión transformadora requiere nuestro consentimiento para que muera nuestro *falso yo*, y ese *falso yo* es el único que conocemos. Aunque tenga muchos defectos, por lo menos nos es familiar. Algunos de nosotros le tenemos más miedo a la muerte del falso yo que a la muerte física.

Estos cuatro consentimientos son invitaciones a darles la bienvenida tanto a la vida como a la muerte, reconociéndolas como regalos preciosos de Dios, y de apreciar nuestra vocación como miembro de la familia humana en este maravilloso universo, con toda su belleza y potencial. Pero, a diferencia de los programas de felicidad, los consentimientos que hemos enumerado no enfocan las cosas buenas de la vida por sí mismas, ni tampoco las consideran su objetivo; eso sería idolatría. Los programas de felicidad, en cambio, si buscan símbolos de seguridad/sobrevivencia, afecto/estima, y poder/control por lo que representan; y como estamos obsesionados con dichos programas de felicidad, vemos los símbolos que nos garantizan su satisfacción como valores absolutos que se convierten en sustitutos de Dios. En lugar de contentarnos con un nivel razonable de seguridad, placer o independencia, queremos extraer de estas cosas limitadas una felicidad ilimitada que no pueden dar, y de inmediato experimentamos desilusión y frustración.

Este entrenamiento que gradualmente nos enseña a dar nuestro consentimiento, es la escuela de amor divino en la cual Dios nos invita a aceptar su plan de hacernos partícipes de su divinidad de una manera que trasciende todo lo que humanamente podamos imaginar o prever. Lo importante es que no veamos este consentimiento como una meta sino que representa nuestra aceptación de la voluntad de Dios presente en el mismo. Nos plegamos a Dios y a su santa voluntad cuando disfrutamos algo que nos regala que cuando nos quita lo regalado. Cada consentimiento conlleva una forma de morir: el niño tiene que permitir que muera su niñez para entrar en la adolescencia; el adolescente tiene que dejara atrás su adolescencia para pasar al mundo del adulto.

La mayoría de nosotros no nos oponemos en principio a crecer y madurar, pero en la práctica nos inclinamos a no desprendernos de nuestros valores infantiles, aun cuando avancemos física e intelectualmente. Consentir a la voluntad de Dios no significa que rechazamos los valores de las distintas etapas de la vida cuando las estamos viviendo, sino simplemente que dejamos atrás sus limitaciones. De tal manera la característica sencillez del niño, su inocencia, su fascinación con los objetos que sus ojos captan y la disposición inmediata a experimentar, son cualidades que deberíamos retener por el resto de nuestra vida, sólo las rabietas y la ignorancia del niño se quedan atrás. En forma similar, el espíritu aventurero del adolescente, la búsqueda de su identidad personal y su deseo de relacionarse con los demás, son valores que deben conservarse durante toda la vida y sólo el torbellino de la identidad personal se quedan atrás cuando pasamos a ser adultos.

El auténtico ascetismo no es rechazar el mundo, sino aceptar todo lo que es bueno, bello y verdadero. Es aprender cómo usar nuestras facultades y las cosas buenas de este mundo como obsequios de Dios y no como medios para expresar nuestro egoísmo. Es básicamente la apreciación de lo que tiene de bueno cada nivel de desarrollo de nuestra humanidad y la integración de los valores genuinos de cada nivel en la etapa siguiente. Integración es la unificación de la experiencia. Al ir percibiendo la realidad y las relaciones desde un nuevo punto de vista sintetizamos lo que vino antes. Esta secuencia se repite más allá

del nivel mental egoíco para alcanzar etapas avanzadas de desarrollo humano. Las cosas buenas que acompañan nuestra jornada espiritual en sus inicios tienen un gran valor, en su debido tiempo; pero se nos pide que las dejemos a un lado al hacerse más íntima nuestra relación con Dios. No es que rechacemos lo que nos servía de consuelo y apoyo en tiempos anteriores sino que ya no dependemos de ello, ni reaccionamos negativamente cuando no lo podemos obtener. Amamos a Dios en toda su creación y en todos sus actos.

Si no pudimos lograr dar adecuadamente nuestro consentimiento en la niñez, en la adolescencia y en la edad adulta, es posible que por gracia divina recibamos la invitación de hacerlo más adelante en la vida. A menudo Dios nos pide que recapitemos sobre la forma de juzgar propia de nuestra niñez, adolescencia, o primeros años de nuestra conversión, cuando no aceptábamos la bondad de sus regalos; y nos invita a que miremos más a fondo nuestras vacilaciones, reconociendo que nuestras actitudes rígidas se basaban en que éramos incapaces de enfrentarnos con ciertas situaciones o relaciones humanas porque nos resultaban emocionalmente traumáticas. Ahora nos pide que aceptemos los placeres legítimos de la vida, el valor de la amistad, el uso de nuestros talentos, la hermosura de la naturaleza, la belleza del arte, el deleite tanto en las actividades como en el descanso. Dios es el gran soporte de la creación y en particular de los seres vivientes. Jesús hace énfasis en esto cuando dice “Yo vine para que tuvieran vida y fueran colmados” (Juan 10:10). La vida es abundante cuando hay unión divina y somos capaces de usar todas las cosas como medios para llegar a Dios y no como el fin. Sin embargo, el requisito para poder llegar a este estado es haber cedido y dado los tres primeros consentimientos.

Cuando aceptamos la creación de Dios y nuestra bondad básica como seres humanos, y estamos dispuestos a soltar todo aquello a que estamos apegados en este mundo, es cuando llegamos a la capitulación final que es permitir que muera el *falso yo* y surja el *Yo verdadero*. Este *Yo verdadero* podría describirse como nuestra participación en la vida divina que se manifiesta en la individualidad de cada uno de nosotros. Dios nos puede llevar a este punto de varias maneras. Puede suceder al comienzo de la vida adulta, pero si nos es así, las etapas posteriores de la vida natural pueden hacer que suceda más adelante. En lo que se llama crisis de los cuarenta, hasta los más exitosos suelen preguntarse si han logrado algo en la vida. Más adelante, comenzamos a experimentar que declinamos físicamente con enfermedades y achaques de la vejez. Lo que sucede en el proceso de morir puede ser la forma como Dios corrige todos los errores que hemos cometido y todas las oportunidades que desperdiciamos durante las etapas más tempranas de nuestra vida. Puede también proporcionar la mejor de las oportunidades para consentir al regalo que Dios nos hace de nuestro propio ser.

CAPITULO OCHO

Bernie

La historia del hermano Bernie O'Shea es el ejemplo perfecto de lo que la práctica representa consentir a la bondad básica de nuestro ser natural. Bernie entró al monasterio a la edad de 17 años, cuando acababa de salir del colegio. Era un joven cariñoso, expresivo, con mucho calor humano y sociable. En esa época los miembros de la orden trapense vivían como ermitaños en comunidad, debido a que se observaba el más estricto silencio. Yo no sé si Bernie tenía conocimiento de esto antes de entrar, pero entró, con su gran sonrisa, exhuberancia y paso alegre.

Lo primero que hizo Bernie fue tratar de hacerse amigo de todos los otros novicios. Como sólo le era permitido usar gestos para comunicarse, se aprendió las 200 señas en un día. Aprovechaba cada oportunidad que se le presentaba para conectarse con los demás, como cuando alguien le abría la puerta para que él pasara del noviciado al claustro. Bernie acechaba la ocasión para poder exteriorizar el gesto que significaba "gracias". Este gesto consistía en llevar las puntas de los dedos de la mano derecha a nuestros labios y besarlos discretamente, sin hacer ningún sonido. Cuando alguien le abría la puerta, Bernie se sentía feliz, y como el lanzador que en el béisbol se prepara para disparar una pelota bien rápida, rotaba su brazo derecho, se llevaba los dedos a la boca y muy efusivamente emitía un ruidoso beso acompañado de la sonrisa más elocuente posible. La primera vez era una experiencia maravillosa, pero después de repetirse tres o cuatro veces en un día, yo, por mi parte, me sentía inclinado a caminar en dirección opuesta cuando lo venía venir.

Los superiores se dieron cuenta de que Bernie era muy sociable y decidieron que haría un buen hermano. En esa capacidad se le presentarían más oportunidades de prestar servicios prácticos y de usar el lenguaje mudo, y hasta una que otra palabra hablada cuando ocasionalmente el trabajo lo requiriera. Decidieron que sería un buen cocinero. Esto no fue nada fácil para Bernie. Para él, aprender a cocinar significó copia página tras página de recetas con notas que él mismo se escribía al margen para ayudarse.

Cuando la comunidad se disponía a mudarse de Velly Falls en Rhode Island a una hacienda ganadera en Spencer, Mass., mandaron a Bernie para que durante dos meses les cocinara a los dos monjes que estaban encargados de convertir los establos en monasterio. Esta fue la primera oportunidad que se le presentó a Bernie desde que entró en la comunidad de estar en contacto con gente que no fuera del convento. Un nuevo horizonte se abría para su carácter amigable.

Después del fuego que prácticamente destruyó el viejo monasterio en Rhode Island en marzo de 1950, el abad me envió a reemplazar al sacerdote que estaba a cargo allí, a quien iban a necesitar para renovar y habilitar un campo abandonado para que la comunidad pudiera trasladarse y ocuparlo. Llegué con ese fervor monástico que me invadía desde mi ordenación un año antes.

El propietario del establo todavía residía allí con su familia. Ya Bernie se había hecho amigo de la señora; gozaban intercambiándose recetas culinarias y a ambos les gustaba la música y los objetos decorativos. Un día que salí a dar una caminata, se pusieron de acuerdo y colocaron cortinas en las ventanas. Cuando entré me quedé sin habla. Los trapenses en esa época tenían fama de vivir un estilo de vida muy simple. Nos sentábamos en bancos; no se conocían en el monasterio sillas con espaldar, alfombras en el piso, o cortinas en las ventanas. Lo primero que me vino a la mente fue: -¡Esto es totalmente contrario al espíritu trapense!- Y sentí que me correspondía como persona al mando en ese momento, hacer cumplir el reglamento. Unos días después salió Bernie a dar una caminata, y de acuerdo a mi manera de pensar, quité todas las cortinas, alfombras y adornos. Cuando el regresó y vio la aridez, estoy seguro que se sintió herido, pero aceptó mi decisión, como era natural, porque yo era el que mandaba. Por suerte para él, al poco tiempo lo transfirieron de nuevo a Rhode Island y se escapó de mi régimen austero

Yo había heredado una tradición trapense que condenaba cualquier forma de disfrutar algo. Darse cualquier gusto era considerado como una manera de caer nuevamente en lo mundano. Bernie no podía entender qué tenía de malo deleitarse con el arte, la música, las flores, una puesta de sol, y la compañía de otras personas. Cuando se comenzó a construir un nuevo monasterio en Colorado cerca de 1960, el abad envió a Bernie para allá para que les cocinara a los encargados de la construcción. Cuando Bernie llegó al bello valle de Roaring Fork con su enorme colección de libros de cocina, se enamoró de las montañas, las nubes, las noches estrelladas, y la primavera de las montañas de Colorado. Nadie ha querido esa altiplanicie como la amó Bernie. Las flores le fascinaban; se podía quedar extasiado admirando una margarita, y había quien pensaba que era pura comedia, pero ¡jamás lo fue! Más tarde, cuando yo llegué a Snowmass, recuerdo que me decía: -Dios me habla por medio de las flores. ¿Puede haber algo malo en eso?-. Yo tenía que responderle: -Me supongo que no- pero en el fondo no estaba de acuerdo con él. Lo que yo pensaba era que él no tenía sus prioridades muy en orden y que su primordial interés debía dirigirse a la oración, a las lecturas espirituales y a las prácticas de la penitencia, ¡nada más!

Bernie sí leía los evangelios continuamente pero no tenía interés alguno en leer algo diferente. Con frecuencia decía que unas cuantas frases del evangelio le bastaban. Le gustaba mas bien salir a caminar por el bosque o la falda de una montaña, y observar las nubes, las flores, un antílope, un puerco espín o un águila que apareciera.

Las inclinaciones sociales de Bernie estaban severamente restringidas por nuestro estricto reglamento de guardar silencio. El no entendía qué podía tener de malo ser amigable o tener una fiesterita de vez en cuando, pero en aquellos tiempos eso era una rareza para nosotros. Todavía recuerdo qué novedad tan impresionante fue cuando comenzamos a cantar cánticos navideños en la Nochebuena. Más tarde nuestro abad, que era un hombre de ideas más avanzadas, dio permiso para servir helados de crema en las grandes fiestas, pero esto no era muy frecuente; y no se podía romper el silencio el comedor.

A Bernie lo atormentaban a menudo dudas sobre sí mismo porque se daba cuenta que sus ideas de cómo debía ser un monje no eran las convencionales. El sentía que el verdadero valor de la vida monástica era la comunidad y que al manifestar amor por sus hermanos y servirles en lo posible, era la mejor forma de expresar ese valor. La idea de vivir como ermitaños en una comunidad él no la podía entender. Estaba de acuerdo con la soledad, pero le parecía exagerado el silencio. Pensaba que debería haber más oportunidades de

poderse comunicar. Pero aceptaba el estado de cosas y continuaba cocinando y trabajando fuertemente para complacer a los demás.

Después de residir tres años y medio en Snowmass, fui elegido abad de la casa matriz y regresé a Spencer. A raíz del Concilio Vaticano II, se les pidió a las órdenes religiosas que revisaran sus respectivos reglamentos, teniendo en cuenta las condiciones modernas existentes y el carisma de sus respectivos fundadores. Rápidamente comenzaron los cambios en la orden trapense. Se modificó el reglamento de guardar silencio, y al superior local se le autorizó para que usara su propio discernimiento para cambiar disposiciones que hasta entonces se habían considerado inalterables. Ahora serían permitidos eventos tales como celebraciones o excursiones.

Bernie consideró estos cambios como una afirmación de su propia orientación monástica. Llevaba muchos años pensando que él era el único que estaba loco en la comunidad. Ahora la comunidad entera empezaba a moverse en la dirección que él le pareció desde un principio ser la correcta. Esto le dio nuevos ánimos para seguir su inclinación de servir a la comunidad y demostrar su amor en todas las formas posibles. Su servicio se convirtió en arte. Si ser genio es el arte de llevar cosas al extremo, Bernie era un genio. Ensanchó su círculo de bondadosa influencia más allá de la cocina. No sólo se preocupaba de que tanto sus hermanos en la comunidad como los huéspedes tuvieran alimento adecuado, sino también de que tuvieran suficientes frazadas y vestuarios, de que tuvieran la oportunidad de ver un rebaño de antílopes cuando pasaban por allí; y de que, si eran forasteros tuviesen la oportunidad de conocer los alrededores. Ofrecía excursiones a las montañas y celebraba los cumpleaños y los retornos de los que se habían ausentado.

En aquellos días una fiesta consistía en tener ocasión de charlar un poco y disfrutar algunas golosinas, especialmente helado de crema. Uno de los pasatiempos favoritos de Bernie en esas fiestas era fastidiar a los miembros más austeros de la comunidad. Se preparaba un plato de helado comenzando por 4 o 5 porciones de helado de chocolate o vainilla. Los cubría con una buena cantidad de salsa de chocolate caliente seguida de una generosa porción de crema batida que cubría con nueces. Luego se sentaba delante de los ascetas más recalcitrantes a comerse este postre, relamiéndose y chasqueando los labios para demostrar lo delicioso que estaba. Su filosofía era, -Si te vas a dar un gusto merecido, ¿por qué no disfrutarlo?- No podía imaginarse por qué los monjes se sentían culpables ante cualquier placer inocente que pudieran experimentar.

En una típica casa del oeste americano, la cocina es el centro del hogar, es el sitio donde todos entran y salen. Ese era el reino de Bernie. Desde allí reinaba sobre el grupo. Quisiera o no quisiera el abad, Bernie se había convertido en su mano derecha. Se le había otorgado completa libertad para atender a los que visitaban el monasterio, y era tal su forma de tratar al visitante, que el que conocía a Bernie, generalmente no lo podía olvidar. Hasta se interesaba en lo que los visitantes comían en los restaurantes de Aspen. Si venían a pasar la noche, se aseguraba de que se desayunaran bien. Cuando vino mi hermano de visita, le llamó la atención que Bernie insistió en prepararle huevos con tocineta, algo que no le era permitido comer a los demás en la comunidad.

En aquellos tiempos yo venía con regularidad a Snowmass como representante oficial de la orden, para darle aliento y dirección a la comunidad. Como visitante entrevistaba a los miembros de la comunidad durante gran parte del día, escuchando sus opiniones de cómo se observaban las disposiciones y las dificultades con que pudiesen estar tropezando.

Bernie percibía que esto era una tarea fatigante, así que tenía por costumbre traerme una taza de té, acompañada por supuesto de unas galletitas. Todavía no se conocían los recesos para tomar un refrigerio, y al principio vacilé para recibir la atención, pero a él le producía tanto placer hacerla que yo no podía rechazarla. Bernie tenía la cualidad de podernos hacer sentir que al aceptar sus actos de cariño le estábamos haciendo un favor a él.

Como parte del proceso de renovación, se decidió que los hermanos se integraran al coro de los monjes, lo cual causó un gran descontento entre alguno de los hermanos, entre ellos Bernie. Sin embargo se puso a pensar que en una comunidad todos deben cooperar. A pesar de que no le llamaba la atención unirse al coro, aprendió a tocar el órgano para poder contribuir con el regalo de su presencia a la hora de la oración común. A él le gustaba toda clase de música. Cuando acompañaba los cánticos, tenía la tendencia a usar el trémolo, simplemente porque le gustaba el sonido. Para alguien entrenado a oír la pureza de un cántico gregoriano, esto no era propiamente lo último en música sagrada. Lo que demostraba con sus esfuerzos era su determinación a servir las necesidades de la comunidad.

Por muchos años tuve que ir y venir en mis visitas y pude observar cómo Bernie crecía en madurez y en su amabilidad llena de amor. Se volvió menos imprudente en imponer sus atenciones caritativas a los demás y parecía aparecer cada vez que se necesitaba algo.

En cierta ocasión el abad local participó en un taller y llegó convencido de que la comunidad se beneficiaría al poner en práctica una dieta macrobiótica que le habían enseñado. A fuerza de perseverancia, Bernie a estas alturas se había convertido en uno de los mejores cocineros de la orden. Cuando la comunidad estuvo de acuerdo en seguir dicha dieta, Bernie se sometió, aun cuando para él significaba hacer a un lado todas sus recetas, tan cuidadosamente coleccionadas y anotadas. Todas las golosinas que le encantaba preparar y comer fueron eliminadas en esta dieta, y reemplazadas por jugo de zanahoria, vegetales crudos y postres sin azúcar, cosas totalmente extrañas a su paladar. Por suerte para él, todos comenzaron a enfermarse, comenzando por el abad. Gradualmente se fue modificando la dieta y a su debido tiempo echada al olvido.

De vez en cuando la comunidad se reunía para una evaluación, en la cual los monjes podían presentar asuntos de interés común. En cierta ocasión una pregunta fue que si sería aceptable ver una película de vez en cuando, o algún programa especial en la televisión. A algunos les preocupaba que esto fuera a introducir el espíritu mundano al monasterio. –esa no es nuestra vocación- decían. Una vez que todos habían opinado, Bernie, que había sido el promotor original de la idea, dijo –¿Se les ha ocurrido pensar que a lo mejor las personas que en este momento están viendo televisión son más santas que nosotros?- Nadie pudo contestar, y se trajo un televisor para poder ver un video de vez en cuando. Yo me sospecho que eso era lo que todos querían, pero Bernie fue el más sincero y franco al votar.

Aunque rara vez se presentaba la ocasión, a Bernie le encantaba ir a Aspen a mirar tiendas. Cuando oía decir a alguien que Aspen era la ciudad del pecado, la Babilonia del Oeste, la capital de la cocaína de América, el respondía – Yo encuentro a Dios en Aspen-. Como el abad conocía su afición a los documentales de National Geographic, le permitía cuando visitaba esa ciudad que entrara a la rectoría local para ver algún documental sobre las ballenas y otros temas de la naturaleza.

Cuando yo renuncié a la abadía de Spencer en el otoño de 1981, la comunidad de Snowmann me invitó que fuera a residir con ellos. Todos me dieron una calurosa bienveni-

da, pero yo me percaté enseguida de que la mente de Bernie estaba trabajando tiempo extra. Me imagino que reflexionaba, diciéndose a si mismo: -Este ha sido abad de un gran monasterio y ha servido a la orden durante 20 años. Ahora le toca vivir en esta comunidad tan pequeña e insignificante. Debe extrañar la que dejó atrás y todos sus hermanos. Merece especial consideración-. En lugar de tratarme como a los demás, se tomó el trabajo de averiguar qué comida me gustaba y qué cosas no podía comer, agregando algo más a odas sus otras actividades que aumentaban constantemente. Me acuerdo que me vino el pensamiento - ¡Así debe ser Dios!- Cuando una persona e trata de tal manera que te hace pensar en Dios, no cabe duda de que esa persona es un sacramento de la presencia divina.

Durante la celebración de mi primer día de acción de gracias en Snowmass, Bernie estaba tocando el piano como le gustaba hacerlo y de casualidad tocó una melodía que a mí me gustaba mucho. Quise pedirle que me la grabara en una cinta para poder oírla de vez en cuando, pero con el ajetreo de la fiesta no tuve oportunidad de expresarle mi deseo.

Unas pocas semanas después, el abad y yo estábamos asistiendo a una reunión de superiores en otro monasterio. Estando allí, un día el abad recibió una llamada telefónica informándole que Bernie se había desplomado muerto en las calles de Aspen. Había ido al dentista y tenía mi hábito consigo para llevarlo a limpiar. Después iba a ir a la rectoría local a ver un video de ballenas, pero le dio un ataque al corazón y murió instantáneamente.

Al abad le afectó tremendamente la noticia. De inmediato tomó un avión de regreso y me pidió que me quedara para que lo representara en la reunión. Dos días después viajé yo de regreso y aterricé en el aeropuerto de Aspen. Era un día invernal bellísimo y el esplendor de Colorado se apreciaba más que de costumbre – un cielo azul brillante, unas cuantas nubes blancas, nieve, los pinos verdes, el aire puro como el cristal. No pude menos que pensar - ¡Esta altiplanicie está celebrando! ¡Le pertenece a Bernie que le tuvo tanto amor!

Cuando monté en el automóvil, el hermano que me había ido a recoger me dijo - ¿Te gustaría volver a oír la voz de Bernie? – Respondí -¿Qué quieres decirme con eso? ¿Cómo puedo oír su voz de nuevo?- El me contestó – Unos pocos días antes de su muerte, Bernie y yo grabamos una cinta para las bodas de plata de mi hermano.- Gesto típico de Bernie, había deseado darle una sorpresa al hermano de uno de los monjes del cual se había hecho amigo. Bernie y este hermano habían producido una comedia en la cual Bernie actuaba como un pianista en un club nocturno de Aspen. El otro hermano hacía el papel de un locutor de una estación de radio local que lo estaba entrevistando. Le dije –Por supuesto, ¡oigámoslo!-

El hermano tocó la cinta. ¿Qué se creen que era la grabación? La música que Bernie tocaba en el piano era la tonada que yo había querido pedir que grabara para mí. Y el pensamiento que enseguida me asaltó fue –Por Dios, Bernie ¡Cómo te esmeras en agradar! Ahora que ya estás disfrutando de la gloria eterna, ¡todavía me complaces con esta petición mía!- Era demasiada la coincidencia para que yo pudiese interpretarla de otra manera.

Nunca he conocido a nadie que se pareciera más a un rayo de sol que este hombre. Nadie jamás amó la vida con tanta sinceridad y nadie aceptó la bondad básica de la misma como él, sin reservas. Sin embargo, dejó atrás sin titubear para responder al llamado de Dios. Eso es auténtico desprendimiento – aceptar todo lo que Dios quiere que aceptemos y dejar todo lo que Dios quiere que dejemos, a veces en una fracción de segundo.

CAPITULO NUEVE

San Antonio, paradigma del camino espiritual

San Antonio de Egipto, padre del monaquismo cristiano durante el siglo cuarto, es uno de los pocos santos cuya jornada espiritual conocemos detalladamente. Su biografía contiene un paradigma para dismantelar el *falso yo* a través de la confrontación, que es activa, y de la purificación, que es pasiva. Bernie nos da el ejemplo de cómo dismantelar el *falso yo* en forma positiva a través de un amor incondicional; como es natural, no puede existir egoísmo cuando existe la disposición de ánimo de darse continuamente sin retener nada. La solución más indicada para la condición humana pudiera ser la combinación de las dos.

En los capítulos anteriores vimos la dinámica que ayuda a la formación del *falso yo* y cómo el mismo impide que podamos tener una relación adecuada con Dios, con nosotros mismos, y con los demás. El dismantelamiento del *falso yo* a veces se percibe como una lucha interior, pues la realidad ¡LO ES! San Antonio de Egipto, el campeón de la vida ascética, representa el paradigma perfecto de esta manera de ver el camino espiritual. Al seguir esta ruta interior, él también llegó al punto de perfección en clamor y manifestó su gran preocupación por las necesidades de los demás, igual que lo que Bernie manifestó y practicó.

Estos dos caminos no deben mirarse como opuestos. Ambos son necesarios para un desarrollo espiritual balanceado. Donde más nos ayuda San Antonio es al servirnos de ejemplo de lo que es el meollo del camino espiritual, que podríamos definir como nuestra lucha con las motivaciones subconscientes, ya sea que el énfasis se le dé al aspecto positivo o el aspecto negativo. La cruz que Jesús nos invita a cargar es precisamente la de las heridas emocionales que acarreamos desde la más tierna infancia y que se unieron a los mecanismos de defensa que fuimos desarrollando para poderlas sobrellevar. Aun cuando el pecado original no se atribuye a algo malo que hayamos hecho, sí hace que nos invada la sensación de estar separados de Dios, de los demás y de nuestro auténtico ser.

El término “pecado original” se usa para describir la experiencia universal de llevar al completo uso de razón sin la certeza de estar unidos a Dios. Esto nos causa una profunda sensación de estar incompletos, divididos, aislados, y de ser culpables. Se nos inculcan desde muy temprana edad las consecuencias culturales que trae este aislamiento, y se transmiten de generación en generación. La urgente necesidad de escapar de la inseguridad que nos proporciona esta situación da lugar, si no es corregida, a los deseos insaciables de placer, posesiones y poder. A nivel social, da lugar a violencia, guerra e injusticia institucionales.

Las consecuencias específicas del pecado a que me refiero incluyen todos aquellos hábitos adquiridos para provecho propio, y que desde el instante de nuestra concepción han entrado a formar parte de nuestra personalidad; son el resultado del daño que con o sin intención nos hayan hecho otras personas a una edad en que no nos podíamos defender, y nos llevaron a adoptar métodos que sirvieran para no sentir el dolor de situaciones intolerables,

de los cuales muchos están sepultados en el subconsciente. Este conglomerado de reacciones preracionales es el fundamento del *falso yo*. El *falso yo* se desarrolla en oposición al auténtico YO. Su centro de gravedad es su propio centro; está separado de Dios y del prójimo y se concentra en sí mismo.

En los tiempos de San Antonio, los demonios eran personajes familiares en las creencias populares, tanto dentro como fuera del cristianismo. No nos debe sorprender entonces que San Atanasio, Obispo de Alejandría, quien escribió la biografía de San Antonio, describe su vida asceta como una serie de combates con el demonio. Nos demuestra que la lucha espiritual era un tema muy vivido por la iglesia en sus comienzos.

Con anterioridad al edicto de Milán en el año 313, por medio del cual se estableció la paz entre el imperio romano y el cristianismo, el gran símbolo de perfección cristiana era mantenerse fiel a los evangelios cuando había que enfrentarse con una persecución. Durante los primeros tres centenarios los cristianos vivían con la amenaza diaria de convertirse en carnada de leones, ser enviados a la minas, excluidos o rechazados de cualquier tipo de puesto público. El edicto de Milán fue un suceso de enorme significado para esta iglesia perseguida cuyos miembros en su mayoría eran esclavos y gente pobre. Una vez que desapareció la perspectiva diaria del martirio, los cristianos en su fervor comenzaron a buscar una forma de vida que expresara su dedicación a Cristo en forma similar.

Cuando Atanasio escribe la obra titulada *La Vida de San Antonio* a mediados del siglo cuarto, unos años después de la muerte del santo, afirma que el mismo espíritu de abnegación que llevó a los cristianos al martirio continuaba presente en la iglesia y llamaba a sus miembros a una nueva expresión de consagración a Cristo. Atanasio inventó la frase “el martirio cotidiano de la consciencia” al referirse a la forma de ascetismo en el desierto que San Antonio introdujo. Compara la generosidad al tratar de encontrar a Dios día tras día en la práctica del ascetismo, con la generosidad de estar dispuesto a sacrificar su vida en el coliseo. Llegó al extremo de considerarlos iguales, y fue así como la vida del asceta llegó a convertirse en la forma ideal de vida para un cristiano devoto en tiempos de paz.

San Antonio nació en el año 251, en una pequeña población al sur de Egipto. Sus adinerados padres eran propietarios de una hacienda muy fértil que tenía aproximadamente 200 acres. Lo que sabemos de San Antonio es que era un niño de cabellos rubios que se comía lo que le servían y obedecía a sus padres. Pero este alegre hogar fue desbaratado por una tragedia, aunque no sabemos exactamente qué pasó. A lo mejor los padres del santo se mataron en un accidente, y él quedó huérfano a la edad de 18 años, a cargo de la hacienda y de su hermana menor.

Cierta vez que San Antonio había estado reflexionando sobre cómo los apóstoles habían dejado todo atrás para seguir a Cristo, entró por casualidad en una iglesia local, y justamente estaban leyendo el capítulo 19 del evangelio de San Mateo, versículos 21-23, que le llegaron al corazón: “Para alcanzar perfección, andad, vended todas vuestras pertenencias, y dadle el dinero a los pobres. Es así como obtendréis un tesoro en el cielo. Después regresad y seguidme”. (Este es el mismo pasaje que en tiempos posteriores inspiró a San Francisco de Asís y lo convirtió). San Antonio de inmediato vendió todo lo que tenía, dejando solo lo necesario para mantener a su hermana. Aunque esto último puede parecer una decisión muy prudente, los planes de Dios eran otros. Unas pocas semanas después volvió a entrar a la iglesia, y esta vez la lectura era “¿Por qué, pues tantas preocupaciones?: ¿qué vamos a comer?, o ¿qué vamos a beber?, o ¿con qué nos vestiremos?” de Mt. 6.31.

Apresuradamente se deshizo de lo poco que había guardado para proteger a su hermana y puso a esta al cuidado de un grupo de piadosas mujeres.

Fue así como San Antonio se liberó para dar paso a la atracción que sentía por el ascetismo. En aquella época no había comunidades religiosas organizadas, así que se dedicó a perfeccionarse en los dos aspectos que podía practicar en su vida cotidiana, a saber, seguir un buen ejemplo, y obtener consejo de los que venían andando el camino espiritual por largo tiempo. Bajo esta tutela, muy pronto comenzó a experimentar la primavera de la vida espiritual, los primeros frutos de su generosidad. Atanasio escribe lo siguiente al referirse al celo de San Antonio en la práctica de virtudes:

Observaba la amabilidad de uno y la seriedad en la oración de otro; analizaba el genio balanceado de uno y la bondad de corazón de otro; prestaba atención a las vigiliass que observaba uno y los estudios que cursaba otros; admiraba a uno por su paciente tolerancia, a otros por ayunar y dormir en el suelo; observaba de cerca las privaciones de uno y los antecedentes de otro. Y en todos y cada uno de ellos notaba en forma especial su devoción a Cristo y el amor que se tenían unos a otros (La Vida de San Antonio, No. 4,21)

Cabe notar el vínculo que en un grupo une a todos los miembros con sus diferentes dones, a saber: el amor a Cristo y el amor que se profesan unos a otros. Cuanto más profunda sea la unidad, más amplia puede ser la comunidad. La variedad de dones y puntos de vista se consideran fuentes de enriquecimiento y no amenazas para las propias ideas y prácticas.

A continuación se cita la definición de lo que fue el tema básico de las primeras etapas de la jornada de San Antonio, presentadas por Atanasio como una lucha cada vez más intensa con los poderes del demonio:

Al demonio, que odia y envidia todo lo que es bueno, se le hacia intolerable ver a este joven tan resuelto, y decidió emplear contra él sus acostumbradas tácticas. (La Vida de San Antonio, No. 5, 22)

Este término de *acostumbradas tácticas* nos revela un programa de pruebas a las cuales el diablo somete a los neófitos en el camino espiritual con el fin de descubrir sus puntos débiles para luego hacerlos resaltar y así lograr que desistan de perseverar en la jornada y regresen a sus ocupaciones anteriores. En otras palabras, el envidioso de todo lo bueno nos tienta para que desistamos de seguir a Cristo y regresemos a cultivar nuestro *falso yo*.

La historia luego nos presenta a San Antonio al cabo de varios meses de intenso ascetismo, viviendo una vida de muchas privaciones. Para expresarlo en términos contemporáneos, podríamos decir que vivía en las afueras de la ciudad en una choza situada frete al basurero público la primavera de su jornada había pasado; los consuelos interiores ya no los tenía, y estaba muerto de hambre por los ayunos. Súbitamente despertó su imaginación. El demonio comenzó a recordarle todos los placeres que había dejado atrás en su vida pasada.

Lo primero que le vino a la mente fue el recuerdo de su propiedad. Vislumbró una vez más los fértiles campos y las aguas del Nilo resplandecientes en una puesta de sol. ¡Reinaba tanta calma allá! En la distancia se alcanzaba a oír una suave música de cuerda.

Podía oler la fragancia intensa de las flores que parecían jazmines o vistarias. Con su imaginación y con los recuerdos evocados se despertaron sus sentidos de vista, olfato, sabor, tacto y sonido, haciéndole sentir una inmensa nostalgia de aquella propiedad cuya belleza se acentuaba en esas preciosas noches de verano. Para completar el cuadro, en ese momento oyó una vocecita que le susurraba al oído: -Antonio, ¿cómo pudiste abandonar una propiedad tan preciosa? Pero todavía existe. No es demasiado tarde. ¡Si regresas de inmediato, todavía la puedes recuperar!-.

Esa entidad espiritual que llamamos diablo podría muy bien ser un director de escenografía o coreografía, al lado del cual Cecil B de Mille parecería un simple aficionado. Al despertar los sentidos y presentar las imágenes de acuerdo con la ocasión, el diablo evoca los recuerdos más tiernos y los sentimientos más conmovedores para impresionar al máximo. Su propósito es debilitar la resolución de uno para continuar el camino espiritual.

Pero San Antonio permaneció firme en su decisión. A continuación el diablo usó como tentación el recuerdo de su relación íntima con amigos y parientes. En su vida asceta no era apropiado tener contacto alguno con ellos. Es más, los amigos de Antonio seguramente al enterarse de su nuevo estilo de vida evitaban a toda costa acercársele. El diablo le recordó al santo que no volvería a ver a su hermanita, usando esto términos – Se acabaron los abrazos llenos de afecto, las reuniones familiares, las celebraciones de cumpleaños- le decía. Los más tiernos recuerdos de amigos y familiares aparecieron en el nivel consciente de su imaginación. Pero San Antonio siguió firme en su propósito.

La siguiente tentación estaba dirigida a la parte monetaria. Como vimos, Antonio se había deshecho de todo lo que poseía por amor a Cristo, hasta de lo poco que primero había reservado para su hermana. Ahora, sentado en su humilde choza donde sólo lo acompañaba su pobreza, su mente se vio asaltada por el deseo de tener dinero: placeres, viajes, estudios, inversiones, ¡a lo mejor establecer fondos para poder ayudar a los pobres! Antonio ignoró totalmente la procesión interminable de posibilidades.

Enseguida vino la tentación del poder. Este joven que no sabía lo que era controlar a nadie, comenzó a sentir el deseo de controlar a los otros ascetas. Una voz misteriosa e insidiosa le decía al oído, -Antonio, si te hubieras quedado donde estabas, hubieras podido trabajar en la planta local de fertilizantes. ¡Todavía estás a tiempo!; Con tu talento, te convertirías en ejecutivo en poco tiempo!; O en gerente!; Y muy pronto llegarías a ser el presidente de la compañía!; Y podrías salir y adquirir todas las otras plantas de productos fertilizantes en Egipto!- Nótese cómo este tipo de tentación se agranda más y más. Antonio no se inmutó con las sugerencias.

A continuación vino la atracción de ser famoso. Esta forma de vanidad estaba tan fuera de lugar en el tipo de vida que él había escogido que le resbaló por encima.

Su imaginación y memoria fueron entonces dirigidos a las cosas amenas de la vida: los deportes, equipos de sonido, el cine, vacaciones, una mansión, todas las comodidades de una buena vida. Todo lo que había sido más atractivo y encantador en su vida anterior, desfiló ante sus ojos. Era un fuerte contraste con su choza de lata y el espectáculo del basurero al frente. El contraste le hizo dar un respingo, pero no se entretuvo mucho con estas ideas tan placenteras.

Y no podía faltar la tentación de comida y bebida. Este joven que había sido criado en una casa donde no faltaba nada, había estado ayunando durante meses comiendo vegetales una vez al día y muchas veces sólo pan y agua. Le empezaron a bailar delante los viejos

tiempos y a lo mejor veía las hamburguesas de carne de cocodrilo que cocinaba y se comía a la orilla del Nilo. Y cada tentación terminaba con la misma frasesita –Antonio, ¡no pierdas tiempo! ¡Tienes que dejar esto! ¡No lo pienses dos veces! ¡Regresa a tu lujosa propiedad! ¡Regresa a tu carrera! ¡Regresa a tus amigos! ¡Regresa a esas cenas principescas!-

Todas las tentaciones tan mundanas que lo acosaban no venían de fuera sino de su interior. Eso era precisamente lo que era tan desconcertante y confuso. ¿Cuál fue el método para resistirlas? Fe, determinación y oración incesante. Antonio estaba decidido a no abandonar el camino espiritual y ese es su mensaje a aquellas personas que en todos los tiempos la emprendan: ¡Nunca desistan de esperar a Dios, nunca desistan de tener confianza en Dios, nunca desistan de comunicarse con Dios por medio de la oración!

El diablo estaba estupefacto ante la firmeza de San Antonio. Sospechaba que al escapar ileso de sus ataques, Antonio podía minar su maligna influencia sobre la población local. En vista de que las atracciones positivas para que Antonio volviese a su forma de vida anterior habían fallado, el diablo recurrió a otro truco: debilitaría la resolución del muchacho de perseverar en el camino espiritual convenciéndolo de que si la abandonaba podía dedicarse a algo mejor. Normalmente seguidores de Cristo que están llenos de generosidad no pueden ser tentados por el diablo con cosas por el solo hecho de ser atractivas, ni van a transar su espiritualidad por su mediocridad respetable. Sólo los puede atraer la idea de hacer algo aún mejor.

La voz del demonio retó la resolución de Antonio con la siguiente consideración: - ¡Antonio, qué has hecho! Has dejado a tu hermanita en manos de esas mujeres austeras, lúgubres y con caras de caballo. Aparentan ser mujeres piadosas cuando en el fondo son brujas. Nunca sonrían. No la dejan jugar con sus muñecas. Le pegan cuando comete la más mínima falta. No hace más que llorar. ¡Debes partir de inmediato a rescatarla!-

Este es el más sucio de los trucos. A veces nuestros seres queridos nos presentan el mismo dilema de conciencia. La madre de uno de los novicios en mi monasterio le escribía regularmente y le decía: _Si no regresas a casa, ¡me voy a suicidar!- Imagínense recibir un mensaje así un día de ayuno, frío, oscuro y húmedo. El monje decidió quedarse y la madre continuó viviendo.

Una de mis abuelas me consentía mucho porque yo llevaba el nombre de mi abuelo a quien ella adoró. Hacíamos muchas cosas juntos. Después de mi conversión, en que dejé los objetivos mundanos para dedicarme a lo que nos enseñan los evangelios, ella no podía entender mi interés cada vez mayor en cosas de orden espiritual. Cuando le informé que tenía intenciones de entrar a un monasterio trapense, eso fue el colmo. Para ella, que se había criado oyendo cuentos de que los monjes eran perversos y que se encontraban calaveras de bebés en los pasajes subterráneos que conectaban los monasterios con los conventos de monjas, ser monje era llegar al último grado de degeneración.

Durante su última enfermedad, mi abuela estaba postrada en cama en su apartamento en Nueva York, atendida por enfermeras las 24 horas del día. Un día me llegó una carta en que me decía, -Mi querido nieto, estoy en cama y te echo de menos. No pierdo las esperanzas de que regreses a casa. Cada rato le repito a mi enfermera “Si mi nieto no va a regresar, preferiría que me tiraras por la ventana!”- Lo primero que se me vino a la mente fue - ¿Cómo puedo causarle tanto sufrimiento a alguien que me quiere tanto?- Es el tipo de tentación que sacude nuestra vocación hasta la raíz y hace tambalear nuestras intenciones. Si el

deseo que nos llevó a entrar al monasterio fue el de ser campesino, liturgista o vivir en la vereda, nuestra permanencia en él no va a ser muy larga.

Voy a nombrar unas cuantas escenas que estas tentaciones sutiles tienen en común. La meta final es siempre la misma: que abandones tu compromiso de seguir andando en el camino de la espiritualidad y te dediques a algo “mejor”. Y la voz del tentador se manifiesta diciendo:

-Mi alma querida, ¡pensar que tú estabas estudiando medicina e ibas muy bien! ¡Con la escasez de médicos que hay! ¿Por qué no regresas y continúas tu carrera? Podrías servirle a la humanidad con mucha más generosidad....

o

-Mi querido amigo, tus padres están otra vez peleando y tú eres el único que siempre pudo restablecer la paz en el hogar. Si partes ahora, volverá a reinar la armonía allá...

o

-Apreciado amigo, ¿recuerdas a tu viejo amor? Está sentada sola con sus muebles, y las lágrimas corren por sus mejillas. Su corazón está destrozado. ¿Cómo puedes hacerle esto?- cuando en realidad ella ha conocido a un hombre maravilloso, nunca se ha sentido más feliz y ni se acuerda de ti; pero los cuentos del demonio sólo tienen una versión. El puede presentar una serie interminable de argumentos para darle fundamento a su tesis. Se nos invita a que veamos una producción que es interesante y absorbente, pero totalmente falsa.

Cuando el diablo vio que había fracasado en su intento de persuadir a San Antonio para que regresase a su antiguo estilo de vida, trató de insinuarle una actitud negativa hacia la vida asceta que había abrazado. Su primera trama fue sacar a relucir la debilidad corporal y los rigores del ascetismo diciendo: _Antonio ¿cuánto tiempo crees que vas a poder vivir así? Te vas a enfermar. ¡Te puedes morir!- Le recordó todos los años que le quedaban por delante y cómo el tiempo parece eterno en circunstancias adversas. -¿Cómo pretendes mantener este ataque contra el *falso yo* – le decía, - mes tras mes, año tras año?-

Finalmente, el diablo recalcó el enorme esfuerzo que se requiere para practicar las virtudes y dismantelar los programas emocionales establecidos para encontrar la felicidad. -¿Cómo vas a renunciar a tu deseo de controlarlo todo y de controlar a los demás, si tú definitivamente eres superior?- le dijo en una ocasión, y en otra -¿Por qué renunciar a tu deseo de bienestar y seguridad? ¡Tú te lo has ganado y te lo mereces! – O la estocada final – Tú eres demasiado joven para haberte metido en esto. ¡Jamás lograrás permanecer célibe el resto de tu vida!-

Cada tentación está hecha a la medida de cada cual de acuerdo a su historia personal y a su vulnerabilidad individual. El rigor de las virtudes, el tiempo durante el cual se practicarán y el esfuerzo que esto requerirá, dan lugar a tentaciones que atacan en varias formas y grados de intensidad. Una puede ser la incompatibilidad con el consorte, la familia, o los demás miembros de la comunidad a la cual se pertenece. Yo recuerdo que cuando llegó el momento de hacer mis votos perpetuos en la orden trapense, me vi enfrentado con la penetrante pregunta, -¿Cómo voy a poder soportar vivir los próximos cincuenta o sesenta años con esta persona cuya constancia en la oración me produce tanta envidia?-

A cada una de las tentaciones que tuvo, San Antonio respondió básicamente en forma idéntica: con su determinación de perseverar en el camino espiritual, su confianza en que Dios le daría la gracia necesaria para poderlo hacer, y su oración incesante. Estas tres disposiciones de ánimo representan respectivamente Fe, Esperanza y Caridad.

CAPITULO DIEZ

La noche de los sentidos

Las tentaciones de San Antonio en el camino espiritual descritas anteriormente, eran de dos categorías. La positiva era la atracción que sentía hacia las cosas de que había disfrutado en su estilo de vida anterior. La negativa consistía en el rechazo de la vida ascética que había adoptado. ¿Cuál era la razón por la cual experimentaba tentaciones tan fuertes y frecuentes de retornar a esa vida a la cual había renunciado con tanto vigor cuando originalmente se había comprometido en emprender el camino espiritual?

La respuesta es que sus programas de felicidad todavía estaban presentes en el subconsciente; y era precisamente a ese contenido oculto de su subconsciente al cual el diablo estaba dirigiendo sus ataques. Cuando decidimos seguir las enseñanzas del evangelio, apenas estamos tomando el primer paso en nuestro compromiso con Cristo. Luego hay que enfrentarse con aquello que para el inconsciente es importante. Cuando pasa la primavera del camino espiritual, vuelven a surgir las viejas tentaciones que nos atormentaban antes de nuestra conversión, con fuerza igual o redoblada.

El camino espiritual se caracteriza por el resurgimiento paulatino de todas nuestras viejas motivaciones, las partes oscuras de nuestra personalidad, y los traumas emocionales de la tierna infancia. No hay nada que ayude más a reducir el orgullo que la experiencia real del conocimiento propio. Si nos desanimamos con el descubrimiento es porque no sabemos interpretar su verdadero significado.

¿Qué es lo que experimentamos cuando comenzamos a dismantelar el *falso yo* y nos negamos a actuar con base en nuestros programas emocionales? Sentimos como si nos acercáramos más a Dios. Como sabemos que Dios está siempre presente, podríamos decir que es como si aumentara la intensidad de su presencia en nuestro mundo interior. Una habitación que se arregla y limpia a diario se ve bastante bien a primera vista. Nos produce placer sentarnos en ella. Sin embargo, si encendiésemos cincuenta bombillos de diez mil vatios cada uno y mirásemos el suelo con una lupa, veríamos que la habitación entera está llena de diminutos animalitos y nos apresuraríamos a dejarla.

Dios parece responder a nuestra generosidad con las palabras “Esta persona está tomando en serio el camino espiritual. Pongamos manos a la obra y limpiemos la basura”. Aumenta la iluminación, y como consecuencia, nuestro mundo interior comienza a revelar todo lo sucio, por decirlo así; empezamos a notar el daño que nuestros programas de felicidad han causado no solo a nosotros sino a las personas que nos rodean. Mirando nuestras buenas obras bajo esta perspectiva, se parecen a un montón de trapos sucios.

San Juan de la Cruz, el místico español del siglo dieciséis, ha denominado este difícil período mejor que ningún otro autor espiritual. El lo llama *la noche de los sentidos*. La *primera* indicación de la presencia de esa noche es la aridez generalizada tanto en la oración como en la vida cotidiana. Esta sequedad o disminución en la satisfacción que nos produce nuestra relación con Dios es el efecto directo de un aumento en nuestra fe y el co-

mienzo de la oración contemplativa. Dios está iluminándonos interiormente con un rayo de luz divina, pero nuestro aparato receptivo no está equipado para interpretar adecuadamente la experiencia. Se percibe como una gran pérdida. ¿Qué es lo que se ha perdido? Los amenos y fáciles intercambios de comunicación con Dios de que disfrutábamos previamente cuando reflexionábamos con gran efectividad sobre las Sagradas Escrituras, recibíamos los sacramentos, orábamos y servíamos a los demás. Ahora en esta etapa, cuando abrimos una Biblia es un verdadero esfuerzo el estarse quieto durante el tiempo que nos hemos propuesto dedicarle. Las lecturas espirituales nos hablan con la elocuencia de una guía telefónica. En la misma proporción en que disminuye la gracia que podemos percibir, aumenta la sensación de que los ejercicios espirituales no traen beneficio alguno. Pero tampoco experimentamos placer en las cosas mundanas. El aumento de la fe, bajo la influencia de lo que en teología se llama el don de sabiduría y que es uno de los siete dones del Espíritu Santo, trae como consecuencia esta ausencia de satisfacción, tanto en cosas que se relacionan con Dios como en los programas emocionales que nos parecían tan importantes. Recibimos del Espíritu Santo la revelación de que sólo Dios puede satisfacer nuestra ansiosa búsqueda de lo que creemos nos traerá la ansiada felicidad.

Esta experiencia que es positiva, no es un descontento con algo en particular que se relacione con placer, poder, o seguridad. Nace del reconocimiento de que nada en la creación nos puede producir satisfacción sin límites. Iluminados por esta intuición, sabemos que todos los placeres que buscábamos cuando nos motivaban nuestros programas emocionales no nos van a hacer felices. Esto nos pone en un estado de gran pesadumbre, a raíz de lo cual le empezamos a dar un valor relativo a todo lo que estábamos seguros que podía llevarnos a la felicidad.

El *segundo* síntoma de este avance es el camino espiritual, según San Juan de la Cruz, es una manifestación de miedo de que estamos retrocediendo y que por nuestra culpa o falla personal hemos ofendido a Dios. Esto, unido al hecho de que no estamos recibiendo la gracia de algún estímulo, nos puede confundir enormemente. Algunos llegan a pensar equivocadamente que su relación con Dios ha llegado a su fin. Esto es totalmente falso. Lo que ha terminado es que dependan exageradamente de los sentidos y del razonamiento de orar, y Dios les está ofreciendo una relación más íntima; si dejaran de reflexionar en sus sentidos de ansiedad, comenzarían a percibir esto. Este estado se puede comparar con el bebé a quien se le quita la leche materna. Por lo general los bebés protestan por esta innovación, pero una vez que aceptan el cambio, les empieza a gustar el mejor alimento que ofrecen la carne y las papas. Es parte del crecimiento. La noche de los sentidos es el alejamiento de los consuelos espirituales que caracterizan los primeros tiempos de nuestra relación con Dios; y el alimento sólido de la fe pura es algo que hay que aprender a saborear, como les sucede a los niños con la comida sólida.

El *tercer* síntoma identificado por San Juan de la Cruz de que se está en la noche de los sentidos es el no poder o no sentir inclinación alguna a practicar meditación reflexiva. Este tipo de meditación, en el cual uno considera las enseñanzas y ejemplo de Jesús, es lo que generalmente se recomienda como un paso preliminar para la oración contemplativa. Sin este deseo de meditación reflexiva, la mente se pierde en divagaciones que cubren un gran territorio. La voluntad no encuentra ni placer ni beneficio en determinados actos de amor, alabanza, petición, o cualquier otro tipo de respuesta a los regalos con que Dios nos

colma. Pero aun así, deseamos estar a solas con Él, sin importarnos que una distancia de miles de kilómetros parece separarnos, y que Él ha perdido todo interés en nosotros.

San Juan de la Cruz recalca que es necesario que estén presentes las tres manifestaciones juntas para poder estar seguros de que se trata de la noche de los sentidos. Si solo se puede notar una y faltan las otras dos, puede ser algo de orden patológico como por ejemplo, una depresión.

La noche de los sentidos, nos asegura San Juan de la Cruz, se le presenta “relativamente pronto” a aquellos que emprenden el camino espiritual con dedicación. Al decir *noche*, San Juan de la Cruz quiere indicar oscurecimiento a la forma acostumbrada en que nos relacionamos con Dios, bien sea por medio de reflexión o de la experiencia por medio de los sentidos. La forma familiar en que nos comunicábamos con Dios va siendo reemplazada por una forma desconocida. Esto nos deja en el aire con respecto a los planes y estrategias que habíamos ideado para que nuestra jornada espiritual fuese exitosa. Y aprendemos entonces que para dicha jornada no se puede trazar un mapa por adelantado. Dios nos ayuda a desligarnos de nuestras ideas preconcebidas, iluminándonos desde nuestro interior con los dones contemplativos del Espíritu. Al irradiarnos con su luz y asegurarnos que nos ama, nos deja entrever nuestras debilidades y defectos... no para que nos desanimemos, sino para invitarnos a que nos entreguemos y confiemos totalmente en su infinita misericordia.

CAPITULO ONCE

Las pruebas características de la noche de los sentidos

Cuando al noche de los sentidos se prolonga, se pueden presentar tres pruebas, que aun cuando hacen este período de transición más difícil, lo aceleran, y nos permiten en forma definitiva deshacernos de la influencia y motivación del *falso yo*. Estas tentaciones son pruebas seguras de que estamos en la noche de los sentidos; no se le presentan a todo el mundo ni afectan simultáneamente a una misma persona.

San Juan de la Cruz describe la *primera* tentación de la siguiente manera:

Para algunos el ángel maligno de Satanás se presenta específicamente en forma de espíritu de fornicación que se propone halagar los sentidos con tentaciones abominables y violentas que atormentan sus almas con aquellas consideraciones y cuadros que más atraen la imaginación, y que a veces son una aflicción peor que la muerte.

Atanasio describe con mucha precisión la forma en que San Antonio experimenta esta tentación. Se nos informa que inmediatamente después de haber resistido las tentaciones positivas y negativas de regresar a su estilo de vida anterior, fue cuando al diablo se le ocurrió sacar a relucir esta última tentación. Comenzó por infiltrar en la imaginación del santo imágenes pornográficas comparables a la lluvia de combustibles que un ejército derroamaría sobre una ciudad para allanarle el camino a las tropas por llegar. La siguiente descarga fue despertar deseos sexuales. Aparentemente esta tentación se prolongó por varias semanas o meses. Dice el texto que la lucha entre S. Antonio y el diablo fue tan intensa que sus colegas se dieron cuenta de la batalla que estaba teniendo lugar.

Cuando tenemos tentaciones de esta índole y continúan por algún tiempo, se pueden confundir nuestras conciencias y preguntarse si están consintiendo o no a ellas. Pensamos - ¿Si realmente las estoy rechazando, por qué siguen asaltándome?- con el repetido retorno de los pensamientos y emociones obsesivas, se despierta la energía sexual con toda su fuerza. Como San Antonio había tenido una niñez más bien aislada, seguramente no conocía la potencia de dicha energía. El había hecho voto de castidad con el fin de dedicar toda su fuerza a un solo objetivo, que era el camino espiritual. Le hacía falta enfrentarse con la intensidad de su energía sexual y aceptarla para poder permitirle al Espíritu Santo que la convirtiese en santo celo al servicio de Dios y de sus discípulos en el futuro.

Después de luchar constantemente contra estas tentaciones, posiblemente durante varios meses, San Antonio finalmente recibió una embestida más, que se podría expresar como sigue: -Antonio, has hecho todo lo posible, todo lo que está a tu alcance, sin embargo ya ves que tus esfuerzos no te conducen a nada. Es mejor que desistas.- La reacción del santo fue de rabia y de pesadumbre, muestra segura de que no estaba de acuerdo.

En forma muy práctica usó San Antonio la energía que nació de esa ira. Introdujo en su mente imágenes bien vívidas de las llamas del infierno; con esta estrategia no trataba de

dar lugar a la sensación de miedo que es totalmente contraproducente en las tentaciones de orden sexual. El cuerpo responde a esta sensación con sustancias químicas que inyecta en la corriente sanguínea y concentra el flujo de sangre al abdomen, preparando así al cuerpo para que luche o huya. No, la estrategia de Antonio era poner las tentaciones sexuales en el mismo nivel de las imágenes igualmente vívidas del fuego del infierno. Al saturar su mente con la imagen de llamas reales y del dolor físico que producen, pudo extinguir la llama de la lujuria.

Nos relata el autor que cuando San Antonio rebasó esta tentación sin verse afectado, el diablo inmediatamente cambió de táctica. Disgustado y convencido de que Antonio era diferente a los demás seres humanos que son presas fáciles ante una tentación, trató de persuadir al santo de que se enorgulleciera de su victoria sobre su sensualidad, para así hacerlo cometer el pecado de soberbia. La respuesta de Antonio fue algo así como –¡Vete al infierno!-... (esta es mi propia versión). –Y – continúa Atanasio, - esta fue la primera victoria de San Antonio contra el diablo.-

Fue así como el santo, además de rehusar su consentimiento al espíritu de fornicación, rechazó la idea de vanagloriarse y sucumbir al más mínimo enorgullecimiento por haber vencido las tentaciones. La arrogancia del que se considera inocente es una de las peores formas de orgullo. Atribuye a sus propios méritos lo que sólo por gracias de Dios puede haber logrado. El riesgo en este punto del camino espiritual es que la liberación del pecado y la facilidad con que se practican las virtudes se le puede ir a uno a la cabeza.

La noche de los sentidos nos revela en toda su magnitud el egoísmo de que somos capaces. El fruto de esta experiencia entre amarga y dulce, que nos revela íntimamente quienes somos, es humildad. Es poder reconocer plenamente nuestras fallas sin reaccionar con acusaciones, vergüenza, enojo o desencanto. La autoreciminaciones son neuróticas; representan la voz del orgullo que respira por la herida diciendo: –¡Volviste a fallar, eres un imbécil tal y cual! ¡Siempre lo echas todo a perder! No te le mides a mis aspiraciones (fantásticas) de perfección.- La humildad es lo que balancea la realidad de nuestra flaqueza humana con la confianza en la infinita misericordia de Dios.

San Juan de la Cruz describe una segunda tentación en la noche de los sentidos:

En otras ocasiones durante esta noche se agrega el espíritu de blasfemia, que se pasea libremente, sembrando en el camino de los pensamientos y conceptos las más intolerables blasfemias. Las infiltra en la imaginación con tal violencia que el alma llega al borde de repetir las lo cual la atormenta enormemente. (Cap. 14, No. 2 de *La Noche Oscura de los Sentidos*)

Hay personas que experimentan esta prueba y concluyen que se están alejando de Dios y que la compenetración que existía antes ha llegado a su fin. Esto intensifica su ansiedad.

La sensación de impotencia frente a una ira ciega puede ocurrir en cualquier estilo de vida. Cuando yo salí del noviciado y me incorporé a la casa de los profesos, me dieron el oficio de ayudar al sacristán preparar las vestiduras para la celebración de la misa. Como mi deseo era emplear todo mi tiempo libre en oración, tenía por costumbre llegar apresuradamente del trabajo, asearme y correr directamente a la iglesia. De vez en cuando el sacristán se atravesaba para decirme que acababa de llegar un sacerdote que no esperaban y quería

decir la misa, y era entonces mi deber de sacar las vestiduras y los recipientes sagrados y colocarlos en el altar. Recuerdo que estaba pasando por un período de gran aridez y mi paciencia andaba mal. Cuando yo veía que el sacristán se me aproximaba, sentía la indignación que se apoderaba de mí junto con el comentario, -Aquí se fastidia otra vez mi tiempo para orar. ¿Por qué los superiores no le darán este trabajo a otro?- En lugar de sentir agradecimiento por el honor de preparar lo necesario para la misa, interiormente protestaba y le daba las quejas a Dios. Hasta pensamientos blasfemantes venían a mi mente. A estas alturas tenía suficiente fe como para saber que toda mi vida seguía el plan hecho por Dios, así que le decía, -Señor ¿por qué me haces esto? Aquí estoy tratando de emplear los pocos ratos libres que tengo en oración contigo, y tú lo echas a perder todo.- Inmediatamente me arrepentía, y con un gran sentimiento de culpa reflexionaba, diciendo, - ¿Cómo puedo abrigar semejantes pensamientos cuando Dios es tan bueno conmigo? Sospecho que yo no tengo vocación.- Y enseguida oía una vocecita perniciososa que decía, -¡Claro que no la tienes! ¡Este lugar no es para ti!- El maligno se deleitaba en reforzar mi negatividad.

La *tercera* prueba en la noche de los sentidos es parecida, y hasta nos anticipa algo de la purificación que más adelante San Juan de la Cruz llama a la noche del espíritu, en la cual lo más íntimo de nuestro ser es purgado para hacer desaparecer los últimos vestigios del falso yo.

Otras veces le es permitido a otro espíritu abominable que Isaías llama *Spiritus vertiginis* (el espíritu del vértigo) venir a molestarlos, no con el propósito de que fallen, sino para ponerlos a prueba. Este espíritu oscurece sus sentidos en tal forma que los llena de numerosos escrúpulos y una perplejidad que los deja tan confusos que llegan a la conclusión de que nunca, pase lo que pase, encontrarán satisfacción con respecto a ellos, ni podrán encontrar ayuda en este juicio que se han formado, no con un buen consejero. (*La Noche Oscura de los Sentidos*, Cap. 14, no. 3)

Esta incertidumbre podría referirse a la vocación de uno o a algún asunto serio que concierna a la conciencia. La persona afligida se siente como una pelota de ping pong que salta de lado al otro de la red. -Si, voy a hacer esto. No, mejor hago otra cosa. No, eso no, más bien esto otro.- Aún después de consultar a un director espiritual y tener un minuto o dos de paz, vuelven las dudas como un torbellino y uno se siente rechazado o abandonado por Dios.

¿Por qué permite Dios estas pruebas tan insoportables? Cabe anotar que estas tentaciones extremas están enfocadas hacia el egoísmo que sirve de base a cada programa emocional de felicidad.

El espíritu de *fornicación* muestra la intensidad del deseo que alimenta nuestra necesidad instintiva de placer, afecto y estima. En la noche de los sentidos, todas las satisfacciones normales se extinguen. Al prolongarse esta situación, la naturaleza humana se antoja de sentir algo- ¡no importa lo que sea! Trata de echarle mano a cualquier sensación placentera a su alcance. La actividad sexual es para la mayoría de las personas lo más placentero que se puede experimentar; por tanto las tentaciones de esta índole surgirán con gran fuerza. En otros este antojo de algo placentero se puede manifestar en comer en exceso, en escuchar cierto tipo de música, o en buscar entretenimientos o distracciones incesantemente-cualquier cosa que ponga fin a esa aridez interminable.

El espíritu de *blasfemia* se dirige hacia la necesidad de controlar. En la noche de los sentidos no podemos controlar nada. Todos nuestros planes, incluyendo los planes que tenemos para mejorar, quedan en nada. Esto eventualmente nos causa intensa frustración que puede dar lugar a pensamientos cargados de ira que rayan en blasfemia. A uno le dan ganas de agarrar a Dios por el cuello y ahorcarlo....

Es espíritu de *vértigo* enfoca la necesidad de certidumbre que tiene sus raíces en nuestro programa de seguridad. En esta prueba, no estamos seguros de nada. El camino espiritual es un llamado a lo desconocido. Su paradigma bíblico es el llamado de Abrahán: “Deja la casa de tu padre, tus amigos, pariente y propiedades, y ven a la tierra que yo te he de mostrar” (Gen. 12.1). Dios primero nos invita a que dejemos atrás nuestra forma infantil de reaccionar y nos comportemos a la altura de la conciencia mental egoica en su plenitud. Pero después de que esto queda establecido, no tenemos ni la más remota idea de adónde nos lleva Dios. San Pablo nos dice: “El ojo no ha visto, el oído no ha oído, a nadie se le ocurrió pensar lo que Dios ha preparado para los que lo aman” (1 Cor. 2:9) La única forma de llegar allí es aceptar el no saber. El deseo o más bien exigencia de tener certeza en todo es un obstáculo para poder navegar viento en popa en el océano de nuestra confianza en Dios.

Estas tres pruebas son favores inmensos que recibimos de Dios. La luz divina se concentra en la raíz del problema, el egoísmo innato, que viene a ser el meollo de cada uno de los programas de felicidad. Nosotros somos incapaces de matar el *falso yo* por nuestros propios medios; lo único que podemos hacer es permitir que muera. Si ponemos de nuestra parte para dismantelar estos programas, Dios interviene en respuesta a nuestros esfuerzos y completa la tarea. Lo único que se requiere de nuestra parte es nuestro consentimiento. Pero esta es la tarea más difícil imaginable. Solo cuando todos nuestros intentos han fallado es cuando finalmente aceptamos el regalo de la infinita misericordia de Dios.

La noche de los sentidos nos ayuda a convencernos de que la fuente de los programas emotivos de felicidad es nuestro egoísmo. Al dejar ir nuestros deseos de satisfacción en estas diferentes áreas, nos estamos encaminando hacia una disposición permanente de paz. Se presentarán emociones y pensamientos que nos alteran, pero ya no se convertirán en tumultos emotivos. La enorme energía que consumía el poder lidiar con las emociones que nos afligen y que saltaban cuando se frustraban nuestros programas de felicidad, está ahora a nuestra disposición para cosas más provechosas, tales como amar a aquellos con quienes vivimos y a quienes estamos tratando de ayudar.

CAPITULO DOCE

San Antonio en las tumbas

Cuando atravesamos un período difícil en nuestras vidas, nos introducimos e integramos en un nuevo nivel y nos vemos entonces abocados a la necesidad de cambiar nuestra relación con Dios, con nosotros mismos y con los demás, para mirarla bajo la luz de esta nueva perspectiva. Esto puede tomar varios años. Después de haberse logrado, el alimento espiritual que hasta ese punto nos había alimentado, se torna insípido y ya no nos sirve de alimento. Nos encontramos de nuevo en una crisis de fe, y experimentamos otra batalla prolongada, hasta que efectuamos el salto hacia el próximo nivel de fe y amor. Esto no quiere decir que apenas llegamos al nuevo nivel, de inmediato nos instalamos en él perfectamente, sino más bien que tenemos que dedicar otro extenso período de tiempo para integrar todas nuestras relaciones a este nuevo nivel.

Esto fue lo que le sucedió a San Antonio. Después de la primera tanda de batallas con el demonio, el santo resurgió y entró en un período de relativa tranquilidad y equilibrio interior, que es lo que San Juan de la Cruz llama una plataforma. Es la forma de describir la sensación de liberación que nace de la purificación del *falso yo*, pero no es el final de la jornada. San Antonio sabía demasiado bien que el demonio estaba planeando estrategias nuevas para atarlo, por lo tanto no se enaltecía por lo que había progresado sino que comenzaba cada día como si estuviera comenzando la jornada de nuevo.

Después que San Antonio completó el período de integración, sintió en su interior otro llamado hacia lo desconocido, una invitación a dar otro salto importante en su confianza en Dios. La historia del santo contiene esta sencilla frase: “San Antonio partió hacia las tumbas que estaban a cierta distancia de la población” (*La Vida de San Antonio*, No. 8, 26). Si fuésemos lectores del siglo catorce los pelos se nos hubiesen parado de punta. Exclamaríamos incrédulos -¿Cómo es eso de que se va a las tumbas?- En aquellos tiempos existía la creencia de que las tumbas y particularmente las tumbas en el desierto, eran territorio del demonio. Nadie permanecía cerca de ellas un minuto más de lo absolutamente indispensable, o sea, cuando se colocaba un amigo o pariente en uno de los anaqueles para darle sepultura.

Esa simple frase en la historia de San Antonio puede representar un año o más, durante el cual el santo estaba tratando de discernir si debía trasladar la batalla al territorio enemigo. Su conclusión fue que tomaría la ofensiva. Vemos entonces que el hecho de irse para las tumbas fue una expresión de gran valor, al dejar a un lado el acondicionamiento cultural de su época e ignorar por completo la creencia popular.

Vimos anteriormente que San Antonio probablemente tenía un temperamento tímido e intravertido. Es posible que se haya dado cuenta de algún residuo de timidez en su carácter y se haya sentido inspirado por Dios a confrontarlo. La diferencia entre él y otros as-

cetas con grandes aspiraciones es que su decisión se basó enteramente en la inspiración que por gracia divina recibió. Hay personas que pretenden imitar a aquellos que van bien adelantados en el camino espiritual antes de tomar sus propios primeros pasos. Quieren ser perfectos de una vez y ofrecer penitencias, pruebas y servicios que están más allá de sus posibilidades. Por lo general se caen de narices. No podemos pretender que Dios nos apoye si hemos decidido ser plenipotentes. El camino espiritual consiste primordialmente en hacer la voluntad de Dios.

La decisión del santo de trasladar la batalla al territorio enemigo es el símbolo perfecto de la lucha para liberarnos de la superidentificación con el ambiente que nos rodea. Como vimos anteriormente, la consciencia de asociación mítica se caracteriza por esta identificación exagerada con la escala de valores de un grupo en particular. En este caso, la sociedad limitaba el radio de acción del amor y omnipotencia de Dios al darle dominio al demonio sobre ciertos sitios o puntos geográficos. Para liberarse, que en otras palabras diríamos es movilizarse de esa asociación mítica malsana a la conciencia mental egoica, se requiere dejar atrás lo que esa sociedad espera de nosotros, esos modelos y conceptos equivocados, para poner toda nuestra confianza en el amor y omnipotencia de Dios.

San Antonio partió para las tumbas y le pidió a un amigo que lo encerrara desde afuera. Nótese este detalle. ¿Estaría temeroso de flaquear en su resolución?

Esta demostración de valor fue una sorpresa para el demonio. Me imagino que diría:

-¿Qué hace este tipo aquí? ¿Cómo se atreve a poner el pie en MI territorio? ¡Nos desharemos de él enseguida!- Y diciendo estas palabras reunió a sus legiones y le dieron a San Antonio una tremenda paliza, hasta dejarlo semi-inconsciente. San Antonio declaró después que ningún poder humano pudo haberlo apaleado con tal violencia. Cuando su amigo vino a traerle pan, lo encontró en el suelo inconsciente; lo alzó, lo llevó a la iglesia y lo acostó en el suelo. Todos los amigos y parientes lo rodearon y lo lloraron como si estuviese muerto. Sin embargo, hacia la medianoche empezó a vencer el sueño; San Antonio se despertó y los vio cabeceando. Tuvo que haberse preguntado, -¿Qué es lo que el Espíritu quiere de mi ahora? ¿Me estará diciendo que ya basta con lo que yo he hecho, que llame una ambulancia y me vaya a un hospital? ¿O más bien querrá que me regrese al campo de batalla a concluir la lucha, y que estará conmigo para ayudarme?-

Se encontraba en una encrucijada: -¿Me regreso o no me regreso? ¿Es esta una inspiración divina o es idea mía?- Se decidió por el riesgo. Le rogó al amigo que lo llevara de regreso a las tumbas, y este lo levantó sin hacer bulla para no despertar a los demás presentes, lo cargó hasta las tumbas, lo colocó en el suelo, nuevamente lo encerró y se alejó. (¿Es para preguntarse qué clase de amigo es este!)

San Antonio estaba demasiado débil para incorporarse, así que empezó a orar recostado. Una vez que terminó su oración, interpeló al demonio gritándole: -¡Aquí estoy! No me amedrentan tus golpes! ¡Aunque me azotes más, nada me separará del amor de Cristo!- A continuación, como tenía por costumbre hacer, comenzó a cantar algunos versos de los salmos “Si me sitia un ejército contrario, mi corazón no teme; si se levanta contra mí la guerra, aún tendré confianza” (Salmo 27:3). Debe notarse cómo se refiere al miedo; nos hace pensar que estaba resuelto a eliminar hasta el último vestigio de miedo y quedar totalmente libre para seguir al Espíritu adonde quisiera llevarlo.

Según Atanasio, el inventor de todo lo malo estaba maravillado de que después de todos los golpes San Antonio tuviera coraje de volver. El diablo reunió a todos sus “perros”

que era el apodo que le dieron los Padres del Desierto a los demonios y lleno de ira exclamó –Cómo verán, no hemos sido capaces de detener a este individuo, ni con el espíritu de fornicación ni con la paliza que le dimos. Por el contrario ¡tiene la osadía de retornos! Vamos a buscar otra forma de intimidarlo!-

Esa noche hicieron tal revuelo que parecía que un terremoto estuviera azotando el recinto en forma de reptiles y bestias. Súbitamente el sitio se llenó de fantasmas que representaban leones, osos, leopardos, toros, serpientes, venados, escorpiones y zorros. Cada uno actuaba de acuerdo a la imagen que representaba. El león rugía listo para atacar. El toro parecía que le iba a perforar con sus cuernos en cualquier momento. La serpiente se enroscó en posición para clavarle el colmillo. Los ruidos emitidos simultáneamente por todas las apariciones era para meterle miedo a cualquiera, y la furia de los animales era feroz. San Antonio, apaleado y lastimado sentía aumentar el dolor de su cuerpo, pero permaneció impasible en su sitio (*La Vida de San Antonio* No. 27ff)

Nótese la palabra “impasible”, denotando que San Antonio ha rebasado la dimensión de sentir miedo. Continúa el texto así:

Pero su espíritu estaba más alerta que nunca. Gemía por los dolores que azotaban su cuerpo, pero su mente dominaba la situación. Burlándose de ellos, les decía –Si de verdad ustedes tuvieran algo de poder, hubiera bastado que uno solo de ustedes viniese. Lo único que están tratando es de infundirme pánico. Si en realidad han recibido algún poder sobre mí atáquenme; de lo contrario, ¿para que desperdician tanta energía?- Al cabo de muchas artimañas, los demonios rastrillaron sus dientes porque se dieron cuenta que estaban perdiendo el tiempo con él y engañándose a sí mismos. El Señor no desamparó a San Antonio sino que vino en su ayuda. Vio abrirse el techo encima de él y un rayo de luz dirigido a él. De repente desaparecieron los demonios, y desapareció el dolor de su cuerpo. El recinto volvió a su forma original, y San Antonio, aliviado por el hecho de que había llegado ayuda, respiró con más libertad y experimentó la sanación de sus dolores (*La Vida de San Antonio*, No. 9, 27ff)

Interrogó la aparición con la pregunta que inevitablemente surge en estas circunstancias:

-¿Dónde estabas? ¿Por qué no apareciste desde el principio para evitarme todos estos dolores?- Y oyó una voz que le respondió, -Antonio, yo estaba allí, pero esperé para verte actuar. Y ahora, porque le diste frente a la situación y no te rendiste, estaré por siempre a tu lado y te haré conocer a todos.- (*La Vida de San Antonio*, No. 10,28)

La última frase nos trae a la mente las promesas que Dios hizo a Abrahán después de su prueba máxima de fe en el Monte Orbe.

Al oír esto San Antonio elevó una oración. Sintió que su cuerpo tenía una energía que no había conocido entonces. Tenía el santo unos treinta y cinco años de edad cuando esto sucedió. (*La Vida de San Antonio*, No. 10, 28)

Tanto la pregunta como la respuesta del Señor dan vueltas en mi mente con cierta inquietud. ¿Es convincente esa respuesta. “Yo estaba allí esperando verte actuar?” ¿Por qué no podía Dios venir un poco antes como San Antonio sugiere? Cualquiera que se encuentre en el aprieto en que se encontraba él se hubiera sentido totalmente abandonado por Dios ¿Adónde había ido la infinita compasión del Señor? Parecía que no estaba proporcionando ayuda alguna.

Al presentarse un sufrimiento intenso, cualquier intento de contestar por Dios suena como una trivialidad. En lugar de ofrecer una respuesta, les ofrezco una parábola que está basada en una historia escrita por Gerald Heard que se titula *Dryness and the Dark Night* (“La aridez y la noche oscura”).

Cuenta que cierto científico le dedicó su vida a desarrollar una especie de mariposas que tendría la más hermosa combinación de colores jamás vista en el universo. Después de experimentar varios años, llegó en una ocasión a la certeza de que había logrado la crisálida de la cual saldría su obra maestra genética. El día que se suponía que la mariposa saliera a la luz del día, el científico reunió a todos sus empleados. Todos contenían la respiración mientras miraban cómo la nueva criatura trataba de escaparse de su prisión. Logró zafar el ala derecha, el torso, y la mayor parte del ala izquierda. Cuando ya todos se disponían a destapar la champaña y disfrutar de un buen puro de los que científico había dispuesto para la ocasión, presenciaron horrorizados que la extremidad del ala izquierda de la mariposa estaba atascada en la boca del cascarón de la crisálida. Batía desesperadamente su otra ala tratando de zafarse, y mientras más luchaba, más parecía debilitarse. Cada nuevo esfuerzo parecía más difícil que el anterior, y los intervalos que separaban los esfuerzos parecían hacerse cada vez más largos. Finalmente el científico no pudo aguantar más la tensión, agarró el bisturí y rebanó una difunta sección del orificio del cascarón por donde estaba saliendo la mariposa. Con un esfuerzo máximo, la criatura se liberó y cayó sobre la mesa del laboratorio. Todo el mundo aclamó el suceso y agarraron la champaña y los puros. De repente un profundo silencio se apoderó de todos. Aun cuando la mariposa se había liberado, no podía volar....

La lucha de la mariposa para escapar del cascarón que la contiene como crisálida es la forma en que la naturaleza hace que la sangre fluya a las extremidades de la misma para que cuando salga pueda disfrutar su nueva existencia y volar a su gusto. Al intentar salvarle la vida, el científico había tronchado la capacidad de funcionamiento de la criatura. Una mariposa que no vuela es en sí una contradicción.

Este es un error que Dios no va a cometer. Hay que saber interpretar e imaginar a Dios observando a Antonio sin interferir; en su infinita bondad se abstiene de venir de prisa a socorrernos cuando estamos luchando con una tentación o tenemos dificultades. No interviene abiertamente porque sabe que esa lucha está abriendo y preparando cada rincón de nuestro ser para recibir la divina energía de la gracia santificante.

Las batallas de San Antonio con el demonio todavía no habían llegado a su fin, continúa diciéndonos Anastasio; “Al día siguiente, Antonio salió con un celo aún mayor por servir a Dios”. Se dirigió al desierto. Cabe anotar que en el siglo cuarto se tenía la idea de que el demonio tenía dominio sobre el desierto, era algo así como su fortaleza, su base militar e industrial, por decir algo, en donde se dedicaba a idear proyectos de cómo destruir vidas, comunidades y naciones en todo el mundo.

Así, pues, San Antonio marchó con rumbo al centro donde concentraba su poder el demonio. Es un error pensar que la vida monástica es una forma de escaparse del mundo. Por el contrario, es un acto agresivo por parte de aquellos que “luchan con las fuerzas del mal en los sitios más sobresalientes” como nos dice San Pablo, para quitarles el poder que ejercen sobre la humanidad. La práctica asceta de soledad no es para los que están a nivel de kindergarten, sino más bien para los graduados universitarios en el camino espiritual. Para recalcar su intención, Antonio se alojó en una fortaleza abandonada que simbolizaba el sitio donde las municiones eran descargadas por el demonio. Cuando entró, los reptiles que habitaban el lugar, se fueron a la mayor brevedad posible. Nuevamente el santo le pidió al amigo que lo encerrara allí, y ahí se quedó, sin ver a nadie y batallando continuamente con los demonios.

Permaneció en la fortaleza durante los siguientes veinte años. Sus amigos venían de vez en cuando y escuchaban desde la puerta ruidos que parecían causados por una revuelta; pero no era que los demonios estuviesen molestando a Antonio, sino que más bien ¡estaba huyéndole! San Antonio les recitaba diferentes versículos de los salmos para obligarlos a que soltaran de sus garras a la gente que tenía oprimida. Sus versos preferidos era tales como “Grande es el Señor y destruidos sus enemigos. Que se desvanezcan como el humo”. Y “Todas las naciones me acorralaron. En el nombre del Señor logré que se alejaran de mí”.

Tenía San Antonio cincuenta años de edad cuando llegaron sus amigos a la puerta de la fortaleza. San Antonio interpretó esto como la señal de que Dios lo estaba llamando para salir de su aislamiento.

San Antonio salió como si viniera de un santuario, como aquel que ha sido iniciado en los sagrados misterios e invadido por el Espíritu de Dios. Cuando sus amigos lo vieron, se quedaron asombrados al ver que su apariencia no había cambiado en lo absoluto. No estaba ni más gordo por la falta de ejercicio, ni flaco por el ayuno y la larga batalla. Era el mismo que habían conocido antes de encerrarse. Continuaba con su alma pura porque ni estaba doblegada por penas, ni disipada por placeres mundanos, ni poseída por deseos de entretenimiento. No se sintió cohibido cuando vio la multitud, ni tampoco orgulloso de ver a tanta gente recibéndole. Estaba totalmente controlado, un hombre a quien lo dirigían su razonamiento y estabilidad de carácter. A todos les recomendó que pusieran el amor de Cristo por encima de todo. (*La Vida de San Antonio*, No. 14, 32)

El desierto que en una época había pertenecido al demonio, pasó a convertirse en un remanso de paz. En la década siguiente se llenó con miles de monjes.

La experiencia de San Antonio con el camino espiritual es un ejemplo clásico de cómo se desarrolla la acción divina en nuestras vidas. Cuando él reaccionó violentamente contra la primera tentación del diablo de abandonar el camino espiritual y retornar a la vida mundana, se introdujo en la Noche de los Sentidos, y fue en ese lapso de tiempo que la acción divina destruyó las motivaciones subconscientes de su *falso yo*. Habiendo podido disfrutar su arribo a la nueva plataforma y logrado transmitir su recién adquirida libertad desde dicho nivel a su vida cotidiana y a sus amistades, pudo entonces encaminarse a una nueva confrontación con el diablo, que al mismo tiempo fue un desprendimiento total de su ambiente cultural y de la influencia que dicho ambiente ejercía sobre él, y que él consideraba un obstáculo en su empeño de seguir a Cristo. San Juan de la Cruz llama esta purificación

la noche del espíritu, que viene a ser un período de transición que se tratará a fondo en el Capítulo quince. Después de esta prueba decisiva fue que San Antonio pudo entrar a la unión divina transformadora.

CAPITULO TRECE

Los frutos de la noche de los sentidos

En la noche de los sentidos se van desmantelando nuestros programas inmaduros de felicidad los cuales no pueden, de ninguna manera funcionar con éxito en nuestra vida adulta. Lo que no nos damos cuenta al emprender la jornada espiritual es que ese primer fervor inicial es en sí inmaduro y que está influenciado por esos programas; para avanzar habrá mucho que aprender.

En algún lugar de nuestro camino empezamos a sentir la ausencia de Dios durante la oración y después en otras áreas de nuestra vida. Este es el verdadero comienzo de la unión con Cristo a un nivel más profundo. Sin embargo, la mayoría de nosotros no lo interpretamos de esa forma. Cuando el desierto bíblico se abre dentro de nosotros, nos preocupamos de que algo anda mal en nuestra relación con Dios.

En la noche de los sentidos se nos llama a hacer la transición del alimento espiritual superficial y ligero, al alimento sólido de la fe pura. Todos esos momentos consoladores que se disfrutaban durante la liturgia, la oración, o *lectio divina*, se pueden considerar como un refrigerio. Ahora se nos está sirviendo algo mucho más sustancioso, como es el pan de la fe. Cuando al bebé se le deja de amamantar, no le gusta que se le prive de su alimento acostumbrado, pero al comenzar a comer comida más nutritiva comenzará su verdadero desarrollo físico. De la misma manera, Dios, como una madre divina, nos aleja de los pechos de consolación para que podamos adaptarnos al alimento puro de la fe y fortalecernos para caminar por los ásperos terrenos del camino espiritual.

La noche de los sentidos sana la formación defectuosa que tuvo lugar cuando pasamos de la tierna infancia a la adolescencia, cuando sentíamos que nuestras necesidades básicas no estaban siendo satisfechas, y llenamos ese vacío con demandas compensatorias insaciables. No sólo vamos a experimentar aridez en nuestra relación con Dios, sino que tampoco disfrutaremos todo aquello que anteriormente nos hacía felices. Cuando los programas de felicidad se extinguen y comienzan a derrumbarse, hacen un último esfuerzo para retrasar su muerte.

El principal fruto de la noche de los sentidos es la humildad, una humildad que nos capacita para ocupar nuestro puesto como miembros de la familia humana, padeciendo los altibajos de la condición humana, igual que todos los demás. Es más, Dios nos está protegiendo más que antes, pero en secreto.

La noche de los sentidos está diseñada de tal manera que desmantela los programas de felicidad y liquida el *falso yo*. El fruto de este proceso de purificación es que nos sentiremos libres de tomar decisiones sin dejar que interfieran los impulsos y obsesiones del *falso yo*. Requería un esfuerzo constante de nuestra parte aparentar un semblante de paz cuando perseguíamos esas metas fantásticas que siempre terminaban frustrándonos y disparando nuestras emociones aflictivas de enojo, tristeza, miedo, orgullo, lujuria, avaricia, celos y los demás pecados capitales. Al empequeñecerse el *falso yo* y al aumentar nuestra confianza en

Dios en la noche de los sentidos podemos utilizar nuestra energía en propósitos más provechosos.

La noche de los sentidos va más allá de dismantelar el *falso yo*. Al relajar nuestros impulsos y ayudarnos a abandonar nuestra forma habitual de reaccionar exageradamente, también está desatando la energía del subconsciente. Esto es verdad sobre todo si nuestro camino tiene sus raíces en la práctica de la oración contemplativa por medio de un método receptivo tal como el de la oración centrada. Por medio del proceso de descansar en Dios, más allá de pensamientos, sensaciones, ideas asociadas y comentarios, nos estamos trasladando al nivel de nuestras facultades físicas y sus correspondientes percepciones, al nivel de las facultades espirituales y sus respectivas intuiciones, a la vez que nos abrimos a la presencia divina a un nivel mucho más profundo. Esto nos lleva a un descanso aún mayor. Y este descanso a su vez ablanda aquel material en el inconsciente que los mecanismos de defensa de nuestra infancia siempre nos han ocultado.

Las fuerzas del inconsciente pueden salir a la superficie de nuestro nivel consciente ordinario tanto en forma negativa como positiva. Los poderes psíquicos y los consuelos espirituales por lo general producen emociones positivas. Las emociones negativas surgen cuando la parte oscura de nuestras personalidades y nuestras motivaciones mezcladas se introducen en nuestra conciencia, alertándonos al daño que el *falso yo* nos está haciendo.

Han sido muchos los que en su búsqueda han experimentado esa energía tan poderosa sin estar adecuadamente preparados para ello. Esto pudo haberse producido debido a un mantra o a un ejercicio de respiración diseñado específicamente para liberar las fuerzas del subconsciente. Por ejemplo, si experimentamos consolaciones espirituales, poderes psíquicos, o dones carismáticos antes de que nuestro orgullo haya sido purificado en la noche de los sentidos, podríamos sucumbir a la tentación de engrandecernos; si por el contrario, salen a relucir las partes oscuras de nuestra personalidad, podríamos vernos sumergidos en el abismo de la desilusión. El antídoto para esta ingenuidad es una enseñanza espiritual bien fundada. Todas las grandes tradiciones religiosas del mundo requieren de los principiantes dos prácticas esenciales, una, la devoción a Dios, otra, el servicio al prójimo. Para la persona cristiana la devoción y dedicación a Dios se cultivan en la práctica de *lectio divina* (en donde se escucha la palabra de Dios en las Sagradas Escrituras con mucha atención y devoción), en la participación en la liturgia, y en la oración. En lo que se refiere al servicio a los demás, nuestro crecimiento en esa área vendrá a través de llevar a cabo las labores de nuestra vida cotidiana, cualesquiera que sean. Al ir incrementando estas dos *reservas*, por decirlo así, preparamos dentro de nosotros una vía libre de impedimentos para que surjan tanto lo positivo como lo negativo que nuestro subconsciente ha almacenado; nos prepara para que podamos beneficiarnos de las varias facetas de ese autoconocimiento que se revela en la noche de los sentidos y evita el peligro del daño que podría causar el impacto de esos materiales reprimidos a nuestro nivel consciente ordinario, si explotasen antes de que hayamos establecido una disciplina y una actitud adecuada para poder manejarlo.

Un beneficio positivo derivado de las fuerzas que surgen del subconsciente, es el desarrollo del nivel intuitivo del consciente. Si miramos el modelo de Ken Wilber (Apéndice III), es este nivel se trasciende aún el nivel mental egoico y se llega a una perspectiva totalmente nueva de toda la realidad. La mente humana tiene potenciales que están esperando ser actualizados. Si estamos dispuestos a creer en la experiencia que nos han comunicado los místicos, la consciencia humana en su estado actual es el umbral de los estados

más elevados de consciencia. Desde el punto de vista de ellos, nuestro potencial humano llega a su plenitud solamente en la unión transformadora.

En la consciencia de asociación mítica, absorbemos sin titubear la escala de valores de los padres, de la nación, de la raza, y de la educación religiosa básica. Estos principios, que aceptamos incondicionalmente, se convierten en *nuestro* punto de vista, en *nuestro* propio mito en el cual vivimos. La noche de los sentidos desafía estas normas que nos rigen, aunque no a la profundidad en que lo hace la noche del espíritu. Igual que las parábolas de Jesús, la noche de los sentidos nos quita la base que nos hacía sentir seguros y nos abre a una nueva forma de apreciar la realidad.

Dios se nos presenta según cada nivel de nuestro desarrollo humano. En otras palabras, es el Dios tifónico de la gente primitiva y de los niños, el Dios monoteísta de la consciencia de asociación mítica, y el Dios infinitamente preocupado por toda la humanidad revelado en los evangelios. Cada uno de nosotros se relaciona con Dios en estos diferentes niveles de nuestro crecimiento.

En la noche de los sentidos vemos desubicado nuestro concepto primitivo de Dios. Esto puede incluir prejuicios que nos fueron inculcados a muy temprana edad si Dios se nos presentaba como el coco, el policía o el juez implacable. Las repercusiones de esas imágenes aterradoras pueden tener raíces profundas. Son juicios basados en las emociones, no son juicios verdaderos, y deben ser corregidos. La noche de los sentidos nos permite enfrentarnos con esa imagen distorsionada que tenemos de Dios y deshacernos de ella. Solo entonces seremos libres para relacionarnos con Dios tal como es y usar la enorme energía que está liberación genera para relacionarnos con amor y respeto a los demás.

Una de las maneras en que Dios trata nuestras limitaciones al relacionarnos con Él es reduciendo a silencio nuestro concepto de Él. Cuando nos vamos acostumbrando a descansar en Dios en la oración contemplativa, nos desidentificamos espontáneamente de nuestros programas emotivos de felicidad basados en las influencias del ambiente cultural en que crecimos. Ya a ese nivel vamos conociendo a Dios más profundamente. Llegará el momento en que pasaremos de esa relación reflexiva con Dios a otra de comunión con Dios. Esta última es una relación de ser a ser, de presencia a presencia, es el conocimiento de Dios en la fe pura.

La noche de los sentidos enfoca muy claramente la naturaleza del compromiso. Cuando tomamos a pecho la palabra de Jesús, "Seguidme", Él nos ofrece su amistad. La verdadera amistad siempre involucra compromiso hacia la otra persona. Esto fue lo que ayudó a San Antonio a vencer todas las tentaciones para poder llegar a la unión transformadora. Se basaba siempre en los mismos medios: compromiso con el camino espiritual, práctica de la oración constante, y fe en que Dios le daría las fuerzas para perseverar.

La aparente ausencia de Dios, junto con la purificación interior y las pruebas que nos presenta la vida cotidiana, constantemente nos desafían para que rompamos el compromiso. En estos tiempos es raro ver a una persona totalmente fiel a un compromiso; la gente cambia de trabajo; los matrimonios no duran; las carreras no se terminan; a la vida religiosa y al celibato no se le toman tan en serio como antes. El apoyo que en una época ayudó u obligó a la gente a permanecer fieles a sus compromisos disminuyó a causa de la revolución cultural de los tiempos modernos. Aunque las consecuencias de los adelantos modernos han sido en general buenas, no se puede negar que los modelos de fidelidad a un

compromiso de por vida han desaparecido en gran escala, al menos en nuestro mundo occidental.

La mayoría de las parejas jóvenes, cuando se casan, no tienen la menor idea de lo que están haciendo. Cuando surgen dificultades, frecuentemente deciden que no son el uno para el otro, y dan por terminado el matrimonio. Pasan por un divorcio que les destroza el corazón, sólo para repetir el horrendo proceso después. Por supuesto que hay relaciones que se inician con la intención de un compromiso permanente y luego se extinguen o se convierten en algo dañino. Hay otras que fueron dominadas exclusivamente por el aspecto romántico y se desintegran al enfrentarse con las exigencias de un amor que exige sacrificio.

La verdad es que los problemas aparecen precisamente cuando una relación lucha por salir adelante. El amor te hace vulnerable. Cuando te sientes amado, bien sea por Dios o por otra persona, no piensas en protegerte; tus defensas están bajas y aparece la parte oscura de tu personalidad, no sólo en tu nivel consciente, sino también en tu comportamiento, para desilusión de tu consorte. Este, por su lado, está pasando por una experiencia semejante. Uno de los objetivos del sacramento de matrimonio es que provee la gracia santificante para procesar el lado oscuro de la personalidad del consorte, convirtiendo el matrimonio en una escuela de purificación y transformación. Cuando la pareja sobrelleva mutuamente sus defectos y las partes oscura de las dos personalidades, y son tolerantes en cuanto a sus debilidades, están administrándose mutuamente el amor de Dios. El amor humano presente en el sacramento nupcial es un símbolo del amor de Dios comunicado a la otra persona. El compromiso permanente hacia el matrimonio lo capacita a uno para poder llegar a conocerse a sí mismo y para cosechar los beneficios de ese conocimiento.

Supongamos que tus motivaciones para casarte fueron defectuosas. Si perteneces al género masculino, tal vez estabas buscando a la mamá que nunca tuviste o una imagen fiel de la mamá que sí tuviste, y viste en esa persona tan admirable a alguien que atendería a todas tus necesidades; lavaría tu ropa, cocinaría todos los días, secaría tus lágrimas cuando fuese necesario. Un día, con gran sorpresa, comienzas a darte cuenta, precisamente porque has avanzado y estás descubriéndote a ti mismo, que este no era el motivo correcto para casarse cuando te decidiste a hacerlo. Allí te viene el pensamiento, -La única forma de recuperar mi libertad es cortar esta relación desde su raíz-. Pero la otra parte, la del compromiso permanente, responderá, -¿por qué no tratas de introducir tu nuevo descubrimiento a esta relación para ver si funciona?- Esto puede no ser posible a veces porque el patrón de dependencia está demasiado arraigado. Separarse puede ser necesario cuando se ha cometido un grave error, pero nuestra responsabilidad hacia el compromiso adquirido nos inclina a tratar primero de llevar esa nueva revelación a nuestra relación.

Nadie hace un compromiso, incluyendo a la vida religiosa o al sacerdocio, con motivos enteramente puros. Por esta razón cuentan menos los motivos por los cuales hicimos el compromiso, que aquellos que nos hacen perseverar.

En la noche de los sentidos Dios nos hace un llamado para que nos responsabilicemos de nosotros mismos y de nuestra respuesta personal a la invitación de seguir a Cristo. Esto incluye nuestra respuesta a las personas con quienes vivimos, y por último, a toda la humanidad.

Al ver convertidos en polvo todas nuestras fuentes anteriores de fortaleza y de consuelo, la tentación de declararnos vencidos es enorme. -Esta jornada no puede ser para mí. Tengo que mantener a una familia y llevar mi vida profesional. No puedo aguantar esta

negatividad tan dolorosa que se viene manifestando dentro de mi., Cuando se prolongan la aridez y las tentaciones, todo dentro de nosotros clama por parar en seco la jornada espiritual con la esperanza de que nunca la volveremos a comenzar. Si dejamos a un lado nuestro compromiso de andar el camino, nos acompañará nuestro *falso yo*. Dondequiera que nos dirijamos, lo tendremos que enfrentar de nuevo bajo otras circunstancias. La parte de nosotros que se siente comprometida se opone a este paso atrás diciendo, -Yo no me voy a dar por vencido. Estoy resuelto a continuar en el desierto de purificación por amor a Cristo, sin importarme las consecuencias.- Es esta determinación la que permite que la noche de los sentidos termine su obra.

CAPITULO CATORCE

Diferentes etapas de la oración contemplativa

En la noche de los sentidos Dios nos está alimentando desde adentro, en lugar de usar nuestras facultades a través de los sentidos externos, de la memoria, de la imaginación y del raciocinio. En la oración contemplativa estas facultades están descansando para que nuestras facultades intuitivas o sea, el intelecto pasivo y la voluntad que entregamos a Dios, puedan tener acceso a ese “punto quieto”, aquel punto donde nuestra identidad personal está centrada en Dios como una presencia divina, pero creemos equivocadamente que está ausente. Esa idea es el engaño monumental de la condición humana, y el camino espiritual está hecho para remediarlo.

Traducimos el término aridez en la oración como ausencia de Dios, hasta que nos damos cuenta de que Dios está comunicándose con nosotros a un nivel más profundo. El silencio es el primer idioma de Dios; todo lo demás es una mala traducción. Para poder entender dicho idioma, tenemos que aprender a estar quietos y a descansar en Dios. Una de las características de la noche de los sentidos es una inclinación hacia la soledad y al silencio; deseamos estar a solas con Dios, aún cuando no encontremos satisfacción en ello. Esa vaga pero muy sentida necesidad de Dios viene de los dones contemplativos del Espíritu, en particular el del don de la sabiduría, que nos hace ver todo lo demás con relatividad y nos anuncia el comienzo de la noche de los sentidos.

La atracción hacia el silencio interior es el resultado de la alimentación de esa fe pura que Dios nos está transmitiendo, no a nuestros sentidos o raciocinio, sino a nuestras facultades intuitivas. Al principio no sabemos cómo manejar esta aridez, y reaccionaremos en forma desconcertante queriendo abandonar totalmente el proceso de oración y dedicarnos más bien a un ejercicio relajante o a que nos absorba alguna ocupación. Pero si nos proponemos practicar el ejercicio de fe pura, comenzaremos a ver los frutos, que son, confianza en Dios y humildad. Esta humildad se manifiesta en negarnos a juzgar a los demás. Empezamos a ver el propio bien que hacemos tan mezclado con motivaciones egoístas que preferiríamos que jamás se hiciese mención de él. Dolorosamente nos damos cuenta de que todos nuestros actos están revestidos de egoísmo y por más que tratemos, no es mucho lo que podemos cambiar.

Es en este punto donde el camino espiritual puede comenzar a desarrollarse en la forma en que lo expresa la gran mística española, Santa Teresa de Ávila, en su obra *Castillo Interior*. Ella nos presenta el camino espiritual desde la perspectiva de diferentes etapas en la oración. Y efectivamente esa es la forma en que muchas personas experimentan la jornada. Hay otra alternativa, pero primero veamos lo que nos dice Santa Teresa.

La primera gracia que aparece cuando la noche de los sentidos está llegando a su culminación es un misterioso despertar, como si el espíritu sintiera entrar una bocanada de aire puro. Un aroma de perfume divino se escapa de la presencia de Dios en lo más íntimo de nuestro ser y toca nuestras facultades espirituales. Santa Teresa de Ávila llama ésta gra-

cias “recogimiento infundido”. El término es un poco confuso porque todo tipo de oración tiene un elemento de infusión, por el simple hecho de que la oración nos es dada, no la fabricamos. Como les decía antes, Dios estaba presente en la noche de los sentidos, pero nosotros, incapaces de reconocer su presencia, pensábamos que estaba ausente. Ahora encontramos que la aridez que precedió esta etapa tiene un delicioso sabor espiritual que nos atrae y nos lleva hacia nuestro centro. Las consolaciones espirituales no son producto de los sentidos externos; vienen desde adentro. Pueden derramarse sobre nuestros sentidos como una fuente, pero el origen del agua no surge del sentido ni de la actividad racional.

El recogimiento infundido no nos absorbe a un extremo que no podamos resistir, podemos levantarnos e irnos. Normalmente lo que sucede es que la sensación es tan agradable que queremos que se prolongue. Esta gracia puede extenderse a la oración de quietud en la cual la voluntad es absorbida por Dios, mientras que las facultades de la memoria y la imaginación quedan libres para dar vueltas y tratan de mantenerse ocupadas con imágenes y recuerdos que las entretienen. La voluntad se siente acosada por estas actividades indeseables. Santa Teresa dice que deberíamos considerar estos paseos de la memoria y la imaginación como “divagaciones de un loco” y no prestarles ninguna atención. Así podremos experimentar un bombardeo de pensamientos que no deseamos mientras nuestra voluntad está atenta a la presencia de Dios, ya sea por medio de la certeza inequívoca de unidad o de una atención personal a una de las personas de la Santísima Trinidad.

La “oración de quietud”, que es el siguiente paso, es más absorbente que el recogimiento infundido; en este estado la acción divina parece asir la voluntad en un abrazo espiritual. La voluntad podría zafarse pero no quiere, es más, saborea la consolación y desea prolongar el tiempo de oración. Esto cae por su propio peso, y cuando la oración nos produce gran deleite, queremos más. El peligro allí es caer en la trampa de la glotonería espiritual y querer sacarle el máximo jugo a este Dios que repentinamente se ha vuelto tan dadivoso.

Si la oración de quietud se traslada a un nivel aún más profundo; la memoria y la imaginación se verán suspendidas temporalmente; podríamos decir que el mismo Dios las llama hacia sí, oyen la voz del amo, sienten el encanto y se sienten absortas a escucharlo. Mientras se mantengan quietas, la voluntad podrá disfrutar de la presencia divina, y Dios podrá transmitir una mayor cantidad de gracias por la sencilla razón de que no hay ni resistencia ni comentarios de nuestra parte. Esto es lo que se llama la “oración que une”.

En todas las etapas anteriores, estamos conscientes de una presencia real de algo, pero no tiene forma, imagen ni concepto. La presencia divina puede manifestarse en formas distintas, pues puede invadirnos de repente o introducirse poco a poco. Podrá parecer que desciende de lo alto o que surge de abajo. Nos podrá envolver como una nube luminosa o venir de lo más profundo de nuestro ser. Lo cierto es que habrá una sensación de total quietud cuando se produce esta fijación de memoria e imaginación. Cuando sucede esto, que la voluntad está totalmente absorta en Dios y la memoria y la imaginación quietas, ya no hay autorreflexión. Esta es la experiencia que se llama “oración de unión total” durante la cual todas las facultades se quedan inmóviles descansando en Dios.

San Juan de la Cruz también describe este proceso, pero nos indica que hay otro camino, el que él llama el sendero de la fe pura. Ambos senderos se mueven hacia el objetivo único de llegar a la unión transformadora, que es la certeza de estar íntimamente entrelazados con la presencia divina que mora en nosotros. San Juan se refiere a la “escalera

oculta” como el sendero de la fe pura. Esta es la ruta por la cual andan la mayoría de las personas que han emprendido el camino espiritual. Sienten la atracción hacia la oración interior, pero no sienten los niveles de absorción a los que se refiere Santa Teresa. A veces se dan cuenta de que su voluntad está descansando en Dios, pero la experiencia más frecuente para estas personas es la aridez, acompañada por divagaciones interminables de la imaginación. Aun cuando se encuentren en el punto más avanzado de la noche de los sentidos, su oración continúa sin mayores cambios.

Algunos autores espirituales han podido identificar la experiencia de “sentir” a Dios en la oración contemplativa hasta el extremo de pensar que cuando esto no sucede se puede pensar que la contemplación está igualmente ausente. Tanto San Juan de la Cruz como mi propia experiencia desaprueban esta teoría. Hay un acercamiento a la unión divina que es muy exuberante y se distingue porque tiene mucha luz, y hay otro que es totalmente oscuro. En otras palabras, se nos puede invitar a entrar al castillo interior por la puerta principal, o se nos puede dirigir hacia la puerta de servicio. Nos pueden invitar a subir por la escalera principal o por la de atrás. Esa escalera de atrás es la que San Juan de la Cruz llama la escalera oculta. ¿Cuál de las dos es mejor? Nadie lo sabe. Lo que si se sabe es que ambas conducen a la unión transformadora. Dios, como persona divina, puede ser alcanzado exclusivamente por medio de una fe pura. Es la purificación de la fe y el amor, no las consolaciones espirituales, lo que lleva a la unión transformadora. La unión transformadora renueva la estructuración del consciente; no es una experiencia o una serie de experiencias. En dicho proceso la presencia de Dios se convierte en una especie de cuarta dimensión en este mundo tridimensional en que hemos vivido siempre, como podremos ver en el capítulo dieciséis. Por consiguiente vemos que desde el punto de vista de la unión transformadora, el elemento más importante de la oración contemplativa es la práctica en sí y no su contenido psicológico. Si pudiéramos captar la magnitud de esta verdad, el camino espiritual se haría mucho más fácil. Al comienzo del camino, nuestras expectativas de lo que debe suceder y nuestros comentarios sobre lo que está sucediendo son las mayores causas de nuestra ansiedad e inconformidad.

Tanto los que estén disfrutando de un misticismo exuberante como lo que están ascendiendo por la escalera oculta tienen que pasar por la purificación que va unida a la noche del espíritu. Aún en medio de las diferentes etapas que se nos abren en la oración, el *falso yo* está trabajando, transfiriendo sutilmente sus deseos mundanos de satisfacción a las cosas buenas que ahora nos ofrece el camino espiritual. Esta afirmación no tiene por objeto denigrar el valor de las consolaciones en la oración contemplativa; algunos las necesitan, especialmente aquellos que acarrean serios traumas de la infancia. Dios se inclina hacia ellos, los acaricia, y de hecho enamora a aquellos con cicatrices de heridas muy profundas, con el objeto de convencerlos de que no tiene nada de malo disfrutar de los placeres que ellos creían les estaban vedados porque así les habían enseñado. Dios los invita a que revisen esos conceptos emotivos infantiles y acepten las cosas buenas de la vida con corazones llenos de gratitud. El agradecimiento es una disposición esencial para emprender el camino espiritual.

Al experimentar el amor divino podemos entender dónde se encuentra lo que verdaderamente vale la pena. Cuando saboreamos la bondad de Dios y experimentamos la humildad que nace espontáneamente de esa relación, se empequeñecerían los programas

ensalzados por el *falso yo* y por el ambiente cultural que nos ha rodeado toda nuestra vida y dejan de ejercer sobre nosotros la fascinación que nos ataca tanto a ellos.

CAPITULO QUINCE

LA NOCHE DEL ESPÍRITU

Como hemos visto, la noche de los sentidos literalmente inmoviliza al *falso yo*. El residuo, sin embargo, se queda dando vueltas en nuestras facultades espirituales y se manifiesta en esa satisfacción secreta que sentimos como receptores de los favores especiales de Dios o de una vocación especial. Es correcto decir – todo se lo debo a Dios-, pero puede haber una ligera inclinación a agregar –después de todo, ¡fue Él quien me escogió a mí para dárme!- Nuestro deseo de poseer necesita purificarse aún a nivel espiritual, y esto es lo que sucede en la noche del espíritu.

La noche del espíritu, que San Juan de la Cruz llama el comienzo de la unión divina, es la etapa posterior a la de los sentidos, e involucra una purificación más íntima. Nos enseña San Juan que aún en medio de la experiencia de un misticismo exuberante existen “alarmas”. Notamos que hay partes ásperas en el subconsciente que quedaron sin pulir por la noche de los sentidos, tales como una continua distracción de la mente, los rastros del efecto que el ambiente cultural dejó impregnado en nosotros, y el orgullo espiritual. La noche del espíritu está diseñada para liberarnos de los residuos que el falso yo haya dejado en el subconsciente y así prepararnos para la unión que nos transforma.

En los comienzos de la noche del espíritu, todas las experiencias místicas de Dios que se “sienten” disminuyen y desaparecen, dejando a las personas que se han dejado guiar por la senda del misticismo exuberante, con un ansia intensa por volverlas a experimentar. En la medida en que estas personas recibían antes estas consolaciones espirituales, experimentan ahora el dolor de verse privadas de ellas. Quizás la noche del espíritu es menos dolorosa para aquellos que avanzaron por la escalera oculta porque conocieron poco o ningún gozo de la presencia de Dios. De cualquier forma, la noche del espíritu es esencial para movilizarnos hacia la unión divina. Sin esa purificación no se borran totalmente las consecuencias del *falso yo*, y existe el peligro de caer en prototipos espirituales que surgen del inconsciente.

Los que siguieron la senda del misticismo exuberante son lo que más tentaciones sutiles van a tener en este sentido. Recibirán dones psíquicos o espirituales que los convertirán en maestros muy iluminados o dirigentes carismáticos. Pero esos mismos dones que hacen que la gente se sienta atraída hacia ellos y hacia sus enseñanzas, hacen que con gran sutileza e insidia estas personas se formen una autoimagen muy glamorosa de sí mismas. Precisamente por sus logros espirituales, viene la tentación de identificarse con el rol de profeta, hacedor de milagros, maestro iluminado, mártir, víctima, líder carismático, mejor dicho, el regalo de Dios para la humanidad. La noche del espíritu reduce estas tentaciones a nada, debido a que en su purificación nos damos cuenta de que somos capaces de hacer cualquier mal. No es que vayamos a cometer cosas malignas, pero nos convencemos de que

dependemos totalmente de Dios en la lucha contra el pecado o contra los traumas habituales del *falso yo* que nos llevan al pecado.

Es muy importante que entendamos este tipo de tentación en estos tiempos en que se le hace tanta propaganda a los dones psíquicos tales como experiencias fuera del cuerpo, levitación, control de funciones del organismo humano, varias formas de sanación, profecía y muchos más. Puede haber personas que con sus dones espirituales tienen el poder de transmitir experiencias espirituales a los demás; un ejemplo típico de esto es el fenómeno que ocurre en la renovación carismática que se llama “el descanso en el Espíritu”. Desafortunadamente cuando la iluminación es sólo parcial, la adulación y el éxito se les pueden subir a la cabeza a esas personas privilegiadas, y viene la tentación de identificarse con una autoimagen en particular que han idealizados, y vuelven a caer en las garras del *falso yo*.

Los que distingue a los enviados de Dios es su servicio. El verdadero profeta, mártir, director espiritual o maestro no trata de dominar a los demás. Nótese cuántas veces Jesús hizo énfasis en que Él había sido enviado por el Padre y que Él no hacía nada por su cuenta, como nos dice el evangelio de San Juan 5:19 que “El hijo no puede hacer nada por su propia cuenta, sino lo que ve hacer al Padre”. Su principal argumento contra cualquier acusación es el que encontramos en Juan (:16 “Yo podría juzgar, y mi juicio sería verdadero porque no sería uno solo el que juzgaría, conmigo esté el Padre que me envió”.

Cuando uno recibe el llamado a ejercer un ministerio que es inspirado por Dios, uno tiene que hacerlo en los términos que Dios dicta. Eso quiere decir que ese ministerio se caracterizará, como en el caso de Jesús, por oposición, rechazo, desilusión, persecución, y hasta la muerte. Jesús en ningún momento invocó sus poderes psíquicos o sus prerrogativas como Hijo de Dios para defenderse Él o para defender sus enseñanzas. Condescendió a padecer los peores sufrimientos y el rechazo de la gente como parte de su misión, y al hacerlo manifestó la naturaleza íntima de la Realidad Suprema que es compasión y perdón. Su muerte y resurrección colocaron un enorme signo de interrogación frente a todo aquello que el falso yo considera felicidad o éxito.

El camino espiritual no es la historia de un triunfo sino por el contrario, de una serie de derrotas del *falso yo*. San Bernardo de Clairvaux, abad cisterciano del siglo doce, enseñaba que la humillación es la ruta hacia la humildad. Ahora bien, hay personas que tienen una pésima imagen de si mismos y pueden confundirse pensando que la humildad es la tendencia neurótica a menospreciarse; esto por supuesto, no es humildad. Para evitar que el lenguaje propio de la humildad sea mal interpretado, podemos definirla como el reconocimiento inspirado por la luz divina, de que sin la protección de Dios somos capaces de cualquier pecado. La noche del espíritu es un curso intensivo de humildad.

Cinco son los frutos más sobresalientes de la noche del espíritu. El *primero* es la liberación de la tentación de adoptar un papel atractivo cuando somos dotados con dones espirituales o carismas; purifica la satisfacción secreta de ser el escogido para recibir los dones especiales de Dios. es darle permiso a Dios para que nos trate como a los demás y encontrar su amor en ese tratamiento, en lugar de tenernos que dotar con experiencias que nos distinguen del resto. Cristo nos representó en la cruz y se identificó con las consecuencias del pecado, de las cuales la más sobresaliente es la sensación de abandono por parte de Dios. Fue con el sacrificio de todas sus prerrogativas que se convirtió en el redentor del mundo y entró en la plenitud de su gloria, no por medio de éxitos terrenales y asumiendo un papel que no le correspondía.

El *segundo* fruto de la noche del espíritu es la liberación del dominio de las emociones. Típicamente nuestras emociones y la tendencia a identificarnos con ellas nos dominan y nos llevan a querer obtener lo que ellas desean y tratan de alejarnos de los que ellas no desean. En la noche del espíritu nos vamos liberando gradualmente de los últimos vestigios de los altibajos y de los cambios de estado de ánimo; y no lo logramos suprimiendo o reprimiendo las emociones usando nuestra fuerza de voluntad, sino aceptándolas e integrándolas en lo racional e intuitivo de nuestro ser. Entonces será cuando las emociones servirán para tomar y apoyar decisiones de nuestro raciocinio y de nuestra voluntad, que es el propósito natural para el cual fueron creadas. Esa es la definición que Santo Tomás de Aquino da a la felicidad humana, la integración de nuestra vida emotiva con la fe y la razón y cuando se somete todo nuestro ser a Dios. Desde el punto de vista de él, los seres humanos fueron creados para actuar armoniosamente con su naturaleza y disfrutarla. Este estado de total armonía se restablece significativamente en la noche del espíritu que extingue, como ya se dijo, los últimos vestigios de vivir sujetas a los programas de felicidad en el área espiritual de nuestro ser, puesto que los niveles de emoción y de sensaciones fueron vencidos en la noche de los sentidos.

El *tercer* fruto de la noche del espíritu es la purificación de la idea que teníamos acerca de Dios, o sea, el Dios de nuestra infancia o del grupo de la sociedad al cual pertenecíamos. Ese Dios que creíamos conocer parece que ya no quiere ocuparse de nosotros; es más, Dios se encarga de corregir hasta la idea que desarrollamos de Él a través de la experiencia de unión íntima en el período de misticismo exuberante (si fue esa nuestra ruta). En la noche del espíritu Dios se revela en una forma inmensamente superior, como infinito, inefable e incomprensible, así como se le manifestó a Moisés en el Monte Sinaí y a Elías en el Monte Horeb. Nadie puede describir con palabras la experiencia de fe pura, lo único que sabemos es que sentimos una inmensa energía interior, a la cual es imposible darle un nombre. Esta enorme energía, puede ser experimentada por algunos como algo impersonal, aunque ciertamente nos llega en forma personal.

El *cuarto* fruto de la noche del espíritu es la purificación de lo que tradicionalmente se conoce como las “virtudes teológicas”, que son, fe, esperanza y caridad. Cuando la fe se libera de apoyos humanos puede que seamos rechazados por el grupo del cual extrajimos nuestra identidad humana, religiosa o espiritual. Puede haber un rompimiento con nuestro director espiritual o con personas de quienes dependíamos para desarrollarnos espiritualmente y para encontrar una razón para nuestra existencia. Se puede derrumbar delante de nuestros ojos la idea que teníamos del camino espiritual y de los medios que eran indispensables para seguirlo, junto con nuestros conceptos sobre vocaciones, la Iglesia, Jesucristo y hasta el mismo Dios. Esta experiencia nos la describen gráficamente las Sagradas Escrituras en la historia de sus grandes personajes, tales como Job, Moisés, José, María y el mismo Jesús. La vida y las enseñanzas de Jesús estaban basadas en su unión personal con su Padre celestial, y sin embargo, antes de expirar parece haber experimentado esa relación como un enorme signo de interrogación cuando dice, “Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?”. El relato de la Biblia nos dice que un modelo de perfección, admirando por todos sus contemporáneos, y que en el transcurso de un corto tiempo se vio despojado de sus propiedades, familia, reputación y hasta de salud corporal. ¿Qué clase de Dios es este que permite o hasta envía semejantes tragedias a la vida de sus amigos? Job se quejó amargamente de la deplorable condición a la que había llegado; pero ¿hubiese Job llegado a conocer

quién era en realidad ese Dios si no hubiese pasado por esas experiencias en que vio fragmentarse totalmente el concepto ingenuo que tenía cómo debía funcionar su Dios? el mayor beneficio de la noche del espíritu es estar dispuesto a aceptar a Dios en la forma en que Él disponga todo; y cuando se llega a ese punto, le permitimos a Dios ser Dios sin tener idea de quién es o qué es lo que representa.

La sumisión total y la entrega incondicional de uno aumentan enormemente en la noche del espíritu pero de una manera muy sigilosa. Es tan pura la luz que nos ilumina que es imperceptible a nuestras facultades. Citamos a San Juan de la Cruz que dice que fe pura es un rayo de tinieblas. Al no tener ninguna señal consoladora o alentadora de Dios y al vernos privados de todos los apoyos humanos que nos servían de muletas, este momento de abandono puede convertirse en uno de duda existencial y de terror. Si somos capaces de permitirle a Dios ser el Dios que sea y de aceptar lo que Él disponga, surge entonces una confianza invencible. Esta confianza no se basa ni en nuestras buenas obras, ni en el papel que desempeñamos, ni en cualquier otro mérito; sencillamente confiamos en la infinita misericordia de Dios. La misericordia de por sí extiende sus brazos hacia el débil y al que tiene necesidades externas. Encontramos tranquilidad en es infinita misericordia de Dios. Clamor divino penetra el suelo fértil de la sumisión y de la entrega total y nos acarrea a través de la noche del espíritu la unión transformadora.

El *quinto* fruto de la noche del espíritu es el anhelo de deshacernos de esos rastros de egoísmo que todavía perduran en nosotros y de quitar de medio cualquier obstáculo que impida nuestro crecimiento hacia la unión divina. De acuerdo a San Juan de la Cruz, el mismo fuego de amor divino que se experimenta en forma dolorosa en la noche del espíritu se convierte en algo suave y acariciador en la unión transformadora. El YO del amor propio se reduce a un yo diminuto, y se vislumbra el “YO SOY” del libro de Éxodo en el lugar que le corresponde. Vemos entonces que el plan divino es convertir la naturaleza humana en divina, no por medio de un papel especial o de poderes excepcionales, sino capacitándola para que viva una vida ordinaria con un amor extraordinario.

Antes de finalizar este capítulo es necesaria una voz de alerta. Podemos hablar del “plan divino” y describir las distintas etapas del camino espiritual como nos la han presentado los grandes maestros de esta tradición nuestra, pero de una cosa podemos estar absolutamente seguros, y es que cualquier cosa que sea lo que esperamos que suceda, no sucederá. A Dios no le podemos imponer nuestras ideas. En algunos casos la noche de los sentidos comienza enseguida, en otros el orden al la noche de los sentidos y la noche del espíritu se invierten, y en otros suceden simultáneamente. Si hemos leído mucho para instruirnos y esperamos que las cosas van a suceder de acuerdo a lo que hemos entendido, Dios cambiará el orden para nuestro propio bien. De una forma o de otra, nos veremos forzados a dar ese salto para entrar en lo desconocido.

CAPITULO DIECISÉIS

La unión transformadora

La experiencia de la unión transformadora es la forma de continuar en el mundo nuestra vida cotidiana con la convicción invencible de que estamos continuamente unidos a Dios. Es un modo nuevo de vivir la vida, en el cual trascendemos sin dejar nada atrás.

En esta unión transformadora cesa el dominio de las emociones; desaparecen los altibajos emotivos. Nos damos cuenta de que lo que creíamos eran emociones no lo eran, sino que era la forma de en que las interpretábamos. Las emociones continúan siendo igual de fuertes o más, pero no tienen repercusiones en nosotros como resentimientos o como cambios en el estado de ánimo. Las emociones son una respuesta adecuada al contenido específico del momento presente, y el enojo con que Jesús echa del templo a los cambistas es el perfecto ejemplo de esto. Apenas desaparece el evento, con él desaparece la emoción con que reaccionó. Por eso es que ya no nos dejamos llevar por las emociones a alguna actividad pecaminosa. Nos damos cuenta de que aún podemos pecar, pero no nos sentimos estimulados a hacerlo. Se ha completado la liberación del *falso yo* y del dominio emocional.

Los Padres del desierto tenían un término para lo anterior; lo llamaban “apatía”, que algunos interpretan como indiferencia, pero que para ellos significaba más bien una gran preocupación por todo lo que existe sin involucrar las emociones características del falso yo. Gozamos de completa libertad para dedicarnos a socorrer a los demás en sus necesidades, sin que nos absorba innecesariamente su dolor; nos hacemos presentes a las personas a un nivel muy profundo y percibimos la presencia de Cristo en su sufrimiento; anhelamos compartir con ellas algo de la liberación interior que se nos ha otorgado, pero sin ansiedad y sin tratar de que se nos retribuya por ello. Simple y sencillamente tenemos la vida divina como puro regalo y ofrecemos compartirlo con quién quiera. La existencia resucitada de Cristo puede entonces, a través de los dones del Espíritu Santo, sugerir lo que se debe hacer y lo que no se debe hacer, hasta el último detalle, en forma absolutamente increíble.

Este grado de conciencia no es pasajero, sino algo permanente que espontáneamente invade la vida entera. Los rayos X de la fe, que pueden ver más allá de las apariencias exteriores, perciben todas las cosas en Dios, y a Dios en todas las cosas. Es así como se efectúa el movimiento desde el punto de partida del símbolo sagrado a la atención espiritual, luego a la absorción cada vez más profunda de las facultades en Dios, y por último, a la purificación del subconsciente que termina en la unión transformadora. Esto último involucra una reestructuración de la consciencia que percibe todo lo real en una nueva dimensión. Aprendemos a vivir sin las experiencias consoladoras del pasado, y las reemplazamos con la madurez que nos da una fe purificada y un amor que está dispuesto a recibir la energía divina directa y continuamente.

Cualquiera que sea la experiencia que tengamos de Dios, por más exaltada que sea, es sólo un reflejo de su presencia. Ninguna experiencia en esta vida puede llegar a ser como

Dios realmente es porque Dios trasciende infinitamente todas las categorías y experiencias. En la unión transformadora, la energía que da la fe, la esperanza y la caridad, se nos está transmitiendo constantemente, nos demos cuenta de ello o no. El cuerpo está preparado y estabilizado por medio de la práctica de las virtudes y la purificación de los sentidos y del espíritu para recibir incesantemente las comunicaciones divinas. Entonces el amor divino se manifiesta en todas nuestras actividades, hasta en las más prosaicas. Tanto al caminar por la calle como al cepillarse los dientes o al estar en oración contemplativa, se hace presente esa unión que ha tomado posesión de nosotros. No se diferencian las realidades internas de las externas, porque todas tienen sus raíces en Dios y son una manifestación de Dios. El organismo entero está sincronizado con todas las diversas formas en que se manifiesta la presencia divina, pero sin confundir ninguna de ellas con la expresión suprema del amor de Dios.

La energía divina es de hecho potencialidad y actualidad infinitas, y las criaturas son expresiones localizadas de ello. Si no tenemos ningún obstáculo en nuestro interior, si no predomina en nosotros el *falso yo*, nos convertimos en transmisores, a través de los cuales la presencia divina, como compasión y amor sin fronteras que es, para ejercer su influencia se comunica con los demás en círculos cada vez mayores.

La unión transformadora es el fruto que madura al desmantelarse el *falso yo*. Ocurre tan pronto este se reduce a nada. Se desarrolla una actitud de desprendimiento hacia todo, incluyendo a la persona misma, por la sencilla razón de que no existe ese YO posesivo y egocéntrico que quiere poseerlo todo. Esto no quiere decir que no usemos las cosas buenas que se nos brindan en esta vida, la diferencia es que ya no son objetivos por sí mismos, sino peldaños que nos llevan a la presencia de Dios. La energía del Espíritu se filtra desde ese punto céntrico quieto y penetra todas las facultades, purificando así los sentidos externos para que puedan percibir la presencia y la acción de Dios en cada experiencia en que se ven involucrados. Se vuelve transparente todo aquello que en cada objeto es bello, verdadero y bueno.

Son varias las manifestaciones de la unión transformadora: paciencia en las enfermedades y pruebas externas, como nos lo demuestra Job; soledad intensa, como en el caso de San Antonio; ministerios que exigen mucho de nosotros. Tiene que expresarse en forma extraordinaria, ya que la energía para lo bueno que genera la unión divina es tremenda. La física de partículas nos da una buena descripción de lo que sucede cuando una partícula vuelve a la secuencia de la onda donde se originó. La fuerza de la onda es mucho mayor que la de la partícula localizada. Fue de este movimiento hacia el propio corazón del amor divino de donde Antonio sacó su fuerza.

Puede que pensemos en Dios como el Rey Celestial que domina la creación y por supuesto que Él está a cargo de todo; sin embargo, debemos tomar nota de que Él ejerce esa autoridad sirviendo a su creación todo el tiempo. Él creó y nutrió este planeta con un cuidado exquisito, suministrando aire, agua, alimento y todo tipo de recursos naturales día tras día. Servir sin esperar nada a cambio es la característica de la Suprema Realidad. Aquellos que han llegado a la unión transformadora están empezando a darse cuenta de eso. Como resultado se convierten en servidores, y no en dominadores.

La unión transformadora es el objetivo de la primera parte del camino espiritual cristiano. Aunque es raro encontrarla, debe considerarse como la forma normal de vivir la vida cristiana, así que tenemos que convertir todas nuestras relaciones (con Dios, con noso-

tros mismos, con las demás personas, y con el cosmos) a este nuevo concepto y a esta nueva manera de ser en el mundo. El medio más importante para llegar a la unión transformadora es el amor personal hacia Cristo. El resto del aprendizaje para esta jornada está contenido en el significado de las palabras de Jesús, “mi Padre y yo somos una sola cosa” (Juan 10:30), y en las repercusiones que tiene en nosotros la siguiente oración, “Que sean también uno de nosotros” (Juan 17:21)

CAPITULO DIECISIETE

Las primeras cuatro Bienaventuranzas

Las bienaventuranzas son la quintaesencia de las enseñanzas de Jesús; representan su explicación completa de lo que es felicidad; son el torrente de las gracias pentecostales del Espíritu Santo. Llevamos dentro de nosotros, en virtud de nuestro bautismo, los siete dones del Espíritu que son: reverencia, piedad, conocimiento, fortaleza, enseñanza, comprensión y sabiduría. Al deshacerse de la camisa de fuerza del falso yo, la persona pone en acción estos dones de suerte que la comunicación de la luz y el amor divino pueda ser recibido con claridad y plenitud cada vez mayores.

Las bienaventuranzas son expresiones verbales de sabiduría que expresan la disposición de ánimo correspondiente a cada uno de los niveles conscientes que hemos tratado. Resaltan tanto lo bueno como las limitaciones de cada etapa de desarrollo. El objeto del camino espiritual es la sanación del cuerpo, mente y espíritu. Jesús dijo, “No son las personas sanas las que necesitan médico, sino las enfermas. He venido no para llamar a los buenos, sino para invitar a los pecadores a que se arrepientan” (Lucas 5:31-33). Un médico no sana a sus enfermos matándolos; en forma similar, el Espíritu no sana las heridas de la tierna infancia y los programas primitivos de felicidad destruyendo los instintos que fueron la causa de que surgieran, sino que más bien conserva lo bueno de las necesidades instintivas y lo integra a los valores que se van desarrollando en el organismo humano. La necesidad biológica de supervivencia es esencial para poder salir adelante en este mundo cuando el camino se pone difícil; sólo las exageraciones y distorsiones de esas necesidades son las que deben quedar atrás. La gracia del Espíritu sana cada nivel del consciente para hacer posible que los valores de cada nivel contribuyan a la integración del ser humano con todo su potencial.

La *primera* bienaventuranza está dirigida al nivel consciente con que venimos al mundo, la consciencia reptiliana, en la cual no se percibe la separación del propio ser. Esta consciencia está enfocada principalmente hacia la comida, vivienda, sobrevivencia y la satisfacción inmediata de sus necesidades físicas. Cuando se sufren privaciones durante el período de la niñez en esta área, más adelante en la vida se presentarán deseos desordenados de poseer los símbolos que el ambiente cultural identifica con el bienestar. “Cómo serías de feliz” nos dice Jesús, “si fueras pobre de espíritu”, que dicho en otras palabras es, “si depositaras toda tu confianza en Dios y no en los bienes terrenales y demás símbolos de bienestar”.

Los que tienen espíritu de pobre son aquellos que saben aceptar las aflicciones por ser Dios quien es. No sólo son los que no tienen bienes materiales, sino también aquellos que tienen padecimientos, ya sean emocionales, mentales o físicos, y que los aceptan por el simple amor a Dios. Los pobres han adquirido un derecho especial a entrar al reino porque no tienen absolutamente nada, o si tienen algún bien material, están dispuestos a renunciar a él si las necesidades de los demás o la voluntad de Dios así lo disponen. El don del Espíritu

llamado reverencia capacita a los pobres para que pongan su confianza en Dios y no en los símbolos de bienestar que ellos oyen pregonar.

La consciencia mitad humana, mitad animal que caracteriza la vida emocional de un niño se relaciona con la *segunda* bienaventuranza y con la *tercera*. En este nivel del consciente, el deseo instintivo de afecto, estima y placer, y el deseo de poder y control pueden hacer que esas necesidades instintivas se conviertan en centros de motivación para la persona, alrededor de los cuales gira su vida. La bienaventuranza que dice “Dichosos los que lloran, porque recibirán consuelo”, se dirige al deseo desordenado de afecto, estima y placer. Al rehusar desprendernos de algo que se nos está negando estamos creando tensión. Cuando renunciamos a alguna persona, sitio, u objeto que hemos apreciado, automáticamente entramos en un período de depresión. Si aceptamos la pérdida de lo que amábamos, nos liberamos de lo que anteriormente nos esclavizaba y podremos entablar una nueva relación con ello, una relación que tendrá su base en la nueva libertad que desiste de tratar de exprimir felicidad de los placeres pasajeros. Si vamos en persecución de ciertos placeres porque nos van a hacer felices, los estamos convirtiendo en ídolos. La tercera bienaventuranza, cuando nos dice que “Dichosos los pacientes”, se está refiriendo al deseo de obtener poder. Es como si dijera, “Que feliz serías si no quisieras estar siempre controlando las situaciones, las demás personas, o tu propia vida, y en cambio tuvieras la libertad de aceptar los insultos y las injusticias sin que sea el fin del mundo para ti.”

Cada uno de los tres programas emotivos se desarrolla en medio de una inseguridad que ha empeorado por faltar el apoyo de la unión divina. Cada vez que pasamos a un nuevo nivel de timidez, estamos alentando la separación de ese yo, dando lugar a un sentimiento de estar totalmente aislados.

La tradición cristiana nos sugiere varias disciplinas para iniciar la sanación de nivel de consciencia reptiliano. Cuando éramos infantes nos absorbían nuestras necesidades físicas, tales como comer, dormir, ser acariciados, y el que se atendieran rápidamente nuestras necesidades corporales. Cuando deliberadamente nos proponemos alterar nuestros hábitos de comer, dormir y demás actividades por medio de ayunos, vigiliass, y por la simplificación de nuestro estilo de vida, creamos el espacio para poder cambiar. Cuando atravesamos una situación en la que temporalmente nos privamos de algo, nos abrirá los ojos para ver que no dependemos tanto de nuestras necesidades físicas como pensábamos. Tanto la disciplina corporal como el trabajo al servicio de la comunidad, y las labores manuales, todas nos ayudan a que podamos controlar mejor nuestros impulsos físicos. Por medio de estas prácticas podemos reducir nuestras insensatas exigencias de que satisfagan de inmediato nuestros deseos de bienestar y placer.

La manera tradicional de sobreponernos al impulso de controlar a los demás es con la práctica de la caridad hacia el prójimo, aceptando a las personas tal cual son, sin intentar cambiarlas, y sirviendo a los demás por medio de obras de caridad tanto en el orden corporal como en el espiritual, tales como dar de comer al hambriento, visitar al enfermo y al prisionero, y responder a sus diversas necesidades físicas, mentales y espirituales.

Los esfuerzos que hacemos para desbaratar los programas emocionales de felicidad y para atender a las necesidades del prójimo atraen el movimiento del Espíritu Santo. Es en respuesta a dichos esfuerzos que las purificaciones pasivas vienen en nuestro auxilio y nos llevan más allá de lo que jamás hubiésemos podido lograr solos para liberar de sus respectivos traumas los niveles la consciencia reptiliana y tifónica.

El nivel de asociación mítica hace que nuestros programas de felicidad entren en contacto con la educación social que tuvimos de los cuatro a los ocho años de edad, cuando absorbimos las escalas de valores de padres, maestros, compañeros y programas de televisión. Un niño de esa edad no tiene el debido uso de razón para evaluar dichas influencias, así que las absorbe sin titubear, y conecta sus programas emocionales de felicidad a su nueva relación social. Los programas que nosotros creamos para poder sobrellevar las situaciones difíciles de nuestra infancia se han extendido ahora y han invadido el vasto mundo de la sociedad con la cual estamos conectados, convirtiendo dichos programas en algo mucho más complejo que lo que eran antes.

La *cuarta* bienaventuranza que dice “Dichosos los que tienen hambre y sed de justicia; ellos serán saciados”, está dirigida directamente a nuestra identificación exagerada con nuestra sociedad y nos libera de la ansiedad de ser aceptados y aprobados por el grupo. Para poder aceptar la invitación del evangelio, tenemos que ir más allá del comportamiento que sabemos sería el que la sociedad a la cual pertenecemos admiraría o esperaría de nosotros. Con esto no se quiere decir que tenemos que darle la espalda a nuestra nación, religión, raíces, o familias. Lo que significa es que, junto con el agradecimiento que sentimos por lo bueno que hemos aprendido de ellos, y con la lealtad hacia nuestra familia y nuestro grupo social, reconozcamos que esa lealtad no tiene que ser absoluta. Intentaremos mejorar situaciones poco saludables o injustas en nuestra familia o comunidad, en lugar de aferrarnos a una lealtad ciega que rehúsa ver los defectos o fallas y sugerir correcciones o mejoras que deberían hacerse. Nos sentimos libres para continuar con nuestra tradición o institución pero al mismo tiempo haremos lo posible por renovarla. Haremos lo que esté a nuestro alcance para mejorar situaciones de familia, de la iglesia, o de la sociedad, sin exigir resultados o esperar ver los frutos de nuestra labor. El Espíritu nos da el valor para responderle personalmente a Cristo, en lugar de dejarnos influenciar por lo que digan, o lo que hagan, o lo que esperen los demás de nosotros.

Las bienaventuranzas contribuyen a aumentar nuestra liberación interior. Progreso hacia la libertad interior depende de la firmeza de nuestro compromiso. El don de fortaleza está reflejado en la bienaventuranza “Dichosos los pacientes porque recibirán la tierra en herencia”. Los tolerantes son aquellos que no desean controlar a nadie o empujar a los demás, y que están dispuestos a que se les insulte y se les aparte sin alterarse por dicha oposición. No extraen su identidad de lo que los demás digan o piensen, sino de los valores del evangelio. La fortaleza del manso es aquella fortaleza que se enfrenta firmemente con la oposición, como lo hizo San Antonio en las tumbas. Santo Tomás de Aquino dice que tener la paciencia de defender el terreno propio requiere más valor que retribuir el ataque. Esto lleva a la persona a una comprensión más profunda de la pasión de Cristo, aprendida de nuestra lucha personal con la vida y no de lecturas abstractas de los evangelios.

Las bienaventuranzas son una invitación que nos hace Jesús a que asimilemos los valores proclamados por Él. Luchamos con las dificultades de la vida, dependiendo de él y creyendo en su ayuda, sin exigir o contar con que debemos ser consolados. Las cuatro primeras bienaventuranzas corresponden al mandamiento que dice “Amarás a tu prójimo como a ti mismo”. Hacen que podamos dejar atrás nuestros programas infantiles de una vez por todas para luego posesionarnos de esa libertad que Jesús nos ofrece con su invitación. Nos preparan para el trabajo continuo de soltar el egoísmo y de sensibilizarnos a los movi-

mientos del Espíritu, que nos invita, no solo a esfuerzos generosos, sino también al servicio heroico de Dios y de los demás.

CAPITULO DIECIOCHO

Las últimas cuatro bienaventuranzas

“Dichosos los compasivos, porque obtendrán misericordia”, es la bienaventuranza que corresponde a la prudencia totalmente autorreflexiva de la consciencia mental egoica. A este nivel nos convertimos en seres humanos en toda su plenitud. Nuestra respuesta a la vida es cooperar y aceptar al prójimo, sin crítica. Esta bienaventuranza es un compendio del nuevo mandamiento de Cristo que nos dice “Amaos los unos a los otros como Yo os he amado” (Juan 15:22)

El nuevo mandamiento es mucho más exigente que el de amar al prójimo como a nosotros mismos. Amar a mi prójimo como a mi mismo es respetar la imagen de Dios en mi vecino con todos los derechos que esa dignidad otorga. Amarnos los unos a los otros como Jesús nos ama es amarnos en nuestra concupiscencia humana, o sea, en nuestra individualidad y opinión, en los conflictos de personalidad y en las situaciones intolerables. Es continuar mostrando amor sin importarnos que la provocación sea como para actuar en forma diferente.

Los compasivos son aquellos cuya preocupación comienza a extenderse más allá de la familia y los seres queridos para abarcar un círculo más grande. Su preocupación llega a incluir toda la humanidad, en el pasado, en el presente y en futuro. El objetivo final de Jesús es involucrarnos en la redención del mundo. Las bienaventuranzas imparten el amor firme de ese Dios que hace brillar el sol sobre los buenos y los menos buenos, sobre los que responden y sobre los que no responden.

En nuestros tiempos un aspecto muy importante de la bienaventuranza del misericordioso es tener compasión de nosotros mismos. Muchas personas llegan al nivel de la consciencia plena con una baja imagen de sí mismos y llegan a odiarse en varios grados de intensidad. Esta disposición de ánimo es nada menos que un orgullo reservado. En lugar de aspirar a engrandecerse, estas personas se menosprecian porque no han podido alcanzar esa imagen idealizada de perfección que les exige su autoimagen. Cuando llegan a la altura de esa medida imposible, es el orgullo y no Dios el que exclama - ¡Tú no sirves para nada!- Entonces sienten vergüenza por no haber estado a la altura de esos sueños de grandeza que tenían acerca de sí y que habían sido creados por su educación, ambiente cultural o por el deseo de triunfar.

La mayoría de nosotros llevamos dentro una enorme carga de basura emocional desde la tierna infancia. El cuerpo sirve de almacén para este material emotivo sin digerir. El Espíritu Santo inicia el proceso de sanación evacuando ese desperdicio, lo cual tiene lugar como resultado del profundo descanso de cuerpo y mente durante la oración contemplativa. La energía que anteriormente se empleaba en tratar de hacerlo frente a la tensión emotiva del presente queda ahora disponible para el crecimiento espiritual. La camisa de fuerza del *falso yo* oprime a las personas y solo les permite usar una porción infinitésima de su po-

tencial humano. Las bienaventuranzas las capacitan a expandirse y a comenzar a tener acceso a estas inmensas posibilidades.

A medida que la oración se hace más íntima, la gracia santificante penetra lo más profundo de nuestra psiquis y hace que podamos descargar el daño emocional y la basura de toda una vida. A su debido tiempo haremos la transición de llegar a Dios por medio del raciocinio y de ciertos actos de la voluntad, a poderlo alcanzar más directamente por medio de las facultades intuitivas. Entonces Dios se comunicará con nosotros por medio de estas últimas en lugar de usar los sentidos externos, la memoria, la imaginación, el raciocinio y los actos voluntarios. Este período de transición podría experimentarse como una crisis de fe; nos estamos cambiando de la consciencia mental egoica a la del nivel intuitivo. Una vez establecido el nivel intuitivo, se transforman todas nuestras relaciones, hacia nosotros mismos, hacia Dios, hacia otras personas y hacia el cosmos. Empleamos un período de tiempo bastante importante en podernos ajustar a este nuevo modo de ser y de existir en este mundo. La bienaventuranza que corresponde al nivel intuitivo es la del puro corazón, y la promesa de recompensa que le acompaña es “Ellos verán a Dios”. Por supuesto que no lo verán con los ojos del cuerpo, sino con los del Espíritu purificado en la fe.

Una vez que la fe es purificada en la noche de los sentidos, penetra la realidad oculta más allá de las apariencias. Los ritos, los sacramentos, la naturaleza, el arte, la amistad y el servicio de los demás, se vuelven transparentes, y e nos abre el camino que nos lleva al Misterio que se está manifestando a través de cada uno de estos símbolos y eventos. Empezamos a ver a Dios en todo. La felicidad nace de la percepción de la cercanía de Dios y de nuestra sensación de que formamos parte del universo. Esta sensación de acercamiento puede manifestarse en experiencias espirituales tales como la contemplación “sentida”, como vimos en el capítulo trece. Tales experiencias pueden ir aumentando en profundidad por medio de una absorción cada vez mayor de Dios durante la oración y nos pueden alertar a Su presencia en la vida cotidiana, en los eventos y en las demás personas.

Habiendo experimentado la bienaventuranza de percibir a Dios en nosotros mismos y en los demás, arribamos a la crisis de confianza que se llama la noche del espíritu, durante la cual el ansia de unión divina se vuelve aguda. A este nivel es que apunta la bienaventuranza de los que trabajan por la paz. Paz, de acuerdo a la clásica definición de San Agustín, es la tranquilidad que viene del orden. Este orden correcto de la naturaleza humana consiste en la integración efectiva de nuestras emociones y de nuestra razón con nuestras facultades intuitivas, y la entrega de esa naturaleza unificada a Dios. En la unión divina, la persona de Jesucristo trasciende en nuestra propia persona, es decir, que nuestra identidad es más la de Jesús que la que nace de nuestras inclinaciones; y si aún quedan intereses propios, estamos dispuestos a renunciar a ellos si el Espíritu así nos lo pide, ya que lo consideramos lo que en términos modernos podría llamarse el socio que más “peso” tiene en el negocio.

Paz es el gran regalo de Jesús en el día de la resurrección. Esta paz no es sentimental; trasciende gozo y dolor, esperanza y desesperación; tiene sus raíces en una forma de ser que va más allá de toda emoción. Ya no nos llevan por delante ni el viento tormentoso de la persecución ni las aguas tumultuosas de la tribulación. Nuestras viviendas están construidas en una roca sólida y esa roca es Cristo, la roca de fortaleza que resiste cualquier tormenta. La unión divina se ha convertido en una convicción invencible, una forma de ser, una cuarta dimensión de toda realidad.

Entrar en unión con Dios hace que uno sea como Dios, que es algo muy diferente a querer ser Dios. Hay momentos en la consolación espiritual que precede a la noche del espíritu que son tan fantásticos que uno siente “como si uno fuera Dios”. San Juan de la Cruz dice que estas sensaciones pueden ser aún más intensas después de la unión transformadora; sin embargo, la tendencia de la unión transformadora en su estado predominante es más bien no tener ninguna experiencia y a llevar una vida ordinaria sin obstaculizar nada. Si uno ha sido dotado con dones especiales, estos se usarán dependiendo totalmente de lo que Dios disponga. Se está completamente liberado de ver resultados y no se extrae la propia identidad de ningún papel glamoroso, sino que más bien se es un servidor de la creación, como lo es Dios.

La octava bienaventuranza corresponde a una etapa aún más avanzada de consciencia, el estado de sabiduría perfecta. Esta es la sabiduría que encuentra placer en la persecución. Jesús nos dice “Dichosos los que son perseguidos por causa del bien porque de ellos es el reino de los cielos. Dichosos vosotros cuando por causa mía os maldigan, os persigan y os levanten toda clase de calumnias. Alegraos. Danzad de alegría porque grande es vuestra recompensa en el cielo”. En esta visión extraordinaria del mundo, la persecución que se sufre por el amor a Dios es la felicidad máxima. Aquellos que han experimentado esta bienaventuranza han ido más allá del interés propio hasta el punto en que dejaron atrás la actitud posesiva que podían haber tenido de sí mismos. Se han identificado con Cristo y con la identidad única que El desea para ellos. Si su vocación implica sufrimientos, comprenderán que están sirviendo con más eficiencia. Participan no solo de la paz inefable de Cristo sino que se convierten en fuente de vida divina y paz para los demás. La energía llena de la gracia recibida de Dios, como un manantial, se comparte con quienes se vive y con los de más allá de ese círculo inmediato. Dios está, a través de ellos, inundando de luz, vida y amor, a la humanidad entera.

CAPITULO DIECINUEVE

La esencia de la oración contemplativa

Comencemos aclarando lo que la contemplación no es, para poder entender mejor lo que es. La oración contemplativa no es una técnica, a pesar de que emplea métodos que sirven de puntos de partida para despertar un estado espiritual alerta. No es una alfombra mágica que lleva al éxtasis, ni una hora espiritual, ni, ni un sustituto respetable a drogas que alteran la mente, ni autohipnosis, ni un estado de trance.

La oración contemplativa no debe confundirse jamás con los dones carismáticos que enumera San Pablo en 1 Cor. 12:7-11: el don de hablar en lenguas; el de interpretarlas; el don de hablar con conocimiento; el de sanación; el de hacer milagros; el de hablar con sabiduría; el de proclamar; el de discernir los espíritus, el de administrar, y otros más. Nos dice San Pablo que todos los dones carismáticos tienen como fin el darle aliento a la comunidad cristiana local. Su propósito primordial no es beneficiar o santificar al que los posee, y no son indicativos ni de una vida contemplativa, ni de santidad; por lo tanto debemos de admirarlos con cautela.

Tal vez uno de los más impresionantes carismas es de descansar en el Espíritu, que antiguamente se llamaba “caer en el Espíritu”. Se transmite por una unción o bendición y a veces por una simple mirada del intercesor. Aquellos que reciben este regalo sienten el deseo de descansar en Dios. Pueden resistirse o condescender a ello. Si condescienden, sus sentidos externos quedan en suspenso y se desploman en el suelo. Como la experiencia es una sensación muy agradable, hay la tendencia muy humana de querer prolongarla quedándose allí en el suelo o regresar al sanador por más. Es importante en estos tiempos en que se multiplican y aparecen a diario dones carismáticos por todos lados, que se ofrezca a las personas una instrucción bien balanceada que les ayude a entender el verdadero valor de estos dones. Son una invitación a emprender el camino espiritual, no una invitación a entrar en éxtasis con la mayor frecuencia posible; esto sería gula o glotonería espiritual.

Hay muchas personas que reciben ciertas gracias místicas muy significativas y a veces muy poderosas. Como Dios está presente dentro de cada uno de nosotros, es un privilegio bajarnos en cualquier momento al suelo. O permitir que se escape una pizca de ese delicioso aroma de su presencia que está escondido en lo más recóndito de nuestro ser. Aún personas que no sean muy religiosas pueden tener este tipo de experiencia. Por lo general la instrucción cristiana de nuestros tiempos no expresa abiertamente la experiencia mística cristiana, y es por eso que cuando dichas experiencias surgen espontáneamente, la mayoría de los cristianos no la pueden entender o expresar con palabras; hasta se pueden asustar. En realidad son invitaciones con orillas doradas. Cristo nos está diciendo – Seguidme – no en palabras, sino a través de la experiencia. Si lo que queremos es solamente estar acostados en el suelo, mejor hagamos una siesta.

Otro tipo de experiencia que a veces se confunde con la oración contemplativa, está en el campo de los dones psíquicos o de los fenómenos parapsicológicos. Estos se están

multiplicando a tal velocidad en nuestros tiempos que algunos antropólogos creen que la humanidad entera se está trasladando del nivel de conciencia mental egoico al intuitivo. Estamos comenzando a comprender que la mente humana posee un potencial que no ha sido comúnmente explotado o explorado y que viene del proceso de crecimiento humano. Si esta nueva energía estuviese arraigada en el cuerpo por medio de cantos de alabanza, ejercicios de yoga o de Tao, caminatas vigorosas o trote, trabajos livianos como artesanía o jardinería, el mismo cuerpo se encargaría de distribuir debidamente ese aumento de energía. Pero si la energía natural se estanca en el cuerpo o en el sistema nervioso, se puede manifestar en fenómenos de orden psíquico o físico.

El *falso yo* sigue presente en el nivel intuitivo de conciencia. Lo que sí proporciona el nivel intuitivo es una energía nueva, y esto es un aumento significativo del potencial humano. Pero energía no es más que energía; todo depende del uso que le demos. Como hemos visto, las fuerzas espirituales se pueden usar para engrandecimiento propio y para el dominio de las personas a quienes les fascinan los dones extraordinarios. Tanto los dones carismáticos como los poderes psíquicos se le pueden subir a la cabeza a uno si el *falso yo* no ha sido purificado de antemano en forma significativa. La noche del espíritu es una corrección necesaria antes de que uno pueda ejercer esos dones sin peligro de que el orgullo espiritual los convierta en un motivo de ensalzamiento propio.

Ahora veamos los fenómenos místicos. Estos son fenómenos psíquicos que se inspiran en la presencia y acción divinas, tales como éxtasis corporal, locuciones (palabras que se hablan exteriormente, espiritualmente o en la imaginación), y visiones externas o internas. Las apariciones de Lourdes y Fátima, aún cuando son auténticas, son posiblemente carismas que sucedieron para darle ánimo a la cristiandad en tiempos de desastre, guerra y persecución. Son un llamado al arrepentimiento y a la oración.

En la tradición hindú, hay más de cien *siddhis*, o sea, poderes psíquicos en la lista de Patanjali, un cuasi contemporáneo de Jesús. Estos poderes deben integrarse a los niveles de conciencia que van apareciendo. Si uno se queda estancado en cualquiera de las etapas, por más espiritual que esta sea, y deja de avanzar, los dones que corresponden a ese nivel pueden igualmente estancarse. Aquellos dones que al comienzo eran muy beneficiosos pueden convertirse en dañinos, tanto para uno si uno cae en el orgullo espiritual, como para los demás si uno trata de explotarlos para provecho propio.

Uno de los grandes levitadores de todos los tiempos fue San José de Cupertino, un monje capuchino del siglo diecisiete. En una de las fases de su desarrollo espiritual, San José experimentaba el misticismo exuberante que acabamos de describir. Era tanto su amor por Jesús que con sólo oír su nombre se elevaba en el aire, tanto así que a veces se elevaba no sólo unos cuantos pies, como la mayoría de los que levitan, sino que tocaba el cielo raso. Para los monjes que trataban de cantar los cánticos, esto se convirtió en un problema. Los superiores comenzaron a mirar los dones del santo con algo de escepticismo; sin embargo, en vista de su vida religiosa ejemplar, optaron por guardar silencio y esperar a ver que pasaba. Cierta día llegó al monasterio una inmensa cruz que pesaba media tonelada y que debía ser colocada en la punta del campanario de la iglesia. Las grúas no se habían inventado y los andamios eran defectuosos, y era demasiado peligroso tratar de emplear una polea para elevar la cruz hasta la cúpula. Mientras los monjes rodeaban el lugar frotándose las manos, San José se sintió inspirado por el Espíritu para hacer la labor. Con un pequeño grito al elevarse, agarró la enorme cruz, voló a la punta del campanario y la colocó en su lugar. A

continuación descendió suavemente a tierra. También está escrito que cuando el santo hablaba con otros monjes y se mencionaba el nombre de Jesús, su corazón estaba tan deseoso del amor de Dios que interiormente se derretía y se fundía en Dios. Sin darse ni cuenta de lo que hacía, agarraba al otro monje y los dos se elevaban juntos. Esto ya fue demasiado para los superiores y le ordenaron a San José que parara las levitaciones. El trató de explicarles que esto estaba totalmente fuera de sus manos, pero ellos insistieron. Como era un monje tan obediente, trató continuamente de resistirse a la levitación cuando sentía el impulso. Dice el relato que esto le produjo una “depresión”. ¿Fue esto un eufemismo de la noche del espíritu que a veces se manifiesta con síntomas similares? Si la respuesta es afirmativa, entonces podemos decir con certeza que fue la experiencia de la noche del espíritu lo que lo transformó y no las levitaciones.

Los fenómenos parapsicológicos son tan solo productos derivados de la contemplación, no su esencia. No hay ningún fabricante que se meta en el negocio de producción para sacar solo productos derivados. Si le concedemos demasiada importancia a los productos derivados, estamos cometiendo un error, porque se pueden convertir hasta en obstáculos en nuestra jornada espiritual si nos encariñamos demasiado con ellos, bien sea consciente como inconscientemente. Solo después de pasar por la noche del espíritu es que cesa por completo esa secreta satisfacción de sentirse como un alma que ha sido escogida como algo muy especial.

En nuestros tiempos hacen falta guías espirituales que conozcan a fondo, tanto la tradición contemplativa cristiana y las etapas de la oración, como las trampas que nos esperan a lo largo del camino, para que puedan darles ánimo a las personas que entran en la noche oscura de los sentidos. El número de personas que están emprendiendo este camino aumenta día tras día, y necesitan la dirección de alguien que ya tenga experiencia en la oración contemplativa. Van a necesitar que se les ponga sobre aviso de que no tomen muy en serio los fenómenos místicos o psíquicos. Uno no puede vivir solo del glaseado del biscocho, sino que necesita el alimento sólido de fe pura. La esencia de la oración contemplativa no es el camino de fenómenos interiores o exteriores, sino el de fe pura. Esta es la puerta angosta que lleva a la vida eterna.

Desafortunadamente llevamos grabado muy adentro esa tendencia a creer que la oración contemplativa se puede reconocer por las experiencias que la acompañan, y lo peor es que esta creencia es reforzada continuamente. Vemos durante los últimos siglos una marcada tendencia por parte de los autores espirituales a identificar la contemplación con un sentir de la presencia de Dios o con el desdoblamiento de los sentidos espirituales, o sea, la percepción de que Dios está presente en nuestro interior es tan palpable como los objetos que se perciben por medio de los sentidos de olfato, tacto y sabor. En libros de texto que tratan con la teología espiritual, encontramos la asunción, expresada abiertamente o propuesta, de que la contemplación deber ser sentida para ser real.

Hay muchas personas en el sendero contemplativo, y esto incluye a religiosos en el claustro, que están totalmente dedicados a la práctica de la oración contemplativa y sin embargo nunca han experimentado el torrente de gracia divina que los inunda como lo que le sucedía a Santa Teresa del Ávila y a otros místicos. ¿Acaso significa eso que son menos contemplativos que los otros? Hay un libro de Ruth Burrows que se titula *Guidelines for Mystical prayer (Pautas para la Oración Mística)* en el cual habla de dos monjas a quienes conocía íntimamente. Una era una monja residente en un monasterio carmelita; la otra era

una religiosa muy activa, bien ocupada con su ministerio que la mantenía muy atareada. La monja activa era la mística exuberante; la otra era la típica monja diligente, fiel y obediente, que practicó la oración contemplativa día tras día durante treinta o cuarenta años, experimentándola como una faena penosa que la aburría, con un bombardeo interminable de pensamientos indeseables. En lugar de salirse de la noche de los sentidos, o se quedó en ella o se metió en la noche del espíritu sin transición alguna. Ruth Burrows afirma que ambas monjas llegaron a la unión transformadora más o menos en el mismo tiempo.

Santa Teresa de Ávila en uno de sus escritos nos sugiere que la oración de unión puede ser el camino corto a la unión transformadora. Es muy posible que este sea su propósito, el de proporcionar una ruta especial que acelera el proceso ordinario de dismantelar el *falso yo*. Ruth Burrows nos indica que el misticismo exuberante puede ser un carisma, a algunas personas les es concedida la experiencia psicológica necesaria para que puedan explicar las varias etapas de la contemplación para el beneficio de la mayoría de los contemplativos que ascienden por la escalera oculta descrita por San Juan de la Cruz.

Esto nos lleva al extraordinario descubrimiento de San Juan de la Cruz de que la oración contemplativa es fundamentalmente un rayo de tinieblas. Repite y repite que él identifica la fe pura con la proximidad de la unión con Dios. Por lo tanto, cualquier sensación de lo divino que podamos disfrutar no es Dios, sino nuestra interpretación de Dios, o la irradiación de la acción de Dios en nosotros. La fe pura trasciende toda experiencia humana y obtiene acceso a Dios tal como Dios es. Si un rayo de luz traspasara un vacío perfecto, continúa diciéndonos San Juan de la Cruz, no tendríamos noción alguna de lo que sucede porque en un vacío no ha partículas de polvo que reflejen la energía física como la luz. Cuando aceptamos la luz divina tal como es, nos ilumina constantemente, en cuerpo, alma y espíritu. Ni siquiera los sentidos espirituales tienen acceso a la inmensa pureza y al poder de la energía divina en su esencia.

Es imposible ver a Dios en esta vida tal como Dios es y continuar viviendo, nos dice el autor de la Primera Epístola de Juan. Pero sí podemos consentir a conocerlo en la oscuridad de la fe, y en medio de esa oscuridad aparece la convicción invencible de la presencia divina. Si tan solo pudiésemos comprender este concepto básico de San Juan de la Cruz, nos veríamos liberados de una enorme cantidad de ansiedad en la jornada. La mayoría de nuestros problemas surgen de expectativas que no son realistas y que no se pueden realizar.

El camino angosto de la fe pura nos da vida. Esta enseñanza de San Juan de la Cruz podría ilustrarse si se piensa en la diferencia entre tomar el ascensor expreso que lleva al último piso de un rascacielos o tomar el ascensor común y corriente. Este último para en cada piso, y cada vez la vista es mejor. El problema surge cuando uno se extasía tanto en el panorama en un piso que se olvida de regresar al ascensor para continuar. Vemos que San Juan de la Cruz prohíbe a sus discípulos que acepten fenómenos psíquicos o que deseen ser tocados en forma extraordinaria. “Estos últimos” nos dice, “son parte de la unión divina y se pueden aceptar, pero no deben desearse”. En cuanto a locuciones, aromas, o visiones, ya sean interiores o exteriores, él recomienda enfáticamente que nos resistamos a ellas.

Entre más especiales sean los dones, más necesitaremos las noches de los sentidos y del espíritu para protegernos de lo que quede del *falso yo* y del orgullo espiritual. Si nos quedamos saboreando el orgullo espiritual, es como si frenásemos el progreso del camino espiritual. Lo sabio de tomar el ascensor expreso, que equivale a la fe pura, al último piso, es que evitamos todos los fenómenos místicos que pudiesen ocurrir como productos deriva-

dos de la descarga del subconsciente. El camino de fe pura es perseverar en la práctica contemplativa sin preocuparnos del punto en que estamos ni de compararnos con los demás o concluir que los dones de los demás son mejores que los nuestros. Todas estas insensateces las podemos evitar si nos rendimos ante la acción divina, sin prestar atención al contenido psicológico de nuestra oración. Los resultados de la fe pura muchas veces son invisibles hasta para aquellos que están avanzando a grandes pasos.

Regresémonos ahora a la historia de la monja que decía que ella nunca había tenido la experiencia de sentirse inundada por la gracia mística, o sea, que nunca la había *sentido*. Perseveró en su oración contemplativa cuando todo era insípido y rutinario, luchando fuertemente con sus instintos primitivos y con la descarga de traumas emocionales de su tierna infancia. Un día, mientras se paseaba por jardines del convento, se dio cuenta de que todo había cambiado en ella. El YO de su identidad egocéntrica había quedado reducido a polvo, y había sido reemplazado por el gran “Yo Soy” de Cristo que ahora ocupaba el lugar preponderante en el escenario. La fuente de su identidad ya no era la persona que ella había conocido, sino la presencia de Cristo en ella. La vida de Cristo resucitado comenzó a manifestarse en todo lo que hacía, estuviese dormida o despierta, y a transmitirle la fortaleza para llevar a cabo su vocación con determinación indómita.

Vemos entonces que es nuestro compromiso de seguir en el camino y nuestra fidelidad hacia la práctica lo que nos lleva a la unión transformadora, y nos las experiencias espirituales. Sí, es posible que dichas experiencias nos ayuden a que nos comprometamos de lleno, y a veces nos hacen falta para sanar las heridas y las penas emotivas de la infancia. Pero una vez que la sanación ha tenido lugar, Dios empieza a formalizar las cosas y a tratarnos como adultos que somos, y nos lleva entonces por ese camino angosto que da la vida y que es lo que reconocemos como el camino de la fe pura.

La luz divina de la fe está totalmente a nuestra disposición en la medida en que consintamos y nos rindamos a su presencia y acción dentro de nosotros. Sana las heridas de toda una vida y nos lleva a la unión transformadora, infundiéndonos el poder que necesitamos para entrar a formar parte del programa redentor de Cristo, primero por la sanación de nuestras propias heridas que son profundas y luego participando en la sanación de los demás.

Si la energía divina de la gracia penetra lo más profundo de nuestro ser en todo momento, necesariamente tendrá su efecto en nuestras vidas. Las personas que han llegado a esa unión transformadora demuestran lo que son por la forma en que viven. Lo más probable es que ellos mismos no se den cuenta de ello. Personas laicas en el mundo, que llevan vidas tranquilas y dedicadas a la oración, y que piensan que no son contemplativas porque nunca se convirtieron en sacerdotes o monjas, al igual que las personas religiosas mayores que creen que no son contemplativas debido al malentendido de lo que era la oración contemplativa en los últimos siglos, pueden ser tan santos que ni siquiera les afecta lo que aparentemente es un fracaso en su vida como contemplativos. Este es el triunfo que a primera vista se nos escapa.

CAPITULO VEINTE

De contemplación a acción

Hace unos pocos años salió una película llamada *La Misión*. Se basaba en una situación histórica que existió en el siglo diecisiete en América del Sur, cerca de las fronteras de lo que hoy día es Paraguay, Argentina y Brasil. Los misioneros jesuitas habían creado una comunidad en la cual los aborígenes estaban aprendiendo a poder mantenerse solos y a ser autónomos. Estos indígenas habían sido por muchos años presa codiciada por fuerzas políticas europeas que competían por ganar el control de sus tierras. La labor exitosa de los misioneros jesuitas para llevarlos a un relativo bienestar y autonomía era una amenaza para la trata de esclavos en esa área y para la extensión de las aspiraciones colonizadoras de España y Portugal.

Los gobernantes de España y Portugal estaban presionando tremendamente a las autoridades eclesiásticas para que acabaran con esta misión a fin de que el negocio de venta de esclavos que se había visto afectado por la oposición de los misioneros y por la comunidad de indígenas que estaba en pleno desarrollo, pudiera expandirse nuevamente. Amenazaron con cerrar todas las instituciones jesuitas en sus respectivos países si la Santa Sede no cerraba la misión. El Delegado Apostólico, que a su vez había sido sacerdote jesuita, llegó al sitio con instrucciones secretas de la Santa Sede de clausurar la misión y poder así salvar las instituciones jesuitas en Europa y en el resto del mundo. Para poder entender mejor el dilema en que se encontraba este pobre hombre, tenemos que tener en cuenta que los Jesuitas estaban introduciendo las reformas del Concilio de Trento y abriendo en todo el mundo universidades, centros de retiro y misiones. Ponerle fin a los esfuerzos para renovar la institución de la Iglesia habría sido una pérdida irreparable, o hasta podría llamarse un desastre.

En el transcurso de la película vemos como el Delegado Apostólico ve con sus propios ojos la extraordinaria labor que los jesuitas locales están llevando a cabo en la misión. Conoce a los aborígenes, gente contenta y trabajadora, que han salido de la selva para recibir las enseñanzas ilustradas de orden social de los misioneros jesuitas, junto con la instrucción de la fe cristiana. Después de una lucha interior tenaz y de encomendarse en la oración, da la orden de cerrar la misión. Los indígenas se niegan a retirarse. Varios misioneros jesuitas se ponen de parte de ellos, mientras que el fundador de la misión a su vez se niega a recurrir a la violencia para defenderla.

Continúa la historia: las potencias europeas contratan a mercenarios que atacan la misión indefensa con cañones, llevando a cabo una masacre atroz de indígenas y de los misioneros. En la última escena vemos el encuentro de los embajadores de España y de Portugal con el Delegado Apostólico para revisar el reporte de lo sucedido. El Delegado está anonadado por la intensidad del ataque. - ¿Era realmente necesaria una masacre como esa?-

pregunta indignado. Uno de los embajadores, tratando de calmar el horror y la ira del Delegado, le responde en un tono muy suave, - ¡Vuestra eminencia, no os sintáis tan mal, después de todo, así es el mundo!- El delegado les contesta en tono airado -¡No!...¡Así es el mundo que *nosotros* hemos creado!- Se incorpora de su asiento y se dirige a la ventana. Fijando su mirada en la lejanía, murmura como si estuviese hablando consigo mismo, - Así es el mundo que *yo* he creado-; se vislumbra el brillo de una lágrima en uno de sus ojos.

La trama de *La Misión* enfoca el asunto más crítico de nuestros tiempos y puede aplicarse a cada uno de nosotros. Es el tema de que quién es responsable de la injusticia social; ¿Qué sucede cuando los derechos del inocente interfieren con los intereses económicos o territoriales de las potencias mundiales? A nivel de la asociación mítica la respuesta es, - Así es el mundo.- El que tenga más poder o más dinero gana; los intereses nacionales siempre tienen prioridad. La conciencia cristiana madura dice, -¡No! ¡Esto es injusto! No debe tolerarse el abuso y la explotación de los inocentes por las fuerzas armadas. La opresión es un mal colectivo de enorme magnitud y trae consigo consecuencias muy serias. ¿Cómo puedo liberarme yo de estar involucrado en algo tan extremadamente malévolo?-

Las limitaciones de la conciencia de asociación mítica nos impiden que respondamos incondicionalmente a las enseñanzas del evangelio, especialmente cuando profesamos una ingenua lealtad a las enseñanzas de un grupo cultural específico o de un grupo con intereses creados. Miramos los problemas personales y sociales de acuerdo a nuestra escala de valores y de nuestras ideas preconcebidas que forman parte integral de nosotros. La bienaventuranza que nos habla de sed y de hambre de justicia expresa que es urgente que nos hagamos personalmente responsables de nuestra actitud hacia Dios, de las demás personas, de la ecología del globo terrestre, y de los problemas sociales tan diseminados de nuestros tiempos que parecen empeorar cada día.

Abraham Lincoln, que venía influenciado por el acondicionamiento cultural de la época, vaciló antes de firmar la Proclamación de la Emancipación. Durante los primeros meses de su gobierno, su interés primordial era mantener la unión. Como la Constitución tenía una provisión en que se le concedían ciertos derechos a los estados y la esclavitud era un derecho en los estados sureños, él se declaró a favor de mantener la esclavitud en el Sur, siempre y cuando la práctica no se extendiese a los nuevos territorios que se abrían hacia el occidente. Fue solo al pasar del tiempo que él vio claramente que el mal de la esclavitud había sido la causa principal de la Guerra Civil y fue entonces cuando publicó la Proclamación de la Emancipación.

El aparteidismo ha sido una preocupación mundial en tiempos recientes. La doctrina de que los blancos son mejores que los negros y el apoyo que se le da a esta teoría con todo tipo de argumentos ilusorios, nos demuestra una estructura política abiertamente injusta. Pero para las personas que crecen en ese ambiente, esta mentalidad no se discute y la adoptan convencidos de que están en lo cierto. Se sobreentiende que esta mentalidad no se limita a la gente que vive en Sudáfrica. El tono racista de la época de la colonia se ha reflejado por muchos siglos en Europa en su forma enfermiza de pensar. Una vez que aceptamos situaciones que son injustas, nos ideamos la forma de racionalizarlas y de crear argumentos que las justifiquen.

Las diferentes asociaciones cristianas enviaron misioneros al Asia con un prejuicio acerca de la Colonia, pues esa era la mentalidad existente en Europa. Los misioneros predicaban desde el punto de vista de que la cultura occidental era mejor que la oriental, y que

los asiáticos eran un montón de paganos, cuando la realidad en muchos casos era que los asiáticos tenían una cultura muy superior a la de los bárbaros medioevales que la iglesia había estado tratando de convertir por varios siglos en Europa. La mentalidad de los misioneros no les permitía preguntarse si sus ideas preconcebidas y las escalas de valores que llevaban impregnadas eran las correctas. A raíz de esto pasaron cuatro siglos en que se puede decir que no se vio ningún progreso en la evangelización del Asia. Como los misioneros no sentían respeto alguno por la cultura local, no se les ocurrió tratar de vivir el evangelio dentro de esa cultura.

En los tiempos modernos tenemos a varios personajes que han intentado precisamente eso, y son Abbe Monchanin, Henri LeSaux y el Padre Bede Griffiths, en India. En el ashram del padre Griffiths, se incorporan los textos de las escrituras hindúes en la liturgia, junto con la costumbre de *sannyasi*, el nombre de la gente monástica en la India. Se vive la vida monástica cristiana en los términos que la gente local pueda entender. Eso es lo genial de aquellos que se han liberado y que pueden usar su creatividad al servicio de Dios; se han graduado, por decirlo así, de depender excesivamente de su educación religiosa primaria y de los valores filosóficos o nacionalistas de la cultura seular.

¿Habría existido la posibilidad de que la población católica en general se hubiese doblegado tan dócilmente al régimen nazi si se hubiese encontrado más allá del nivel de conciencia de asociación mítica y hubiese asumido una responsabilidad personal por su relación con el movimiento nazi? Tenemos el ejemplo de Franz Jagerstetter, que rehusó unirse al ejército alemán por su creencia de que la guerra era injusta. Tenía una familia que amaba, pero esa no era su primera prioridad; su conciencia le decía, -¡Tú no puedes respaldar este régimen injusto, ni a la guerra!- Se negó a entrar al ejército cuando lo reclutaron, a raíz de lo cual lo encarcelaron y eventualmente lo decapitaron. Es por eso que es un mártir en nuestra religión, porque es un mártir de la conciencia.

La séptima bienaventuranza es “Bienaventurados los que trabajan por la paz”. Nótese que Jesús no dijo “Bienaventurados los amantes de la paz”. Estos últimos son aquellos que no quieren causar ninguna conmoción y por lo tanto disimulan aquellas situaciones que los puedan hacer quedar mal. Los sistemas capitalistas se sienten cohibidos por la gente desamparada y por esta razón tratan de ocultarlos. Hasta hace poco los regímenes comunistas se sentían apenados por los disidentes y los escondían. Todas las personas de mala voluntad o llenas de prejuicios le temen a los que abogan por la paz. Las autoridades saben cómo manejar a los amantes de la paz porque apelan a su deseo de no verse alterados por la opresión y por la miseria de otros. Las mentalidades de asociación mítica conducen a injusticias muy grandes porque tienen la tendencia de ignorar los derechos y las necesidades de los demás.

El movimiento más allá de la conciencia de asociación mítica es esencial para convertirse en un ser humano íntegro. A pesar de que toda la humanidad arribó al nivel de conciencia mental egoica alrededor del año 3000 A.C., es necesario que esa visión madura de nuestra responsabilidad personal se interiorice en cada uno de nosotros. Esa madurez se opone vigorosamente a nuestras tendencias regresivas y a la sobreidentificación con los grupos de nación, raza, tribu y religión que nos tienen atrapados porque de ellos hemos derivado nuestra percepción de pertenencia y de amor propio. Dichas tendencias regresivas nos impiden responsabilizarnos por las injusticias que se hacen en nombre de nuestra comunidad en particular.

Las naciones aún siguen tratando de resolver sus diferencias desde un nivel de consciencia de asociación mítica, como lo ilustra la siguiente analogía. Tenemos a un niño de 4 o 5 años jugando en un cajón de arena con un amiguito. De repente se le ocurre la idea de que lo gustaría quedarse con el cajón de arena solo para él. Le dice al amigo – Salte de mi caja-. El otro contesta – No me salgo – Y así siguen – Salte – Que no me salgo – Salte – hasta que finalmente, empuja al otro y lo saca del cajón. Se entusiasma tanto con esto que sale a buscar todas las demás cajas de arena de la playa donde juegan otros niños, los golpea y los desaloja. Ahora tiene diez cajones de arena, un dominio, ¡un imperio!

Esta manera de abordar las desavenencias es evidentemente irracional, especialmente cuando las armas se han vuelto tan destructivas que aquellos que las usan contra el enemigo pueden destruirse a sí mismos también. Uno de los requisitos básicos de la Teoría de la Guerra justa es no herir no matar al inocente. Dado el armamento del que se dispone hoy día, esta condición esencial se ha convertido en algo totalmente imposible. Las guerras de este siglo han destruido mucho más civiles que soldados, y la proporción sigue aumentando día a día.

Lo que uno se pregunta es ¿cuál es la responsabilidad de las distintas religiones en el mundo respecto a esta situación? Históricamente han contribuido a crímenes muy serios de violencia, guerra, prejuicios, fanatismo, y división sin fin. Sin embargo, ellas más que cualquier otra institución tienen la obligación de dedicarle atención al problema de la paz mundial y a enfatizar los valores humanos que comparten mutuamente y que proclaman. Su conciencia colectiva podría retar a los intereses regionales de las potencias mundiales. Pero hasta el momento no hay ningún indicio de interacción o de lugar común donde pudieran expresar al unísono su voz a favor de los derechos humanos básicos, en especial la justicia y la paz. No podemos pretender que el establecimiento de la milicia le va a poner fin a la guerra; ¡la guerra es su profesión! La única forma en que la guerra podría llegar a considerarse inaceptable sería si la sociedad no la aceptara. Si las religiones mundiales le hablarán a la familia humana acerca de su procedencia común y del potencial de cada ser humano de ser transformado a lo divino, una voz moral de gran fuerza se introduciría a favor del inocente y de la humanidad entera.

Nadie puede llamarse cristiano si no tiene inquietud social. No hay razón alguna para que nadie tenga que pasar hambre ni siquiera por un día. Ya que existen los recursos económicos, ¿cuál es la razón por la cual millones de personas continúan pasando hambre? La respuesta a esta pregunta tiene que ser la codicia. Es para la mayoría de las personas, una avaricia inconsciente que proviene de la mentalidad que no sabe preguntar lo que debe preguntar, y de un concepto mundial que está totalmente atrasado. Aquellos que han llegado a la consciencia mental egoica ven la necesidad de ser personas a favor del diálogo, la armonía, la cooperación, el perdón, la compasión. Los problemas de nuestros tiempos tienen que enfrentarse con creatividad, partiendo de la liberación interior que nos permita revisar los principios éticos a la luz de la universalidad de la sociedad como vemos que está sucediendo en el mundo.

Uno de dichos problemas es nuestra relación con el globo terrestre del cual somos administradores. Lo menos que podemos hacer es legar a la próxima generación un medio ambiente intacto. Estamos de paso aquí en este planeta y tenemos que pensar en los que va a suceder una vez que nosotros lo dejemos. Cuando llegue ese momento entraremos en una nueva relación con la familia humana, pero nuestra actitud en la vida continuará siendo la

misma después de morir. Ese es el significado de la parábola del Juicio Final (Mt. 25: 31-36). De alguna forma nuestra humanidad no desaparecerá con la muerte; lo que hagamos o dejemos de hacer por los menos favorecidos de los hijos de Dios en esta vida, es lo que a su vez nos sucederá en la otra.

En esta parábola Jesús identifica a los que entrarán al reino de Dios: “Yo tuve hambre y ustedes me alimentaron; tuve sed y ustedes me dieron de beber; estuve en la cárcel y me fueron a ver” (Mt. 25:35). Estas palabras nos reflejan claramente que Cristo sufre con los necesitados y los afligidos. Al introducirnos nosotros en la mente de Cristo, nosotros también nos identificamos con el sufrimiento de los demás y extendemos la mano para ayudarles de acuerdo a nuestras posibilidades.

El llegar a comprender que Cristo sufre en el oprimido es el fruto de la consciencia intuitiva que hace que se desarrolle completamente la semilla sembrada durante el período mental egoico. La generalidad de las personas hoy día no se han emancipado de la asociación mítica para entrar a la madurez de la consciencia mental egoica. La jornada contemplativa por su misma esencia nos llama a comportarnos como seres íntegramente humanos que actúan inspirados por los dones del Espíritu de Dios, dones que nos infunden la energía divina de la gracia santificante para que no sólo aceptemos lo que es, sino también cambie lo que sea injusto. El don de fortaleza crea hambre y sed de justicia. Esta disposición de ánimo nos libera de las tendencias regresivas que nos quieren obligar a retroceder, y de la influencia poco recomendable del acondicionamiento cultural. En otras palabras nos libera de todo temor, como en el caso de San Antonio.

La familia humana todavía sigue en la sociedad patriarcal que surgió alrededor del año 2000 A.C. No podemos decir que creemos que el trato es igual para hombres y mujeres en el estado cultural presente de nuestro mundo, por más que queramos imaginarnos lo contrario. Esta desigualdad es mayor en algunas sociedades que en otras, dependiendo del punto en la escala del proceso evolutivo donde se encuentre una determinada sociedad. Solamente un compromiso institucional de vivir las bienaventuranzas puede compensar el compromiso institucional a la explotación, característico de las comunidades adictivas. El Concilio Vaticano Segundo fue definitivamente un movimiento del Espíritu para que las verdades del evangelio estuvieran al alcance de todos. Lo que eso requiere es que dichas verdades sean traducidas a un lenguaje que todo el mundo pueda entender por medio de estructuras que se adapten a la consciencia mental egoica a la vez que proporcionando ejemplos prácticos de preocupación por los demás, sin los cuales las palabras son totalmente inútiles.

Estamos presenciando un delicado cambio en la consciencia cristiana desde la Segunda Guerra Mundial. El ideal del ejemplo de Nazaret, o sea, simplicidad en el estilo de vida, las virtudes domésticas, la obediencia inequívoca a las autoridades, ha sido el modelo básico de santidad cristiana desde la finalización de la era del martirio, a fines del siglo cuarto. Al moverse la humanidad entera hacia una consciencia mental egoica e intuitiva, se cambia el modelo de santidad. Ya la simple obediencia no es suficiente para discernir cual es la voluntad de Dios en asuntos importantes, sino que hay que tomar en cuenta otros factores, tales como las circunstancias presentes, un experto consejo, las necesidades de los demás, la atracción interior hacia la gracia, dirección espiritual, y las señales de los tiempos. La consciencia mental egoica nos exige que asumamos responsabilidad personal para responderle a Cristo en cualquier situación; no se limita a asuntos tales como la moral de una parroquia local, diócesis o comunidad religiosa, sino que se siente responsable de toda

la Santa Iglesia y por toda la familia humana. Su respeto por las autoridades tradiciones es genuino, pero su sentido de responsabilidad lo impulsa a iniciar formas de dar a conocer mejor y publicar más las verdades desafiantes de los evangelios, especialmente su dimensión contemplativa y sus implicaciones sociales.

CAPITULO VEINTIUNO

La contemplación en plena acción

El arzobispo Dom Helder Camara inició en América del Sur y en Centro América lo que él llamó “comunidades de base”. Estas comunidades les enseñan a sus miembros a responsabilizarse por la forma en que van a responder a las enseñanzas de los evangelios, tanto individualmente como en sus comunidades. Esto puede significar que tienen que expresar su posición en la política puesto que las formas de gobernar de algunas administraciones son evidentemente injustas. Los miembros de las comunidades de base leen el evangelio como si estuvieran participando en él, tomando la identidad de los personajes en el texto, y aplicando los principios del evangelio a sus vidas cotidianas. A mi mejor saber, esta es la primera vez que un grupo de personas se ha hecho la pregunta: -¿Estaremos capacitados para vivir las bienaventuranzas no solo como individuos, sino también como comunidad? – Si existieran instituciones gubernamentales con semejante Carta Magna, podría transformar el mundo.

Yo tuve el honor de presentar a Dom Helder al público en una reunión de representantes de las religiones mundiales que tuvo lugar en la Catedral de San Juan el Divino en Nueva York el 7 de octubre de 1984. Dom es un hombre pequeño, lleno de profundas arrugas, y con dos bolsas bien pronunciadas debajo de los ojos. Nadie podía entender su deficiente inglés, pero bastaba mirarlo para saber lo que representaba. El enfoque de la reunión era despertar la consciencia de los participantes sobre la necesidad de comprometerse a trabajar por la paz como un aspecto esencial de la religión en nuestros tiempos. Los representantes de las Religiones Mundiales se expresaban al unísono y proclamaban que la guerra a estas alturas no tiene razón de ser. Como el armamento monumental que está disponible inevitablemente puede destrozarse un sinnúmero de ciudadanos, la única alternativa que tienen las naciones desde el punto de vista moral para defender sus intereses y tierras son las formas pacíficas de resistencia. Esta premisa subraya la necesidad de apoyar y reforzar los medios internacionales de arbitraje, muy en particular el de las Naciones Unidas.

Hubo después una reunión privada de los dirigentes de las diferentes religiones del mundo en el Centro Eclesiástico de las Naciones Unidas. Se le invitó a Dom Helder a que hablara sobre la situación de los pobres en el Brasil. El término “pobres” es un nombre inadecuado para denominar a la gente a quien él ha servido durante su vida. Sería más apropiado llamarlos indigentes. Jesús dijo, “Siempre tendrán a los pobres con ustedes” pero no dijo, “Siempre tendrán a los indigentes”, esos son responsabilidad nuestra. Cuando Dom Helder trató de comenzar a hablar de dichos pobres, fue tal la opresión de su emoción, que no pudo continuar. Las bolsas debajo de sus ojos se hincharon al llenarse como fuentes y las lágrimas empezaron a correr por sus mejillas. Pasaron cinco minutos y aún no podía hablar. La boca se le contraía a menudo, y teníamos la esperanza de que pudiera continuar. Esperamos con intensa atención a ver qué era lo que nos quería comunicar, pero le fue im-

posible. El recuerdo de los indigentes y de la situación tan vergonzosa en que se encontraban lo habían conmovido a tal extremo, que su única forma de comunicárnoslo fue con lágrimas. La expresión de su cara en aquel momento ha sido, en toda mi vida, lo que más elocuentemente me ha hecho entender el significado de la palabra “indigente”.

A medida que las personas comienzan a sentirse incómodas con esa mentalidad de menospreciar a los demás, y a medida que perciben la enormidad de los problemas globales de hambre, opresión y paz, comienzan a preguntarse, - ¿Qué puedo hacer yo como individuo? – Otros pueden darle otro giro a la pregunta diciendo, -¿Cómo voy a poder contribuir a la paz y a la justicia cuando yo mismo estoy dominado por mis deseos egoístas de encontrar más placeres y más símbolos de seguridad, y por mi temor a perder control de mi posición en la vida? – Hay otra forma ligeramente diferente en la que se puede presentar la misma pregunta y es, -¿Tengo que esperar hasta que me haya purificado completamente para comenzar a servir a los demás o para practicar las obras corporales de misericordia?-

Estas son las preguntas que Jesús contesta al decir. “Tuve hambre y ustedes me alimentaron; tuve sed y ustedes me dieron de beber, pasé como forastero y ustedes me recibieron en su casa; anduve sin ropa y ustedes me vistieron” (Mt. 25:35). Cuando estas palabras son la luz que nos guía, el tener compasión no parece ser gran cosa. Podría implicar darle a alguien un vaso de agua, una sonrisa, o expresar nuestra solidaridad cuando alguien sufre una pérdida. No tenemos que esperar hasta que podamos hablar en las Naciones Unidas o ir a Moscú a una conferencia de las grandes potencias mundiales. Tenemos gente necesitada en el vecindario, en nuestra propia familia, en el trabajo, en el autobús, dondequiera que miremos.

Jesús envió a sus discípulos de dos en dos para que hicieran milagros y para que predicaran el evangelio mucho antes de que estuviesen preparados para hacerlo; y mucho menos preparados estaban para manejar el éxito que tuvieron. Cuando regresaron de la jornada, exclamaron con regocijo. “¡Señor, en tu nombre dominamos hasta a los demonios!” (Lucas 10:17), esperando que el Maestro les diera una palmadita en la espalda. Al contrario, Jesús les dijo, “No se entusiasmen con ese tipo de éxito. Cualquiera puede obrar milagros con un poco de energía psíquica y con la asistencia divina. Alégrese más bien porque sus nombres están inscritos en los cielos”, con lo cual les quiso decir, “Ustedes están destinados a entrar en el reino de Dios y a transmitir las verdades del reino a los que aman y a los cuales los estoy enviando”.

El fracaso de nuestros esfuerzos en servir nos enseña cómo servir, que es con una dependencia total en la inspiración divina. Es esto lo que cambia el mundo.

CAPITULO VEINTIDÓS

La espiritualidad en la vida cotidiana

La práctica espiritual más importante es la de permanecer fieles a nuestros compromisos diarios. Las mismas viejas rutinas, los mismos fracasos, dificultades y tentaciones continúan repitiéndose interminablemente y nos parece que no nos llevan a ningún lado. La jornada a la cual Dios sometió a los israelitas con la travesía del desierto parece reflejar como un espejo nuestro propio camino espiritual a través de la vida diaria.

Es difícil comprender la vida cotidiana en términos del desierto bíblico, a menos que practiquemos la oración contemplativa. El compromiso con la dimensión contemplativa del evangelio es la clave para aceptar la dirección del Espíritu Santo tanto en la oración como en nuestras acciones. La suciedad de nuestras almas semeja la costra de mugre que se adhiere a una olla quemada; no es fácil deshacerse de la maleza emocional. Nos hace falta el descanso más profundo posible, tanto físico como mental, para que nuestros cuerpos puedan reponer su capacidad natural para evacuar ese material dañino que bloquea el flujo libre de la gracias divina.

La oración contemplativa se dirige a la condición humana tal cual es. Está diseñada para sanar las consecuencias de la concupiscencia humana, que básicamente se puede decir es la negación de la presencia divina. Todo el mundo padece de esta enfermedad. Si somos capaces de aceptar el hecho de que sufrimos de un caso patológico bien serio, tendremos un punto de partida para el camino espiritual. La patología es simplemente que hemos llegado a la plena consciencia de reflexión adulta sin haber experimentado intimidad con Dios. Debido a que nos falta esa reafirmación, que para nosotros es indispensable, nuestros frágiles egos buscan desesperadamente otros medios para remediar nuestras faltas y protegernos del dolor que produce el estar aislado de Dios y del prójimo. La oración contemplativa es el remedio divino para el mal.

San Antonio de Egipto descubrió y organizó los cuatro elementos básicos de la vida contemplativa: soledad, silencio, simplicidad y una disciplina de oración y acción. La vida monástica contiene la atmósfera que conduce a la práctica de estos elementos esenciales de salud espiritual.

La oración contemplativa combina los cuatro elementos en una cápsula que puede tomarse dos veces al día. El período de oración profunda actúa como si fuera una cápsula de antibiótico que sirve para curar la toxina psíquica de la condición humana. Hay maneras para incorporar los efectos de la vida contemplativa en nuestras actividades diarias y así beneficiarse al máximo de la oración misma. A continuación hay algunas sugerencias de cómo se puede lograr esto:

DESMANTELAR LOS PROGRAMAS EMOCIONALES.

Vimos anteriormente que la enfermedad de la condición humana es el *falso yo*, que es capaz, cuando se siente frustrado, de pisotear los derechos y necesidades de los demás junto con su propia bondad básica, para tratar de aliviar su propio dolor y para obtener lo que quiere. Cuando desmantelamos los programas emocionales, estamos sanando, no solamente los síntomas de la enfermedad, sino también la enfermedad misma. Debemos tener en cuenta que los programas emocionales se originaron por actos repetitivos. Con la ayuda de Dios, pueden ser desprogramados con otros repetitivos.

Una buena práctica en la vida diaria es proponerse desmantelar nuestros principales programas de felicidad. Observando la emoción que con más frecuencia nos altera, y el evento especial o el recuerdo que hace surgir dicha emoción, podemos por lo general detectar el programa que lo origina. Si entonces deliberadamente dejamos ir el deseo de evitar algo o de poseer algo, estamos eligiendo una alternativa que socava la reacción emotiva acostumbrada. Esta práctica no es solo el podar ramas secas, sino el cambiar las raíces del árbol, lo que en esta metáfora son nuestras motivaciones básicas. Si llevamos dentro un resentimiento, continuaremos enojándonos con cada provocación hasta que cambiemos la escala de valores del subconsciente, donde está la fuente de la frustración que fielmente llevamos grabada y que se refleja en nuestro enojo. Aunque hagamos miles de resoluciones de no encolerizarnos, nada cambiará a menos que nos enfrentemos deliberadamente con la raíz del problema. Es ese el meollo del ascetismo de la oración contemplativa. Cuando se cura de raíz el problema, dejan de dispararse las emociones aflictivas que reaccionan ante la frustración de nuestros programas de felicidad emotivos, conscientes o subconscientes.

Para resumir: cuando notéis una emoción que os altere bastante y que surja con frecuencia durante el día, dadle el nombre, sin analizarla ni reflexionar mucho sobre ella. A continuación identificad el evento que disparó la emoción. De esa manera podréis *averiguar* cual es el programa emocional que se frustró. A veces hay involucrado más de un tema. Entonces decid: - Dejo ir mi deseo de controlar... Dejo ir mi deseo de ser aprobado y apreciado.... Dejo ir mi deseo de seguridad....-

Obviamente que esta práctica no va a desmantelar el falso yo instantáneamente, pero al ir soltando nuestro principal programa de felicidad, comenzamos a ver con cuánta frecuencia se dispara y hasta qué punto influencia nuestras reacciones, juicios y comportamiento; como resultado quedamos más profundamente motivados a querer soltar la emoción tan pronto esta surja.

Es importante deshacernos de la emoción antes de que dé lugar a nuestra acostumbrada retahíla de comentarios, porque una vez que comienzan estos, le dan más fuerza a la emoción y una vez que el calor de la olla de la emoción hace que empiece a hervir, tendremos una larga producción de sustancias químicas en el organismo cuya eliminación le pueden tomar al hígado varias horas.

Si nos vemos obligados a corregir a un niño o a un amigo, sabemos que mejor hacerlo cuando estamos tranquilos. Cuando estamos alterados no es un buen momento para corregir una situación, a menos que exista la necesidad urgente de hacer algo de inmediato. Lo único que logramos al atacar a nuestros amigos o al gritarles a los niños es reforzar nuestra conducta acostumbrada.

SITUARSE MÁS ALLÁ DE LA LEALTAD AL GRUPO

Otra práctica es la de desligarnos y la de no identificarnos exageradamente con el condicionamiento cultural que recibimos, hacia el cual sentimos una profunda lealtad y al que nos unen lazos fuertes. Estas disposiciones en sí son buenas, pero cuando nos encaminamos hacia la liberación interior, Dios nos llama a que asumamos, cada vez más, una responsabilidad personal de nuestras propias decisiones y actos. Como vimos, las características de la consciencia mental egoíca son que nos hacemos responsables por nuestra vida emotiva, dejando de culpar a los demás por nuestros problemas, y reevaluando la escala de valores que nos inculcaron nuestros padres o nuestros compañeros y que aceptamos sin discutir desde muy temprana edad.

LA FRASECITA DE LA ORACIÓN ACTIVA

Otra práctica que podemos comenzar en la vida cotidiana es la de introducir una corta frase en forma de oración, que puede ser de seis a doce sílabas, que podamos repetir cada vez que nuestra mente no esté ocupada con alguna actividad que requiera nuestra atención. Puede ser un pasaje bíblico o una frase que nosotros escojamos. La práctica acostumbrada en la iglesia cristiana ortodoxa al decir la “Oración de Jesús” nos puede servir de ejemplo para esta disciplina. Nos enseña el libro “El camino del Peregrino” que cuando esta “Oración a Jesús” se ha repetido día tras día durante un largo tiempo, se mete en el corazón y ella sola se repite. Los Padres del Desierto acostumbraban repetir versículos de los salmos, de los cuales algunos forman parte del Divino oficio, como por ejemplo “¡Dios mío, ven en mi socorro! ¡Señor, apresúrate a ayudarme!” o “Nuestra ayuda viene del Señor”. Se requiere determinación y tiempo para lograr inculcarnos una frasecita en la memoria del subconsciente por medio de la repetición constante, y estos lentos se nos van a presentar si estamos alertas a ellos. La mayoría de las personas pasan un promedio de dos horas en actividades que no requieren esfuerzo mental, como por ejemplo cuando se dan un baño, cuando lavan los platos, cuando conducen un automóvil o cuando caminan al trabajo, cuando están en la parada del autobús o esperando una llamada telefónica.

Una vez logrado lo anterior, nuestra memoria subconsciente tocará la nueva “cinta” en lugar de la grabación que tocaba antes; recordemos que cada vez que se frustra uno de nuestros programas emocionales surge una emoción dolorosa para grabar el incidente, e inmediatamente viene el comentario de una de las tantas cintas que ya hemos grabado y almacenado, y que nos dice: - ¿Cómo es posible que me suceda esto a mí?¡Qué cruel es conmigo la humanidad!.... Yo no sirvo para nada -. Si la frasecita que nos hemos encargado de inculcar en nuestra memoria subconsciente es más o menos del mismo largo que los comentarios que acostumbramos traer a colación, la nueva “cinta” borraré la vieja, reduciendo así la fuerza de la emoción que la desata. Al no haber comentario, es mucho menor la posibilidad de que se desencadene una ola de emociones, proporcionándonos una zona neutral, por decirlo así, desde la cual es fácil tomar decisiones con calma.

Voy a ilustrar con una pequeña anécdota los efectos de esta frasecita o jaculatoria. Una mujer va en su automóvil por una carretera rural, y se abre hacia el centro para evitar arrollar a un muchacho que va en bicicleta. Un hombre que viene detrás de ella tiene mucha

prisa y quiere pasar su auto. Como no puede ver al muchacho en bicicleta, no entiende por qué la mujer está acaparando el centro de la carretera. Toca la bocina repetidas veces, como diciendo, - ¡Hazte a un lado – Como ello lo ignora, inmediatamente siente una ira intensa acompañada por los correspondientes comentarios. Aprieta el acelerador hasta abajo, la pasa a gran velocidad, y cuando está junto a ella, baja el vidrio, le grita palabras obscenas y le escupe en la cara! Entonces es la mujer la que se siente dominada por una mezcla de enojo, vergüenza, ofensa y dolor que salieron a la superficie de su nivel consciente; le brotaban los comentarios -¿Cómo puede alguien ser tan grosero y desconsiderado? ¿Cómo es posible que Dios haya permitido que me suceda esto?... ¡Todos los hombres son unas bestias!

Pero cuando está a punto de perder el control, aparece en su mente la frase oración: - ¡Qué bello y placentero es todo cuando vivimos juntos y unidos!- Estas palabras de inmediato borran las anteriores y la trasladan a esa zona neutral en donde ya no está bajo la influencia de los programas que la hacen reaccionar en determinada forma. En ese pequeño vacío se infiltra apresuradamente el Espíritu Santo diciendo ¡Ama a ese hombre!: y ella siente que la invade una oleada de paz. Se llena de amor, de alegría y de todos los demás dones del Espíritu. Perdona al hombre desde el fondo de su corazón y sigue avanzando en la carretera como si le acabaran de obsequiar un ramo de rosas.

Este ejemplo resalta en forma especial el propósito práctico de la oración contemplativa al extender sus efectos en la vida cotidiana. Se cultiva una zona neutral o sitio despejado dentro de nosotros, en la cual podemos *decidir* que hacer. ¡Esto es libertad! La zona neutral permite a Dios, de acuerdo a las circunstancias, manifestar todos los dones del Espíritu dentro de nosotros y por medio de nosotros, y dichos dones son amor/caridad, alegría, paz, paciencia, dulzura, bondad, dominio de sí y sumisión.

ACEPTACIÓN DE UNO MISMO

Otra práctica en la vida cotidiana es cultivar el aceptarnos amorosamente tal como somos. Los grupos de encuentro hicieron una gran contribución a esto en los años sesenta y setenta, al enseñarles a las personas a experimentar realísticamente sus sentimientos, cosa que nunca habían hecho antes. Cuando ciertos niveles de nuestro ser han sufrido daño en los años de la infancia, un tipo de programa como el de los encuentros puede ser de gran provecho. El error que hay que evitar es ensalzar el programa al extremo de decir que puede sanar cualquier problema. Lo que hicieron aquellos grupos fue allanar el camino para que las personas pudieran conocer sentimientos que anteriormente habían reprimido por diversas razones, tales como por raza, cultura, o por otras razones. La gente encontró que la liberación de sus emociones era algo tan maravilloso que estuvieron a punto de hacer del proceso una religión. Hay que recordar que un programa que se diseñó para sanar un determinado nivel de conciencia no puede sanar todos los demás niveles así no más; esos otros niveles también requerirán remedios específicos.

Tenemos compasión a nosotros mismos es una disposición de ánimo importante porque ya cuando cumplimos cuatro o cinco años nuestros programas emocionales están todos debidamente instalados, y más arraigados cuando llegamos a la edad de siete u ocho, y por lo tanto no son culpa nuestra. Cuando más se nos dañó como niños por un trato desconsiderado, mayor es nuestra necesidad de compensación y más firmemente instalados es-

tán nuestros programas defensivos. Por ejemplo, hay un 80 por ciento de probabilidad de que las personas que hayan sido víctimas de un trato abusivo en la niñez a su vez abusen de sus hijos. La principal causa de muerte de niños menores de siete años en este país es el maltrato físico. Sin una terapia profunda, aquellos que fueron abusados perpetúan en sus niños los mismos horrores que ellos sufrieron. Aquellos con ira reprimida pueden encontrar en un infante la primera persona indefensa en la que pueden descargar su ira. La tendencia parece ser bastante acentuada de hacerle a otra persona el mismo daño que se recibió en carne propia; se proyectan los propios problemas en esa persona y luego se ofrece ese ser indefenso como una víctima que debe sacrificarse para satisfacer nuestra ira.

Cuando sufrimos una gran pérdida o sentimos que nuestra conducta le ha hecho daño a nuestros niños o pasamos por la experiencia de que se nos desmorone una relación importante, nos puede abrumar un sentimiento de culpa. Este es el momento de decir, - lo acepto todo. Trataré con la ayuda divina de aprender algo de esta experiencia -. Cuando no hay modo de corregir el daño, como sucede a menudo, tenemos que ponerlo en manos de Dios y pedirle que reduzca las consecuencias; sólo entonces podremos esforzarnos en dismantelar los programas emocionales que fueron la causa de la tragedia. Es la mejor contribución que podemos hacer para enderezar los agravios de nuestras vidas. Al tratar de lograr este cambio en nosotros mismos, estamos garantizando que no volverá a suceder lo que sucedió. Es la única garantía que tenemos.

Habrán ocasiones en que necesitamos tolerar nuestros sentimientos en lugar de tratar de alejarnos de ellos. Podemos estar sintiendo culpa, soledad o el tedio que acompaña a la soledad. Si te acompañan emociones olorosas, dales un nombre, siéntelas, acéptalas, diciendo: - Sí, me siento culpable.... Enojado.... Aterrorizado; acepto mis emociones, las abrazo - y entonces podrás mirarlas de frente y se irán desvaneciendo. Lo que estamos abrazando al hacer esto no es el sufrimiento propiamente dicho, sino al Dios de amor que vemos en el fondo de ellas. De esta manera se genera la gracia santificante que reduce el dolor. Aceptar la compañía de nuestros sentimientos es una de las formas más rápidas de salir de ellos. Podemos buscar a un amigo en quien confiar, y en algunos casos, medicamentos o psicoterapia. Podemos encontrar muchos tipos de ayuda, pero la sanación radical es aceptar la situación, porque de alguna forma Dios está presente en ella.

Dios siempre nos da una solución, y si nos sentamos quietos es más factible que podamos verla. Si en cambio, nos dejamos llevar por nuestros sentimientos y tratamos de alejarnos del dolor, no iremos a ningún lado y tendremos que volver a empezar; daremos vueltas y vueltas en este círculo vicioso. La miseria humana mantiene vivo lo malo. Tan pronto aceptemos la situación y perdonamos a la gente que está involucrada en el asunto, el diablo cae muerto. El diablo y su perversa influencia existen y se desarrollan solo cuando nosotros rehusamos amar y cuando nos negamos a perdonar.

GUARDA DEL CORAZÓN

Otra práctica para incorporar los efectos de la oración contemplativa en nuestra vida diaria se conoce tradicionalmente como “mantener en guardia el corazón”. Esto consiste en soltar de inmediato cualquier perturbación emocional, antes de comenzar a pensar en ella. Este método es un poco más sofisticado que el de desmontar nuestros programas emotivos de fe-

licidad porque se refiere a la vida entera. La guardia del corazón se basa en la sensación de paz interior que aparece cuando nuestra voluntad está unida en su intención con la voluntad de Dios por medio de un acto sencillo pero adecuado. La vigilancia con la que observamos esta unión con la voluntad divina se puede comparar con la señal de radio que guía un avión. Si el avión se desvía de la ruta, cambia la señal, advirtiéndole al piloto que debe enderezar la dirección.

A continuación se dan tres maneras de mantenernos “en ruta” al hacer nuestros asuntos diarios: La primera es depositar todos los pensamientos perturbadores en el regazo de Dios, o dárselos a Jesús en forma de obsequio. La segunda es prestar total atención a los que estamos haciendo en un momento determinado; cuando nos sorprendemos entreteniéndolo pensamientos perturbadores, nos concentramos en la actividad del momento y nos negamos a pensar en ellos. Y la última, si nos encontramos sin nada que hacer cuando venga el pensamiento perturbador, agarramos un libro o dediquémonos a algún proyecto que tengamos pendiente para evitar pensar en la situación que nos altera y para evitar la descarga de comentarios que inician o refuerzan el tumulto interior.

LECTIO DIVINA

Otra práctica para la vida cotidiana es la *lectio divina*, escuchando la palabra de Dios en las escrituras para profundizar nuestra relación con Dios a nivel de reflexión y de oración espontánea. La práctica diaria de *lectio divina* es especialmente importante porque nos lleva a la práctica contemplativa de descansar en Dios y nos provee con el concepto básico continuo que esto requiere. Se sabe que los Padres de la Iglesia consideraban que la oración contemplativa era la etapa final de la *lectio divina*, o sea, lo que seguía naturalmente a la lectura y a la reflexión de la palabra de Dios cuando se escuchaba con el corazón. Otras formas de lecturas espirituales también contribuyen a nuestro conocimiento y motivación para sostenernos en la jornada.

Algunas personas pueden sacar, además, mucho provecho llevando “un libro de apuntes”. Anotan unas cuantas frases de la Biblia que les gustan o que les hacen mucho bien. Mientras esperan en el teléfono o que llegue el autobús, sacan su librito del bolso o bolsillo y leen una cuantas líneas del mismo, en lugar de no hacer nada o de mirar alrededor para matar el tiempo de espera. Es sorprendente lo rápidamente que olvidamos nuestras mejores resoluciones. Debemos adoctrinarnos durante el día, dándonos “anuncios cortos” por llamarlo así, y de esa forma recordamos de los que realmente deseamos hacer.

UNIRSE A UN GRUPO DE SOPORTE

Un grupo de apoyo semanal que practique algún tipo de oración contemplativa tiene la gran ventaja de que se reúne en silencio, que viene a ser como una liturgia, a la vez que los miembros se infunden ánimo mutuamente. Un grupo así nos ayuda a renovar nuestra resolución de perseverar en la oración si la hemos descuidado por cualquier razón, ya sea buena, o no tan buena. Estar unidos en oración, especialmente cuando se observa silencio, au-

menta la fe. Además, si esta es parte de nuestra tradición, deberíamos participar en una comunidad que se reúne para venerar juntos y recibir la Eucaristía.

CONCLUSIÓN

Lo que se enumera es algo más que un muestrario de prácticas que tienen como fin llevar los efectos de la contemplación a la vida cotidiana; tampoco es simplemente un método de oración y un concepto básico que nos motive a perseverar en él. Lo que nos proponemos con este libro, y los otros dos libros de la trilogía, *Mente Abierta*, *Corazón Abierto* y *El Misterio de Cristo*, es que se adquiriera el compromiso de vivir la dimensión contemplativa del Evangelio. Este compromiso incluye todo nuestro ser y todas nuestras actividades, sin importar cuál sea la vida que llevemos. Se necesita una entrega total al camino espiritual, no una serie de ejercicios que forman parte de la vida cotidiana sin afectarla ni penetrarla en sus diferentes aspectos. Cuando iniciamos el camino espiritual con seriedad y seguimos un plan de oración centrada como el camino hacia la contemplación, estamos abriéndole paso a una dinámica que involucra nuestra respuesta personal a Cristo y que afecta toda nuestra vida. Estas prácticas, cuando van acompañadas de la oración, son una respuesta santificada a la invitación que nos hace Cristo cuando nos dice *Venid, seguidme*.

El compromiso de abrirse a la contemplación que adquieren las personas laicas y aquellos que ejercen un ministerio, es una nueva forma de seguir a Cristo que ha surgido en nuestros tiempos. De la misma manera que el Espíritu Santo creó una nueva forma de seguir a Cristo hacia el fin de la era del Martirio, inspirándole a San Antonio la visión de la vida monástica, así el Espíritu ahora invita a las personas laicas y a los ministros activos de la iglesia a que se conviertan en contemplativos sin moverse de sus sitios, a que se muevan más allá del mundo restringido de las consideraciones egoístas para dedicarse al servicio de sus comunidades, y a unirse a todos los demás hombres de buena voluntad para tratar de resolver los problemas mundiales de nuestra época, que son: pobreza, hambre, opresión, violencia, etc., pero por encima de todo, el rechazo al amor.

Apéndice I

(Ver Capítulo 1 al 3)

EL FALSO YO EN ACCIÓN

FORMAS DE REACCIONAR A LAS FRUSTRACIONES DE LOS CENTROS EMOTIVOS	FORMAS DE REACCIONAR DE ACUERDO AL TEMPERAMENTO	FORMAS DE EXPRESAR EMOCIONES DE ACUERDO A LA PROGRAMACIÓN
<p>Pesadumbre (rehusar las apreciadas posesiones) Tenerse lástima Desanimarse</p> <p>Apatía (desinterés en la vida) Tedio Amargura Antagonismo hacia los demás. Pereza Desesperación</p> <p>Lujuria (avaricia) Deseo irresistible de placeres corporales, mentales y espirituales. Manera de actuar compulsiva.</p> <p>Orgullo Deseo irresistible de fama, Riquezas o poder. Deseo de triunfar con el deseo de humillar y vengarse. Vanidad Odio de sí mismo a raíz de Algún fracaso</p> <p>Ira Hostilidad Deseo de venganza</p> <p>Envidia/Celos (entristecerse con la fortuna de los demás) Competencia Soledad</p>	<p>Apartamiento Tendencia a la pasividad y tragarse la ofensa</p> <p>Agresividad Tendencia a tomar represalia.</p> <p>Dependencia Tendencia a conectarse con la figura más prominente</p>	<p>Materialista Adicción al trabajo Posesividad Riquezas, dinero, propiedades. Lujos Alimentos y bebidas Deportes</p> <p>Emotivo Agradable con las demás personas. Complaciente Amistoso Intercambio de emociones. Conducta sexual desordenada Cierta tipo de música</p> <p>Intelectual Excelencia académica Siempre tiene que tener la razón.</p> <p>Social Prestigio Posición social o corporativa Racismo Nacionalismo Formas de dominar Autoritarismo</p> <p>Religioso Legalismo Fariseísmo Hipocresía Prejuicio/Fanatismo/Intolerancia Cultos</p> <p>Espiritual Apego a los poderes psíquicos Apego a los consuelos espirituales</p>

APÉNDICE II

(Ver Capítulos 4 al 6)

LA CONDICIÓN HUMANA

NIVELES DE CONCIENCIA	EVOLUCIÓN CULTURAL	EVOLUCIÓN INDIVIDUAL
<p>Mental Egoica* (Zeus, símbolo del razonamiento, matando el dragón, símbolo de los instintos y de las emociones primitivas)</p>	3.000 A.C. hasta el presente	8 años de edad hasta edad adulta.
<p>Asociación mítica (El rey personifica la población, el estado o la nación)</p>	12.000 A.C.	4 a 8 años de edad
<p>Tifónica (mitad humano, mitad animal)</p>	200.000 A.C.	2 a 4 años de edad
<p>Reptiliana (Serpiente comiéndose la cola)</p>	5 millones de años A.C.	0 a 2 años de edad

*El surgimiento de los poderes mentales egoicos prepara el camino para niveles más elevados de consciencia; pero a menos que se confronten directamente los programas emotivos creados para traernos felicidad, nuestro razonamiento se verá presionado para racionalizar, justificar y hasta glorificar los valores que los mismos representan.

CARACTERÍSTICAS SOCIALES	CARACTERÍSTICAS DE DESARROLLO PRIMARIO
<p>Sociedad industrial y tecnológica. Formas de gobierno compartido.</p>	<p>Consciencia totalmente autorreflexiva Aparición del razonamiento Responsabilidad a nivel personal</p>
<p>Estratificación de la sociedad. Verbalización Socialización. Sociedad agrícola. Gobierno autoritario. Guerras.</p>	<p>Exagerada identificación con el grupo con que está afiliado. Conformidad con la escala de valores del grupo. Temor a la muerte. Desarrollo pleno del “Falso Yo”</p>
<p>Mágico Sociedad de cazadores. Vivir de un día para otro.</p>	<p>Formación de un cuerpo separado. Formación del centro de poder/control. Formación del centro de afecto/estima.</p>
<p>Sumergido en la naturaleza</p>	<p>No hay percepción del propio ser. Total dependencia de la madre. Satisfacción inmediata a las necesidades instintivas. Formación del centro de seguridad /sobrevivencia</p>

APENDICE III

(Ver Capítulo 8 al 22)

COMPARACIÓN DE LA JORNADA ESPIRITUAL CRISTIANA Y EL MODELO EVOLUTIVO

MODELO EVOLUCIONARIO (La cadena del existir)	JORNADA ESPIRITUAL CRISTIANA
Niveles de consciencia	Niveles de relacionarse con Dios
7. Unión/armonía (sabiduría)	Unión con Dios
6. Unitivo	Unión transformadora
	Noche del Espíritu
5. Intuitivo	Etapas en la Oración (Sta. Teresa de Ávila) oración de total comunión oración de unión oración de quietud recolección infundida
	Noche de los sentidos
4. Mental Egoíco (conciencia autoreflexiva)	<i>Lectio Divina</i> oración contemplativa oración espontánea afectiva meditación discursiva lectura de las escrituras
3. Asociación mítica (exagerada identificación con el grupo)	
2. Tifónico	
1. Reptiliano	

Glosario de términos

Auténtico yo: la imagen de Dios en la cual todo ser humano ha sido creado; nuestra participación en la vida divina como seres únicos, puesto que no existen dos seres iguales.

Condición humana: Una forma de describir las consecuencias del pecado original que son: ideas ilusorias (al no saber cómo encontrar la felicidad para la cual estamos programados); concupiscencia (la búsqueda de la felicidad en aquello que no la puede proporcionar) debilidad de carácter (la incapacidad de la persona, debido a la ausencia de la gracia santificante, para buscar felicidad en aquello que sí la puede proporcionar).

Consciencia de asociación mítica: la asimilación incondicional de los valores e ideas del grupo social al cual se pertenece; identificación exagerada con la familia, raza o comunidad religiosa; de la cual se obtiene la identidad y la autoestima, al conformarse totalmente con la escala de valores de dicho grupo. Socialmente se caracteriza por la división de la sociedad en clases o jerarquías.

Consciencia intuitiva: el nivel de consciencia más allá del raciocinio (no debe confundirse con la intuición física), cuyas características son la armonía, la cooperación, el perdón, la negociación para resolver desavenencias, ayuda mutua en lugar de competencia; una sensación de unidad con el prójimo y de formar parte integral del universo.

Consciencia mental egoica: el desarrollo de una consciencia plenamente reflexiva, que comienza con la capacidad de razonamiento lógico a la edad de ocho años aproximadamente y avanza hasta llegar a razonar en forma abstracta a la edad de doce o trece años; se caracteriza por un sentido de responsabilidad personal y remordimiento con respecto a ciertas actitudes y conducta.

Consciencia reptiliana: el nivel de consciencia caracterizado por la inmersión en la naturaleza, satisfacción inmediata de las necesidades instintivas y ausencia de una consciencia propia.

Consciencia tifónica: El nivel de consciencia que se caracteriza por el reconocimiento de un cuerpo propio que es distinto a los demás objetos. Otra característica es la incapacidad para diferenciar una fracción del objeto entero y las imágenes creadas por la imaginación de la realidad.

Consciencia unitiva: la experiencia de la unión transformadora unida al proceso de integrar la experiencia del amor divino con todas las facultades y relaciones personales de uno.

Consentimiento: un acto de la voluntad que expresa la aceptación de alguien, de algo, o de algún tipo de acción; la manifestación de la intención.

Consolaciones: este término lo usan los autores de libros espirituales para referirse al placer sensato que se deriva de cuando se practican ciertas devociones, tales como *lectio divina*, meditación discursiva, oraciones en general, la liturgia y las buenas obras. Dichas consolaciones pueden originarse por estímulos de los sentidos, la imaginación, la memoria, reflexiones o simplemente por recursos espirituales tales como los frutos del espíritu o las bienaventuranzas.

Contemplación: sinónimo de oración contemplativa.

Descarga del inconsciente: la liberación espontánea de material emotivo que previamente estaba en el inconsciente desde la tierna infancia, en forma de sensaciones primitivas o un torrente de imágenes o comentarios; puede ocurrir tanto durante el transcurso de la oración contemplativa como fuera de la misma.

Emociones aflictivas: primordialmente enojo, temor y descorazonamiento, que son las reacciones espontáneas a la incapacidad de obtener cosas que se perciben como buenas y cuya adquisición se considera difícil, o la incapacidad de evitar cosas que se perciben como malas y cuya evasión se considera difícil. Las emociones aflictivas incluyen los pecados capitales, tales como los enumera Evagrius, el Padre del Desierto del cuarto siglo, y son una combinación de varias emociones, a saber: orgullo, vanidad, envidia, glotonería, ambición, lujuria, enojo y apatía.

Espiritualidad atenta: la atención total y amorosa a la presencia de Dios con fe pura; se caracteriza por una sensación inconfundible de unión o por una atención más personal a alguna de las tres Personas Divinas.

Espiritualidad: una vida de fe en sumisión interior a la voluntad de Dios, que se apodera de la conducta y de las motivaciones de uno; una vida de oración y acción inspirada por el espíritu Santo; una disposición que no se limita a practicar devociones, ritos, la liturgia o cualquier otro acto de piedad o servicio a los demás, sino que más bien es la fuerza que integra, unifica y dirige todas las actividades de uno.

Éxtasis: la suspensión pasajera de las facultades intelectuales y emotivas por medio de la acción divina, incluyendo en ocasiones los cinco sentidos, lo cual hace posible experimentar la oración en forma de comunión total.

Falso yo: el propio ser desarrollado a nuestro antojo en lugar de ser la imagen de Dios; la propia imagen desarrollada para poderse enfrentar con el trauma emocional de la tierna infancia. Busca la felicidad en la complacencia de las necesidades instintivas de seguridad/sobrevivencia, afecto/estima y poder/control, y se basa para evaluar su propia estima en la identificación con el medio ambiente o con el grupo a que pertenece.

Misterio máximo/realidad máxima: la base para potencial infinito y actualización; un término que realza la trascendencia divina.

Oración centrada: una forma contemporánea de la oración del corazón, la oración simple, la oración de fe; un método para reducir los obstáculos para recibir el don de la oración contemplativa y para desarrollar aquellos hábitos que conduzcan a responder al llamado del Espíritu Santo y inspiración.

Oración contemplativa: el desarrollo de la relación individual con Cristo hasta llegar al punto de una comunión, más allá de palabras, pensamientos y sentimientos; un proceso que se mueve desde una actividad simplificada de servirle a Dios hasta la presencia predominante y cada vez más notoria de los dones del Espíritu Santo como la fuente de la oración individual.

Oración mítica: en este libro se usa como sinónimo de oración contemplativa.

Pecado original: una forma de explicar la experiencia universal de llegar a la plena consciencia reflexiva sin la convicción interior de poder experimentar unión con Dios,

Programas emotivos: la formación de los deseos instintivos de seguridad/sobrevivencia, afecto/estima y poder/control y su engrandecimiento hasta convertirse en centro de motivación, alrededor de los cuales giran nuestros pensamientos, sentimientos y conducta en general.

Purificación: una parte esencial del proceso de contemplación durante el cual se evacúan gradualmente la parte oscura de nuestra personalidad, las variadas motivaciones y los padecimientos de orden emotivo de toda una vida, almacenados en el subconsciente; la preparación requerida para la unión transformadora.

Sentidos espirituales: una enseñanza muy común entre los Padres de la Iglesia que describe las etapas de la oración contemplativa en forma de analogía con los sentidos externos del olfato, tacto y gusto. La comparación realza la proximidad de la experiencia.

Terapia divina: un paradigma por medio del cual el camino espiritual se presenta en forma de psicoterapia diseñada para curar tanto las heridas emocionales de la infancia como los mecanismos creados para poder soportarlas.

Transformación (Unión transformadora): la continua participación del ser humano en todas las dimensiones en la vida divina y su amorosa presencia, que no es lo mismo que una experiencia en participar o una serie de experiencias; una reestructuración de la consciencia en que se percibe la realidad divina presente tanto dentro de uno como en todo lo que existe alrededor.

Unión divina: el término que describe tanto la experiencia aislada de la unión de todas las facultades con Dios, como el estado de unión permanente que se llama unión transformadora (véase la definición de *unión transformadora*).

Vida contemplativa: las actividades de la vida cotidiana impulsadas por los dones del Espíritu Santo; el fruto de una actitud contemplativa.