



caminos

desclée

Thomas Keating

LA MEJOR PARTE

Etapas de la vida contemplativa

2ª edición

Desclée De Brouwer

THOMAS KEATING

LA MEJOR PARTE

Étapas de la vida contemplativa

2ª edición

DESCLÉE DE BROUWER
BILBAO - 2002

ÍNDICE

AGRADECIMIENTO	11
PRÓLOGO	13
I. LA FAMILIA DE BETANIA	17
II. LA LECTIO DIVINA	31
III. LA EUCARISTÍA	47
IV. LA DIMENSIÓN CONTEMPLATIVA DEL EVANGELIO	65
V. LA EXPERIENCIA PSICOLÓGICA DE LA ORACIÓN CENTRANTE	79
VI. PREGUNTAS Y RESPUESTAS	95
VII. UNA MIRADA AL FUTURO	115

P R Ó L O G O

Al leer este libro he recordado los días felices y soleados del Seminario en recuerdo de John Main, dirigido por el Padre Thomas Keating, que tuvo lugar en 1998 en San Francisco. La alegría que provoca ese recuerdo crece al saber que aquella doctrina, que tanto gustó a los participantes en el seminario, podrá ser compartida por un público mucho más amplio.

Conocí al Padre Thomas hace veintiún años, cuando, siendo yo un joven monje, llegué a Norteamérica, junto con John Main, para fundar una comunidad benedictina dedicada a la enseñanza y a la práctica de la meditación según la tradición cristiana. Visité entonces al Abad Thomas, en St. Joseph's Abbey en Spencer, Massachusetts, y le hablé de nuestro trabajo y nuestros proyectos, oyéndole hablar después de su dedicación a la enseñanza de la Oración Centrante. Me impresionó su atención y su interés por nuestra experiencia. Salí de allí animado por el sentimiento de la visión compartida de que las sutiles diferencias entre las dos escuelas de oración, lejos de ser divergentes, eran signos de la riqueza del espíritu contemplativo cristiano. Compartí aquello con el padre John, que por desgracia no llegó a conocer personalmente

al padre Thomas, pero cuyo trabajo respetaba y admiraba.

El *John Main Seminar*, que constituye el principal acontecimiento internacional de la *World Community for Christian Meditation*, se ha celebrado cada año desde 1984. Entre otros, ha sido dirigido por Jean Vanier, Bede Griffiths, William Johnston, el Dalai Lama y Mary McAleese. Cada seminario ha sido una ocasión de escuchar las reflexiones de un pensador o de un profesor sobre algunos aspectos importantes de la vida moderna, destacando sus dimensiones espirituales y contemplativas. Al hacerlo así hemos visto que ayudábamos al necesario restablecimiento de esta perspectiva espiritual en la mentalidad, la planificación y las prácticas del mundo moderno.

Era lógico que el padre Thomas dirigiera un seminario, como destacado maestro de la tradición contemplativa cristiana que es, y como persona convencida del poder de la oración para cambiar a las personas y al mundo. Además, el hecho de que aceptara nuestra invitación fue también una oportunidad de profundizar la amistad espiritual entre *Contemplative Outreach* (Extensión Contemplativa) y la *World Community for Christian Meditation* (Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana), dos expresiones diferentes y complementarias de la búsqueda de profundidad y de renovación espiritual que tienen lugar actualmente en la vida cristiana.

Los sugerentes comentarios del Padre Thomas sobre el significado contemplativo del evangelio, sobre todo la historia del trío de Betania formado por Marta, María y Lázaro, despertó en los que le escuchaban ese

interés que surge en momentos de gran enriquecimiento espiritual. En su enseñanza y en sus escritos se pone de manifiesto la capacidad de escucha de la Palabra que tiene el Padre Keating, y la silenciosa profundidad de su experiencia contemplativa.

Unos meses antes del seminario, mientras esperaba la conexión de un vuelo en el aeropuerto de Denver, divisé a lo lejos una silueta alta y encorvada que se parecía extrañamente a la del Padre Thomas. Al acercarme más, comprobé que era él, que volvía de un cursillo de fin de semana. Pasamos un rato muy agradable compartiendo nuestras reflexiones sobre los distintos retiros que acabábamos de dirigir. Cuando nos separamos, pensé en aquellos encuentros fortuitos de los padres del desierto del siglo IV, en los que se reconfortaban mutuamente y con frecuencia dejaban una palabra para la posteridad. El seminario había sido algo parecido, y la lectura de este libro puede ayudar, de otra manera, a mucha gente.

La mejor parte encaja en la gran tradición monástica cristiana. Un monje reflexiona sobre la Escritura a la luz de su experiencia. Deja una palabra que impulsa a los que la escuchan a comprender que la tradición no consiste en teorías sobre experiencias de otros, sino en la transmisión viva de Cristo a sus discípulos. De distintos modos, Thomas Keating y John Main, orientan, por la fe y la experiencia, hacia ese Maestro, y hacia la profundidad y el vigor de esa tradición, para ayudarnos a afrontar los desafíos de la nueva era en la que estamos inmersos.

I

LA FAMILIA DE BETANIA

Yendo de camino, entró Jesús en una aldea. Una mujer, llamada Marta, lo recibió en su casa. Tenía una hermana llamada María, la cual, sentada a los pies del Señor, escuchaba sus palabras, mientras Marta se afanaba en múltiples servicios. Hasta que se paró y dijo: “Maestro, ¿no te importa que mi hermana me deje sola en la tarea? Dile que me ayude”. El Señor le replicó: “Marta, Marta, te preocupas y te inquietas por muchas cosas, cuando sólo una es necesaria. María escogió la mejor arte y no se la quitarán”. (Lc 10, 38-42).

Cuando reflexionamos sobre estas palabras se nos hace evidente que los miembros de la familia de Betania viven etapas distintas de la vida espiritual. Marta es la que mejor nos representa. Su falso yo le está dando problemas. Está totalmente entregada al Señor. Son amigos. A Jesús le gusta parar en su casa. Es el ejemplo de las “almas buenas” que están en el principio del camino espiritual, llenas de la mejor intención de servir al Señor. Pero en esta ocasión María está preocupada y nerviosa. Está convertida en el nivel consciente de su psicología, pero no ocurre lo mismo en el nivel inconsciente de sus motivaciones. Está bajo la influencia del equipaje emocional que arrastra desde su infancia, y que consiste en los tres centros básicos de energía del organismo humano.

Estos tres centros básicos se desarrollan a partir de las necesidades instintivas de los infantes, de seguridad y supervivencia, afecto y estima, y poder y control. Son necesidades biológicas. Cuando no son suficientemente satisfechas, una de dos, o desarrollamos actitudes compensatorias, o reprimimos en el inconsciente las frustraciones dolorosas de estas necesidades. Desde allí su energía continúa influenciando secretamente nuestra conducta y nuestro proceso de toma de decisiones.

MARTA: LA VÍA PURGATIVA

Nuestra primera conversión consiste en intentar fortalecer y limpiar la consciencia habitual. Es lo que Marta está haciendo. Está en la primera etapa del camino espiritual, la vía purgativa. La vía purgativa consiste en hacerse consciente de cómo nuestras necesidades inconscientes afectan a nuestra vida ordinaria, que incluye también el servicio de Dios. Cuando caemos en la cuenta de que nuestras buenas intenciones están mezcladas con estas actitudes infantiles nos desestabilizamos. Son necesarias en la infancia para sobrevivir, pero totalmente inadecuadas cuando hemos crecido.

Marta está preparando una gran cena para Jesús, y se resiente de su actitud de desapego hacia su trabajo. Le confronta diciéndole: “¿No te importa que mi hermana está sentada a tus pies sin hacer nada? Dile que me ayude”. Fijémonos en el matiz de indignación. Al principio del camino espiritual solemos tener una relación de codependencia con el Señor. Por ejemplo, podemos decirle a Dios: “Dame lo que te pido o no

rezo más”. Aunque Marta está ocupada sirviendo a Jesús, su motivación está llena de egoísmo. La fuente de su frustración parece ser haber perdido el control de la situación. No puede tener la comida preparada a tiempo. Su hermana no ayuda para nada. Cuando estamos inquietos por algo, la raíz del problema está ante todo en nosotros mismos. Quejarse de que María está sentada a los pies de Jesús es la manera que tiene Marta de proyectar en el otro su problema. Marta necesita desprenderse de su apego al resultado de su trabajo. Está activa en el servicio de Dios, pero su actividad no es un servicio contemplativo. Está trabajando para sí misma. Sin duda cree que está trabajando únicamente por Dios, pero en realidad sus motivaciones están mezcladas.

Los apóstoles Pedro, Santiago y Juan estaban en la misma situación. Eran seres humanos como todos nosotros, con toda clase de problemas. Las emociones dolorosas como la pena, la rabia, los celos, la envidia, la vanidad, el desánimo y el orgullo están enraizados en el hecho de que desconocemos nuestra verdadera motivación. La fuerza de la enseñanza inicial de Jesús en el evangelio está en el desafío a *crecer*. El instinto de alcanzar los símbolos de seguridad y supervivencia, de afecto y estima y de poder y control de un ambiente determinado está condenado a la frustración. Marta virtualmente le dice a Jesús: “¡Harías bien en decirle a esa hermana mía que me ayude si quieres comer algo!”. Jesús le contesta: “¡Marta!”. Casi podemos percibir el suave tono de reproche en la voz de Jesús, “Marta. Te preocupas por muchas cosas, pero sólo una es necesaria. María ha elegido la mejor parte y no se la quitarán”.