

Thomas **K**eating

2^a edición

mente
abierta
corazón
abierto

Desclée De Brouwer

THOMAS KEATING, O.C.S.O.

MENTE ABIERTA,
CORAZÓN ABIERTO

La dimensión contemplativa
del Evangelio

2ª edición

DESCLÉE DE BROUWER
BILBAO - 2006

1ª edición: noviembre 2006

2ª edición: mayo 2007

Título de la edición original:

*Open Mind, Open Heart: The Contemplative Dimension
of the Gospel*

© 2001 The Continuum Publishing Group Inc., Nueva York, USA.

Traducción: *Ilse Reisser*

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2006

Henao, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclee.com

info@edesclee.com

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sgts. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Impreso en España - Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-2107-6

Depósito Legal: BI-2623/06

ÍNDICE

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ORACIÓN AL ESPÍRITU SANTO | 9 |
| INTRODUCCIÓN | 11 |
| 1. LA HISTORIA DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA EN LA TRADICIÓN CRISTIANA | 13 |
| 2. LO QUE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA NO ES | 33 |
| 3. DIMENSIONES DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA .. | 45 |
| 4. PRIMEROS PASOS EN LA ORACIÓN CENTRANTE | 53 |
| 5. LA PALABRA SAGRADA COMO SÍMBOLO | 69 |
| 6. LOS PENSAMIENTOS MÁS COMUNES | 83 |
| 7. SURGIMIENTO DE LA SENSIBILIDAD ESPIRITUAL ... | 107 |
| 8. LAS FORMAS DE PENSAMIENTOS MÁS SUTILES | 123 |
| 9. LA DESCARGA ORIGINADA POR EL SUBCONSCIENTE | 143 |
| 10. RESUMEN DEL MÉTODO DE LA ORACIÓN CENTRANTE | 167 |
| 11. LA EXPERIENCIA INTENSIVA DE LA ORACIÓN CENTRANTE | 177 |
| 12. FORMAS DE EXTENDER LOS EFECTOS DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA | 183 |
| 13. PAUTAS PARA UNA VIDA CRISTIANA DE CRECIMIENTO Y TRANSFORMACIÓN | 189 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| APÉNDICE 1: ORACIÓN EN LA ACTIVIDAD | 197 |
| APÉNDICE 2: EL GRUPO DE APOYO SEMANAL | 199 |
| APÉNDICE 3: UNA MEDITACIÓN | 201 |
| APÉNDICE 4: LA ORACIÓN CENTRANTE | 205 |
| APÉNDICE 5: UN BREVE ENCUENTRO HISTÓRICO DE “CONTEMPLATIVE OUTREACH” | 213 |
| GLOSARIO DE PALABRAS | 217 |

ORACIÓN AL
ESPÍRITU SANTO
Inspirada por el himno en latín
“Veni Sancti Spiritus”

Ven, Espíritu Santo, derrama desde las profundidades de la Trinidad un rayo de tu Luz, esa Luz que ilumina nuestras mentes y, al mismo tiempo, fortalece nuestra voluntad de seguirla.

Ven, Padre de los pobres, de los pobres de espíritu, a quienes te deleitas en llenar con la plenitud de Dios.

Eres más que un dispensador de dones, has donado tu propio ser, el Don Supremo, el Don del Padre y del Hijo.

¡Eres el mejor consolador! ¡Qué huésped más encantador eres! Tu conversación, aunque en completo silencio, es en sí misma toda dulzura. ¡Qué refrescantes son tus consuelos! Como una caricia, calman en un instante, disipan toda duda y tristeza.

En la ardua labor de combatir las tentaciones, allí estás Tú prometiéndonos la victoria. Tu presencia es nuestra victoria. Nuestros tímidos corazones son inducidos por tu inmensa suavidad para confiar en Ti.

En la más grande de todas nuestras labores, la lucha por la entrega total de nuestro ser, Tú eres nuestro reposo, nuestra paz, en la profundidad de nuestras almas.

En lo más duro de la batalla, tu aliento nos refresca y calma nuestras pasiones rebeldes, aquietando nuestros temores cuando nos sentimos derrotados. Tú enjugas nuestras lágrimas cuando caemos. Eres Tú el que concede la gracia de la compunción y la esperanza sin reservas en el perdón.

¡Oh delirio de Luz bienaventurada! Llena lo más recóndito de los corazones de tus hijos que te son fieles.

Sin Ti, no existe en nosotros vida divina, o virtud alguna. Si nos privas de tu aliento, nuestro espíritu perecerá; no podrá volver a tener vida hasta que tus labios se posen sobre nuestras bocas y soplen en ellas el aliento de vida.

Tu mano se posa sobre nosotros como rocío, sin embargo actúas con mano fuerte. Tan suave como la más suave de las brisas, también te encuentras en el remolino.

Como llamarada de una inmensa hoguera, consumes todas nuestras facultades, pero sólo para derretir la dureza de nuestros corazones.

Nos arrojas delante de Ti como hojas secas bajo el fuerte viento del invierno, pero sólo para que nuestros pies encuentren el sendero angosto.

Ahora, derrama sobre nosotros torrentes de agua, como un viento poderoso, para que sean lavados nuestros pecados. Empapa con tu gracia nuestros corazones secos. Alivia las heridas que has cauterizado.

Otorga tus siete sagrados dones a todos los que confían en Ti con esa confianza que sólo Tú puedes dar.

¡Concedéndonos la recompensa de la virtud, es decir, tu propio Ser! ¡Concedéndonos perseverar hasta el fin! ¡Y luego, gozo eterno!

Amén.

INTRODUCCIÓN

Vivimos en una época en que toda la cristiandad, en sus diferentes ramificaciones, se encuentra ante una oportunidad maravillosa. Muchos creyentes sinceros buscan ansiosamente experimentar la oración contemplativa. Junto con esta aspiración, existe una expectativa creciente de que los líderes de las comunidades locales prediquen el Evangelio basados en su experiencia personal de la oración contemplativa. Esto podría ocurrir si en la formación de los futuros sacerdotes y ministros, se da a la oración y a la espiritualidad igual importancia que a la educación académica, y si la espiritualidad es enseñada al ministerio laico como una parte básica de su programa de formación. En todo caso, hasta que el liderazgo espiritual no llegue a ser una realidad en los círculos cristianos, muchos seguirán buscando en otras tradiciones religiosas la experiencia espiritual que no encuentran en la propia. Si hubiese una renovación difundida de la predicación y la práctica de la dimensión contemplativa del Evangelio, aumentarían las posibilidades de una reunión de las distintas iglesias cristianas, el diálogo con las otras religiones del mundo se asentaría en la experiencia espiritual, y todas las religiones unidas podrían dar un testimonio claro de los valores humanos que todas comparten.

La “oración centrante” es un esfuerzo para renovar las enseñanzas de la tradición cristiana acerca de la oración contemplativa, al tratar de presentar esa tradición en una

forma contemporánea y poner en ella cierto orden y método. El término “contemplación”, al igual que el de “oración centrante”, ha llegado a adquirir varios significados. Para mayor claridad, parecería mejor reservar el término de “oración centrante” para el método específico de prepararse para el don de la contemplación, que se describe en el Capítulo Tercero, y regresar al término tradicional de “oración contemplativa” cuando se quiera describir su desenvolvimiento bajo la inspiración directa del Espíritu Santo.

Este libro es el resultado de numerosos talleres sobre la práctica de la oración; incluye muchas preguntas de los asistentes que provienen de distintos niveles de experiencia. Las inquietudes expresadas por los participantes nacen de sus experiencias en la práctica de la oración centrante. De ahí que las preguntas a que da lugar una práctica diaria de la oración, después de varios meses, sean diferentes a aquellas que surgen durante las primeras semanas. Con frecuencia el que interroga está indagando más de lo que indica expresamente el contenido de su pregunta. Las respuestas están orientadas a facilitar el proceso de escucha que el método de la oración centrante inicia. Junto con las siguientes presentaciones, van a proporcionar gradualmente una base conceptual para la práctica contemplativa.

La oración contemplativa es un proceso de transformación interior, una conversación iniciada por Dios que nos lleva a la unión divina, si damos nuestro consentimiento, y que cambia nuestra manera de apreciar la realidad. Da lugar a una reestructuración de la conciencia que capacita a la persona para percibir, relatar y responder con una sensibilidad cada vez mayor a la Presencia divina, dentro, a través y más allá de todo lo creado.

I

LA HISTORIA DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA EN LA TRADICIÓN CRISTIANA

Los primeros quince siglos de la era cristiana se caracterizaron por una actitud positiva hacia la contemplación. Desafortunadamente, a partir del siglo XVI prevaleció una actitud negativa. Para poder entender la situación en que actualmente se hallan nuestras iglesias con respecto a la experiencia religiosa, puede ser de gran ayuda un repaso de la historia de la oración contemplativa.

La palabra “contemplación” es un término algo ambiguo y la razón es que a través de los siglos fue adquiriendo diferentes significados. La Biblia griega, para enfatizar el conocimiento de Dios basado en la experiencia vivida, usó la palabra “gnosis” en la traducción del término hebreo “da’ath” cuyo significado, mucho más extenso, implicaba un tipo de conocimiento íntimo que involucra a toda la persona y no sólo a su mente.

San Pablo usó en sus epístolas la palabra “gnosis” para describir el conocimiento de Dios, propio de aquellos que Lo aman. Continuamente pedía que sus discípulos llegasen a tener ese íntimo conocimiento y sus oraciones indicaban que para él esto era un elemento indispensable para que la vida cristiana pudiese desarrollarse en plenitud.

Los Padres griegos, y especialmente Clemente de Alejandría, Orígenes y Gregorio de Nisa, adoptaron el término “theoría” de los neoplatónicos, cuyo significado

original era una visión intelectual de la verdad, considerada por los filósofos griegos como la suprema actividad de una persona sabia. A este término técnico los Padres le añadieron el significado del “da’ath” hebreo que, como ya vimos, es el conocimiento que nace de la experiencia basada en el amor. Cuando el término “theoría” fue traducido al Latín como “contemplatio” este significado más amplio fue entonces transmitido en la tradición cristiana como un legado hasta nuestros tiempos.

Esta tradición fue resumida por Gregorio Magno a fines del siglo VI, cuando describió la contemplación como el conocimiento de Dios que está impregnado de amor. Para Gregorio, la contemplación es el fruto de reflexionar sobre la palabra de Dios en las Escrituras, además de ser un regalo del Señor. Es descansar en Dios. En este descanso o quietud, la mente y el corazón no están buscando a Dios activamente, sino que comienzan a experimentar, a saborear, lo que han estado buscando. Esto los lleva a un estado de tranquilidad y profunda paz interior. Este estado no consiste en suspender toda acción, sino que es la combinación de unos pocos actos de la voluntad muy simples que harán que la atención se mantenga fija en Dios, con la percepción amorosa de que Él está presente.

Esta interpretación de que la contemplación consistía en el conocimiento de Dios basado en la experiencia íntima de Su presencia, permaneció intacta hasta el fin del Medioevo. Las disciplinas ascéticas siempre estuvieron encauzadas hacia la meta final de llegar a la contemplación, objetivo acertado de toda práctica espiritual.

El método de oración que se propuso, tanto para el laicado como para el clero, durante los primeros siglos de la cristiandad, se llamaba “lectio divina” que se traduce literalmente como “lectura divina”, una práctica que involucraba la lectura de las Sagradas Escrituras, y más

específicamente, el escuchar lo que se leía. Los monjes repetían las palabras del texto sagrado con sus labios hasta que sus cuerpos entraban a formar parte del proceso. Lo que perseguían era cultivar, a través de la “lectio divina”, su capacidad para escuchar y prestar atención interior a niveles cada vez más profundos. Orar era su forma de responder al Dios que les hablaba por medio de las Escrituras y al cual daban alabanza en la liturgia.

La parte reflexiva, que consistía en meditar sobre las palabras del texto sagrado, se llamaba “meditatio” es decir, “meditación”. El movimiento espontáneo en que la voluntad respondía a estas reflexiones, se llamaba “oratio”, es decir, “oración afectiva”. A medida que estas reflexiones y actos de la voluntad se iban simplificando, la persona se trasladaba a un estado de descanso en la presencia de Dios, que era lo que se entendía por “contemplatio” o “contemplación”.

Estos tres actos, meditación discursiva, oración afectiva y contemplación, pueden presentarse durante el mismo período de oración. Están entrelazados. Al igual que los ángeles suben y bajan por la escalera de Jacob, se suponía que la atención de la persona subía y bajaba por la escalera del consciente. A veces se alababa al Señor con los labios, otras veces con los pensamientos, otras con actos de la voluntad, y otras con la atención absorta en la contemplación. Se consideraba que la contemplación era la consecuencia normal de escuchar la palabra de Dios. El acercarse a Dios no estaba dividido en compartimentos de meditación discursiva, oración afectiva, y contemplación. El término “oración mental”, con sus categorías distintivas, no existía en la tradición cristiana con anterioridad al siglo XVI.

Alrededor del siglo XII tuvo lugar un desarrollo muy marcado en la forma de pensar religiosa. Se fundaron las grandes escuelas de teología. Fue la época en que surgie-

ron el análisis preciso en cuanto a conceptos, la división entre género y especies, las definiciones y clasificaciones. Esa capacidad cada vez más pronunciada para el análisis supuso un desarrollo de gran importancia para la mente humana. Por desgracia, esta misma pasión por el análisis en el campo de la teología ejercería su influencia más adelante sobre la práctica de la oración y le pondría fin a la simple y espontánea forma de orar de la Edad Media, que se basaba en “lectio divina” y llevaba a la contemplación. Los maestros de espiritualidad del siglo XII, tales como Bernardo de Claraval, Hugo y Ricardo de San Víctor y Guillermo de Saint Thierry, se dedicaron a desarrollar una interpretación teológica de la oración y la contemplación. En el siglo XIII los franciscanos crearon métodos de meditación que se basaban en dichas enseñanzas, y que ganaron gran popularidad.

Durante los siglos XIV y XV, la peste bubónica y la Guerra de los Cien Años diezmaron pueblos, ciudades y comunidades religiosas, en la misma época en la que el nominalismo y el Gran Cisma producían una decadencia general, moral y espiritual. Alrededor del año 1380 surgió en los Países Bajos un movimiento de renovación llamado “Devotio Moderna”, que luego se difundió por Italia, Francia y España, como una réplica a la necesidad general de una reforma. En un momento de la historia en el cual las instituciones y estructuras se desmoronaban, el movimiento de la “Devotio Moderna” buscó utilizar la fuerza moral emanada de la oración para fomentar la autodisciplina. Hacia fines del siglo XV se crearon los métodos de oración mental, un nombre muy adecuado puesto que con el paso del tiempo se tornaban cada vez más complicados y sistematizados. Cabe la aclaración de que, a pesar de la proliferación de los métodos sistemáticos de oración, la contemplación continuaba siendo el objetivo máximo de la práctica espiritual.