

Santa María
madre de Dios

Texto introductorio para leer antes del taller a la meditación cristiana-contemplación

Resumen de la introducción del libro "Ejercicios de contemplación". Franz Jalics sj.

“Desde la oración pre-contemplativa a la contemplativa”

El camino a Dios fue descrito de muchas maneras en la larga tradición de la Iglesia. Es muy conocida y difundida su división tripartita, o sea, en «vía purgativa», «vía iluminativa» y «vía unitiva».

Al comienzo se encuentra la «vía purgativa». En este trayecto se remueven con gran esfuerzo los grandes obstáculos que nos mantienen alejados de Dios. Es la fase de la purificación. El método a seguir es el empleo del pensar discursivo de la razón y la activación de la voluntad. La razón trabaja mediante análisis, consideraciones, reflexiones sobre el sentido de la vida y los caminos a seguir para llegar a la concreción de dicha meta. La voluntad es motivada por fundamentaciones que llevan a la conversión y al cambio de la forma de vida. El ser humano reflexiona para qué ha venido al mundo, qué desea lograr en su vida y qué consecuencias pueden tener sus acciones para su trayectoria vital. Estas consideraciones lo llevan a reorientar su vida.



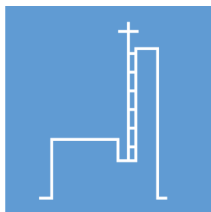
La segunda etapa del camino es la «vía iluminativa». No debe equipararse esta palabra con el término iluminación usado en los métodos de oración orientales. En esta etapa se trabaja de una manera más sutil en el progreso de lo bueno a lo mejor. El predominio del trabajo de la razón se complementa con una sensibilidad interior de mayor empatía. Uno aprende a manejarse con su carácter, a indagar los trasfondos de sus acciones, se exploran las perturbaciones inconscientes de su proceder y se elabora el pasado. Se aprenden conductas

 Dirección: Avenida de Viñuelas 18. Tres Cantos. Madrid. 28760

 Teléfono: 91 421 37 45  E-mail: parroquiasantamaria3c.org

Síguenos en





Santa María
madre de Dios

que corresponden al amor y a lo humanitario. Se aprende a valorar lo bueno y a tratarse bien a uno mismo. La meta de la vía iluminativa es, según la formulación eclesial tradicional, la apropiación de virtudes. Traducido a nuestro idioma, podría decirse que su objetivo es el desarrollo de nuestra vida afectiva y de nuestro comportamiento, que nos vuelve más humanos y por lo tanto más parecidos a Cristo. Estas dos primeras etapas fueron interpretadas por muchos como una sola etapa del camino. Se la denominaba ascetismo: un tender a la perfección cristiana. La expresión pretende señalar que el hombre se esfuerza por cambiar. Es a esto a lo que denominamos la oración pre-contemplativa.

La tercera etapa es la «vía unitiva». En contraposición con la ascetismo esta fase se denomina mística. Son sinónimos de esta expresión: observación y contemplación. Esta etapa implica el mayor cambio y el más radical en la vida espiritual. En las dos primeras etapas el hombre tenía que esforzarse por lograr un cambio, superar actitudes pecaminosas, sanar complejos psíquicos y perfeccionar su carácter. En la etapa de la vía unitiva ocurre algo esencialmente diferente. Dios asume la iniciativa y el hombre debe entregarse totalmente a Él. Durante la oración toda su atención está dirigida única y exclusivamente a Dios. Dios actúa. El hombre se vuelve una herramienta en las manos de Dios. El hombre vive, pero más que él mismo vive Cristo en él (Gal 2, 20).

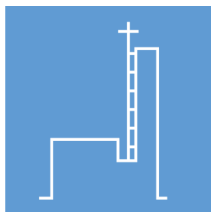
Semejante transformación no se lleva a cabo en el curso de algunos días. También es evidente que el hombre no puede hacerla por sí mismo. Es demasiado torpe e impotente para realizarla. O bien la recibe por la gracia o el hombre no logra esta unión en Jesucristo. Precisamente por ser tan radical la transformación, existe una zona de transición, una tierra de nadie, en la que se va encauzando la transformación, la cual todavía no ha llegado al punto en que se experimenta que Dios ha asumido la iniciativa. La persona que se encuentra en esta transición, paradójicamente, tiene que esforzarse por no esforzarse más. Esto significa: el hombre se orienta hacia Dios y confía en que Dios le otorgue todo. La señal de esta confianza es el poder desprenderse de la difícil tarea de modificar carácter y psiquis. El esfuerzo del hombre consiste en orientarse absolutamente hacia Dios. El reino de Dios está dentro de nosotros. Cuando nos dirigimos hacia nuestro centro, a nuestro ser, a la santa Trinidad en noso-

 Dirección: Avenida de Viñuelas 18. Tres Cantos, Madrid. 28760

 Teléfono: 91 421 37 45  E-mail: parroquiasantamaria3c.org

Síguenos en





Santa María
madre de Dios

tros, poco a poco llega de esta profundidad una fuerza increíble, que paulatinamente nos otorga todo y nos consagra al estado de contemplación. Este estado puede ser otorgado por Dios sin más. Pero el camino normal es una preparación que tiene por meta el poder dirigirnos hacia Dios y desprendernos en forma consecuente del pensamiento discursivo y de la preocupación por nuestro desarrollo psíquico. Esta zona de transición también se llama contemplación activa, porque el hombre todavía utiliza activamente su atención. Cuando la gracia se vuelve más intensa, también concluye esta actividad humana. La atención hacia Dios es sostenida desde el interior.

A lo largo de este camino nos ocupamos de este gran cambio. Atravesamos esta tierra de nadie y pasamos del esfuerzo en lograr la perfección al estado de contemplación. La tarea en este cambio consiste en separarnos lentamente del pensar discursivo y la ocupación con nuestros sentimientos, de manera tal que nos orientemos única y exclusivamente hacia Dios.

No es la meta de esta actividad llevar hacia los niveles más elevados de la contemplación. Nos limitamos exclusivamente al cambio que va de la oración precontemplativa a la contemplación.

A ésta llevan muchos caminos. Este es uno de ellos. Dios guía a muchos hacia la contemplación sin ayuda externa alguna. No pocas veces se sirve de circunstancias naturales. Una vida sencilla en el amor, algunos años de enfermedad, un encuentro con la muerte, el dejar el terruño para convivir con los pobres y otros acontecimientos pueden llevar a la contemplación. Tenemos también un gran respeto por otras formas no cristianas de la contemplación. Y, además, existen en la misma Iglesia católica muchas otras introducciones a la contemplación. Este camino no está por encima de ellos. Si le ayuda a alguien a encontrar el suyo, es suficiente.

“La dificultad de la tarea”

La tarea tiene una gran dificultad. La dificultad es, paradójicamente, su sencillez.

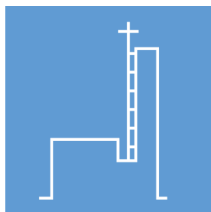
Dios es simple y el camino que Jesucristo muestra hacia su Padre es un camino suma-

 Dirección: Avenida de Viñuelas 18. Tres Cantos. Madrid. 28760

 Teléfono: 91 421 37 45  E-mail: parroquiasantamaria3c.org

Síguenos en





mente simple. No siempre es un sendero fácil, pero sí un camino sencillo. Consiste justamente en la modesta, humilde y constante orientación hacia Dios. Habría que limitarse a llamar la atención sobre dicha orientación. Es más, todo lo demás es una distracción, que aparta de lo esencial. Es contradictorio escribir muchas palabras para decir que no se necesitan palabras. También parece paradójico argumentar con pensamientos para hacer entender que en este camino los pensamientos no sirven, o ilustrar con imágenes sabiendo que en este camino no ayudan las representaciones, presentar textos para sostener que todo lo escrito sólo trae consigo divagaciones, o publicar un libro que muestra que los libros sólo estorban en este camino.

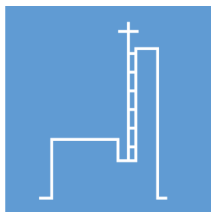
“Prejuicios sobre la oración contemplativa”

Un prejuicio muy común en contra de la oración contemplativa reside en su relación con las Sagradas Escrituras. Este prejuicio generalmente proviene de personas o grupos que consideran que la oración debe consistir sólo en una reflexión sobre las Escrituras o en una repetición de salmos o fórmulas vocales. Critican que el que ora en forma contemplativa descuida la Biblia.

Esta práctica y los textos que estudiaremos nacen exclusivamente de la revelación. ¡Qué podría ser más cristiano que permanecer constantemente y con toda atención junto a Jesucristo resucitado! No solamente con sus palabras sino con Él mismo. Las Sagradas Escrituras nos llevan a esto. Son el fundamento y crean el ambiente para la contemplación. No se puede recomendar nada más útil e importante para preparar y apoyar la oración contemplativa, además del amor al prójimo, que profundizar la lectura de aquéllas. San Jerónimo afirmó que «el desconocimiento de las sagradas Escrituras es el desconocimiento de Cristo».

Las sagradas Escrituras son un mensaje que, como una flecha, se proyectan más allá de sí mismas. En el momento de nuestra oración, en cambio, existe una inmediatez en el con-





tacto con Jesús, que excluye toda ocupación simultánea con las Escrituras.

Un segundo prejuicio sostiene que la oración contemplativa lleva a la pasividad y a la falta de responsabilidad con el prójimo.

Distingamos la contemplación de la oración contemplativa. La contemplación es un don, un estado en el cual la acción divina es perceptible. No es una forma de orar, sino más bien un estado que está o puede estar presente en cada momento de la vida, o sea, en la oración o fuera de ella. La introducción a la oración contemplativa tiene como resultado que la contemplación impregne toda la vida. No queda restringida a períodos de quietud. Una persona contemplativa generalmente es más activa y efectiva que una no contemplativa, porque lleva las mismas actividades y responsabilidades con mucho más sosiego y facilidad. Le cansan mucho menos. Eso lo demuestran los ejemplos de grandes hombres contemplativos como san Pablo, san Agustín, san Ignacio de Loyola, santa Teresa y muchos otros.

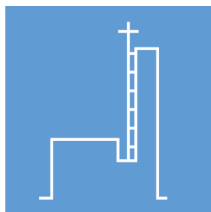
La historia muestra que el estado contemplativo no se logra sin momentos de retiro o inactivos. Las excepciones a esto son una gracia muy extraordinaria. El signo de su autenticidad consiste en que el receptor de la gracia divina, paralelamente a sus actividades, busca momentos de recogimiento, y en efecto los tiene.

Esta actividad y los textos que estudiaremos están dirigidos a personas que llevan una vida activa.

Corresponde a un ideal de la vida activa dedicar todos los días cierto tiempo a la oración contemplativa y una vez al año hacer ejercicios. Esto puede compaginarse con cualquier tipo de vida profesional.

“¿Meditación o contemplación?”

Tenemos que aclarar la palabra meditación. En la edad media se usaba el término meditación en el sentido de consideración discursiva: dejar actuar un texto sobre uno, pensarlo a fondo, entenderlo, clasificarlo, relacionarlo con uno mismo y en consecuencia cambiar las propias formas de vida. En este sentido hoy en día se usa a menudo el término meditación en el ámbito eclesial como meditación frente a un cuadro, un escrito, la pintura o la mú-



sica. Así en la edad media se hablaba de una trilogía: «Lectio» era la lectura, «meditatio» era la consideración del texto, y «contemplatio» correspondía al acto que hoy llamamos contemplación.

Hace unas décadas, bajo la influencia de la espiritualidad oriental, aparece la palabra meditación en un sentido totalmente diferente. Las tradiciones contemplativas orientales se designaban con la misma palabra meditación, o sea, con el término que, en la tradición medieval, no significaba contemplación sino consideración discursiva. Así es que hoy, a propósito de la palabra «meditación», aparecen discusiones, pasiones y tensiones que surgen entre los representantes de las diferentes corrientes.

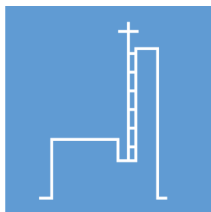
La palabra «meditación» se utiliza aquí exclusivamente en el sentido del tiempo que se dedica a la oración contemplativa. Así se habla de media hora de meditación, o se pregunta qué es lo que hizo alguien en su meditación. El objetivo, no obstante, es introducir al ejercitante en la oración contemplativa y no en la meditación.

“¿Quiénes son los destinatarios a esta práctica?”

Personas que están comprometidas con el cristianismo. Pero sin excluir a nadie que se confiese. «no cristiano» o «no religioso». Aunque estas prácticas están tan arraigados en el cristianismo y en las Sagradas Escrituras, que los no cristianos podrían tener alguna dificultad ante ciertas expresiones o puntos de vista de los textos que veremos. En cambio, los creyentes de otras Iglesias cristianas prácticamente no tendrán problemas. En cualquier caso, estamos abiertos a todas las personas interesadas.



Recomendaría esta actividad solamente a aquellos que tengan un gran deseo de Dios y que estén, por lo mismo, decididos a cumplir las exigencias de este camino. Se pide dedicar espacios fijos de tiempo a la meditación (20 minutos diarios). Además, el camino es un sendero escarpado. Probablemente los participantes puedan sentir con el tiempo una falta de sentido y deben contar eventualmente con signos de cansancio. Si alguien no quiere o no



Santa María
madre de Dios

puede soportar estos esfuerzos es preferible que no comience este camino.

Esta actividad no se recomienda a personas que se sienten bien con oraciones vocales, consideraciones discursivas de las Escrituras o diálogos con Dios. Si no sienten necesidad de un acceso más simple a Dios, es preferible que sigan con su forma de orar acostumbrada. Todo tiene su tiempo. Si aparece el deseo de un contacto más directo con Dios, habría llegado el momento de interesarse por la contemplación.

Si alguien ha practicado satisfactoriamente durante tiempo el estudio de las sagradas Escrituras y siente una frustración creciente o incluso una imposibilidad total de seguir con la reflexión bíblica, es por lo general la señal manifiesta de que debe avanzar por otro camino. Es bien conocido que santa Teresa de Jesús sufrió mucho porque se le obligaba a la reflexión bíblica. San Juan de la Cruz también se ha expresado claramente con respecto a esto.

Una advertencia. El silencio y los largos períodos de soledad hacen que en cada ser humano aflore mucho de su inconsciente. Si uno puede atenerse a las reglas que se contarán y a las que se describen expresamente en los textos, todo irá bien. Pero si la presión del mismo se torna demasiado fuerte, las reglas son difíciles o incluso imposibles de cumplir. Si uno cae en cavilaciones, esto podrá tener consecuencias desagradables.

 Dirección: Avenida de Viñuelas 18. Tres Cantos, Madrid. 28760

 Teléfono: 91 421 37 45  E-mail: parroquiasantamaria3c.org

Síguenos en

