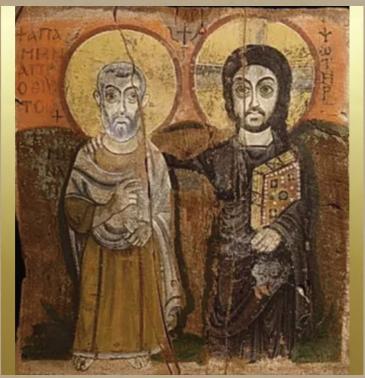
# Lecturas Diarias Para La Vida Contemplativa



Selecciones de las obras del

# Padre Thomas Keating,

Sagrada Escritura y otros escritos espirituales Compiladas por S. Stephanie Iachetta

(Para uso interno y privado exclusivamente)

# Lecturas Diarias

# Para

# La Vida Contemplativa

# SELECCIONES DE LAS OBRAS DEL PADRE THOMAS KEATING, O.C.S.0

Compiladas por S. STEPHANIE IACHETTA

(Para uso interno y privado exclusivamente)

Y la Palabra se hízo carne, y habító entre nosotros... (Juan1:14)

# Contenido

| Prólogo                                | 7   |
|--|-----|
| Introducción                           | 9   |
| Enero: Mente Abierta, Corazón Abiertos | 12  |
| Febrero: La Mejor Parte                | 43  |
| Marzo: El Misterio de Cristo           | 71  |
| Abril: Crisis de Fe, Crisis de Amor    | 102 |
| Mayo: Invitación a Amar                | 132 |
| Junio: La Condición Humana             | 163 |
| Julio: Frutos y Dones del Espíritu     | 193 |
| Agosto: El Corazón del Mundo           | 224 |
| Septiembre: ¿Quién es Dios?            | 255 |
| Octubre: Intimidad con Dios            | 285 |
| Noviembre: Despertares                 | 316 |
| Diciembre: El Misterio de Cristo       | 346 |

## Prólogo

A algunos libros, como a algunas personas, se los puede llamar "maravillosos" tras solamente un breve encuentro. Encuentros posteriores simplemente reafirman nuestro juicio original. Éste es esa clase de libro, un manual ideal para los que desean rescatar la maravilla tan frecuentemente ocultada por las exigencias de nuestras rutinas habituales, la cotidianidad de la vida diaria que opaca nuestras sensibilidades espirituales. Aquí tenemos, pues, el llamado a despertar que necesitamos para "vivir el momento" una vez más, prestando atención a las indicaciones de nuestro corazón y permitiéndole al más delicado de los compañeros que nos acompañe a lo largo del camino.

La estructura del libro es, al mismo tiempo, sencilla y elegante. El texto de cada día comienza con una línea de oración, una "frase de oración" que actúa, al mismo tiempo, como un tema y una invitación. Cada uno cierra con una cita apropiada y más extensa de las Escrituras, que es una recapitulación bíblica del tema. Entre las dos, aparece una breve reflexión que inspira a la meditación, cada uno un fragmento de los escritos del monje cisterciense Padre Thomas Keating, notable maestro de retiros y fundador del movimiento de la Oración Centrante v Contemplative Outreach/Extensión Contemplativa Internacional. Los comentarios del Padre Keating tranquilizarán a los que se encuentren un poco asustados ante las alturas embriagadoras erróneamente asociadas con la oración contemplativa; y sus sensatas sugerencias, firmemente arraigadas en la rica tradición de los grandes místicos católicos como Teresa de Ávila y Juan de la Cruz, nos recordarán que la oración no es trabajo, sino una espera atenta, seguida de la entrega.

Las palabras en este libro son pocas y tienen el mero propósito de ofrecer apoyo.

Han sido escogidas especialmente para animar un silencio interior y crear un espacio interior en el que la voz del Espíritu pueda susurrar y hallar eco en los recintos más íntimos de nuestro ser. Esa clase de palabras ayudan a crear un libro maravilloso.

#### Introducción

Como muchos de ustedes, yo llevo una vida muy activa, busco una relación más estrecha con Dios y estoy comprometida con un estilo de vida contemplativo. Además de mis dos períodos diarios de Oración Centrante, a menudo me encuentro deseando alimento espiritual, escrito de forma sencilla y accesible, para complementar esa práctica.

La idea de compilar lecturas diarias surgió de ese deseo. Quería combinar la riqueza de una antología contemplativa con la conveniencia de un libro compacto—lo suficientemente pequeño como para caber en un bolso, maletín, o para tenerlo al lado de la cama.

Lecturas Diarias Para La Vida Contemplativa une temáticamente tres prácticas contemplativas vivas: una "oración activa," una lectura de un escritor espiritual y una lectura de las Sagradas Escrituras. Las breves "frases de oración" (oraciones activas) provienen de las Escrituras, de oraciones tradicionales de la iglesia, citas de autores espirituales reconocidos o de mi propia experiencia. Todas las breves meditaciones que aparecen aquí (lecturas espirituales) son fragmentos de una de las obras del Padre Thomas Keating, un monje cisterciense pionero, dedicado a la transmisión del movimiento ecuménico de oración contemplativa. Cada entrada diaria cierra con una selección de textos bíblicos, tanto judaicos como cristianos. La Sagrada Escritura aparece al final, para ofrecerle al lector la oportunidad de trasladarse fácilmente a la práctica de oración llamada Lectio Divina—reflexionar sobre las Escrituras y finalmente descansar con la Palabra de Dios

Cada mes se presentan fragmentos de una de las obras de Keating. Por ejemplo, enero se enfoca en pasajes de su libro Mente Abierta, Corazón Abierto, y septiembre ofrece extractos de su grabación de audio ¿Quién es Dios? El apéndice contiene los "Puntos Esenciales del Método de la Oración Centrante," tomados de Mente Abierta, Corazón Abierto...

¿Quién exactamente es Thomas Keating y por qué alguien puede estar interesado en lo que tiene que decir?

Thomas Keating, de la Orden Cisterciense de la Estricta Observancia (O.C.S.O) es un monje trapense y antiguo Abad de la Abadía de San José en Spencer, Massachusetts. Hoy en día reside en el Monasterio de San Benito en Snowmass, Colorado, donde ofrece retiros intensivos de diez días sobre la Oración Centrante. Keating es uno de los fundadores del movimiento de Oración Centrante y de Contemplative Outreach/Extensión Contemplativa Internacional—una red espiritual mundial de individuos y pequeñas comunidades de fe que apoyan la práctica de la Oración Centrante. Keating ha hablado ante públicos internacionales, ha ofrecido conferencias en la Escuela de Divinidad de la Universidad de Harvard y ha dirigido retiros en todo el mundo. Se le considera un pionero en la renovación generalizada de la dimensión contemplativa del Evangelio.

En su libro Mente Abierta, Corazón Abierto, el Padre Keating escribe: "La oración contemplativa cristiana es abrir la mente y el corazón—todo nuestro ser—a Dios, el Máximo Misterio, más allá de pensamientos, palabras y emociones, y a quien sabemos por fe que está en nuestro interior, más próximo que respirar, pensar, sentir y escoger; incluso más cercano que la consciencia misma. La raíz de toda oración es el silencio interior."

El Padre Keating propone la Oración Centrante como un método de oración que nos prepara para recibir el don de la oración contemplativa. Él describe la Oración Centrante tanto como una relación, a la vez que como una disciplina, o sea, una relación de comunión con Dios y una disciplina para facilitar dicha relación. La Oración Centrante hace uso de una "palabra sagrada," cuyo propósito es conducir al silencio, y que es símbolo de nuestra intención de consentir a la presencia y acción de Dios en nuestro interior. Cada persona escoge una palabra sagrada—de una o dos sílabas, e.g., Jesús, Dios, Amor, Paz—y la introduce al nivel de la imaginación. Dice Keating: "Deli-

cadamente colócala en tu consciencia cada vez que reconozcas que estás pensando acerca de otro pensamiento." Keating no desalienta los pensamientos. No propone poner "la mente en blanco." Él considera que tanto el silencio como los pensamientos son partes integrales del proceso de purificación (la Terapia Divina) y recomienda desapegarnos de ellos, en vez de eliminarlos.

En Mente Abierta, Corazón Abierto, el Padre Keating sugiere varias prácticas de oración que extienden a la vida diaria los efectos contemplativos de la Oración Centrante. La Oración Activa es una de muchas prácticas que expresa nuestra intención de consentir a la presencia y acción de Dios en nuestro interior. Estas breves oraciones de cinco a nueve sílabas son lo suficientemente simples como para recordarlas fácilmente y repetirlas interiormente a lo largo del día. Por ejemplo, esta oración puede ser una aspiración tomada de las Escrituras, como "Mi Señor v mi Dios," o un consejo de Abba Isaac, uno de los Padres del Desierto pertenecientes a un movimiento laico del siglo 4, como "Dios mío, ven en mi ayuda." A mí me gusta personalizar mi oración activa. Cuando estaba compilando este libro, solía cantar: "Amante, Creador, Sanador, brilla en mí." Cuando estaba remodelando mi cocina, se convirtió en "Señor, dame valor para hacer cambios." Al repetir una jaculatoria positiva a lo largo del día, ésta gradualmente penetra en el subconsciente, afirma nuestra vida y hace contrapeso a cualquier pensamiento perturbador que surja como respuesta automática a las vicisitudes de la vida.

Otras prácticas de oración contemplativa que extienden los efectos de la Oración Centrante al resto del día son la Lectio Divina y la lectura espiritual. En ellas puedes encontrar, como Santa Teresita de Lisieux, alimento sólido y muy puro. Desde el punto de vista contemplativo, leemos para formarnos, en vez de informarnos, y respondemos con el corazón y el espíritu, en lugar de la razón.

Como estas prácticas de oración apoyan un estilo de vida contemplativo, ellas constituyen el núcleo de Lecturas Diarias Para La Vida Contemplativa.



# Oración Contemplativa

Que el Señor te mire con agrado... Números 6:25

La oración contemplativa es un proceso de transformación interior, una conversión iniciada por Dios y que conduce, si consentimos, a la unión divina. Nuestra manera de ver la realidad cambia en este proceso. Ocurre una reestructuración de la consciencia que nos capacita para percibir, relacionarnos y responder con sensibilidad cada vez mayor a la divina presencia, en, a través y más allá de todo lo que existe.

#### Números 6:24-26

Que el Señor te bendiga y te guarde; Que el Señor te mire con agrado y te extienda su amor; Que el Señor te muestre su favor y te conceda la paz.

# Nuestra Travesía Espiritual

Y por encima de todo, vístanse de amor... Colosenses 3:14

La dedicación a Dios se desarrolla mediante un compromiso con nuestras prácticas espirituales por amor a Él. El servicio a los demás es el movimiento que sale del corazón y que nace de la compasión; se encarga de neutralizar la tendencia muy arraigada a preocuparse y preguntarse cómo va el propio camino espiritual. El hábito de servir al prójimo se desarrolla cuando tratamos de complacer a Dios en lo que hacemos y cuando tratamos con compasión a los demás, comenzando con las personas con quienes vivimos. Aceptar a todos incondicionalmente es cumplir con el mandamiento que dice "amarás a tu prójimo como a ti mismo," (Marcos 12:31). Es una forma práctica de ayudarnos mutuamente a sobrellevar nuestras cargas (Gálatas 6:2). Negarnos a juzgar, incluso ante la persecución, es cumplir con el mandamiento de amarnos los unos a los otros "como yo los he amado" (Juan 13:34) y de estar dispuestos a dar la vida por nuestros amigos (Juan 15:13).

#### Colosenses 3:12-14

Por lo tanto, como escogidos de Dios, santos y amados, revístanse de afecto entrañable y de bondad, humildad, amabilidad y paciencia, de modo que se toleren unos a otros y se perdonen si alguno tiene queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes. Y por encima de todo, revístanse de amor, que es el vínculo perfecto.

#### Tan Solo Un Destello De Su Presencia

(Él) vive en una luz inaccesible...

Cualquier cosa que percibamos de Dios puede ser solamente un destello de Su presencia, y no Dios como Él es en Sí mismo. Cuando la luz divina penetra la mente humana, se manifiesta de muchas formas, así como un rayo de luz ordinaria, cuando atraviesa un prisma, se descompone en la gama de colores del espectro. No hay nada malo en distinguir diferentes aspectos del Misterio Máximo, pero sería un error identificarlos con la Luz inaccesible. La atracción a desprendernos del consuelo espiritual para permitirle a Dios actuar con completa libertad es la persistente atracción del Espíritu. Mientras más dejamos ir, más intensa se torna la presencia del Espíritu. El Misterio Máximo se convierte en la Presencia Máxima.

#### 1 Timoteo 6:16

El único que posee la inmortalidad y habita en una luz inaccesible, a quien ningún hombre vio ni puede ver. ¡A él sea el honor y el poder para siempre! Amén.

# Comunicación del Espíritu de Dios

¿A dónde iré para estar lejos de tu espíritu? ... Salmo 139:7

El Espíritu le habla a nuestra consciencia a través de las Escrituras y por medio de los hechos de la vida diaria. La reflexión acerca de estas dos fuentes de encuentro personal, así como el desmantelamiento de los programas emocionales del pasado, preparan a la psiquis para escuchar a niveles más refinados de atención. Entonces el Espíritu comienza a dirigirse a nuestra consciencia desde esa fuente profunda en nuestro interior que es nuestro verdadero yo. Ésa es la contemplación en sentido estricto.

#### Salmo 139:7-10

¿A dónde iré para estar lejos de tu espíritu?
¿A dónde huiré de tu presencia?
Si subo al cielo, allí estás tú;
si me tiendo en el Abismo, estás presente.
Si tomara las alas de la aurora
y fuera a habitar en los confines del mar,
también allí me llevaría tu mano
y me sostendría tu derecha.

# Abrirse y Entregarse a la Presencia Interior de Dios

Descansa en el Señor... Salmo 37:7

La travesía espiritual no requiere ir a ningún lugar, puesto que Dios ya está con nosotros y en nosotros. Es cuestión de permitirle a nuestros pensamientos ordinarios que retrocedan hacia el fondo y que floten por el río de la consciencia sin notarlos, mientras dirigimos nuestra atención al río sobre el que flotan. Somos como alguien sentado en las márgenes de un río que mira los botes pasar. Si permanecemos en la orilla, con nuestra atención puesta en el río en lugar de los botes, se desarrolla la capacidad de no prestarle atención a los pensamientos pasajeros y surge un tipo de atención más profundo.

Salmo 37:7

Descansa en el Señor y espera en él...

# La Palabra Sagrada Como Símbolo

# Una breve oración penetra el cielo La Nube del No Saber

La palabra sagrada es una señal o flecha que apunta en la dirección que deseamos tomar. Es una forma de renovar nuestra intención de abrirnos a Dios y aceptarlo como Él es. Aunque esto no nos impide orar de otras formas en otros momentos, el período de Oración Centrante no es el momento de rezar específicamente por los demás. Al abrirnos a Dios, implícitamente estamos orando por todos, en el pasado, presente y futuro. Estamos abrazando la creación entera. Estamos aceptando toda la realidad, comenzando por Dios y por esa parte de nuestra propia realidad de la que podemos no estar conscientes en términos generales, es decir, el nivel espiritual de nuestro ser.

#### Isaías 30:21

Sus oídos escucharán una palabra: "Este es el camino, síganlo, aunque se hayan desviado a la derecha o a la izquierda".

#### Intimidad con Dios

# Yo soy la vid, ustedes los sarmientos Juan 15:5

Lo que más nos separa de Dios es pensar que estamos separados de Él... No creemos que estamos siempre con Dios y que Él es parte de toda realidad. El momento presente, cada objeto que vemos, nuestra naturaleza más profunda, todos ellos están arraigados en Él. Pero vacilamos en creer esto hasta que la experiencia personal nos da la confianza de creerlo. Esto implica el desarrollo gradual de la intimidad con Dios. Dios constantemente nos habla, por medio de los otros y desde nuestro interior. La experiencia interior de la presencia de Dios activa nuestra capacidad de percibirlo en todo lo demás—en las personas, en lo que ocurre, en la naturaleza.

#### Romanos 8:38-39

Porque tengo la certeza de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los principados, ni lo presente ni lo futuro, ni los poderes espirituales, ni lo alto ni lo profundo, ni ninguna otra criatura podrá separarnos jamás del amor de Dios, manifestado en Cristo Jesús, nuestro Señor

#### Transformación Interior

Yo, el Señor, soy el que te da la salud Êxodo 15:26

En la oración contemplativa, el Espíritu nos coloca en una posición en la que descansamos y no estamos inclinados a luchar. Con sus bálsamos sanadores, el Espíritu cura las heridas de nuestra frágil naturaleza humana en un nivel que se encuentra más allá de nuestra percepción psicológica, lo mismo que una persona bajo anestesia no tiene idea acerca de cómo va la operación hasta que termina. El silencio interior es el semillero perfecto para que el amor divino eche raíces. En el Evangelio, el Señor habla de una semilla de mostaza como símbolo del amor divino. Es la más pequeña de las semillas, pero tiene una enorme capacidad de crecimiento. El amor divino tiene el poder de crecer y transformarnos. El propósito de la oración contemplativa es facilitar el proceso de transformación interior

Jeremías 30:17

Sí, yo cicatrizaré tu llaga y te sanaré de todas tus heridas, oráculo del Señor...

# El Primer Lenguaje de Dios Es El Silencio

Mis ovejas escuchan mi voz... Juan 10:27

Dios nos habla de muchas maneras—a través de nuestros pensamientos o de cualquiera de nuestras facultades. Pero observen que el primer lenguaje de Dios es el silencio. Prepárate para el silencio en esta oración y, si algo más ocurre, ése es Su problema, no el tuyo. Tan pronto como lo conviertes en tu problema, tiendes a desear algo que no es Dios. La fe pura te conducirá más cerca de Dios que cualquier otra cosa. Estar aferrados a una experiencia de Dios no es Dios, es un pensamiento. El período de Oración Centrante es el momento de dejar pasar todos los pensamientos, incluso los mejores. Si son verdaderamente buenos, regresarán más tarde.

Juan 10,27

Mis ovejas escuchan mi voz, yo las conozco y ellas me siguen.

#### Traer a Cristo Al Mundo

"Emanuel"... significa: "Dios con nosotros".

Mateo 1:23

¿Qué es lo más importante que Nuestra Señora ha hecho por nosotros? Ha traído la Palabra de Dios al mundo o, mejor dicho, le permitió entrar al mundo a través de ella. No es tanto lo que hacemos como lo que somos lo que le permite a Cristo vivir en el mundo. Cuando la presencia de Dios emerge de nuestro ser más íntimo en nuestras facultades, la vida divina se está derramando en el mundo, bien sea que estemos caminando por la calle o tomando un plato de sopa. La efectividad de toda acción depende de la fuente de dónde surge. Si proviene del falso yo, está severamente limitada. Si proviene de una persona que está sumergida en Dios, es extremadamente efectiva. El estado contemplativo, como la vocación de Nuestra Señora, trae a Cristo al mundo.

#### Mateo 1:22-23

Todo esto sucedió para que se cumpliera lo que el Señor había anunciado por el Profeta: "La Virgen concebirá y dará a luz un hijo a quien pondrán el nombre de Emanuel", que traducido significa: "Dios con nosotros".

# Una Experiencia Que Fortalece y Afirma

Jesucristo te devuelve la salud... Hechos 9:34

El silencio interior es una de las experiencias humanas más fortificantes y reafirmantes. No hay nada que proporcione más confianza que la experiencia de la presencia de Dios. Esa revelación nos dice, mejor que ninguna otra cosa: "Eres una persona buena, yo te creé y te amo." El amor divino nos da la vida, en todo el sentido de la palabra, y cura los sentimientos negativos que podamos tener acerca de nosotros mismos.

#### Hechos 3:20

Así el Señor les concederá tiempos de descanso y enviará a Jesús, el Mesías destinado para ustedes.

# Nuestra Relación Con Dios

Que... Dios... los reconforte y fortalezca...

2 Tesalonicenses 2:16-17

Los altibajos en nuestra relación con Dios no son diferentes de la presencia o ausencia de alguien a quien amamos mucho. En el Cantar de los Cantares se nos presenta a Dios como persiguiendo el alma de Su amado. Los Padres de la Iglesia tenían debilidad por este verso en el Cantar de los Cantares: "Su izquierda sostiene mi cabeza y con su derecha me abraza" (Cantar 2:6). Según su interpretación, Dios nos abraza con ambos brazos. Con el izquierdo nos hace humildes y nos corrige; con el derecho nos alza y nos consuela con la seguridad de ser amados por Él. Si quieres ser abrazado totalmente por el Señor, tienes que aceptar ambos brazos: el que permite el sufrimiento que lleva a la purificación y el que conduce a la alegría de la unión. Cuando sientas dolor físico o cuando te asalten luchas de orden psicológico, debes pensar que Dios te está abrazando aún más estrechamente. Las pruebas son una expresión de Su amor, no de rechazo.

Cantar de los Cantares 2:6

Su izquierda sostiene mi cabeza y con su derecha me abraza

### Confianza En El Señor

# Confío en Él y ya no temo... Salmo 56:12

Mientras más confianza tengas en Dios, más podrás enfrentar la verdad acerca de ti mismo. Es sólo en la presencia de alguien en quien confías que puedes enfrentarte a quien realmente eres. Si confías en Dios, sabes que no importa lo que hayas hecho o dejado de hacer, Él va a seguir amándote. En realidad, Él siempre conocía el lado oscuro de tu carácter y ahora está compartiendo contigo el secreto, como un amigo que hace una confidencia a otro amigo. Las percepciones de autoconocimiento, en lugar de molestarte, te traen una sensación de libertad. Te llevan al punto en el que puedas preguntarte: "¿Para qué pensar en mí mismo?" Entonces tienes la libertad de pensar en lo maravilloso que es Dios y te importa poco lo que pueda ocurrirte.

Juan 8:31-32

"Si ustedes permanecen fieles a mi palabra, serán verdaderamente mis discípulos: conocerán la verdad y la verdad los hará libres.".

# La Entrega Del Falso Yo

Lo que nace del Espíritu es espíritu. Juan 3:6

Cuando estás en oración perfecta, el Espíritu ora en ti. La entrega del falso yo a Dios es la muerte del falso yo. Esta es la experiencia que Jesús trataba de explicarle a Nicodemo cuando dijo "Tienes que nacer de nuevo" (Juan 3:3). Tenemos que morir antes de poder renacer. Nicodemo respondió: "¿Cómo puede alguien regresar al vientre materno?" Jesús continuó: "Tú no entiendes lo que estoy diciendo. Hablo del Espíritu y estoy hablando en términos espirituales. El viento sopla donde quiere y no sabes de dónde viene ni para dónde va. Lo mismo sucede con todos los que nacen del Espíritu." En otras palabras, ser movidos por el Espíritu es una forma completamente nueva de estar en el mundo.

Juan 3:3

Jesús le respondió: "Te aseguro que el que no renace de lo alto no puede ver el Reino de Dios."

# Relaciones Cristocéntricas

# Alma de Cristo, santificame Anima Christi

La percepción de que moramos en todas las otras personas nos permite expresar caridad hacia los demás con mayor espontaneidad. En lugar de ver solamente la personalidad, raza, nacionalidad, género, estatus social o características (que nos gustan o no nos gustan), vemos lo que es más profundo—nuestra unión o unión potencial con Cristo. También percibimos la necesidad desesperada de auxilio que todos tenemos. El potencial trascendente de la mayor parte de las personas aún aguarda hacerse realidad, y esto despierta un gran sentido de compasión. El amor cristocéntrico nos saca de nosotros mismos y hace que nuestro recién descubierto sentido de independencia establezca relaciones que no estén basadas en la dependencia, como suele ocurrir en muchas relaciones. sino basadas en Cristo como su centro. Eso nos permite trabajar por los otros con gran libertad de espíritu, puesto que ya no estamos buscando nuestros propios objetivos centrados en el ego, sino que respondemos a la realidad como es

#### Gálatas 3:28

Por lo tanto, ya no hay judío ni pagano, esclavo ni hombre libre, varón ni mujer, porque todos ustedes no son más que uno en Cristo Jesús.

# La Oración Centrante y la Palabra Sagrada

Más cerca, oh Dios, de ti... Himno tradicional

La palabra que pronuncian tus labios es externa y no tiene parte alguna en esta forma de oración... El pensamiento en tu imaginación es interior; la palabra como impulso de tu voluntad es aún más interior. Solamente cuando se va más allá de la palabra y se llega a la consciencia pura es que se completa el proceso de interiorización. Eso es lo que hacía María de Betania a los pies de Jesús. Iba más allá de las palabras que escuchaba, a la Persona que las pronunciaba para entrar en unión con Él. Eso es lo que hacemos cuando nos sentamos en la Oración Centrante interiorizando la palabra sagrada. Vamos más allá de la palabra sagrada a una unión con Aquel a quien ésta apunta— el Misterio Máximo, la Presencia de Dios, más allá de cualquier percepción que podamos formarnos de Él.

#### Efesios 3:12

...Cristo nuestro Señor, por quien nos atrevemos a acercarnos a Dios con toda confianza, mediante la fe en él.

## Purificación Interior

Yo sanaré a mi pueblo... Jeremías 33:6

Cualquier forma de meditación u oración que trascienda el pensar pone en marcha la dinámica de la purificación interior. Esta dinámica es la escuela de la terapia de Dios. Habilita al organismo para que libere tensiones profundamente arraigadas en forma de pensamientos...Por medio de este proceso, el material psicológico sin digerir de toda una vida se evacúa gradualmente, se desmantela la inversión emocional de la primera infancia en programas para obtener la felicidad basados en impulsos instintivos y el falso yo cede el paso al verdadero yo. Una vez que comprendas el hecho de que los pensamientos no sólo son inevitables, sino parte integral del proceso de sanación y de crecimiento que Dios ha iniciado, serás capaz de mirarlos de forma positiva. En lugar de considerarlos distracciones dolorosas, mirarás tanto el silencio interior como los pensamientos desde una perspectiva más amplia: son pensamientos que no deseas, pero que son tan valiosos, para el propósito de la transformación, como los momentos de profunda tranquilidad.

#### Jeremías 33:6

Yo voy a cicatrizar su llaga y la voy a sanar; los sanaré y les descubriré tesoros de paz y seguridad.

# Frutos A Largo Plazo De La Oración Centrante

# Vivamos y sigamos al Espíritu Gálatas 5:25

No juzgues a la Oración Centrante basándote en cuántos pensamientos hacen su aparición y en cuánta paz sientes. La única forma de juzgar esta oración es por sus frutos a largo plazo: si en la vida diaria disfrutas de mayor paz, humildad y caridad. Habiendo llegado a un profundo silencio interior, comienzas a relacionarte con los otros más allá de los aspectos superficiales de su estatus social, raza, nacionalidad, religión y características personales.

#### Gálatas 5:22-23:25

...El fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz, magnanimidad, afabilidad, bondad, confianza, mansedumbre y temperancia. Frente a estas cosas, la Ley está de más... Si vivimos animados por el Espíritu, dejémonos conducir también por él.

#### Fe En La Presencia Divina

Se cree con el corazón...
Romanos 10:10

Hay momentos en la vida en los que la acción divina es muy fuerte y se hace difícil resistirla. También existen momentos en los que el Señor parece olvidarse de nosotros. Lo más importante es aceptar lo que venga, ajustarse a lo que suceda, a lo que sea que Él quiera darnos. Al alternar la sensación de Su presencia y Su distancia, Dios entrena nuestras facultades a aceptar el misterio de su presencia más allá de cualquier experiencia conceptual o sensible. La Presencia divina está muy próxima e inmediata cuando realizamos las acciones más ordinarias. La fe debe convertirse en algo tan transparente que no requiera ninguna experiencia. Pero toma mucho tiempo llegar a ese punto.

Lucas 8:50 Pero Jesús, que había oído, respondió: "No temas, basta que creas..."

# Integración Total

...La vida es Cristo, y la muerte, ganancia. Filipenses 1:21

A medida que Dios da vida al "hombre nuevo" en el silencio interior, es decir, al nuevo tú, con la visión del mundo que Cristo comparte contigo en un profundo silencio, su forma de ver las cosas se vuelve más importante para ti que la tuya. Luego, te pide que vivas esa nueva vida en las circunstancias de la vida cotidiana, en tu rutina diaria, desafiada por el ruido, la oposición y las ansiedades. Estos parecen perseguirte porque quieres estar solo para saborear ese silencio. Pero es importante para todos afrontar la vida diaria. Ese continuo alternar entre el silencio profundo y la acción, une gradualmente a ambos. Te conviertes en alguien plenamente integrado, contemplativo, pero plenamente capaz de actuar al mismo tiempo. Eres María y Marta a la vez.

# Filipenses 1:21:23-24

Porque para mí la vida es Cristo, y la muerte, una ganancia... Me siento urgido de ambas partes: deseo irme para estar con Cristo, porque es mucho mejor, pero por el bien de ustedes es preferible que permanezca en este cuerpo.

# Compromiso Con La Oración Centrante

Enséñame a hacer tu voluntad... Salmo 143:10

La Oración Centrante es la piedra angular del compromiso más amplio con la dimensión contemplativa del Evangelio. Dos períodos de oración, de veinte a treinta minutos—uno a primera hora y el otro al mediodía o en las primeras horas de la noche—mantienen el embalse de silencio interior a un alto nivel en todo momento...Encontrar tiempo para un segundo período más adelante puede requerir un esfuerzo especial. Si tienes que estar disponible para tu familia tan pronto como entras en la casa, podrías orar durante la hora del almuerzo, o podrías parar en una iglesia o un parque cuando vayas camino a casa. Si te resulta imposible acomodar un segundo período de oración, es importante que alargues el primero.

#### Salmo 143.8

Que yo experimente tu amor por la mañana, porque confio en ti; indícame el camino que debo seguir, porque a ti elevo mi alma.

#### La Bondad Fundamental De La Naturaleza Humana

Todo lo que Dios ha creado es bueno...

1 Timoteo 4:4

La bondad fundamental de la naturaleza humana, como el misterio de la Trinidad, la Gracia y la Encarnación, es un elemento esencial de la fe cristiana. Este centro básico de bondad es capaz de desarrollarse de forma ilimitada, incluso de ser transformado en Cristo y deificarse... Nuestro centro básico de bondad es nuestro verdadero yo. La aceptación de nuestra bondad fundamental es un gigantesco paso de avance en la travesía espiritual... Dios y nuestro verdadero yo no están separados. Aunque no somos Dios, nuestro auténtico yo y Dios son la misma cosa.

#### Génesis 1:27

Y Dios creó al hombre a su imagen; lo creó a imagen de Dios, los creó varón y mujer.

#### La Presencia Y Acción de Cristo En Nuestra Vida

"Yo mismo iré contigo..." Éxodo 33:14

La gracia es la presencia y acción de Cristo en cada momento de nuestra vida. Los sacramentos son acciones rituales en los que Cristo está presente de manera especial, confirmando y sosteniendo los principales compromisos de nuestra vida cristiana...En el Bautismo, ritualmente se le da muerte al falso yo, nace el verdadero yo y se coloca a nuestra disposición la victoria sobre el pecado obtenida por Jesús por medio de su muerte y resurrección. Las aguas vivificantes del Bautismo destruyen, no nuestra singularidad como personas, sino nuestro sentido de separación de Dios y de los demás... La Eucaristía es la celebración de la vida: es la coalescencia de todos los elementos materiales del cosmos, su aparición a nivel consciente en los seres humanos y la transformación de la consciencia humana en la consciencia divina Es la manifestación de la divinidad en la comunidad cristiana y a través de ella. Recibimos la Eucaristía para convertirnos en Eucaristía

Éxodo 33:14 El Señor respondió: "Yo mismo iré contigo y te daré el descanso".

#### La Vía Del Amor Divino

"Yo hago nuevas todas las cosas."

Apocalipsis 21:5

El amor divino es compasivo, tierno, luminoso, se entrega a sí mismo sin buscar recompensa alguna, lo unifica todo... La experiencia de ser amados por Dios nos capacita para aceptar nuestro falso yo tal y como es y, más tarde, a desprendernos de él y emprender el camino hacia nuestro verdadero yo. El camino interior a nuestro verdadero yo es la vía que conduce al amor divino... El reconocimiento, cada vez más claro, de nuestro auténtico yo, así como el sentido profundo de paz espiritual y de alegría que emanan de esta experiencia, equilibran el dolor psíquico que trae consigo la desintegración y muerte del falso yo. A medida que el poder motivador del falso yo disminuye, nuestro verdadero yo construye el yo nuevo, bajo la influencia motivadora del amor divino.

#### Efesios 3:17-19

Que Cristo habite en sus corazones por la fe, y sean arraigados y edificados en el amor. Así podrán comprender, con todos los santos, cuál es la anchura y la longitud, la altura y la profundidad, en una palabra, podrán conocer el amor de Cristo, que supera todo conocimiento, para ser colmados por la plenitud de Dios.

## Comunidad de Fe

# "Cuerpo de Cristo, sálvame" Anima Christi

Una comunidad de fe ofrece el apoyo del ejemplo, la corrección y un interés mutuo en la travesía espiritual. Sobre todo, participar en el misterio de Cristo a través de la ce-lebración de la liturgia, la Eucaristía y la oración silenciosa, une a la comunidad en una búsqueda común de transformación y unión con Dios. La presencia de Cristo es mutuamente compartida por todos y se convierte en algo tangible para la comunidad, especialmente cuando se reúne para adorar o se dedica a alguna forma de servicio a los necesitados.

#### 1 Corintios 12:25-26

Que no haya divisiones en el Cuerpo de Cristo, sino que todos los miembros sean mutuamente solidarios. Si un miembro sufre, todos los demás sufren con él. Si un miembro es enaltecido, todos los demás participan de su alegría.

## Hacerse Plenamente Humano

Gracias, Señor, por el regalo de ser quien soy

El objetivo de una práctica espiritual genuina no es el rechazo de lo que es bueno en el cuerpo, la mente o el espíritu, sino el uso correcto de éstos. Ningún aspecto de la naturaleza humana o de un período de la vida humana debe rechazarse, sino más bien, debe integrarse en cada uno de los niveles sucesivos de consciencia. De este modo, se preserva la bondad parcial propia de cada etapa del desarrollo humano y sólo se dejan atrás sus limitaciones. Por lo tanto, la forma de hacernos divinos es haciéndonos plenamente humanos.

1 Corintios 15:10 Por la gracia de Dios soy lo que soy, y su gracia no fue estéril en mí.

#### El Poder Transformador Del Amor Divino

¡Qué profunda y rica es la sabiduría...de Dios...!
Romanos 11:33

La desintegración y muerte de nuestro falso yo es nuestra participación en la pasión y muerte de Jesús. La creación de nuestro nuevo yo, basado en el poder transformador del amor divino, es nuestra participación en Su resurrección... Al comienzo, los traumas emocionales son el obstáculo principal para el crecimiento de nuestro nuevo yo, puesto que éstos someten a nuestra libertad a una camisa de fuerza. Más adelante, el mayor obstáculo será el orgullo espiritual, debido a la satisfacción sutil que emana del autocontrol. Y, finalmente, el principal obstáculo viene a ser la autorreflexión, puesto que obstaculiza la inocencia de la unión divina El esfuerzo humano depende de la gracia, al mismo tiempo que la invita. Sea cual fuese el grado de unión divina que alcancemos, no guarda proporción con nuestro esfuerzo. Es puro don del amor divino

#### Romanos 11:35-36

¿Quién le dio algo, para que tenga derecho a ser retribuido? Porque todo viene de él, ha sido por él, y es para él. ¡A él sea la gloria eternamente! Amén.

#### El Camino

Todos los senderos del Señor son amor... Salmo 25:10

Jesús no enseñó un método específico de meditación ni una disciplina corporal para aquietar la imaginación, la memoria y las emociones. Debemos elegir una práctica espiritual que se adapte a nuestro temperamento particular y nuestra inclinación natural. También debemos estar dispuestos a dejarla de lado cuando seamos llamados por el Espíritu a someternos a su guía directa. El Espíritu está por encima de cualquier método o práctica. Seguir Su inspiración es el camino seguro a la libertad perfecta... Lo que Jesús les propuso a sus discípulos como el Camino a seguir fue su propio ejemplo: perdonarlo todo y a todos, y servir a los otros en sus necesidades. "Ámense los unos a los otros como yo los he amado."

Juan 15:12
Este es mi mandamiento:
Ámense los unos a los otros como yo los he amado.

### ENERO 29

## El Grupo De Apoyo Semanal

Anímense los unos a los otros...

1 Tesalonicenses 4:18

Aunque la Oración Centrante se hace en privado la mayor parte del tiempo, se ha comprobado que compartir la experiencia en un pequeño grupo (un máximo de 15 personas) es de gran ayuda, así como un medio de educación continua. La reunión semanal también es un medio de hacernos responsables. El mero hecho de saber que nuestro grupo de apoyo se reúne todas las semanas es un enorme estímulo para perseverar, o una invitación a regresar a la práctica si las circunstancias...han hecho imposible, por algún tiempo, cumplir con nuestro compromiso de practicar diariamente. Al compartir la experiencia de la Oración Centrante con otras personas, se agudiza el discernimiento propio de los altibajos de la práctica. El grupo sirve como fuente de aliento y puede, normalmente, resolver problemas que puedan surgir con respecto al método. El discernimiento colectivo suele ser bien equilibrado.

#### Salmo 32.8

Yo te instruiré, te enseñaré el camino que debes seguir; con los ojos puestos en ti, seré tu consejero.

#### ENERO 30

## El Misterio Máximo

Oh Dios, tú eres mi Dios, te busco ardientemente...
Salmo 63:1

La raíz de la oración es el silencio interior. Es posible que consideremos la oración como pensamientos o sentimientos que se expresan en palabras. Pero esto representa sólo una forma de expresión. La oración profunda consiste en dejar de lado a los pensamientos. Es la apertura de la mente y el corazón, del cuerpo y los sentimientos—de todo nuestro ser-a Dios, el Máximo Misterio, más allá de las palabras, los pensamientos y las emociones. No nos resistimos a ellos ni los suprimimos. Los aceptamos como son y vamos más allá de ellos, no por nuestro esfuerzo, sino dejándolos pasar a todos. Abrimos nuestra consciencia al Misterio Máximo, que sabemos por fe que está en nosotros, más próximo que nuestra propia respiración, más próximo que nuestro pensar, más próximo queescoger-más próximo que la consciencia misma. El Misterio Máximo es el terreno en el que se arraiga nuestro ser, la Fuente de la que surge nuestra vida a cada momento.

#### Salmo 63:1

Oh Dios, tú eres mi Dios, te busco ardientemente; mi alma tiene sed de ti, mi carne suspira por ti como tierra sedienta, reseca y sin agua.

#### ENERO 31

## De Presencia A Presencia

## Tenemos la mente de Cristo 1 Corintios 2:16

Nos entregamos a la atracción del silencio interior, la tranquilidad y la paz. No tratamos de sentir nada ni de reflexionar acerca de nada. Sin esfuerzo, sin ni siquiera tratar, nos sumergimos en esta Presencia, dejando ir todo lo demás. Permitimos que sólo el amor hable: el simple deseo de ser uno con la Presencia, de olvidarnos de nosotros mismos y de descansar en el Misterio Máximo. Esta Presencia es inmensa, pero, al mismo tiempo, tan humilde; es ilimitada, pero íntima, tierna y personal. Sé que me conoce... Esperamos pacientemente; en silencio, abiertos y en atención callada, sin movernos interior o exteriormente. Nos entregamos a la atracción de estar quietos, de ser amados, de simplemente ser.

## 1 Corintios 2:9-10

Como está escrito: "Ningún ojo ha visto, ningún oído ha escuchado, ninguna mente humana ha concebido lo que Dios ha preparado para quienes lo aman." Ahora bien, Dios nos ha revelado esto por medio de su Espíritu, porque el Espíritu lo escudriña todo, hasta las profundidades de Dios.



# Febrero: La Mejor Parte

#### FEBRERO 1

La Vía Purgativa Procedan en todo sin quejarse... Filipenses 2:14

La familia de Betania es una casa de personas que están en distintas etapas de la vida espiritual... (Marta) es ejemplo de las "almas buenas" al comienzo de la travesía espiritual, en la que se tienen las mejores intenciones de servir a Dios... Ella se ha convertido ya a nivel consciente... pero no al nivel inconsciente de su motivación... Está en la primera etapa de la travesía espiritual—la Vía Purgativa. Esta vía consiste en hacernos conscientes de cómo nuestras necesidades inconscientes afectan nuestra vida diaria, incluso nuestro servicio a Dios. Para nosotros es desconcertante darnos cuenta de que tenemos... actitudes infantiles...mezcladas con las buenas intenciones. (Marta)...está activa en el servicio a Dios, pero su actividad no es servicio contemplativo. Trabaja para sí misma. Sin duda cree que trabaja únicamente para Dios, pero, en realidad, su motivación es mixta.

#### Lucas 10:40

Marta, que muy estaba muy ocupada con los quehaceres de la casa, le dijo a Jesús: "Señor, ¿no te importa que mi hermana me deje sola con todo el trabajo? Dile que me ayude."

## Palabra de Sabiduría Para Marta

## ...El Señor pesa los corazones Proverbios 16:2

El impulso de la enseñanza inicial de Jesús en el Evangelio es el desafío a crecer. Nuestro afán por obtener los símbolos en un ambiente de seguridad y supervivencia, afecto y estima, y poder y control, está destinado a frustrarse. Marta prácticamente le dice a Jesús: "¡Si quieres algo de comer, es mejor que le digas a mi hermana que me ayude!" Jesús responde: "¡Marta!" Casi podemos oír el tono delicado de regaño en la voz de Jesús. "Marta, estás inquieta y agitada por muchas cosas, pero solamente una es necesaria. María ha escogido la mejor parte y no le será quitada." Esa fue la palabra de sabiduría de Jesús para Marta. Una palabra de sabiduría no es necesariamente un regaño. Es simplemente la afirmación de un hecho. No hay nada malo en la actividad de Marta. Es su motivación la que está defectuosa. En el cristianismo, la motivación lo es todo.

#### Lucas 10:41

"Marta, estás inquieta y agitada por muchas cosas, pero solamente una es necesaria.

María ha escogido la mejor parte y no le será quitada."

#### El Nivel Iluminativo

Aquiétate y reconoce que yo soy Dios... Salmo 46:10

Echemos una ojeada ahora a la actividad de María o, mejor dicho, a su falta de actividad. Está sentada a los pies de Jesús, escuchando sus palabras. Toda su atención está enfocada en el Maestro. Está escuchando a un nivel mucho más profundo de lo que pueden oír sus oídos. Es la clase de escucha que ocurre cuando nuestras facultades espirituales comienzan a vibrar con la vida divina presente en Cristo. Quien oye la palabra de Dios a ese nivel, la guarda... María está entrando en la etapa iluminativa. En ese estado, las palabras y la razón ceden el paso a la intuición y la transmisión directa de la presencia divina de Jesús. María puede escuchar a ese nivel porque su fe ha aumentado. El amor mueve su fe a un grado más profundo de escucha y a su fruto, la libertad interior.

Lucas 11:28
"Felices los que escuchan la Palabra de Dios
y la practican."

# Palabra de Sabiduría para María de Betania

Confía en el Señor de todo corazón... Proverbios 3:5

Jesús pronunció una palabra de sabiduría para ayudar a Marta en sus dificultades. También ofreció una palabra de sabiduría para ayudar a avanzar a María. Cuando Jesús dijo: "María ha escogido la mejor parte," ¿no la estaba invitando a buscar la parte óptima? Es decir, que la estaba animando a una entrega y una confianza aún mayores.

#### Proverbios 3:5-6

Confía en el Señor de todo corazón y no te apoyes en tu propia inteligencia; reconócelo en todos sus caminos y Él allanará tus senderos.

# Entrega a lo Desconocido

## Mi corazón está abierto al Espíritu

En el evangelio de Juan vemos que Lázaro sufría de una seria enfermedad. Cuando su enfermedad se hace mortal, las hermanas envían un mensaje a Jesús diciendo: "Maestro, el que tú amas está enfermo" (Juan 11: 3) ... Pero Jesús no va. Deliberadamente espera cuatro días. Finalmente, le admite a los discípulos: "Lázaro murió... Ahora vayamos a él" O sea, ¡quien curó a miles de otros, se negó a hacer ningún esfuerzo para salvar la vida de su querido amigo! ¿Cómo entender esa aparente indiferencia de Jesús? ¿Cuál fue el dolor y la desesperación que sintió Lázaro en sus últimas horas, sabiendo que Jesús podría haber venido y no lo hizo? Esa acción divina desafía nuestra idea de Dios, nuestra idea de Jesucristo, nuestra idea de la vida espiritual. La entrega a lo desconocido marca las grandes transiciones de la travesía espiritual. Siempre que está a punto de producirse un avance importante ocurre una crisis de confianza y amor.

> Juan 11:40 Jesús le dijo:

¿No te he dicho que, si crees, verás la gloria de Dios?."

### Palabra de Sabiduría Para Lázaro

Muéstrame el camino, Corazón de mi corazón

¿Cuál era la misteriosa enfermedad que aquejaba a Lázaro y lo llevó a la muerte? Era la muerte de su falsoyo. La muerte es la única curación para el falso yo. Fue por eso que Jesús no acudió. Solamente la muerte del falso yo ofrece liberación de los impulsos de supervivencia y seguridad, afecto y estima; y poder y control, así como de identificación excesiva con un grupo o un rol especial...Lázaro, pues, es un paradigma de la transformación cristiana. El significado espiritual de Lázaro para nosotros es que no podemos entrar en la unión transformante (o el cielo) con nuestro falso vo. Lázaro en la tumba representa a alguien que se encuentra en la Noche del Espíritu, que se siente aprisionado y olvidado por Dios ... Dios regresa en el momento apropiado a sacarnos de nuestra oscuridad, confinamiento, soledad, deterioro y dolor. El grito de Jesús ordenándole a Lázaro salir de la tumba fue la palabra de sabiduría que Jesús reservó para él.

Juan 11:43 Después de decir esto, Jesús gritó con voz fuerte: "¡Lázaro, sal afuera!."

## Servicio Contemplativo

## El amor vuelve el trabajo en descanso Santa Teresa de Ávila

Cada vez que hay un crecimiento significativo en nuestro desarrollo espiritual, todas nuestras relaciones cambian—con Dios, con nosotros mismos, con los demás, con toda la creación. Nos convertimos en una persona nueva, como le sucedió a María de Betania a los pies de Jesús. De aquí surge una nueva clase de actividad que podríamos llamar "servicio contemplativo." El servicio contemplativo es un servicio que proviene de la experiencia de la inhabitación divina—del Espíritu que vive y obra en nuestro interior. Es Dios en nosotros sirviendo a Dios en los otros

#### Efesios 6:7

Sirvan de buena gana, como quien sirve al Señor...

## El Camino Contemplativo En Toda Su Plenitud

# Dios, gracias por Tu Presencia

Tratemos de captar la importancia del gesto de María. Para ella, el cuerpo de Jesús era el recipiente de alabastro lleno del precioso perfume del Espíritu Santo. Su cuerpo iba a ser quebrantado para que la plenitud del Espíritu Santo que moraba en Él pudiera derramarse en la humanidad... El Espíritu Santo inspiró a María de Betania para que expresara su infinito amor de esta forma dramática y total. Al hacerlo, anticipó la pasión, muerte y resurrección de Jesús. Al mismo tiempo, manifestó el desarrollo del camino contemplativo en toda su plenitud. La contemplación no es solamente oración, sino también acción. Y no solamente oración y acción, sino donación de lo más profundo del propio ser y de todo lo que somos. Es permitirle a Dios que sea Dios en nosotros.

#### Juan 12:3

María, tomando una libra de perfume de nardo puro, de mucho precio, ungió con él los pies de Jesús y los secó con sus cabellos. La casa se impregnó con la fragancia del perfume.

## Las Escrituras Nos Familiarizan Con Jesús

María...se sentó...y escuchaba Lucas 10:39

Lo que María parece estar haciendo a los pies de Jesús es practicar lo que más tarde se llamó Lectio Divina. Esta frase latina significa "leer", o más exactamente, "escuchar" el libro que creemos estar divinamente inspirado. Ella escucha la enseñanza de Jesús. Se está familiarizando, descubriendo lo que Él piensa, lo que le gusta y no le gusta. Nosotros también podemos leer las Escrituras para descubrir quién es Jesús, lo que le gusta y no le gusta. Familiarizarse significa desarrollar una relación especial con alguien por quien sentimos una atracción. La lectura de las Escrituras es la base y soporte para todas nuestras formas de relacionarnos con Dios. No importa cuán desarrolladas estén nuestras prácticas contemplativas o meditativas, éstas aún tienen que ser nutridas por las Escritura.

Lucas 10:39 María... estaba sentada a los pies del Señor y escuchaba lo que Él decía.

### Una Invitación

## Tú...participas de la naturaleza divina 2 Pedro 1.4

Lo que Dios desea de nosotros es que manifestemos su bondad y su infinita ternura en nuestras vidas, ahora mismo. La tradición cristiana no es tan solo la transmisión de una serie de doctrinas y rituales. Es la transmisión de la experiencia del Cristo vivo, revelada en las Escrituras, preservada en los sacramentos, renovada en cada acto de oración, y presente, de manera especial, en los acontecimientos importantes de nuestra vida. Si estamos abiertos y disponibles a esa presencia, nuestra vida se transformará. La travesía espiritual es una lucha por estar cada vez más disponibles a Dios y por dejar caer los obstáculos a ese proceso de transformación. El Evangelio no es solamente una invitación a ser una mejor persona. Es una invitación a hacernos divinos. Nos invita a compartir la vida interior de la Trinidad.

### 2 Pedro 1:4

Gracias a ella, se nos han concedido las más grandes y valiosas promesas, a fin de que ustedes lleguen a participar de la naturaleza divina...

Lee Hasta que Sientas El Llamado Del Espíritu

Pide...busca...llama... Se abrirá la puerta.

La Lectio Divina conduce a una relación personal con Dios. La antigua forma monástica de hacer la lectio no consistía en leer mucho, sino en leer hasta que se sintiera el llamado del Espíritu a reflexionar sobre un pasaje, una frase, o a responder a las cosas buenas que se han leído o escuchado. Es posible que se desee alabar a Dios, pedirle algo o conversar con Él. O quizá nos sintamos inclinados a volcar todo nuestro corazón en Él. Hay un traslado de nuestras prácticas de concentración a la actitud receptiva que es esencial para descansar en Dios.

#### Mateo 7:7

Pidan y se les dará; busquen y encontrarán; llamen y se les abrirá. Porque todo el que pide, recibe; el que busca, encuentra; y al que llama, se le abrirá.

## El Corazón De La Lectio Divina

Permanezcan en su amor. Juan 15:10

La Lectio Divina se desarrolla espontáneamente si no nos quedamos atrapados en una de las etapas del proceso, como intelectualizar excesivamente o una multiplicidad de aspiraciones. El corazón de la oración es reconocer la presencia y acción de Dios y consentir a ellas. No tenemos que ir a ninguna parte; Dios ya está con nosotros. El esfuerzo se refiere al futuro y a lo que aún no tenemos. El consentimiento se refiere al momento presente y su contenido. La fe nos dice que ya tenemos a Dios—la Inhabitación Divina. La relación más íntima con Dios es estar totalmente presentes a Dios en lo que estemos haciendo. En este sentido, la oración es una preparación para la vida. Lo que hacemos en silencio bajo circunstancias ideales, comenzamos a hacerlo en la vida diaria, permaneciendo en la libertad interior que experimentamos durante la oración contemplativa, aún en medio de una intensa actividad

#### Juan 15:4

Permanezcan en mí, como yo permanezco en ustedes.

## Acción Eficaz

Quiero cantar la canción de Dios y bailar la danza de Dios

Una vez que la presencia de Dios se hace parte permanente de la vida diaria, hay una sensación de amplitud en medio de todas nuestras actividades. Cuando surgen las dificultades provocadas por los acontecimientos o las otras personas, y las reacciones emocionales comienzan a molestarnos, podemos rodearlas de la presencia de Dios. Esta consciencia relativiza la importancia de la compulsión de tener que hacer algo con respecto a todas las situaciones. Sí, tenemos que responder a algunas situaciones, pero si lo hacemos desde una motivación falsa, no lograremos nada. Cuando actuamos basados en la convicción de la presencia de Dios en nuestro interior y con apertura a las inspiraciones del Espíritu Santo, la acción resulta eficaz

#### Efesios 3:20

Gloria a Aquel que es capaz de hacer infinitamente más de lo que podamos pedir o pensar, por el poder que obra en nosotros.

## Busca Los Frutos Del Espíritu

## Por sus frutos los reconocerán. Mateo 7:16

La contemplación cristiana se desarrolla a partir de las raíces de las gracias sembradas en el bautismo. Entre ellas se encuentran los Siete Dones del Espíritu, que se orientan, todos ellos, hacia la oración contemplativa y su madurez. En general, los Frutos del Espíritu aparecen primero: caridad, alegría, paz, mansedumbre, afabilidad, magnanimidad, bondad, paciencia y dominio de sí (Gal. 5:23). Estos frutos se manifestarán a medida que vaya avanzando nuestra amistad con Cristo. Si no es así, tendremos que cuestionarnos acerca de la seriedad o la profundidad de esa relación.

### Mateo 7:16-17

Por sus frutos los reconocerán. ¿Acaso se recogen uvas de los espinos o higos de los cardos? Así, todo árbol bueno produce frutos buenos y todo árbol malo produce frutos malos.

## Reduce Los Obstáculos

¡Gusten y vean qué bueno es el Señor! Salmo 34:9

La Eucaristía que recibimos en la Sagrada Comunión nos despierta a la presencia permanente de Cristo en lo más profundo de nuestro ser. La Eucaristía, como la Palabra de Dios en las Escrituras, tiene el propósito fundamental de conducirnos a la consciencia de la presencia permanente de Dios en nuestro interior... (La oración contemplativa) reduce los obstáculos a la energía transformadora de la Eucaristía, para que podamos manifestar en nuestras actitudes y conducta al Cristo vivo en nuestro interior. Como dijo Jesús: "El que me ama será amado por mi Padre, y yo lo amaré y me manifestaré a él" (Juan 14:21) ... Si no tenemos una disciplina que reduzca los obstáculos a la experiencia de la presencia de Dios en nosotros, toda la fuerza de los sacramentos se diluye y no cumplen con su potencial pleno de transformación.

Hebreos 12:10

Dios, en cambio, nos corrige para nuestro bien, a fin de comunicarnos su santidad

## Cristo, El Terapeuta Divino

"El tiempo se ha cumplido... El Reino...está cerca"

Marcos 1:15

Si oramos con la intención de abrirnos y entregarnos a Dios, dejando de prestar atención a nuestros pensamientos habituales durante un tiempo determinado, por ejemplo, media hora, estamos respondiendo al llamado de Dios a arrepentirnos; es decir, a cambiar la dirección en la que buscamos la felicidad. Estamos aceptando la invitación de Cristo a una entrevista diaria con Él como Terapeuta Divino. Por medio de este profundo proceso psico-espiritual, el Espíritu penetra nuestra historia personal... Vamos pasando de un nivel a otro hasta que llegamos al fondo, el verdadero origen de la mayor parte de nuestros problemas emocionales: la fragilidad de la primera infancia.

Marcos 1:14-15 Jesús se dirigió a Galilea. Allí proclamaba la Buena Nueva de Dios, diciendo: "El tiempo se ha cumplido: el Reino de Dios está cerca. Conviértanse y crean en la Buena Nueva."

## Dios Nos Conoce Y Nos Ama

## Señor, tú me sondeas y me conoces Salmo 139:1

Cuando nos sentamos en Oración Centrante, introducimos nuestro símbolo sagrado y entramos en un cierto grado de descanso, nuestras defensas disminuyen. El crecimiento del silencio interior, así como nuestra creciente confianza en Dios, nos capacitan para afrontar el lado oscuro de nuestra personalidad. Sabemos que Dios nos conoce por completo y aun así nos ama. Es más, Dios está encantado de proporcionarnos esa información. La gracia nos capacita para evacuar las emociones negativas que permanecen atascadas en nuestro sistema nervioso, obstaculizando el libre fluir del amor puro que conduce a la transformación divina.

#### Salmo 51:1-2

¡Ten piedad de mí, oh Dios; por tu bondad, por tu gran compasión, borra mis faltas! ¡Lávame totalmente de mi culpa y purifícame de mi pecado!

## Uno Con la Presencia Divina

Que todos sean uno...

Juan 17:21

Toda práctica encaminada a la contemplación tiene un efecto eclesial. Une a las personas que la practican con las otras personas que hacen lo mismo y con los demás miembros de la familia humana. Crea comunidad. Cuando nos sentamos en silencio, caemos en cuenta de que somos uno con los otros, no solamente con los que oramos, sino con todos los habitantes de la tierra que han existido, que existen y que existirán. Lo más profundo de ellos, su unidad con la presencia divina, resuena en lo más profundo de nosotros. Por lo tanto, sus alegrías, sus dificultades y su apertura a Dios forman parte nuestra.

#### Juan 17:21-22

Que todos sean uno: como tú, Padre, estás en mí y yo en ti, que también ellos sean uno en nosotros, para que el mundo crea que tú me enviaste. Yo les he dado la gloria que tú me diste, para que sean uno, como nosotros somos uno

## Construyendo La Comunidad Cristiana

Señor, dame de esa agua... Juan 4:15

En la práctica contemplativa, cuando oramos juntos, identificándonos con el Misterio Pascual, creemos que Cristo está en el centro del círculo, impartiendo a cada uno las gracias especiales que cada uno necesita. Los participantes están acumulando su silencio, por decirlo así, de modo que todos los allí reunidos puedan beber de ese maravilloso pozo de agua viva que surge del centro del círculo. En este contexto, el silencio es una liturgia glorificada. No decimos ni hacemos nada, pero entramos en una clase de acción especial que podría llamarse receptividad alerta. Es abrirse y consentir a la presencia y acción de Dios en nuestro interior.

#### Juan 4:14-15

"El que beba del agua que yo le daré, nunca más volverá a tener sed. El agua que yo les daré se convertirá en manantial que brotará hasta la Vida eterna." "Señor, le dijo la mujer, dame de esa agua para que no tenga más sed y no necesite venir hasta aquí a sacarla."

## La Inhabitación Divina

...El Espíritu de Dios habita en ustedes. Romanos 8:9

Ningún "parloteo" espiritual puede ocupar el lugar del deseo de estar con Dios en lo más profundo de nuestro ser. Este movimiento hacia nuestra habitación privada, hacia lo más profundo de nosotros mismos, es un movimiento de apertura a la inhabitación divina, que es el principio fundamental de la relación con Dios en la vida cristiana, tanto en la oración como en la acción.

Juan 14:23
Jesús le respondió:
"El que me ama será fiel a mi pa abra, y mi Padre lo amará; iremos a él y habitaremos en él".

## Encuentra a Dios En El Momento Presente

Hoy es el día de la salvación. 2 Corintios 6:2

Durante la entrevista privada con el Terapeuta Divino oramos en secreto. Nos instalamos en el momento presente, que es el único en el que está Dios. Dios no está en el pasado ni en el futuro. Dios está en el ahora, totalmente presente, totalmente disponible. Nuestra mejor respuesta es estar totalmente disponibles a esa presencia. Rendirnos totalmente, como María de Betania. Ella se entregó a Jesús, reconociendo en Él la plenitud del Espíritu y la manifestación del amor incondicional del Padre

#### 2 Corintios 6:2

En el momento favorable te escuché, y en el día de la salvación te socorrí. Hoy es el tiempo favorable, hoy es el día de la salvación.

## Pura Oración Versus Falso Yo

(Ora) con ardiente amor por Dios... Evagrio

La pureza de corazón era el primer objetivo de los padres y madres del desierto. Ellos llamaban a la contemplación "oración pura," queriendo decir con esto la oración que procede de la intención pura, en la que predomina el amor de Dios. No busca ninguna recompensa, como la consolación o la iluminación, ni se practica por ningún motivo que tenga su raíz en el ego, aunque se trate de motivaciones devotas. De hecho, el ego no es devoto en lo absoluto, aunque le guste pensar que sí lo es e intente esconderse tras una serie de fachadas diversas. La travesía espiritual tiene el propósito de hacer desaparecer esas fachadas. Pero el falso yo es increíblemente astuto. Sus deseos son "mundanos". Quiere seguridad, afecto y estima, poder y control, como sustitutos de la espera por Dios en atención amorosa.

#### 1 Pedro 2:2-3

Como niños recién nacidos, deseen la leche pura de la Palabra, para que puedan crecer para la salvación, ahora que ya que han gustado qué bueno es el Señor.

## Practica Fielmente La Oración Centrante

...Entra a participar del gozo de tu señor. Mateo 25:21

La atracción hacia el centro de nuestro ser es despertar a la realidad de la inhabitación divina. No es un pensamiento específico, ni una reflexión o un sentimiento, sino la sensación de ser amados o abrazados por Dios. Pero estas experiencias son transitorias y no representan el final del camino. Son maneras de orientarnos hacia lo que está por venir. El Espíritu puede concederlas abundantemente a algunas personas. Otras, sin embargo, tienen que vivir habitualmente sin ellas. Lo más importante que todos podemos hacer es practicar. Si practicamos la Oración Centrante regularmente, ésta nos irá moldeando. Nada puede sustituir a esta práctica dos veces al día. Hablar de ella, escribir sobre ella, no es hacerla. Practicar es practicar.

#### Mateo 25:21

"Está bien, servidor bueno y fiel, le dijo su señor, ya que respondiste fielmente en lo poco, te encargaré de mucho más: entra a participar del gozo de tu señor."

# Programando Tiempo Para Orar

Hay un momento para todo... Eclesiastés 3:1

Muchas personas encuentran que la oración contemplativa pone un poco de orden en la vida. A medida que sus mentes se van aclarando y haciéndose menos desordenadas, son más capaces de escoger sus prioridades. Al dar tiempo a la oración contemplativa, de hecho, tienen más tiempo, porque dejan de hacer cosas que antes eran inútiles o innecesarias. San Juan de la Cruz dice estas palabras provocativas: "Si trabajas tanto que no tienes tiempo para tu período regular de oración, dedícale el doble."

Eclesiastés 3:1-7
Hay un momento para todo
y un tiempo para cada cosa bajo el sol:
...un tiempo para callar y un tiempo para hablar.

### Custodia Del Corazón

Por encima de todo, guarda tu corazón... Proverbios 4:23

He hablado de la Lectio Divina como un medio para sostener y alimentar... la oración contemplativa. Otra práctica excelente es la llamada Custodia del Corazón. Consiste en una vigilancia que nos advierte cuando perdemos nuestra sensación de paz. Perdemos la paz cuando se frustra uno de nuestros proyectos emocionales de felicidad. Entonces aparecen la pena, la ira, la aversión, el desánimo y las demás emociones aflictivas. Una vez que éstas se disparan, la imaginación nos proporciona grabaciones que refuerzan la intensidad de la emoción. Ambas son como las ruedas de un viejo reloj con dientes en engranaje. Si una rueda gira, la otra también tiene que girar. De igual manera, si experimentamos una fuerte emoción, en un par de segundos encontraremos un comentario adecuado sobre ella... Los comentarios...aumentan la intensidad de la emoción original...Si aprendemos a a soltar las emociones aflictivas tan pronto como surgen, disfrutaremos de una paz mental más duradera.

> Proverbios 4:23 Por encima de todo guarda tu corazón, porque de él brota la vida.

### La Frase De Oración Activa

"He aquí...una fórmula de salvación..."

Abba Isaac

A veces podemos notar un patrón en la perturbación que acompaña a determinadas circunstancias. Podemos entonces ir hacia atrás e identificar cuál es el programa emocional para la felicidad específico que probablemente está operando en el inconsciente. Si no tenemos tiempo de atravesar por ese proceso, puede ser más sencillo emplear otra práctica que llamamos la Frase de Oración Activa. Es parecida a la Oración de Jesús, una oración que se repite una y otra vez hasta que se dice a sí misma. Juan Casiano afirma que los monjes del desierto solían sentarse en sus celdas tejiendo canastos y diciendo constantemente: "Dios mío, ven en mi auxilio. Señor, date prisa en socorrerme." Quizá los monjes más maduros sólo decían: "¡Auxilio!"

Salmo 70:1 ¡Dios mío, ven en mi auxilio! ¡Señor, date prisa en socorrerme!

## Otra Forma De Profundizar Tu Práctica Diaria

En el sosiego y la confianza estará su fuerza. Isaías 30:15

Nuestra práctica diaria se profundizará si hacemos un retiro anual, sobre todo si es lo suficientemente largo, de cinco, o mejor, de ocho días. Si nuestra situación y nuestras responsabilidades no nos lo permiten, podemos hacer un día de retiro una vez al mes, preferiblemente con otras personas que practiquen el mismo tipo de oración. El apoyo de personas que están en lo mismo ayuda a perseverar en la oración en los momentos difíciles.

#### Isaías 30:15

Porque así dice el Señor Yahveh, el Santo de Israel: en la conversión y el descanso serán liberados. En el sosiego y la confianza estará su fuerza.

# Vayan en paz, para amar y servir al mundo Despedida de la Misa

El amor de Dios es tan poderoso que nadie puede simplemente sentarse encima de él. Necesita expresarse. Tenemos que pensar no solamente en rezar juntos, sino en cómo apoyarnos mutuamente, cómo asistir a los que están en la cárcel, los que no tienen casa, los hambrientos, los oprimidos, a todos los necesitados. Sobre todo, prestar atención al problema más acuciante de nuestro mundo actual, que es la condición de miseria de los pobres. Jesús dijo: "A los pobres siempre los tendrán con ustedes." Pero la miseria es otra cosa. Ésa es nuestra responsabilidad. Eso no lo quiere Dios...El Espíritu puede estar pidiéndoles a las denominaciones cristianas que unan sus fuerzas entre sí v con las demás religiones del mundo para responder a las necesidades humanas y los problemas sociales. Dios en nosotros nos llama a servir a Dios en los otros

> Colosenses 3:24 Sepan que ustedes sirven a Cristo, el Señor.



## Marzo: El Misterio de Cristo

### MARZO 1

## Conversión Interior

El Reino de Dios está cerca. Arrepiéntanse...

Marcos 1:15

En medio del dilema de la humanidad - y el tiempo litúrgico de la Cuaresma - Jesús viene proclamando: "Arrepiéntanse, porque el reino de Dios ha llegado". "Arrepentirse" significa "cambiar la dirección en la que buscamos la felicidad". El llamado al arrepentimiento es la invitación a reconocer nuestros programas emocionales para la felicidad, basados en necesidades instintivas, y a cambiarlos. Este es el programa fundamental de la Cuaresma. Año tras año, a medida que evoluciona la travesía espiritual, se hacen más notorias las influencias destructivas de estos programas no evaluados para la felicidad, y en la misma proporción aumenta la urgencia de cambiarlos. Es así cómo se inicia y se desarrolla el proceso de conversión. La culminación de este proceso es la experiencia de la resurrección interior que se celebra en el Misterio de la Pascua- Ascensión.

Marcos 1:15

"El tiempo se ha cumplido: el Reino de Dios está cerca. Arrepiéntanse y crean en la Buena Nueva."

### Las Tentaciones de Jesús

## El mismo sufrió cuando fue tentado Hebreos 2:18

La liturgia de Cuaresma comienza con las tentaciones de Jesús en el desierto, que se dirigen a las tres áreas de necesidades instintivas que todo ser humano experimenta durante su crecimiento. Jesús es tentado a satisfacer su hambre física buscando seguridad en la magia, en vez de en Dios; a saltar desde lo alto del templo para hacerse famoso como taumaturgo; y a arrodillarse y adorar a Satanás para recibir a cambio poder absoluto sobre las naciones de la tierra. Seguridad, estima, poder—éstas son las tres áreas clásicas en las que la tentación actúa en nuestros programas falsos de felicidad.

#### Hebreos 2:18

Puesto que él mismo sufrió cuando fue tentado, es capaz de ayudar a los que están siendo tentados.

# Responsabilidad de Nuestra Vida Emocional

La respuesta está en Jesucristo...
Romanos 7:35

El Evangelio nos llama a asumir plena responsabilidad de nuestra vida emocional. Tenemos la tendencia a culpar a otras personas o situaciones por el torbellino que experimentamos. En realidad, las emociones perturbadoras prueban, más allá de toda duda, que el problema está en nosotros. Si no nos hacemos responsables de nuestros programas emocionales a nivel inconsciente y tomamos medidas para cambiarlos, éstos ejercerán influencia sobre nosotros hasta el final de nuestras vidas. Mientras estos programas sigan operando, no podremos escuchar a las otras personas ni sus gritos pidiendo ayuda; sus problemas primero deberán ser filtrados a través de nuestras propias necesidades emocionales, nuestras reacciones y valores preconcebidos ... El corazón de la ascesis cristiana - y la tarea de la Cuaresma - es enfrentar los valores inconscientes que subvacen a los programas emocionales para la felicidad y cambiarlos. De ahí la necesidad de una disciplina de oración y acción contemplativas.

#### Romanos 7:24-25

¡Ay de mí! ¿Quién podrá librarme de esta vida que me lleva a la muerte? ¡Gracias a Dios, la respuesta está en Jesucristo, nuestro Señor!

## El Desierto Bíblico: Purificación Interior

## Siéntate solo en silencio... Lamentaciones 3:28

La Cuaresma es la temporada en la que la iglesia en su conjunto entra en un retiro prolongado. Jesús entró en el desierto durante cuarenta días y cuarenta noches. La práctica de la Cuaresma es una participación en la soledad, el silencio y la privación de Jesús. Los cuarenta días de Cuaresma ponen de relieve una larga tradición bíblica que comienza con el Diluvio en el Libro del Génesis, cuando la lluvia cayó sobre la tierra durante cuarenta días y cuarenta noches. Leemos acerca de Elías, que caminó cuarenta días y cuarenta noches hacia el monte de Dios, el monte Horeb. Leemos acerca de los cuarenta años que los israelitas vagaron por el desierto para llegar a la Tierra Prometida. El desierto bíblico es, ante todo, un lugar de purificación, un lugar de paso. El desierto bíblico no es tanto un lugar geográfico --un lugar de arena, piedras o matorrales-- como un proceso de purificación interior que conduce a la liberación completa del sistema del falso yo, con sus programas de felicidad que no pueden funcionar.

#### Lamentaciones 3:25-26.28

El Señor es bondadoso con los que esperan en él, con los que lo buscan. Es bueno esperar en silencio la salvación que viene del Señor... Siéntate solo en silencio.

## La Condición Humana

Dios...llévame por el camino...de vida. Salmo 139:24

Jesús asumió deliberadamente la condición humana: frágil, quebrantada, alienada de Dios y de los demás. En torno a nuestras necesidades instintivas se ha construido todo un programa de preocupaciones egocéntricas y éstas se han convertido en centros de energía, fuentes de motivación alrededor de las cuales circulan nuestras emociones, pensamientos y patrones de comportamiento como planetas alrededor del sol. Ya sea consciente o inconscientemente, estos programas de felicidad influyen en nuestra visión del mundo, así como en nuestra relación con Dios, la naturaleza, las otras personas y nosotros mismos. Esta es la situación que Jesús quiso sanar al irse al desierto. Durante la Cuaresma nuestra tarea es afrontar estos programas para la felicidad y desprendernos de ellos. Las lecturas de las Escrituras elegidas para la Cuaresma y el ejemplo de Jesús nos animan en esta lucha por la libertad interior y la conversión.

> Salmo 139:23-24 Sondéame, Dios mío, y penetra mi interior; examíname y conoce los que pienso; observa si estoy en un camino falso y llévame por el camino de la vida eterna.

# Confrontando el Falso Yo

Que tu... amor nos rodee, Señor... Salmo 33:22

Cada Cuaresma (Jesús) ... nos invita a unirnos con él en el desierto y a compartir sus pruebas. Las celebraciones de Cuaresma están diseñadas para facilitar la reducción de nuestra inversión emocional en los programas de la primera infancia. La liberación de todo el sistema del falso yo es el propósito final de la Cuaresma. Este proceso siempre tiene como meta la Pascua. La observancia principal de la Cuaresma es confrontar el falso yo. El ayuno, la oración y la limosna están al servicio de este proyecto. A medida que se desmantelan nuestros programas emocionales para la felicidad desaparecen los obstáculos a la vida resucitada de Jesús, y nuestros corazones se preparan para la infusión de la vida divina en la Pascua.

#### Hebreos 4:15-16

Porque no tenemos un Sumo Sacerdote incapaz de compadecerse de nuestras debilidades; al contrario, él fue sometido a las mismas pruebas que nosotros, a excepción del pecado. Vayamos, entonces, confiadamente al trono de la gracia, a fin de obtener misericordia y alcanzar la gracia de un auxilio oportuno.

# La Transfiguración

Jesús amado, muéstranos tu rostro.

[El texto de la Transfiguración] es la continuación de la invitación de la Cuaresma a emprender la purificación interior que se requiere para la unión divina. En la montaña, Jesús se "transfiguró", es decir, la Fuente divina de su personalidad humana se derramó por todos los poros de su cuerpo en forma de luz. Su rostro se volvió deslumbrante como el sol. Incluso su ropa reflejaba el resplandor de la gloria interior que fluía a través de su cuerpo. Al elegir este texto para el segundo domingo de Cuaresma, la liturgia apunta al fruto de luchar con las tentaciones que surgen de nuestra programación emocional consciente o inconsciente y de morir al sistema del falso yo. El arrepentimiento conduce a la contemplación.

Mateo 17:2
Allí se transfiguró ante ellos:
su rostro resplandecía como el sol y
sus vestiduras se volvieron blancas como la luz.

### Creciendo en la Fe

Jesús... los condujo a lo alto de una montaña... Mateo 17:1

Los apóstoles ... son paradigmas del desarrollo de la conciencia de los que están creciendo en la fe ... Al principio se sienten llenos de alegría por el consuelo sensible que inunda sus cuerpos y mentes en presencia de la visión de la gloria de Cristo. Luego se dan cuenta de las implicaciones de este nuevo mundo y sus exigencias, y se aterrorizan. Al final de la visión, experimentaron la tranquilidad de la presencia y el contacto con Jesús. Esta presencia superó con creces la dulzura efimera del sabor inicial del consuelo sensible. Sus sentidos externos e internos se acallaron ante la grandiosidad del Misterio manifestado por la voz de la nube. Una vez que sus sentidos se calmaron y se integraron a la experiencia espiritual que sus facultades intuitivas habían percibido, se instauró la paz en todo su ser y estuvieron listos para responder a la guía del Espíritu.

#### Mateo 17:1

Seis días después, Jesús tomó a Pedro, a Santiago y a su hermano Juan, y los llevó aparte a un monte elevado.

# Despertando a la Presencia Divina

Éste es mi Hijo amado... Escúchenlo. Mateo 17:5

La disposición ideal para el encuentro divino es el recogimiento de todo nuestro ser en una atención receptiva silenciosa y alerta. La práctica del silencio interior produce gradualmente lo que la voz en la visión produjo instantáneamente: la capacidad de escuchar. Saca al falso yo de su egocentrismo y permite que el verdadero yo surja en nuestra conciencia. La revelación, en el sentido más amplio del término, es nuestro despertar personal a Cristo. La palabra exterior de Dios y la liturgia nos disponen para la experiencia de la vida de Cristo resucitado en nuestro interior. A esto se dirigen los ejercicios espirituales de la Cuaresma. El despertar a la Presencia divina surge de lo que el Maestro Eckhart llamó "el fondo del ser", ese nivel del ser que en Cristo es divino por naturaleza, y que en nosotros es divino por participación.

### Mateo 17:5

Una nube luminosa los cubrió con su sombra y se oyó una voz que decía desde la nube: "Este es mi Hijo amado, a quien he elegido: escúchenlo."

# MARZO 10 El Hijo Pródigo

Todo lo que tengo es tuyo. Lucas 15:31

El punto principal de ... la Parábola del Hijo Pródigo es la invitación que se nos hace a cada uno de nosotros (cualquiera que sea el hijo con quien deseemos identificarnos), a reconocer que el Reino de Dios es puro don. La herencia divina no nos pertenece ni a nosotros ni a nadie más. Es resultado de la pura bondad de nuestro Padre. El padre en esta parábola se caracteriza por el amor incondicional hacia sus dos hijos, cada uno de los cuales abusó de la herencia al querer tomar posesión de ella a su manera. Cada uno es igualmente culpable de rechazar la bondad y el amor de este padre extraordinario que no se desanima ante ninguno de los dos; ni por la loca disipación del hijo menor, ni por la amarga supuesta superioridad moral del mayor. Al hijo mayor se le ofrece tanta misericordia como al menor, pero debido a su arrogancia, le es más difícil recibirla. Su orgullo no le permite aceptar la herencia como un mero regalo.

Lucas 15:20 Su padre lo vio, y lleno de amor y compasión, corrió a su encuentro, lo abrazó y lo besó.

# El Camino Espiritual

# Sírvanse mutuamente en amor Gálatas 5:13

La parábola [de Marta y María] nos anima a buscar la integración de la acción y la oración. El tiempo de la oración contemplativa es el lugar de encuentro entre la visión creativa de la unión con Cristo y su encarnación en la vida diaria. Sin este enfrentamiento diario, la visión contemplativa puede estancarse en un juego privatizado de perfeccionismo o sucumbir al veneno sutil de buscar la propia satisfacción en la oración ... Sin la visión contemplativa, renovada diariamente en la oración contemplativa, la acción puede volverse egocéntrica y olvidarse de Dios. La dimensión contemplativa garantiza la unión de Marta y María. Esta unión está simbolizada por Lázaro, que era el tercer miembro de la casa. Es el símbolo de la unión de la vida activa y contemplativa. La misteriosa enfermedad que lo llevó a la muerte fue el autoconocimiento, la conciencia de su sistema del falso yo. Cuando la vida resucitada de Cristo emerge de las cenizas de su sistema del falso yo, él entra en la libertad y el gozo de la vida divina

#### Gálatas 5:13

Ustedes, hermanos, han sido llamados para vivir en libertad, no para dar rienda suelta a sus pasiones, sino para servirse los unos a los otros con amor.

Un Amor que es total entrega de Sí Mismo

Señor, ayúdame a difundir tu fragancia...

Oración del Cardenal Newman

(En la unción en Betania) María manifiesta su intuición sobre lo que Jesús está a punto de hacer. Además, se identifica con él a un grado tan íntimo que manifiesta la misma disposición de entrega total que él está a punto de manifestar en la cruz. Ella había aprendido de Jesús cómo entregarse totalmente y hacerse semejante a Dios. Por eso este relato debe proclamarse dondequiera que se predique el Evangelio. "Perpetuar la memoria de María" es llenar el mundo entero con el perfume del amor de Dios, el amor que es una total entrega de sí mismo. En concreto, es ungir con este amor a los pobres y afligidos, miembros predilectos del Cuerpo de Cristo.

#### 2 Corintios 2:14-15

Demos gracias a Dios... que, por intermedio nuestro, propaga en todas partes la fragancia de su conocimiento. Porque nosotros somos la fragancia de Cristo al servicio de Dios...

# El Estado Pleno al Que Hemos Sido Llamados

Cristo me llama a ser uno con Dios.

Cristo es el camino al Padre. Su naturaleza y personalidad humana es la puerta a su divinidad. Al identificarnos con él como ser humano encontramos nuestro verdadero yo la vida divina dentro de nosotros—y comenzamos el proceso de integración en la vida del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo ... El estado pleno al que estamos llamados está más allá de cualquier punto fijo de referencia como, por ejemplo, un yo ... La muerte de Jesús en la cruz fue la muerte de su yo personal, que en su caso era un yo deificado... La resurrección y ascensión de Cristo es su paso a la Máxima Realidad: el sacrificio y la pérdida de su yo deificado para volverse uno con la Deidad ... La unión con Cristo en la cruz -- nuestra entrada en esta experiencia-- lleva a la muerte de nuestro propio sentido de un yo separado. Abrazar la cruz de Cristo es estar dispuesto a dejar atrás el yo como punto fijo de referencia. Es morir a toda separación, incluso a un yo que ha sido transformado. Es ser uno con Dios, no sólo experimentarlo.

### Lucas 9:23

El que quiera venir detrás de mí, que renuncie a sí mismo, cargue con su cruz cada día y me siga.

# La Agonía en el Huerto

# Permanezcan aquí, velando conmigo Mateo 26:38

Jesús asumió la condición humana de forma cada vez más concreta a medida que avanzaba su vida. En el Huerto de Getsemaní, asumió el pecado del mundo con todas sus consecuencias. Experimentó todos los niveles de soledad, culpa y angustia que tú, yo o cualquier ser humano haya sentido alguna vez. El espantoso conjunto acumulado de miseria humana, de pecado y de culpa descendió sobre él. Sintió que su Padre le pedía que se identificara con esta desgracia en toda su inmensidad y horror ... Después de suplicar en vano a los apóstoles que velaran una hora con él, se apartó un poco de ellos y cayó de bruces gritando: "¡Abba, si es posible, deja que pase de mí este cáliz!" La clara comprensión de que el Padre le estaba pidiendo que se apartara de él, más allá de lo que nadie había experimentado jamás, le causó una agonía inimaginable. Al absorber el sentido de un vo separado en lo más íntimo de su ser, Jesús se convirtió en pecado. Como escribe Pablo: "El que no conoció pecado, por nuestra salvación fue hecho pecado".

### Mateo 26:39

Y adelantándose un poco, cayó con el rostro en tierra, orando así:

"Padre mío, si es posible, deja que pase lejos de mí este cáliz, pero no se haga mi voluntad, sino la tuya."

# El Sacrificio de Jesús

Cristo... está en todo. Colosenses 3:11

Cuando Jesús se acercaba al final de su resistencia física en la cruz, gritó: "Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?" Con estas palabras revelaba el hecho de que asumir todo el peso del pecado humano le había costado la pérdida de su unión personal con el Padre. Es la etapa final del viaje espiritual de Jesús. Cuando se resolvió este dilema en el momento de su resurrección, esto lo lanzó a un estado de ser más allá de la unión personal con el Padre que había sido toda su vida hasta ese momento. Si bien su sacrificio abrió para toda la familia humana la posibilidad de compartir su experiencia de unión personal con el Padre, a él le abrió un nivel de ser totalmente nuevo. Su humanidad fue glorificada a tal grado que pudo entrar en el corazón de toda la creación como su Fuente. Ahora está presente en todas partes, en el ser más íntimo de toda la creación, trascendiendo el tiempo y el espacio y llevando la transmisión de la vida divina a su máxima plenitud.

Colosenses 3:11 ... Sólo Cristo, que es todo y está en todos.

¿Cómo Puedo Yo, tu Hijo, Convertirme En Pecado?

Dios amó tanto al mundo... Juan 3:16

Convertirse en pecado es dejar de ser hijo de Dios, o al menos dejar de ser consciente de ser hijo de Dios. Dejar de ser consciente de ser hijo de Dios es dejar de experimentar a Dios como Padre. La cruz de Jesús representa la máxima experiencia de la muerte de Dios. La crucifixión es mucho más que la muerte física de Jesús y la angustia emocional y mental que la acompañó. Es la muerte de su relación con el Padre. La crucifixión no fue la muerte de su falso yo porque nunca tuvo uno. Fue la muerte del yo deificado y la aniquilación de la unión inefable que disfrutaba con el Padre en sus facultades humanas

2 Corintios 5:21 A aquel que no conoció el pecado, Dios lo identificó con el pecado, a fin de que nosotros seamos justificados por él.

#### El Misterio Pascual

Cristo, nuestro Cordero Pascual, (transfórmame). 1 Corintios 5:7

El paso de Jesús de la subjetividad humana a la divina se llama en la tradición cristiana el Misterio Pascual. Nuestra participación en este Misterio es el pasaje del yo transformado a la pérdida del yo como punto fijo de referencia; de ¿quién es Dios? a todo lo que Dios es. El desmantelamiento del falso yo y el viaje interior hacia el verdadero yo es la primera fase de esta transición o pasaje. La pérdida del verdadero yo como punto fijo de referencia es la segunda fase. La primera fase da como resultado la conciencia de la unión personal con la Trinidad. La segunda fase consiste en vaciarse de esta unión e identificarse con la nada absoluta de la que emergen todas las cosas, a la que todas las cosas regresan, y que se manifiesta como Lo-Que-Es.

Filipenses 2:5, 7-8
Tengan los mismos sentimientos de Cristo Jesús...
vacío...humilde...obediente.

### Dios Descansó de Toda su Labor

Él descansó de toda su labor... Génesis 2:3

Jesús murió el día antes del sábado. Su cuerpo fue bajado apresuradamente y puesto en la tumba. El sábado conmemora el séptimo día de la creación, el día en que Dios descansó de todas sus obras. En honor a la creación y por mandato expreso de Dios, el pueblo judío observa el sábado como un día de descanso completo. Pero su significado más profundo está contenido en este sábado particular en el que, habiendo entregado su vida por la familia humana, Jesús, el Hijo de Dios, reposó. Por respeto a la muerte del Redentor, no hay celebración litúrgica el Sábado Santo. En honor al cuerpo de Jesús descansando en la tumba, la iglesia también descansa. No hay nada más que decir, nada más que hacer. Este día, todo descansa

Isaías 14:7 Toda la tierra descansa tranquila...

# La Unción del Cuerpo de Jesús

El aroma de tus óleos es exquisito... Cantar de los Cantares 1:3

El texto (Juan 19:38-42) describe a Nicodemo y a las santas mujeres ungiendo el cuerpo de Cristo con una generosa porción de mirra, áloe y aceites perfumados según la costumbre judía ... El aceite perfumado ... implica no sólo el otorgamiento del Espíritu Santo, simbolizado por la unción con aceite, sino también la percepción de la presencia y acción del Espíritu, simbolizada por el delicioso olor del perfume ... El derramamiento del Espíritu como fruto del sacrificio de Cristo en la cruz, se expresa magnificamente en el gesto generoso de María ... De este modo, la alabanza profética de Jesús acerca de la acción de María se cumplió a plenitud: "Lo que ella ha hecho es una anticipación de mi entierro".

#### Juan 19:39-40

Fue también Nicodemo... y trajo una mezcla de mirra y áloe, que pesaba unos treinta kilos. Tomaron entonces el cuerpo de Jesús y lo envolvieron con vendas, agregándole la mezcla de perfumes, según la costumbre de sepultar que tienen los judíos.

### Ha Resucitado

# No está aquí, ha resucitado. Marcos 16:6

Su santa alma, cargada de nuestros pecados, descendió a las aguas destructivas del Gran Abismo para que nuestro pecado fuese totalmente aniquilado... Cuando el alma de Cristo salió de las aguas, vivificada por el toque de su sagrada humanidad, y entró de nuevo en su cuerpo, el sacrificio que había ofrecido emitió, en el seno del Padre, un increíble derramamiento de luz, vida y amor divinos. El fuego del Espíritu Santo, lleno de la plenitud de la energía divina, se precipitó sobre sus sagrados restos. El aceite perfumado de inmenso peso y valor, que simboliza al Espíritu, sugiere el inmenso poder que ejerció el Espíritu cuando el alma de Cristo volvió a entrar en su cuerpo. En esta reunión, el Padre derramó en Jesús resucitado toda la esencia divina --las riquezas, la gloria y las prerrogativas absolutas de la naturaleza divi-na-- de una manera absolutamente inconcebible para nosotros.

Apocalipsis 2:18

El Hijo de Dios... tiene los ojos como llamas de fuego y los pies semejantes al bronce fundido...

# La Vigilia Pascual

# Ilumina mi camino, Señor.

El reencuentro del cuerpo y el alma de Jesús tuvo lugar en el secreto de la noche justo antes del amanecer, un momento que nadie vio ni presenció. Este es el evento que se celebra durante la Vigilia Pascual. El primer rito de esa ceremonia sagrada ... es la bendición del Fuego Nuevo, símbolo del Espíritu que desciende sobre la preciosa sangre de Cristo derramada sobre la tierra. Se toma una chispa del Fuego Nuevo para encender el Cirio Pascual, celebrando el momento en que Cristo resucitó glorioso de entre los muertos. El Cirio Pascual es símbolo de la columna de fuego con la que Dios sacó a los israelitas de la esclavitud de Egipto y los condujo a la Tierra Prometida. La misma presencia y acción ahora nos están llevando del pecado y la incredulidad a niveles más altos de fe y conciencia.

# Éxodo 13:21

El Señor iba delante de ellos, de día en una columna de nube, para guiarlos por el camino; y de noche en una columna de fuego, para iluminarlos, de manera que pudieran avanzar de día y de noche.

## Llama de Amor Viva

Oh, llama de amor viva... San Juan de la Cruz

El Cirio Pascual simboliza a Cristo resucitado, que conduce a su pueblo a la tierra prometida de la transformación divina. A medida que la llama única del Cirio Pascual se comparte y se convierte en posesión de cada uno de los miembros de la asamblea, la iglesia entera se ilumina gradualmente sin que la llama original disminuya. La caridad divina, fruto maduro de la resurrección de Cristo, nunca disminuye; se incrementa al ser compartida. Debido al poder intrínseco del Misterio Pascual, la Vigilia Pascual no es una mera conmemoración de la resurrección de Cristo, sino que despierta la experiencia de Cristo surgiendo en lo más íntimo de nuestro ser y extendiendo el fuego de su amor por todas nuestras facultades.

#### 1 Juan 4:11-12

Queridos míos, si Dios nos amó tanto, también nosotros debemos amarnos los unos a los otros. Nadie ha visto nunca a Dios: si nos amamos los unos a los otros, Dios permanece en nosotros y el amor de Dios ha llegado a su plenitud en nosotros.

# Exultet, el Gran Himno de Pascua

# Ahora no hay condenación... Romanos 8:1

El gran himno de la Pascua lo canta el diácono ... Observen que en el himno se afirma que esta noche sagrada "restaura la inocencia perdida". Esta frase, por supuesto, se refiere al Jardín del Edén y a la historia de Adán y Eva. Recuerda su pérdida de intimidad con Dios. El corazón del misterio pascual es nuestro descubrimiento personal de la intimidad con Dios, lo que la Escritura llama "inocencia". Es la inocencia que surge del intercambio fácil, continuo y delicioso con Dios ... El viaje espiritual es una forma de recordar nuestra Fuente, lo que el Maestro Eckhart llama el "fondo inconsciente". Cuando el fondo inconsciente se hace consciente, ocurre nuestro despertar al Misterio de la presencia de Dios dentro de nosotros. Ésta es la inocencia a la que se refieren las Escrituras y el Exultet.

Exultet, el Pregón Pascual
Esta noche santa ahuyenta los pecados,
lava las culpas y devuelve la inocencia a los caídos...

# La Resurrección de Jesús

...También nosotros llevemos una vida nueva. Romanos 6:4

La resurrección de Jesús es el primer día de la Nueva Creación. Los hechos que siguieron a la resurrección y las diversas apariciones de Jesús a sus discípulos y amigos se utilizan en la liturgia para ayudarnos a comprender el significado de este Misterio central de nuestra fe. Hemos visto cómo Jesús murió en el dilema irresoluto entre la identificación con la condición humana y la pérdida de la unión personal con el Padre, que es el resultado inevitable de esta identificación. La resurrección de Jesús es la resolución de ese dilema. Es la respuesta del Padre al sacrificio de Jesús. Nos abrió a nosotros, así como a él, una vida totalmente nueva. Es el momento decisivo de la historia de la humanidad; como resultado, la unión divina es ahora accesible a todo ser humano.

#### Romanos 6:3-4

¿No saben ustedes que todos los que fuimos bautizados en Cristo Jesús, nos hemos sumergido en su muerte? Por el bautismo fuimos sepultados con él en la muerte, para que, así como Cristo resucitó por la gloria del Padre, también nosotros llevemos una vida nueva.

# Se Restauran la Intimidad y Unión con Dios

#### Juan 20:18

La primera escena de la resurrección se presenta en un contexto cósmico. Desde el punto de vista de las Escrituras, el jardín en el que se encontraba la tumba de Jesús nos recuerda el jardín del Edén. Los dos jardines se yuxtaponen: en el primero, la familia humana, en las personas de Adán y Eva, perdió la intimidad y la amistad de Dios; en el segundo, María Magdalena (de quien Jesús había expulsado siete demonios) aparece como la primera destinataria de la buena noticia de que la intimidad y la unión con Dios están nuevamente disponibles.

#### Juan 20:17-18

Jesús le dijo: "...Ve a decirles a mis hermanos: Subo a mi Padre, y su Padre; a mi Dios, y su Dios." María Magdalena fue a anunciar a los discípulos que había visto al Señor y que él le había dicho esas palabras.

# El Estado Interior que el Jardín Representa

Adán y Eva fueron expulsados del primer jardín como resultado del surgimiento de su autoconciencia apartada de la unión divina. María (Magdalena) estaba tan arraigada en la experiencia de la unión divina, que el Jardín del Paraíso estaba dentro de ella y nunca podría salir de él. El Jardín del Edén representa un estado de conciencia, no una ubicación geográfica. Ella es enviada fuera del jardín, pero con el estado interior permanente que el jardín representa: la certeza de ser amada por Dios, de amarlo a su vez y de que Dios se está entregando en cada evento y en cada momento, tanto en lo interno como en lo externo

#### Romanos 8:38-39

Porque tengo la certeza de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los principados, ni lo presente ni lo futuro, ni los poderes espirituales, ni lo alto ni lo profundo, ni ninguna otra criatura podrá separarnos jamás del amor de Dios, manifestado en Cristo Jesús, nuestro Señor.

## En el Camino a Emaús

Quédate con nosotros... ya casi termina el día. Lucas 24:29

Los discípulos no podían reconocer a Jesús mientras no cambiara su idea respecto de quién era él y qué debía hacer. Cuando Jesús demolió su ceguera con su explicación de las Escrituras, la visión que tenían de él comenzó a adquirir un tono más realista. El precio de reconocer a Jesús es siempre el mismo: nuestra idea de él, de la iglesia, del camino espiritual, de Dios mismo, tiene que hacerse añicos. Para ver con los ojos de la fe, debemos estar libres de nuestra mentalidad condicionada por la cultura. Cuando dejamos ir nuestra visión privada y limitada, El que ha estado oculto para nosotros debido a nuestros valores predefinidos e ideas preconcebidas hace que por fin podamos ver. Él estaba ahí todo el tiempo. Ahora, por fin, percibimos su Presencia. Con la visión transformada de la fe, volvemos a los monótonos deberes y rutinas de la vida diaria, pero ahora ... reconocemos a Dios, que se entrega a nosotros en todos y en todo.

## Lucas 24:29-31

Pero ellos le insistieron: "Quédate con nosotros, porque ya es tarde y casi termina el día." El entró y se quedó con ellos. Y estando a la mesa, tomó el pan y pronunció la bendición; luego lo partió y se lo dio. Entonces los ojos de los discípulos se abrieron y lo reconocieron...

# La Aparición en el Cenáculo

Jesús les dijo: "la paz esté con ustedes." Juan 20:19

Jesús se les apareció de repente en medio de su conversación (en el Cenáculo), haciendo que el grupo entrara en pánico. Pensaban que era un fantasma, a pesar de que acababan de estar hablando de su aparición a Pedro. Las palabras que les dirige Jesús están llenas de significado: "¡La paz sea con ustedes!" La paz es la tranquilidad del orden. Es la verdadera seguridad. La verdadera seguridad es consecuencia directa de la unión divina. No hay nada de malo en desear seguridad. Todo el mundo la quiere y la necesita. El problema es que la buscamos en lugares equivocados. La paz es el resultado del beneficio principal de la resurrección de Cristo: la experiencia permanente de la Presencia divina. La paz es el tesoro que Jesús, triunfante y gozoso, concede o intenta conceder a sus abatidos y desmoralizados apóstoles.

Juan 20:19 Jesús llegó y poniéndose en medio de ellos, les dijo: "¡La paz esté con ustedes!"

# Cristo Responde a las Dudas de Tomás

¡Señor mío, y Dios mío! Juan 20:28

Jesús dijo: "Tomás, dame tu dedo. ¡Ponlo aquí en mis manos! Y ahora dame tu mano. ¡Ponla aquí en mi costado!" Observen el detalle con que Jesús responde a las escandalosas demandas (de Tomás): punto por punto y palabra por palabra. "¡Y no seas incrédulo, sino cree!" Ese comentario final le traspasó el corazón. Reconoció la increíble bondad de Jesús al someterse a sus exigencias. Este amoroso asentimiento a cada detalle de sus ridículos reclamos condujo a Tomás a un estado de total vulnerabilidad. Como Adán y Eva, estaba siendo llamado a salir del bosque, de la maleza en la que su falso yo se había estado escondiendo de la verdad, para llegar a la escueta realidad del amor de Jesús. ¿Qué podía decir ante eso? Su respuesta fue la total entrega de sí mismo: "¡Señor mío, y Dios mío!"

Juan 20:28-29

Tomas respondió: ¡Señor mío, y Dios mío! Jesús le dijo: "Ahora crees, porque me has visto. ¡Felices los que creen sin haber visto!"

# Aparición de la Resurrección en el Mar de Galilea

Espíritu de Dios, confio en ti.

Compartir una comida es símbolo de pertenencia. Anteriormente, siempre había significado conversación, risa y canto. Ahora se trataba de un nuevo nivel de pertenencia. La relación anterior (de los discípulos) con Jesús estaba llegando a su fin y se les estaba comunicando una nueva forma de relacionarse a un nivel mucho más profundo. Este compartir no era por medio de palabras, ni de ideas o sentimientos, sino por medio del Espíritu que habitaba en lo más íntimo de su ser, una forma de comunicación mucho mejor que la que habían tenido ... Los cincuenta días durante los cuales Jesús se reveló a sus discípulos los sacaron de su desánimo y los llevaron a una relación estrecha con el Espíritu divino que él había prometido enviarles. Los discípulos fueron conducidos de una relación meramente humana con Jesús, al intercambio interior propio de quienes avanzan en la fe y en sensibilidad a las inspiraciones del Espíritu.

#### Juan 21:12

Jesús les dijo: "Vengan a comer". Ninguno de los discípulos se atrevía a preguntarle: "¿Quién eres?", porque sabían que era el Señor.

### La Ascensión

(Cristo)... es la Plenitud del que llena completamente todas las cosas.

Efesios 1:23

La Ascensión es el regreso de Cristo al corazón de toda la creación, donde habita ahora en su humanidad glorificada. El misterio de su Presencia está oculto en toda la creación y en cada parte de ella. En algún momento de la historia, que la profecía llama el Último Día, nuestros ojos se abrirán y veremos la realidad tal como es, puesto que ahora sólo la conocemos por la fe. Esa fe revela que Cristo, que habita en el centro de toda la creación y de cada miembro individual de ella, la está transformando y devolviendo, en unión consigo mismo, al seno del Padre. Así, la máxima gloria de la Trinidad se logra mediante la máxima participación de la vida divina en cada criatura, según su capacidad.

Efesios 1:23
La Plenitud de Cristo llena completamente todas las cosas



# Abril: Crisis de Fe, Crisis de Amor

### ABRIL 1

Una invitación a profundizar en el Corazón de Cristo

# Hemos recibido el Espíritu que viene de Dios 1Corintios 2:12

Hay una analogía entre el crecimiento espiritual y el crecimiento que sucede en el curso normal de la vida humana. Al acercarnos a la adolescencia y la edad adulta todos parecemos tener que atravesar alguna crisis...Dios tiene gran compasión por los que sufren esta crisis en su vida espiritual. Ellos no saben qué les está sucediendo y tienden a enfocarse en la desintegración de lo que aman en lugar de enfocarse en el verdadero crecimiento espiritual del que están siendo capaces. Si miramos el lado bueno y estamos convencidos de que es normal tener que establecer nuevas relaciones, nuestra crisis de fe se nos va a presentar como una invitación a profundizar en el corazón de Cristo. La misma naturaleza de la transición hace que sea imposible que las personas a las que antes recurríamos nos ayuden. Parte de crecer es hacernos independientes – no de todos sino de aquellos de los que somos demasiado dependientes – para poder depender totalmente del Espíritu Santo. En eso consiste la madurez espiritual.

#### 1 Corintios 2:12-14

Nosotros no hemos recibido el espíritu del mundo, sino el Espíritu que viene de Dios, para que reconozcamos los dones gratuitos que Dios nos ha dado. El hombre puramente natural no valora lo que viene del Espíritu de Dios: es una locura para él y no lo puede entender, porque para juzgarlo necesita del Espíritu.

### Llamado a una Nueva Relación

La semilla es la Palabra de Dios. Lucas 8:11

En algún punto de nuestra vida espiritual Jesús nos pide que nos adaptemos a una nueva relación con Él. Como esto ocurre sin mayor advertencia, nadie es consciente de lo que está sucediendo hasta que realmente sucede. Aparece de manera gradual, lenta pero inevitable. Sin embargo, podemos ser tan hábiles para distraernos de lo que sucede en nuestro interior que quizá nunca nos adaptemos verdaderamente y nunca establezcamos el nuevo vínculo que Jesús pide de nosotros... Algunas personas que han recibido un marcado don para orar lo pierden, porque en el momento de la transición se dejan llevar por la actividad excesiva, se hartan o sucumben ante algún otro obstáculo que les impide establecer la nueva relación.

#### Lucas 8:15

Lo que cayó en tierra fértil son los que escuchan la Palabra con un corazón bien dispuesto, la retienen, y dan fruto gracias a su constancia.

# Jesús Responde a los Diferentes Grados de Fe

Los Apóstoles dijeron al Señor: "Auméntanos la fe". Lucas 17:5

Existen dos grandes crisis [fe y amor] en el proceso de madurez espiritual... Por ahora consideremos la... crisis [de fe]. En el evangelio de Juan vemos a... un funcionario real... que le suplica que baje a curar a su hijo enfermo. Jesús se muestra muy renuente a acudir, diciendo, "Si no ven signos y prodigios, ustedes no creen." Pero el hombre exclama con desesperación, "Señor, baja antes que mi hijo muera", y Jesús responde, "Vuelve a tu casa, tu hijo vive". En esa misma hora...en el mismo momento en que Jesús pronunció esas palabras, el hijo no tuvo más fiebre. Otra escena... Aparece un centurión y le dice a Jesús, "mi sirviente está en casa enfermo y sufre terriblemente". Y Jesús le dice: "I iré ahora mismo a curarlo". Pero el centurión no estuvo de acuerdo: "Oh, no, basta que digas una palabra y mi sirviente se sanará. No soy digno de que entres en mi casa." En estas dos instancias vemos cómo Jesús se adapta a personas con diferentes grados de fe. El primer hombre creía en el poder de la presencia de Jesús. Su débil fe necesitaba de la presencia física de Jesús

#### Mateo 8:8

Basta que digas una palabra y mi sirviente se sanará.

# Oportunidades para Crecer en la Fe

Démosle a Dios la oportunidad de aumentar nuestra fe

[El funcionario real]...es un símbolo de aquellos que necesitan sentir la presencia sensible del Señor, al menos de cuando en cuando, para mantener su fe. ¿Y qué hace Jesús? Se niega a bajar. ¿Por qué? Porque... la ausencia de la presencia sensible del Señor es la manera en que normalmente hace aumentar nuestra fe y llevarnos al punto en que creemos en el poder de su sola Palabra, sin signos ni prodigios, es decir, sin el poder de su presencia o de ningún otro soporte externo. Es una crisis de fe la que le hace atravesar al funcionario real, y con gran éxito. A partir de ese momento, creyó... Jesús realmente quiere darnos estos dones, pero nuestra debilidad y nuestra psicología individual requiere que proceda con cautela, con una cierta diplomacia. Sólo puede darnos lo que somos capaces de recibir en el momento presente. Los eventos que permite o causa que sucedan, si respondemos con fe, le dan la oportunidad de aumentar nuestra fe... Cada uno de nosotros es de algún modo un problema para Jesús. Nos responde de acuerdo con el grado de fe que tengamos en el momento

Juan 4:48 "Si no ven signos y prodigios, ustedes no creen."

# Una Crisis de Fe Nos Llama a un Nuevo Crecimiento

Navega mar adentro... Lucas 5:4

Él [Jesús] transforma la débil fe de un hombre en una fuerte fe viviente. Pero sólo pagando el precio de una crisis, el precio de morir a sus propios deseos y juicios. La presencia física del Maestro, que él [el funcionario real] requería, y que suponía que necesitaba, primero tenía que serle quitada. En nuestro propio crecimiento espiritual no podemos escapar a las crisis de fe. Este incidente nos muestra claramente que no se trata de una mera reprimenda cuando Jesús parece acorralarnos y quitarnos todos los apoyos exteriores que nos parecen tan necesarios. Se trata en cambio de un llamado a un nuevo crecimiento, a la transformación de nuestra debilidad. Es un llamado a una nueva unión con él, un llamado a navegar mar adentro.

Lucas 5:4
Dijo a Simón:
"Navega mar adentro, y echen las redes."

# Aceptar el Desafío

Tu palabra me basta, Señor.

Lo que es lamentable es que muy a menudo no podemos aceptar el desafío [de una nueva unión con Cristo]. Nos quedamos atascados en nuestros deseos de sentir la presencia de Cristo u otros apoyos para nuestra fe. Si renunciáramos a ellos y creyéramos sólo en su palabra, en su divinidad, experimentaríamos entonces una transformación de nuestra fe, cuyo fruto es un nuevo flujo del Espíritu Santo, simbolizado en el Evangelio de Juan como el vino. Recordemos que el Espíritu Santo es un espíritu al que no podemos acceder por medio de sentimientos o razonamientos. Al permitir que se nos quite - o arranque-el primer tipo de relación, hacemos posible que el Espíritu pueda transformar nuestra fe en una conciencia perdurable de Dios.

Salmo 88:15 ¿Por qué me rechazas, Señor? ¿Por qué me ocultas tu rostro?

# Fe en el Poder de su Sola Palabra

Ve, y que suceda como has creído Mateo 8:13

Al negarse al pedido del funcionario real de que fuera a sanar a su hijo, Jesús le dio la oportunidad de llegar a un nivel de fe más elevado. El centurión era un hombre casi exactamente de la misma posición social que el funcionario real. Él también tenía a alguien, su esclavo, que quería que sanara. En lugar de negarse a acudir a su llamado, Jesús se muestra muy dispuesto y deseoso de aceptar. Hace esto para darle al centurión la oportunidad de poner de manifiesto la magnífica fe que tenía en el poder de su sola palabra. Esto también le da a Jesús la oportunidad de mostrarles a sus discípulos esa fe extraordinaria.

#### Mateo 8:8

Señor, no soy digno de que entres en mi casa; basta que digas una palabra y mi sirviente se sanará.

# Confianza en la Misericordia de Dios

Jesús, en Ti confío Santa María Faustina Kowalska, Diario, 327

La mujer cananea tenía el tipo de fe que mueve montañas. No aceptaba ningún tipo de rechazo como un rechazo real, como un verdadero "no". Seguía orando con fe. Cuanto más era puesta a prueba, más depositaba su fe en Jesús, hasta que finalmente logró su objetivo y consiguió todo lo que quería. Esta es la actitud que espera Dios de nosotros en una crisis de fe: confianza en su misericordia sin importar cómo nos trate. Sólo una gran fe puede penetrar esos aparentes rechazos, comprender el gran amor que los inspira, y hacer que nos entreguemos totalmente a él.

#### Mateo 15:24

Jesús respondió: "Yo he sido enviado solamente a las ovejas perdidas del pueblo de Israel". Pero la mujer fue a postrarse ante él y le dijo: "¡Señor, socórreme!". Jesús le dijo: "No está bien tomar el pan de los hijos, para tirárselo a los cachorros". Ella respondió: "¡Y sin embargo, Señor, los cachorros comen las migas que caen de la mesa de sus dueños!".

# El Silencio es una Respuesta Real

# Pero él no le respondió nada. Mateo 15:23

Recordemos... el diálogo entre Jesús y la mujer cananea para destacar otro aspecto de la crisis de fe. La pregunta para responder es: ¿en qué consiste atravesar exitosamente una crisis de fe? Esta mujer decidida, creo que estarán de acuerdo, atravesó con éxito su crisis al cabo de unos momentos. Sin duda nos llevará muchos meses o años atravesar con éxito la nuestra. Ella salió del distrito de Canaán gritando "¡Señor, Hijo de David, ten piedad de mí! Mi hija está terriblemente atormentada por un demonio!" Entonces, nos dice el Evangelio, "Él no le respondió nada". Consideremos estas palabras. El Evangelio no dice que haya contestado que sí o que no. Simplemente, no le respondió nada. Dicho de otro modo, para Jesús, el silencio, la falta de respuesta, es una respuesta real.

Mateo 15:22 ¡Señor, Hijo de David, ten piedad de mí!

# La Fe se Transforma en Confianza

Mujer, ¡qué grande es tu fe! Mateo 15:23

Cuando la fe crece y se transforma en confianza, la crisis de fe ha hecho su obra, y la crisis misma se resuelve. Reina una profunda paz interior. El Señor efectivamente escucha. El silencio de Jesús es el modo normal que emplea para despertar en nosotros esa perfecta confianza que lleva a la humildad y al amor, y a obtener todo lo que pedimos...Lo que realmente queremos y lo que el Espíritu Santo nos inspira a desear en la crisis de fe es una confrontación con la Palabra de Dios en nuestro ser más íntimo. Es un contacto con la divinidad de Cristo. Es ser llevado hacia adentro para estar cara a cara con el Dios viviente, quien, nos asegura la fe, habita en nuestro interior, y que, nos afirma la esperanza, recompensará a los que Lo buscan con su presencia.

Mateo 15:28
Entonces Jesús le dijo: "Mujer, ¡qué grande es tu fe!
¡Que se cumpla tu deseo!"
Y en ese momento su hija quedó curada.

### Desarrollar Humildad

Tengan paciencia, hermanos, hasta que llegue el Señor. Santiago 5:7

El hábito de esperar a Dios gradualmente crea la actitud correcta hacia Él. No se puede dar órdenes a Dios. Pero eso es lo que tratamos de hacer cuando decimos "Dame esto, dame aquello". O aún "Por favor, dame eso". Otros hasta se atreven a decir, "Si no me das esto no voy a orar más." O, "¿Cómo puedes hacerme esto a mí? Pero la respuesta de Dios a todo esto es, "Bueno, ¿quién eres tú?". No hay nada que nos haga más humildes que esperar. Es por eso que se creó el tiempo, para que podamos aprender a esperar. Esperar nos hace sentir inferiores a la persona a la que esperamos. Y empezamos a comprender esto cada vez más cuanto mayor es el tiempo que esperamos. Es por eso que algunas personas no pueden soportarlo más y se levantan y se van.

Santiago 4:10 Humíllense delante del Señor, y él los exaltará.

Jesús levanta a Lázaro de entre los Muertos.

Cree... [y] ve la gloria de Dios Juan 11:40

Ahora consideremos el dramático suceso de levantar a Lázaro de entre los muertos. Este incidente nos enfrenta a una interesante comparación entre la fe de Marta y la de María... Cuando Jesús llega a Betania encuentra que hace cuatro días que Lázaro está en la tumba. Observen ahora la reacción de las dos hermanas. No bien Marta escuchó que había llegado Jesús salió a recibirlo, pero María permaneció en la casa... María espero hasta que enviaran por ella. ¿Por qué habría de salir a buscar a quien ya tenía en su interior?... Jesús ahora les pide a Marta y a María que crean que él puede levantar a su hermano de entre los muertos. Esto es demasiado para Marta. Aún no ha llegado a ese nivel de fe. Con su habitual sentido práctico le advierte, "Maestro, su cuerpo ya huele mal. Hace cuatro días que está muerto." Pero María no dice nada. Su fe resiste. Recuerden que Lázaro es un símbolo de alguien que ha sido amigo de Jesús y respecto de quien todos han renunciado a la esperanza – excepto María. Es con su fe con la que cuenta Jesús para realizar este milagro.

Juan 11:40 ¿No te he dicho que si crees, verás la gloria de Dios?

## La Paradoja de la Crisis de Fe

Dios encontrado... sin buscar...sin preguntar.
Romanos 10:20

El propósito de la crisis de fe es conducirnos a una radical disposición a vivir sólo por la fe y prescindir de todo consuelo perceptible. Ilustra la paradoja la comparación entre el funcionario real y el centurión., y entre Marta y María: busquen la presencia tangible de Jesús...- una presencia consoladora que podemos percibir y comprender - y no lo encontrarán. Renuncien a sentir el consuelo de su presencia perceptible, y lo encontrarán. Esa idea es expresada por el texto de Isaías que se cita en la Epístola a los Romanos: "Me encontraron los que no me buscaban y me manifesté a aquellos que no preguntaban por mí".

Romanos 10:20

Isaías se atreve a decir:

"Me encontraron los que no me buscaban y me manifesté a aquellos que no preguntaban por mí".

# Disposición para Vivir Solo por la Fe

Señor, te doy gracias por el aumento de mi fe

El grado de madurez espiritual que corresponde al pasaje de la infancia a la adolescencia es la comprensión de que Jesús verdaderamente es Dios y la completa aceptación de ese hecho, que se manifiesta en buscarlo a él por la fe, sin buscar apoyos naturales y consuelos sensibles de ningún tipo. Marta fue a su encuentro, es decir, fue a buscar su presencia perceptible, pero María se quedó en casa. ¿Por qué? Porque ya lo poseía por la fe. Cuando enviaron a buscarla, entonces estuvo lista para acudir. Su admirable discreción es digna de observarse, especialmente a la luz de lo que sigue. Acudió a encontrar a Jesús cuando éste la llamó. Se humilló antes de hacer nada más. Cuando le mostró sus lágrimas, Jesús se conmovió profundamente y le dio más de lo que se había atrevido a pedir.

#### Juan 11:41-44

Jesús, levantando los ojos al cielo, dijo: "Padre, te doy gracias porque me oíste. Yo sé que siempre me oyes, pero le he dicho por esta gente que me rodea, para que crean que tú me has enviado". Después de decir esto, gritó con voz fuerte: "¡Lázaro, ven afuera!". El muerto salió con los pies y las manos atados con vendas, y el rostro envuelto en un sudario.

El objetivo de la Crisis de Fe: la Entrega Total

Pero la mujer fue a postrarse ante él y le dijo: "¡Señor, socórreme!"

Mateo 15:25

Nuestros propios esfuerzos nos pueden llevar sólo hasta cierto punto [en la travesía espiritual], y luego, gradualmente, se demuestra su deficiencia. Debemos ser reducidos, paso a paso, a la situación en la que se encontró la cananea cuando, habiendo perdido las esperanzas en sus propios recursos y con una desesperación atenuada solamente por su esperanza en Jesús, clamó desde el fondo de su corazón, "Socórreme". Una pequeña palabra que puede expresar casi infinitos grados de significado, desde lo que dice, de la boca para afuera, alguien que ha leído que debemos depender de Dios, a lo que dice alguien que ha experimentado la total destrucción y pérdida de todos sus recursos humanos y se entrega completamente a Dios. Esta entrega total es el propósito y el objetivo de la crisis de fe.

#### Juan 12:24-25

Les aseguro que si el grano de trigo que cae en la tierra y muere, queda solo; pero si muere, da mucho fruto. El que tiene apego a su vida la perderá; y el que no está apegado a su vida en este mundo, la conservará para la Vida eterna.

### Creciendo en la Gracia

Sigan mi ejemplo, así como yo sigo el ejemplo de Cristo.

1 Corintios 11:1

La idea de que el sufrimiento pueda tornarse pura alegría o dejar de sentirse por completo no tiene sentido. Para ser cristiano, el Evangelio no dice en ninguna parte que uno deba deleitarse y gustar de todo el sufrimiento que nos sobrevenga. Crecer en la gracia no significa hacerse inhumano o insensible. Jesús sufrió como ser humano. Pero hay una diferencia entre él y nosotros: él estaba preparado, por amor a su Padre, a sufrir cualquier cosa que su Padre querría que sufriera. Eso es lo que hizo la mujer cananea cuando se enfrentó a su humillación y sufrimiento. Esperó, confió, mantuvo su esperanza contra toda evidencia. Esas son las disposiciones que son verdaderamente cristianas, y que demuestran un alto nivel de madurez espiritual. Cuando las virtudes teologales de la fe, la esperanza y la caridad son el medio principal por el que nos acercamos a Dios, y estamos dispuestos a que todo otro medio nos sea quitado - aún arrebatadocuando Dios así lo requiera, entonces realmente estamos siguiendo el ejemplo de Cristo.

Juan 12:26
El que quiera servirme que me siga...
y será honrado por mi Padre Pai.

# Una gran Fe conduce a un Gran Amor

Tu fe te ha salvado, vete en paz Lucas 7:50

Fue el perdón de sus pecados lo que transformó a la mujer pecadora que se describe en Lucas 7:36-50 en un océano de amor... En esta pobre pecadora tenemos el ejemplo de alguien que conoce su propia miseria y desdicha y lo hundida que está en el pecado, alguien que no se oculta esto a sí misma ni a Dios (y, de hecho, tampoco a los demás), y que apela al amor de Cristo para ser salvada. Cae a sus pies y confía totalmente en su piedad. Imaginen lo que debe haber sentido cuando Jesús se vuelve hacia ella y le dice, "Tus pecados te son perdonados". Eso es todo lo que ella quería escuchar. Jesús no le pide nada más que un sincero reconocimiento de su necesidad, y esperanza en su misericordia. Jesús luego le dice, "Tu fe te ha salvado." ¿Fe en qué? Fe en su amor. Eso es lo que la salva.

Lucas 7:48-50
Después dijo a la mujer:
"Tus pecados te son perdonados.
Tu fe te ha salvado, vete en paz."

### La alabanza es el fruto del amor

### Bendeciré al Señor en todo tiempo Salmo 34·1

La alabanza es el fruto del amor. El corazón de la comunidad cristiana estalla en llamas de alabanzas a Dios. Siente la urgente necesidad de agradecerle, no de tanto en tanto sino todo el tiempo, por las gracias que derrama sobre el mundo en todo momento. Las tres mujeres [María de Betania, María Magdalena y la pecadora] que son conmemoradas en la fiesta de Santa María Magdalena, y [el salmista] David están todos influidos por la misma gracia. Están entrando más profundamente al corazón de la comunidad cristiana, el cuerpo místico de Cristo, y tienen que alabar a Dios. Es una necesidad que surge del amor y la gratitud.

#### Salmo 34:1.3

Bendeciré al Señor en todo tiempo, su alabanza estará siempre en mis labios. Mi alma se gloría en el Señor; que lo oigan los humildes y se alegren.

# La atención espiritual receptiva

¡Gusten y vean qué bueno es el Señor! Salmo 34:9

El salmo 34,9 apunta al misterio del amor, al hecho de que conocemos a Dios y llegamos a un conocimiento más profundo de Él por medio del amor y no por medio de la reflexión. Según el salmista, primero tenemos que gustar, disfrutar, y luego comprender... Los sentidos espirituales son una analogía de los sentidos materiales, la vista, el oído, el olfato, el tacto y el gusto. Con respecto a las cosas corporales, el tacto y el gusto son los más íntimos, porque un objeto está presente directamente cuando lo degustamos o tocamos. Está menos presente cuando lo vemos, lo oímos o lo olemos. El tacto se experimenta cuando un objeto está presente internamente. Dios está sustancialmente presente en la más íntima profundidad de nuestra alma, y, si hace sentir su presencia allí, la analogía más apropiada para ello es el gusto – la más íntima, la más directa experiencia de los sentidos. Es una analogía; no una realidad sensible, sino una experiencia espiritual.

> Salmo 34:8 ¡Gusten y vean qué bueno es el Señor! ¡Felices los que en él se refugian!

### El Sentido Espiritual del Olfato

¡Mi amado es para mí una bolsita de mirra...! Cantar de los Cantares, 1:13

El sentido espiritual del olfato se manifiesta por una atracción interior por la oración, soledad y silencio – quedarse quietos y esperar a Dios con atención amorosa. Esta atracción nos impulsa irresistiblemente a nuestro encuentro con Cristo, aunque éste no se manifieste por un largo tiempo. Las palabras del cantar, "El aroma de tus perfumes es exquisito...Llévame contigo: ¡corramos!" no significa que vayamos a experimentar el aroma de un delicioso perfume. Más bien, experimentamos la atracción interior como si su presencia fuera un delicioso aroma que surge desde adentro, y que nos atrae hacia él. No podemos controlar este perfume; solo podemos recibirlo o interponernos en su camino. Se comunica en sus propios términos, cuando y según la voluntad de Dios.

Cantar de los Cantares 1:3-4 Sí, el aroma de tus perfumes es exquisito, tu nombre es un perfume que se derrama... Llévame contigo: ¡corramos!

## El Sentido Espiritual del Tacto

¡Que me bese ardientemente con su boca! Cantar de los Cantares 1:2

El sentido espiritual del tacto es más íntimo que el del olfato y la atracción al delicioso aroma de la presencia de Dios. El tacto divino, como el perfume divino, no es una sensación corporal. Más bien, es como si nuestro espíritu fuera tocado por Dios, o abrazado. El tacto divino podría sentirse como si Dios descendiera de lo alto y nos envolviera en un abrazo, o nos abrazara en nuestro interior, y nos diera un gran beso en medio de nuestro espíritu. Nuestra propia identidad se distiende y por un momento Dios es todo en todo. El deleite puede derramarse desde esta profunda fuente espiritual a los sentidos externos, y entonces el cuerpo también se regocija. El Espíritu de Dios puede transformar el organismo entero en una inmensa celebración de amor, paz y alegría.

Cantar de los Cantares 1:2 ¡Que me bese ardientemente con su boca!

# El Pleno Desarrollo de los Sentidos Espirituales

"Y tu Espíritu imperecedero está en todo!" Sabiduría 12:1

Una cosa es estar tan próximo a alguien que podemos tocarlo y otra penetrar en su espíritu. Solo Dios, que habita en el interior, puede ser experimentado en un nivel tan íntimo y profundo. Cuando saboreamos algo, normalmente lo consumimos y lo transformamos en nuestro interior; se vuelve una parte nuestra. En la unión divina, la presencia de Dios surge no sólo como una atracción irresistible o abrazo, sino como una presencia unificadora en nuestro ser más íntimo. Es allí que ocurre la gracia de Pentecostés: Cristo viviendo nuestra vida, o más exactamente, viviéndonos. Cuando todo nuestro ser está arraigado en Dios, lo vemos en todo y a todo en él. Éste no es el fruto de una experiencia, por lo menos no como regla, sino el pleno desarrollo de los sentidos espirituales.

Sabiduría 11:26 "Tú con todas las cosas eres indulgente, porque son tuyas, Señor que amas la vida."

### La Eucaristía

### "Gusten y vean qué bueno es el Señor! Himno Tradicional de Comunión

Una vez que hemos accedido a la experiencia del sabor espiritual, podemos ir y venir entre los sentidos espirituales como ángeles en la escala de Jacob, símbolo de la relación con Dios en cada nivel de nuestro ser...[Jesús] comunicó el perfume interior de su presencia a María de Betania y el contacto interior de unión divina a Juan [cuando Juan apoyó su cabeza en el pecho de Jesús en la Última Cena]; sin embargo, Dios le dio a todos los apóstoles la gracia de la unión divina al ofrecerles el vino y el pan transformados en su presencia física y espiritual. Así, también a nosotros, al recibir la eucaristía, se nos ofrece la gracia que corresponde al sentido espiritual del tacto, la forma más elevada del despertar espiritual.

#### Juan 6:55-56

Porque mi carne es la verdadera comida y mi sangre, la verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él.

### La Fe conduce al Puro Amor a Dios

No deseo nada más que amarte. Santa Teresa de Ávila

Más allá de cualquier experiencia, no importa lo profunda y espiritual que sea, permanece el misterio de la pura fe y el puro amor. Esa es nuestra capacidad para entrar en la unión divina sin auto reflexión. Dios, la energía divina, es tan poderoso y tan íntimo que ninguna facultad humana puede percibirlo en su pureza. Pero la fe recibe la gracia de la unión divina por el consentimiento. La creciente convicción, nacida de la experiencia espiritual y de la purificación de la oración contemplativa, gradualmente nos despierta a la realidad de la fe como el camino angosto que lleva al puro amor a Dios.

#### Juan 4:12-16

Dios permanece en nosotros y el amor de Dios ha llegado a su plenitud en nosotros. Nosotros hemos conocido el amor que Dios nos tiene y hemos creído en él. Dios es amor, y el que permanece en el amor permanece en Dios, y Dios permanece en él.

### La Purificación del Amor

Con amor aceptemos todo... lo que el Señor nos envía... Jean-Pierre de Caussade

Supongamos que, por la gracia de Dios, nuestra fe se ha purificado y hemos visto madurar nuestra confianza y nuestra esperanza hasta transformarse en amor. Sabemos que amamos a Dios y que ya no buscamos ser favorecidos por Él, sino que lo buscamos a Él por sí mismo. ¿Pensaríamos que un amor así aún necesita purificarse? Miremos a María, la madre de Jesús. Podríamos pensar que ella, al menos, era perfecta en amor y gracia desde un principio. Pero la idea de Dios del amor es diferente a la nuestra. Jesús dice "¿Por qué me buscaban? ¿No sabían que yo debo ocuparme de los asuntos de mi Padre? Aún María necesitaba que Jesús le recordara que la voluntad del Padre tenía prioridad. Cuando esta parte del Evangelio es proclamada en la liturgia en la época de Navidad, la oración del día ruega que podamos discernir cuál es la voluntad de Dios: lo que es bueno, lo que le agrada, lo perfecto. Esta oración sugiere que hay tres grados de sumisión a la voluntad de Dios. La buena voluntad de Dios es su voluntad por encima de cualquier otro afecto. Y la perfecta voluntad de Dios es su voluntad por encima de cualquier otro amor, incluso el amor a nosotros mismos.

> Salmo 40:8 Yo amo, Dios mío, tu voluntad.

## Ella ha Puesto Más que Cualquiera de los Otros

### Señor, te entrego mi corazón

Desde el punto de vista de Dios no son los logros sino los esfuerzos los que cuentan. Si aceptamos nuestra pobreza y limitaciones, y aun así seguimos esforzándonos, vamos a tener más valor en el libro de Dios, como sucedió con la viuda pobre. Si hacemos el esfuerzo v recibimos ese tan preciado punto por haber tratado, Dios puede tomar el lápiz y comenzar a agregar ceros detrás de él. Pero si falta ese punto crucial, no nos puede ayudar ninguna cantidad de ceros que se agreguen. El resultado siempre va a ser "cero". ¿Qué quiso decir Jesús cuando dijo, refiriéndose a la viuda y su limosna, "Ella ha puesto más que cualquier otro"? En realidad, ella había puesto dos pequeñas mone-das. Pero él sabía que estaba agregando ceros, de modo que ella recibiría el trofeo. En realidad, recibió el primer premio, pero sin saberlo. Nunca le pasó por la mente que estaba haciendo algo importante.

Proverbios 23:26 "Dame, hijo mío, tu corazón..."

### El Misterio del Sufrimiento

### Bendito sea el nombre del Señor Job 1:21

Hay un gran misterio en el sufrimiento de los inocentes. Quizá sea mejor aceptarlo como un misterio que tratar de explicarlo. Aparentemente Job no tenía en consideración a Satán cuando se quejaba. Paso por paso, primero materialmente y luego espiritualmente, como nos dice el texto, especialmente a medida que seguimos leyendo, sólo le queda a Job un único consuelo – el hecho de que Dios es Dios, el Creador que puede hacer lo que sea, y nadie puede decirle "No puedes hacerme esto a mí." A medida que es gradualmente reducido a la aceptación de ese hecho y al silencio, crece rápidamente la pureza de su amor. Finalmente, Dios duplica la riqueza de Job (un símbolo de su gracia interior) con respecto a la situación en la que se encontraba antes de que comenzaran sus tribulaciones.

#### Job 1:21

"Desnudo salí del vientre de mi madre, y desnudo volveré allí.

El Señor me lo dio y el Señor me lo quitó: ¡Bendito sea el nombre del Señor!"

### Dios pide dos Sacrificios

¡Den gracias al Señor, porque es bueno! Salmo 106:1

En la crisis de fe Dios nos pide dos sacrificios. Uno es el sacrificio del desierto y el otro es el sacrificio de la alabanza... El sacrificio del desierto es el sacrificio de soportar ser tentados. Cuando experimentamos la rebelión de nuestra naturaleza inferior, nos ofrecemos a Dios en nuestro estado de debilidad, pobreza y aparente derrota... Pero también está el sacrificio de la alabanza... De cuando en cuando, en este desierto llegamos a un oasis y, por unos momentos, Dios nos permite experimentar su amor y hacernos conscientes de su ayuda divina. Cuando nos enfrentamos a situaciones difíciles, no tenemos fuerzas, y depositamos toda nuestra esperanza en Él; o cuando esperamos fallar pero no lo hacemos, por alguna razón extraordinaria que sólo podemos atribuir a la gracia de Dios; entonces brota una oleada de gratitud, a veces muy suave y otras como un maremoto. Llámenla consuelo si así lo desean. Al menos es el consuelo de no haber fallado, o no haber caído en la tentación y el pecado.

#### Hebreos 13:15

"Ofrezcamos sin cesar a Dios un sacrificio de alabanza, el fruto de los labios que confiesan su Nombre."

## El Descanso Viene a Aquellos que Aman Mucho

Sólo en Dios descansa mi alma. Salmo 62:1

El hábito de recurrir en todo a Dios y correr a buscar refugio en Él, junto con la experiencia de ser liberados, nos trae una profunda estabilidad del alma. Es el descanso del Sabbat, del que es símbolo el domingo, y que tiene su perfecto cumplimiento en el cielo... La plenitud del amor trae el máximo descanso, a la vez que posibilita la máxima acción. María, la madre de Jesús, es el perfecto ejemplo de esta gracia. Es por eso que, en la fiesta de la Asunción, en la liturgia cisterciense, se lee el evangelio de Marta y María. Como perfecta contemplativa ella une en sí misma la capacidad de trabajar para Dios y descansar en Dios, que corresponde a los que han atravesado la crisis de la fe y amor y han entrado interiormente en el Sabbat del Señor.

Hebreos 4:6 La entrada a ese Reposo está reservada a algunos.

### Lázaro, Símbolo del Despertar Cristiano

Despiértate, ... y Cristo te iluminará Efesios 5:14

La historia de Lázaro es un anticipo de la próxima muerte y resurrección de Jesús. Lázaro representa al hombre caído que es levantado de la muerte del pecado y vuelto a la vida en Dios gracias a la pasión, muerte y resurrección de Cristo. La enfermedad que Cristo permite que sufra Lázaro es un símbolo del falso yo del hombre, con todas sus debilidades, ignorancia y arrogancia, junto con todo el daño que yace en el inconsciente desde la primera infancia hasta el momento presente. Lázaro representa... a aquellos que buscan penetrar profundamente en el misterio de Cristo. Esto se manifiesta al estar dispuestos a morir al falso yo y esperar pacientemente la resurrección interior, que sólo puede provenir de Cristo.

Efesios 5:14
Despiértate, tú que duermes, levántate de entre los muertos, y Cristo te iluminará.



# Mayo: Invitación a Amar

#### MAYO 1

Desprendiéndonos del Falso Yo

Purificame de mis faltas ocultas. Salmo 19:12

Uno de los mayores obstáculos para el crecimiento espiritual es que no percibimos nuestras motivaciones ocultas. La programación emocional prerracional inconsciente de la infancia y la excesiva identificación con un grupo o grupos específicos son las fuentes de las que emerge gradualmente y se estabiliza nuestro falso yo; es decir, el sentido compensatorio y lesionado de quiénes somos. La influencia del falso yo se extiende a todos los aspectos y actividades de la vida, ya sea consciente o inconscientemente. La Oración Centrante, y más particularmente la oración contemplativa para la que es una preparación, nos pone cara a cara con este "falso yo de varias maneras: el acto inicial de consentir a soltar el "yo" superficial, con sus programas, asociaciones, comentarios, etc., abre una brecha fatal en el falso yo. Cuando descansamos en la oración, comenzamos a descubrir que nuestra identidad es más profunda que la mera superficie de nuestra conciencia psicológica.

Apocalipsis 3:8
"Yo conozco tus obras; he abierto delante de ti una puerta que nadie puede cerrar..."

# La "Terapia Divina"

Permanezcamos... firmes confiando en Jesús. Hebreos 4:14

La práctica regular de la oración contemplativa inicia un proceso de curación que podría llamarse la "terapia divina". El nivel de descanso profundo al que se accede durante los períodos de oración afloja la tierra dura en torno a las malezas emocionales guardadas en el inconsciente y aparentemente almacenadas en el cuerpo. La psique comienza a evacuar espontáneamente el material emocional no digerido de toda una vida, abriendo un nuevo espacio para el autoconocimiento, la libertad de elección y el descubrimiento de la presencia divina en el interior. Como consecuencia, una confianza creciente en Dios, una alianza con el Terapeuta Divino, nos permite soportar el proceso.

#### Hebreos 4:14-16

Y ya que tenemos en Jesús, el Hijo de Dios, un Sumo Sacerdote insigne que penetró en el cielo, permanezcamos firmes en la confianza de nuestra fe. Porque no tenemos un Sumo Sacerdote incapaz de compadecerse de nuestras debilidades; al contrario, él fue sometido a las mismas pruebas que nosotros, a excepción del pecado. Vayamos, entonces, confiadamente al trono de la gracia, a fin de obtener misericordia y alcanzar la gracia de un auxilio oportuno.

### Moviéndonos Más Cerca de Dios

### Ah, la mera gracia... San Juan de la Cruz

El don de la oración contemplativa es una herramienta práctica y esencial para afrontar el corazón de la ascesis cristiana --a saber, la lucha con nuestra motivación inconsciente-- y, al mismo tiempo, establece el clima y las disposiciones necesarias para una relación más profunda con Dios y conducirnos, si perseveramos, a la unión divina. Mientras tanto, el mismo proceso de dejar ir (los pensamientos, sentimientos, comentarios, etc.), experimentado inicialmente durante el período de oración, se convierte en la base de una práctica de consentimiento que puede llevarse a la totalidad de la vida, permitiéndonos vivir los valores del evangelio cada vez más.

#### Mateo 19:16 20-21

Luego se le acercó un hombre y le preguntó: "Maestro, ¿qué obras buenas debo hacer para conseguir la Vida eterna?"... El joven dijo: "Todo esto lo he cumplido: ¿qué me queda por hacer?". "Si quieres ser perfecto, le dijo Jesús, vé, vende todo lo que tienes y dalo a los pobres: así tendrás un tesoro en el cielo.

Después, ven y sígueme."

### Confrontando el Falso Yo

Muéstrame, Señor, tus caminos... Salmo 25:4

El desierto bíblico simboliza el enfrentamiento con el falso yo y la purificación interior. Jesús fue tentado en cada una de las necesidades instintivas. Él no consintió a ellas, aunque las experimentó en su máxima intensidad: "Fue sometido a las mismas pruebas que nosotros, pero nunca pecó". (Heb. 4:15) ... Habiendo rechazado las exageradas exigencias de cada uno de los programas emocionales de felicidad, nos invita a hacer lo mismo, diciendo: "Arrepiéntanse". Es como si dijera: "Cambia la dirección en la que estás buscando la felicidad. Nunca la encontrarás en tus programas emocionales de felicidad. Deja ir tu motivación infantil, ya que no es posible que funcione en la vida adulta"

Nehemías 9:19 Por tu gran misericordia, no los abandonaste en el desierto

### Misericordia Divina

Misericordia en misericordia en misericordia.

Thomas Merton

La experiencia del amor de Dios y la experiencia de nuestras debilidades son correlativas. Estos son los dos polos con los que Dios trabaja cuando nos libera gradualmente de formas inmaduras de relacionarnos con él. La experiencia de nuestra necesidad desesperada de ser curados por Dios es la medida en que experimentamos su infinita misericordia. Cuanto más profunda sea la experiencia de la misericordia de Dios, más compasión tendremos por los demás

Santiago 5:11 El Señor es compasivo y misericordioso.

### El Llamado a la Unión Transformante

Lávame, y quedaré más blanco que la nieve. Salmo 51:8

Aprendemos a confiar en Dios más allá de nuestras experiencias psicológicas. Y nos volvemos más valientes al enfrentar y dejar ir los rincones oscuros de nosotros mismos y comenzar a participar activamente en el desmantelamiento de nuestros programas emocionales prerracionales. No podemos escapar de las tendencias mundanas que existen dentro de nosotros, pero podemos reconocerlas y enfrentarlas. La invitación a permitirle a Dios que cambie nuestra motivación del egoísmo al amor divino es la llamada a la unión transformante.

Salmo 51:5 7-9

Porque yo reconozco mis faltas...
pecador me concibió mi madre...
Tú amas la sinceridad del corazón
y me enseñas la sabiduría en mi interior.
Purifícame de mis pecados y quedaré limpio;
lávame, y quedaré más blanco que la nieve.

# Purificación Pasiva de la Oración Contemplativa

Él purificó sus corazones por la fe. Hechos 15:9

No todos los métodos son adecuados o suficientemente abarcadores para lidiar con las sutilezas del falso yo. Necesitamos elegir uno que sea adecuado para nuestro estado de vida. También es posible que necesitemos algo de psicoterapia. Los períodos regulares de oración contemplativa son la piedra angular de todo el programa; necesitan ser reforzados por esfuerzos positivos en la vida diaria para cambiar nuestros inveterados hábitos de actuar bajo la influencia de los programas emocionales para la felicidad. Pero, habiendo reconocido el carácter esencial de los esfuerzos por cambiar, debemos enfatizar lo que Pablo señaló en el pasaje de Romanos: la resolución consciente de cambiar nuestros valores y nuestro comportamiento no es suficiente para alterar los sistemas de valores inconscientes del falso vo, así como el comportamiento que éstos engendran. Solo las purificaciones pasivas de la oración contemplativa pueden efectuar esta profunda curación. Sólo entonces el depósito de silencio interior desarrollado en los períodos de oración contemplativa, jamás se agotará.

Zacarías 4:6 ¡No por el poder ni por la fuerza, sino por mi Espíritu...! –dice el Señor.

### Las Emociones Aflictivas

### Déjense conducir por el Espíritu de Dios... Gálatas 5:16

Cualquier emoción perturbadora nos advierte que un programa emocional puede haberse frustrado. Es posible que la causa no sea la mala conducta de otra persona o un evento desagradable. Para que estemos habitualmente felices, nadie tiene que cambiar excepto nosotros mismos. Si algo nos molesta tenemos un problema, y continuaremos experimentando confusión emocional hasta que cambie la raíz del problema, que es el programa emocional para la felicidad en el inconsciente. El esfuerzo por cambiarlo se llama la práctica de la virtud. Si hacemos que los deseos y aversiones se sequen al no regarlos con comentarios ni ponerlos en práctica, se marchitarán como la maleza en el desierto

#### Gálatas 5:16-17

Yo los exhorto a que se dejen conducir por el Espíritu de Dios, y así no serán arrastrados por los deseos de la carne. Porque la carne desea lo que es contrario al Espíritu y el Espíritu lo que es contrario a la carne. Ambos luchan entre sí, y por eso, ustedes no pueden hacer todo el bien que quieren.

### Crecimiento

Dios les da a todos generosamente... Santiago 1:5

Cada momento de crecimiento humano precipita una crisis proporcional al nivel de desarrollo físico, emocional o espiritual en el que nos encontramos. Cada gran crisis de crecimiento requiere dejar ir el alimento físico o espiritual que nos ha estado nutriendo hasta ese momento y avanzar hacia relaciones más maduras. En crisis como éstas, tendemos a buscar sentirnos seguros. La capacidad de avanzar hacia la responsabilidad personal es constantemente puesta a prueba. El cre-cimiento humano no es la negación o el rechazo de ningún nivel, sino la integración de lo más primitivo en los niveles de conciencia más evolucionados... El evangelio exige el pleno desarrollo de la persona humana y nos invita al crecimiento aún mayor que Dios nos tiene reservado ...

Isaías 58:11
El Señor te guiará constantemente, te saciará en los ardores del desierto...

### La Relación Correcta con Dios

Su Nombre es santo y asombroso... Salmo 111:9

Uno de los principales factores que tienden a destruir las relaciones entre las personas y las naciones es la emoción del miedo. También destruye la relación entre nosotros y Dios. Tener miedo de Dios, o tener miedo de las otras personas, nos pone a la defensiva. En el caso de Dios, trataremos de mantenernos tan lejos de Él como lo permitan nuestras situaciones y las exigencias de la respetabilidad. En el caso de otras personas, tratamos de controlarlas y mantenerlas dentro de límites que nos permitan sentirnos seguros. El término bíblico "temor de Dios" no se refiere a la emoción del miedo. El temor de Dios es un término técnico en la Biblia que significa una relación correcta con Dios. La relación correcta con Dios es confiar en él. La relación correcta con Dios implica reverencia y asombro por Su trascendencia e inmanencia, así como confianza en su bondad y compasión.

Salmo 111:4,7,9-10
El Señor es bondadoso y compasivo...
Las obras de sus manos son verdaderos y justos...
Todos sus preceptos son confiables...
Su Nombre es santo y asombroso...
A Él le pertenece alabanza eterna.

### La Naturaleza Humana Caída

Regresa a tu descanso, Oh mi alma... Salmo 116:7

Cuando nuestros primeros padres disfrutaban de la intimidad con Dios, todo en la creación era amable. Tan pronto como se perdió esa intimidad, crecieron zarzas en vez de cultivos y todos los males de la naturaleza humana caída cayeron sobre ellos. Estas imágenes reflejan lo que experimentamos en nuestra propia conciencia psicológica. Llegamos a la plena autoconciencia reflexiva sin la espontánea intimidad con Dios de la que disfrutaban Adán y Eva en el jardín. Carecemos de un sentido de unidad con Dios, las otras personas y el cosmos. Nos sentimos incompletos y asustados y, por lo tanto, buscamos símbolos de seguridad, afecto y poder para apuntalar nuestras frágiles identidades personales. Cuando el evangelio de Juan proclama, "La Palabra se hizo carne", el autor está indicando que Dios no tomó sobre sí mismo la naturaleza humana en su estado ideal antes de la Caída. sino la naturaleza humana en su condición presente de privación, pecado y muerte.

Juan1:14

Y la Palabra se hizo carne, y habitó entre nosotros...

### La Vida Abundante Es La Unión Divina

(Jesús da) ... vida en abundancia. Juan 10:10

Dios a menudo nos invita a repensar los juicios que hicimos en la infancia y la adolescencia o en los primeros años de nuestra conversión, que equivalían a un rechazo de la bondad de sus dones. Nos invita a echar otro vistazo a nuestras vacilaciones y a darnos cuenta de que nuestras actitudes rígidas se basaban en nuestra incapacidad para manejar eventos y relaciones que eran emocionalmente traumáticos. Ahora nos pide que aceptemos los placeres legítimos de la vida, el valor de la amistad, el ejercicio de nuestros talentos, la belleza de la naturaleza, la belleza del arte, el disfrute tanto de la actividad como del descanso. Dios es un gran partidario de la creación, especialmente de todos los seres vivos. Jesús hizo énfasis en esto cuando dijo: "Vine para que tengan vida y la tengan en abundancia". (Juan 10: 10) La vida abundante es la unión divina, que incluye la capacidad de usar todas las cosas como peldaños hacia Dios en lugar de como fines en sí mismos

Juan 10:10 Mi propósito es dar vida, y darla en abundancia.

### El Verdadero Yo

Despójense del hombre viejo... Efesios 4:22

Al consentir a la creación de Dios, a nuestra bondad básica como seres humanos, y a dejar ir lo que amamos en el mundo, somos conducidos a la entrega final, que es permitir que el falso yo muera y el verdadero yo emerja. El verdadero yo podría describirse como nuestra participación en la vida divina manifestada en nuestra singularidad. Dios tiene más de una forma de llevarnos a este punto. Puede suceder temprano en la vida adulta, pero si no es así, las etapas sucesivas de la vida natural pueden contribuir a que se produzca. En la crisis de la mediana edad, incluso las personas muy exitosas se preguntan si han logrado algo. Más tarde experimentamos el deterioro físico, la enfermedad y las dolencias de la vejez. Lo que sucede en el proceso de morir puede ser la forma en que Dios corrige todos los errores que cometimos y todas las oportunidades que perdimos durante la primera parte de nuestras vidas. También puede brindar la mayor oportunidad para que todos consintamos al don de nosotros mismos que nos ofrece Dios.

> 2 Corintios 9:15 ¡Demos gracias a Dios por su don inefable!

### Desmantelando el Falso Yo

Llénate del amor que brota de un corazón puro...

1 Timoteo 1:5

(La biografía de) San Antonio de Egipto, el padre del monasticismo cristiano en el siglo IV ... proporciona un paradigma para desmantelar el falso yo mediante tanto la confrontación activa como la purificación pasiva. (La vida del hermano cisterciense Bernie O'Shea) ... ejemplifica la forma positiva de desmantelar el falso yo mediante la práctica del amor incondicional: el egoísmo no puede sobrevivir en el clima de continua entrega. Una combinación de las dos formas puede ser la respuesta más práctica a la condición humana. Desmantelar el falso yo a menudo se siente como una guerra interior, ¡y, de hecho, lo es! Las tentaciones mundanas que seguían golpeando (a Antonio de Egipto) no estaban fuera de él, sino dentro de él ¿Cuál fue su método de resistencia? Fe, determinación y oración incesante.

### 2 Corintios 7:1

Ya que poseemos estas promesas, queridos hermanos, purifiquémonos de todo lo que mancha el cuerpo o el espíritu, llevando a término la obra de nuestra santificación en reverencia a Dios.

### La Noche de los Sentidos

Ahora estás lleno de la luz del Señor... Efesios 5:8

La noche de los sentidos, afirma Juan de la Cruz, ocurre "bastante pronto" para quienes se comprometen con el camino espiritual. Con el término noche, Juan de la Cruz quiere decir el oscurecimiento de las formas habituales en las que nos relacionamos con Dios, ya sea a través de la reflexión o de la experiencia de los sentidos. Nuestras formas ordinarias de relacionarnos con Dios están cambiando a formas que no conocemos. Esto destruye nuestros planes y estrategias para la travesía espiritual. Percibimos que la travesía es un camino que no se puede trazar de antemano. Dios nos ayuda a dejar de identificarnos con nuestras ideas preconcebidas, iluminándonos desde dentro con los dones contemplativos del Espíritu. A través de la infusión de su luz y la seguridad de su amor, nos muestra nuestras debilidades y deficiencias, no para abrumarnos de desánimo, sino para animarnos a que nos entreguemos por completo a su infinita misericordia.

# Efesios 5:8

Antes, ustedes eran tinieblas, pero ahora son luz en el Señor. Vivan como hijos de la luz.

### Un Llamado a lo Desconocido

Te mostraré... te bendeciré... Génesis 12:1-2

El viaje espiritual es un llamado a lo desconocido. Su paradigma bíblico es el llamado de Abraham: "Deja la casa de tu padre, tus amigos, parientes y propiedades, y entra en la tierra que yo te mostraré" (Génesis 12: 1). Dios primero nos llama a salir de nuestras formas infantiles de reaccionar para entrar en relaciones que sean apropiadas para el estado de plena consciencia egoica (surgimiento total de responsabilidad moral por nuestro comportamiento y relaciones). Pero una vez que esto se estabiliza, no tenemos la más remota idea de adónde nos lleva Dios. Pablo dice: "El ojo no ha visto, el oído no ha oído, ni siquiera el ser humano ha comprendido lo que Dios ha preparado para quienes lo aman" (1 Cor. 2: 9). La única forma de llegar es consentir a no saber. El deseo o la exigencia de certeza es un obstáculo para lanzarse a toda vela por el océano de la confianza.

### Génesis 12:1-2

El Señor dijo a Abram: "Deja tu tierra natal, la casa de tu padre y tus parientes, vé al país que yo te mostraré. Yo haré de ti una gran nación y te bendeciré; engrandeceré tu nombre y serás una bendición."

# El Regalo de la Infinita Misericordia de Dios

Dios... en su ... misericordia nos hizo renacer...

No podemos acabar con el falso yo por nosotros mismos; sólo podemos permitir que muera. Si hacemos lo que podamos por desmantelarlo, Dios, en respuesta a nuestros esfuerzos, se instala y completa el trabajo. Entonces, todo lo que tenemos que hacer es dar nuestro consentimiento. Pero ése es el trabajo más grande que existe. Cuando todos nuestros esfuerzos han fracasado, finalmente aceptamos el regalo de la infinita misericordia de Dios. La noche de los sentidos nos permite percibir que la fuente de los programas emocionales para la felicidad es el egoísmo. Al dejar ir nuestros deseos de satisfacción en estas áreas, avanzamos hacia una disposición permanente de paz. Siguen surgiendo pensamientos y emociones perturbadores, pero ya no se convierten en tempestades emocionales. La inmensa energía que se requería para sostener las emociones aflictivas que estallaban cuando nuestros programas de felicidad se veían frustrados ahora está disponible para cosas más útiles, como amar a las personas con quienes vivimos y a quienes estamos tratando de servir

#### 1 Pedro 1:3

Bendito sea Dios, el Padre de nuestro Señor Jesucristo, que, en su gran misericordia, nos hizo renacer...

## La Tarea de la Purificación

Señor, todos tus caminos son perfectos.

Dios modera su infinita misericordia para que no se apresure a salir al rescate cuando estamos en medio de tentaciones y dificultades. No interviene activamente porque la lucha está abriendo y preparando cada rincón de nuestro ser para la energía divina de la gracia. Dios nos está transformando para que podamos disfrutar plenamente de la vida divina una vez que ésta se establezca. Si la ayuda divina llega demasiado pronto, antes de que se haya completado la obra de purificación y sanación, puede frustrar nuestra capacidad máxima de vivir la vida divina

Salmo 27:14 Espera en el Señor y sé fuerte; ten valor y espera en el Señor.

## Una Sensación de Ausencia de Dios

Yo te formé...no me olvidaré de ti. Isaías 44:21

El propósito de la noche de los sentidos es desmantelar nuestros programas inmaduros para la felicidad, que no pueden funcionar en la vida adulta. Cuando emprendemos la travesía espiritual, no nos damos cuenta de que nuestro fervor inicial es igualmente inmaduro y está bajo la influencia de estos programas. Tendrá que crecer un poco. Por lo tanto, en algún momento de nuestro camino, comienza a manifestarse un sentido generalizado de la ausencia de Dios durante la oración y se extiende a otras áreas de la vida. Éste es en realidad el comienzo de una unión más profunda con Cristo. La mayor parte de nosotros, sin embargo, no lo experimentamos como si fuera así. Cuando el desierto bíblico se abre en nuestro interior, pensamos que algo anda mal en nuestra relación con Dios.

¡Acuérdate de esto... Yo te formé... no me olvidaré de ti!

#### La Muerte del Falso Yo

Hagan morir... al hombre viejo en ustedes... Colosenses 3:5

La noche de los sentidos está diseñada para dar lugar al desmantelamiento de los programas emocionales y la muerte del falso yo. El fruto de este proceso de purificación es la libertad de decidir qué hacer, sin interferencia de las compulsiones y fijaciones del falso yo. Nos costó un constante esfuerzo mantenernos aparentemente en paz mientras buscábamos metas ilusorias que se frustraban constantemente, desencadenando las emociones aflictivas de ira, dolor, miedo, orgullo, lujuria, codicia, celos y los otros pecados capitales. A medida que el falso yo disminuye y la confianza en Dios aumenta en la noche de los sentidos, nuestras energías pueden destinarse a mejores propósitos.

#### Colosenses 3:5, 9-10, 12

Hagan morir...al hombre viejo en ustedes, con sus obras y... revístanse del hombre nuevo, aquel que avanza hacia el conocimiento perfecto, renovándose constantemente según la imagen de su Creador...

Revístanse de compasión, bondad, humildad, dulzura y paciencia.

## Profundizando Nuestra Relación Con Dios

Sin duda lo encontrarás... Deuteronomio 4:29

La noche de los sentidos nos permite enfrentar nuestros puntos de vista distorsionados acerca de Dios y dejarlos a un lado. Entonces somos libres de relacionarnos con Dios tal como es y de usar la inmensa energía que esta libertad genera para relacionarnos con los demás con respeto y amor. Una forma en que Dios responde a las formas limitadas que tenemos de relacionarnos con Él es reduciendo al silencio nuestros conceptos acerca de Él. A medida que el reposo en Dios de la oración contemplativa se vuelve habitual, espontáneamente dejamos de identificarnos con nuestros programas emocionales de felicidad y nuestro condicionamiento cultural. Nos encontramos con Dios en un nivel más profundo. Con el tiempo, pasaremos de una relación reflexiva con Dios a una de comunión. La última es una relación de ser a ser, de presencia a presencia, que es el conocimiento de Dios en fe pura.

Deuteronomio 4:29
Entonces buscarás al Señor, tu Dios, y sin duda lo encontrarás, si lo buscas con todo tu corazón y con toda tu alma

# Compromiso

(Jesús dijo) "Sígueme." Lucas 5:27

La noche de los sentidos pone de manifiesto la naturaleza del compromiso. Cuando tomamos en serio las palabras de Jesús: "Sígueme", él nos invita a su amistad. La amistad implica siempre el compromiso con la otra persona. Ésta es la disposición que le permitió a Antonio (San Antonio de Egipto, padre del monaquismo cristiano del siglo IV) superar todas sus tentaciones y llegar a la unión transformante. Sus medios básicos fueron siempre los mismos: compromiso con el camino espiritual, la práctica de la oración constante y confianza en que Dios le daría la fuerza para perseverar... Dios nos está llamando en la noche de los sentidos a responsabilizarnos de nosotros mismos y de nuestra respuesta personal a la invitación de Cristo a que lo sigamos.

#### Efesios 6:10-11, 16-18

Fortalézcanse en el Señor con la fuerza de su poder. Revístanse con la armadura de Dios: ... el escudo de la fe... el casco de salvación y la espada del Espíritu, que es la Palabra de Dios. Eleven constantemente toda clase de oraciones y súplicas, animadas por el Espíritu. Dedíquense con perseverancia incansable a interceder por todos los hermanos...

# La Noche del Espíritu y el Primer Fruto

# Dios concede gracia a los humildes Proverbios 3:34

Como hemos visto, la noche de los sentidos prácticamente inmoviliza al falso yo. Su residuo, sin embargo, aún persiste en nuestras facultades espirituales y se manifiesta en la secreta satisfacción de sentirnos destinatarios de los favores de Dios... La noche del espíritu, que es el comienzo de la unión divina según Juan de la Cruz, es una etapa de transición adicional que conlleva una purificación más íntima... La noche del espíritu está diseñada para liberarnos del residuo del falso yo en el inconsciente y así prepararnos para la unión transformante... Sin esa purificación, las consecuencias del falso yo no se borran por completo... La travesía espiritual no es una historia de éxito, sino una serie de disminuciones del vo... La noche del espíritu es un curso intensivo de humildad... El primer (fruto de la noche del espíritu) ... purifica la secreta satisfacción de haber sido electo como destinatario de los dones especiales de Dios.

Salmo 25:9 Él guía a los humildes para que obren rectamente y enseña su camino a los pobres.

# Segundo Fruto de la Noche del Espíritu

Nosotros somos creación suya... Efesios 2:10

Un segundo fruto de la noche del espíritu es libertad del dominio de cualquier emoción... Esto no se logra reprimiendo o suprimiendo indebidamente las emociones no deseadas por pura fuerza de voluntad, sino aceptándolas e integrándolas en las partes racionales e intuitivas de nuestra naturaleza. Las emociones entonces servirán y apoyarán las decisiones de la razón y la voluntad, que es su propósito natural. La integración de nuestra vida emocional con la razón y la fe y la sujeción de todo nuestro ser a Dios constituyen la esencia de la felicidad humana según Santo Tomás de Aquino. En su opinión, los seres humanos deben actuar en armonía con su naturaleza v disfrutar haciéndolo. Este estado armonioso se restablece sustancialmente en la noche del espíritu, extinguiendo los últimos vestigios de nuestro sometimiento a los programas emocionales para la felicidad en la parte espiritual de nuestra naturaleza. En cuanto al nivel emocional y el sensorial, éstos fueron superados en la noche de los sentidos

#### Efesios 2:10

Nosotros somos creación suya: fuimos creados en Cristo Jesús, a fin de realizar aquellas obras buenas que Dios preparó de antemano para que las practicáramos.

## Tercer Fruto de la Noche del Espíritu

# La inmensa gloria del Señor... Éxodo 24:17

Un tercer fruto de la noche del espíritu es la purificación de nuestra idea de Dios, el Dios de nuestra infancia o el Dios adorado por el grupo particular al que pertenecemos... Dios se revela en la noche del espíritu de una manera muy superior - como infinito, incomprensible e inefable - el modo en que se apareció a Moisés en el monte Sinaí y a Elías en el monte Horeb. Nadie puede describir la experiencia de la fe pura. Sólo sabemos que una energía inmensa e innombrable está brotando en el interior. Algunos pueden experimentar esta inmensa energía como impersonal, aunque ciertamente nos trata de manera personal.

## Éxodo 24:16-17

Y la gloria del Señor se estableció sobre el monte Sinaí...La inmensa gloria del Señor se veía como un fuego devorador sobre la cumbre de la montaña.

# Cuarto Fruto de la Noche del Espíritu

## Dile sí a todo lo que Dios pida. Jean Pierre de Caussade

Un cuarto fruto de la noche del espíritu es la purificación de las tradicionalmente llamadas virtudes teologales", que son la fe, la esperanza y el amor. En la purificación de la fe... se deja que Dios sea Dios sin saber quién o qué es. La entrega y el abandono crecen poderosamente en la noche del espíritu, aunque de manera oculta para nosotros. La luz divina es tan pura que es imperceptible para cualquiera de nuestras facultades. Según Juan de la Cruz, la fe pura es un rayo de oscuridad... Simplemente confiamos en la infinita misericordia de Dios. La misericordia, por su naturaleza misma, extiende su brazo a la debilidad y la necesidad extrema. Empezamos a contentarnos con la misericordia infinita de Dios. El amor divino se infunde en el semillero de la sumisión total v la entrega y nos conduce, por medio de la noche del espíritu, a la unión transformante.

#### Génesis 28:16

Jacob se despertó de su sueño y exclamó"¡Verdaderamente el Señor está en este lugar, y yo no lo sabía!".

## Quinto Fruto de la Noche del Espíritu

## Tiernamente inflamas mi corazón de amor San Juan de la Cruz

Un quinto fruto de la noche del espíritu es el anhelo de dejar ir el egoísmo que aún persiste en nosotros y estar libres de todo obstáculo que pueda impedir nuestro crecimiento en la unión divina. Según Juan de la Cruz, el mismo fuego de amor divino que se experimenta dolorosamente en la noche del espíritu, se vuelve manso y lleno de amor en la unión transformante. El "YO" del egocentrismo se reduce a un "yo" muy pequeño. El gran "YO SOY" del Éxodo asoma en su lugar. Así, el plan divino es transformar la naturaleza humana en divina, no dándole un papel especial o poderes excepcionales, sino capacitándola para vivir la vida ordinaria con amor extraordinario

2 Corintios 13:3, 5 (Cristo) ejerce su poder en ustedes... ¿No reconocen que Jesucristo está en ustedes?

# El Espíritu Nos Da el Valor

# Déjense conducir por el Espíritu de Dios Gálatas 5:16

Aunque permanecemos agradecidos por las cosas buenas que hemos recibido, y leales a la familia y al grupo social, reconocemos que dicha lealtad no es absoluta. Tratamos de mejorar las situaciones malsanas o injustas en nuestra familia o comunidad, en lugar de aferrarnos a una lealtad ingenua que se niega a ver defectos o no sugiere mejorías o correcciones necesarias. Tenemos la libertad de permanecer dentro de nuestra tradición o institución, pero al mismo tiempo de trabajar por su renovación. Hacemos lo que podemos por mejorar la familia, la iglesia o las situaciones sociales, sin exigir resultados ni esperar ver los frutos de nuestro trabajo. El Espíritu nos da valor para ofrecer nuestra respuesta personal a Cristo, en lugar de una respuesta basada en lo que otros dicen, hacen o esperan.

#### Efesios 4:23-25

Renuévense en lo más íntimo de su espíritu y revístanse del hombre nuevo, creado a imagen de Dios en la justicia y en la verdadera santidad. Por eso, renuncien a la mentira y digan siempre la verdad a su prójimo, ya que todos somos miembros de un mismo cuerpo.

## Entrega

En tus manos... encomiendo mi alma... Charles de Foucauld

El camino de la fe pura consiste en perseverar en la práctica contemplativa sin preocuparnos por dónde estamos en el camino, y sin compararnos con los demás, ni juzgar los dones de los demás como mejores que los nuestros. Podemos ahorrarnos todas estas tonterías si nos entregamos a la acción divina, cualquiera que sea el contenido psicológico de nuestra oración. En la fe pura, los resultados muchas veces se ocultan incluso de los que más crecen... La luz divina de la fe está totalmente disponible en la medida que consentimos y nos entregamos a su presencia y acción en nosotros. Sana las heridas de toda una vida y nos lleva a la unión transformante, dándonos la fuerza para entrar en el programa redentor de Cristo, primero mediante la sanación de nuestras propias heridas profundas y, luego, participando en la sanación de los demás

#### 2 Corintios 1:3-4

Bendito sea Dios, el Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de las misericordias y Dios de todo consuelo, que nos reconforta en todas nuestras tribulaciones, para que nosotros podamos dar a los que sufren el mismo consuelo que recibimos de Dios.

# De la Contemplación a la Acción

Bienaventurados los que trabajan por la paz...

Mateo 5:9

Más que cualquier otra institución, las religiones del mundo tienen la obligación de abordar el problema de la paz mundial y enfatizar los valores humanos que comparten y proclaman mutuamente. Su conciencia colectiva podría desafiar los intereses nacionalistas de las potencias mundiales. Pero aún no tienen un proceso de intercomunicación o un lugar donde puedan hablar al unísono en nombre de los valores humanos básicos, especialmente de la justicia y la paz. No podemos esperar que los militares pongan fin a la guerra. La guerra es su profesión. La única manera de eliminar la guerra es hacerla socialmente inaceptable. Si las religiones del mundo le hablaran a la familia humana sobre su fuente común y el potencial de cada ser humano para transformarse en divino, haría su aparición una voz moral de gran poder en nombre de los inocentes y de la familia humana en su conjunto.

#### Mateo 5:9

Bienaventurados los que trabajan por la paz porque ellos serán llamados hijos de Dios.

## La Espiritualidad en la Vida Cotidiana

# Vengan... hereden el Reino... Mateo 25:34

"¿Tengo que esperar hasta que me haya purificado por completo antes de poder comenzar a servir a los demás o a practicar las obras corporales de misericordia?" A esto Jesús responde: Tuve hambre y ustedes me dieron de comer, tuve sed y me dieron de beber. Fui forastero y me acogieron. (Mateo 25: 35). A la luz de estas palabras, el ejercicio de la compasión no parece gran cosa. Podría significar darle a alguien un vaso de agua, una sonrisa, o mostrar preocupación por alguien que haya sufrido una pérdida. No tenemos que esperar hasta que podamos hablar en las Naciones Unidas o ir a Moscú para una conferencia cumbre. Alguien está necesitado justo al lado, en nuestra familia, en el trabajo, en el autobús, en cualquier lugar al que vayamos.

#### Mateo 25:40

Les aseguro, cada vez que lo hicieron por el más pequeño de mis hermanos y hermanas, lo hicieron por mí.



## Junio: La Condición Humana

# JUNIO 1 El Centro de la Primera Mitad de la Travesía Espiritual

¿Dónde estás?... ¿Por qué te escondes? Génesis 3:9

¿Dónde estás? Esta es una de las grandes preguntas de todos los tiempos. Es el centro de la primera mitad de la travesía espiritual... En Génesis 3 es la pregunta que Dios hizo cuando Adán y Eva se refugiaron en la maleza tras su desobediencia... Esta maravillosa historia de la creación no trata solamente de Adán y Eva Realmente trata de nosotros. Es una revelación acerca de dónde estamos. La misma pregunta se le dirige a cada generación, época y persona. En cada momento de nuestras vidas, Dios nos pregunta: "¿Dónde estás? ¿Por qué te escondes?"

#### Génesis 3:8-9

Al oír la voz del Señor Dios que se paseaba por el jardín, a la hora en que sopla la brisa, se ocultaron de él, entre los árboles del jardín. Pero el Señor Dios llamó al hombre y le dijo: "¿Dónde estás?".

# Comenzando la Búsqueda Espiritual de Dios

Yo te busco de todo corazón... Salmo 119:10

Todas las preguntas que son fundamentales para la felicidad humana surgen cuando nos hacemos esta angustiosa pregunta: ¿Dónde estoy? ¿Dónde estoy en relación con Dios, conmigo mismo y con los demás?... Tan pronto como respondamos honestamente, comenzamos la búsqueda espiritual de Dios, que es también la búsqueda de nosotros mismos. Dios nos pide que enfrentemos la realidad de la condición humana, que salgamos del bosque a la plena luz de la intimidad con él. Ese es el estado mental que Adán y Eva tenían, según la historia, antes de su desobediencia. Tan pronto como se dieron cuenta de su separación de Dios, se dirigieron al bosque. Tuvieron que esconderse de Dios porque la pérdida de la intimidad y unión que habían disfrutado con él en el paraíso era muy dolorosa.

Salmo 119:10 Yo te busco de todo corazón...

## Un Relato Sufí Sobre La Condición Humana

## Buscarán mi rostro... Oseas 5:15

Un maestro sufi había perdido la llave de su casa y la estaba buscando en la hierba de afuera. (Uno de sus) discípulos le dijo: "Maestro, ¿tiene alguna idea de dónde pudohaber perdido la llave?" El Maestro respondió: "Por supuesto. La perdí en la casa". A lo que todos exclamaron: "Entonces, ¿por qué la estamos buscando aquí?" Replicó: "¿No es obvio? Aquí hay más luz. La casa de la parábola representa la felicidad, y la felicidades la intimidad con Dios, la experiencia de la presencia amorosa de Dios Esta es la condición humana estar sin la verdadera fuente de la felicidad, que es la experiencia de la presencia de Dios, y haber perdido la llave de la felicidad, que es la dimensión contemplativa de la vida... Lo que experimentamos es nuestra búsqueda desesperada de la felicidad donde no puede ser encontrada. La llave no está en la hierba; no se perdió fuera de nosotros. Se perdió en nuestro interior. Es ahí donde tenemos que buscarla.

Oseas 5:15
Ellos buscarán mi rostro; en su angustia, me buscarán ardientemente.

## La Pérdida de la Intimidad con Dioss

Sólo Él es la felicidad perfecta...
Santa Teresa de Lisieux

Adán y Eva perdieron la intimidad que habían disfrutado con Dios, quien solía visitarlos en la frescura de la tarde. Tenían una relación cómoda con él. Tan pronto como comenzaron a discriminar al comer del árbol del conocimiento del bien y del mal, se volvieron conscientes de sí mismos; se experimentaron a sí mismos no sólo como separados de Dios sino también, a causa de su pecado, como alienados de Dios. La psicología contemporánea tiene una contribución significativa que hacer en este punto... [La autoconciencia] emerge gradualmente a través de varias etapas del desarrollo de un niño. La plena conciencia autorreflexiva comienza alrededor de las edades de doce a catorce años. Antes de ese momento, tenemos una sed innata de felicidad, pero ninguna experiencia práctica de la presencia de lo divino en nuestro interior. De modo que buscamos la felicidad en otro lugar.

#### Isaías 59:2

Sus culpas han puesto una barrera entre ustedes y su Dios; sus pecados le han hecho cubrirse el rostro.

## Sustitutos de la Presencia Divina

Cuídense de los ídolos...
1 Juan 5:21

Todos hemos pasado por el proceso de nacer y entrar en este mundo con tres necesidades biológicas esenciales: seguridad y supervivencia, poder y control, afecto y estima. Sin la satisfacción adecuada de estas necesidades biológicas, probablemente no sobreviviríamos a la infancia. Dado que la experiencia de la presencia de Dios no está presente a la edad en que comenzamos a desarrollar la autoconciencia, estas tres necesidades instintivas son todo lo que tenemos para construir un programa para la felicidad. Sin la ayuda de la razón para modificarlos, construimos un universo en el que su centro somos nosotros mismos... En consecuencia, juzgamos cualquier objeto que entre a nuestro universo -otra persona o evento- en función de si puede o no proporcionarnos lo que creemos o exigimos ser la felicidad... En el Antiguo Testamento, a los sustitutos de la presencia divina se les llamaban... falsos dioses.

## Éxodo 20:2-5

Yo soy el Señor, tu Dios... No tendrás otros dioses delante de mí. No te harás ningún ídolo en la forma de nada ... No te postrarás ante ellas, ni les rendirás culto, porque yo soy el Señor, tu Dios, un Dios celoso...

## El Comienzo del Proceso Adictivo

# Dios compasivo, sana mi alma

Los niños privados de necesidades de seguridad, afecto y control desarrollan un impulso desesperado por encontrar más y más símbolos de estas necesidades humanas básicas en su cultura. Esto se llama compensación. También puede suceder que cuando las experiencias en la primera infancia son insoportables, se repriman en el inconsciente. El cuerpo parece ser una especie de almacén en el que quedan registradas todas nuestras experiencias -la totalidad de nuestra vida... He aquí, pues, el comienzo de lo que podría llamarse el proceso adictivo, la necesidad de ocultar el dolor que sufrimos en la infancia y que no somos capaces de enfrentar. Lo reprimimos en el inconsciente para aparentemente liberarnos del dolor o desarrollar procesos compensatorios que nos permitan acceder a formas de placer que calmen el dolor al que aún no podemos hacerle frente.

> Apocalipsis 2:9 Conozco tu tribulación y tu pobreza, aunque eres rico...

## El Yo Que Nos Construimos o Falso Yo

¡El Señor conoce nuestros planes y sabe muy bien que son vanos! Salmo 94:11

Debido a las circunstancias, somos motivados a desarrollar un yo construido por nosotros mismos que no se ajusta a la realidad. Todo lo que entre en el mundo que signifique supervivencia y seguridad, afecto y estima, y poder y control -- que son nuestras principales formas de buscar la felicidad-- es juzgado sobre la base de una única pregunta: "¿Es bueno para mí?" Por lo tanto, no juzgamos el bien y el mal basándonos en su realidad objetiva, sino por la forma en que percibimos si éstos encajan o no en nuestro universo privado... El yo que nos construimos, o Falso Yo, como suele llamársele, está programado para ser el causante de la desgracia humana.

Romanos 3:16-17 En sus caminos hay ruina y miseria y no conocen la senda de la paz.

# Buscando la Felicidad en los Lugares Equivocados

## Sólo en Dios descansa mi alma Salmo 62:6

La combinación de dos fuerzas —la búsqueda de la felicidad en la forma de seguridad y supervivencia, afecto y estima, y poder y control, así como la identificación excesiva con el grupo particular al que pertenecemos—complican enormemente nuestros programas emocionales para la felicidad. En nuestra niñez este desarrollo es normal. Como adultos, la actividad que surge de tal motivación es pueril. Sin enfrentar los excesos de la primera infancia y tratar de desmantelarlos o moderarlos éstos continúan ejerciendo una enorme influencia a lo largo de la vida. La distorsión de la naturaleza humana se vuelve habitual y se apoya, como los discípulos del maestro sufi, en otros que están haciendo lo mismo, tratando de hallar la felicidad donde es imposible encontrarla.

Salmo 62:6 Sólo en Dios descansa mi alma, de él me viene la esperanza.

¿Cuál Es el Camino hacia la Felicidad?

¡Arrepiéntanse y crean en la Buena Noticia! Marcos 1:15

Cuando Jesús les dijo a sus primeros discípulos, "Arrepiéntanse", los estaba llamando a cambiar la dirección en la que buscaban la felicidad. "Arrepiéntanse" es una invitación a crecer y convertirse en un ser humano plenamente maduro que ha integrado las necesidades biológicas con el nivel racional de conciencia. El nivel racional de conciencia es la puerta que abre hacia estados superiores: los niveles de conciencia intuitivos y unitivos. Nos abren a la experiencia de la presencia de Dios, que restaura el sentido de felicidad. Entonces podemos tomar posesión de todo lo que fue bueno en nuestra vida temprana y dejar atrás las distorsiones.

Mateo 4:17
"Arrepiéntanse,
porque el Reino de los Cielos está cerca."

# JUNIO 10 Conversión

# Purificame de mis faltas ocultas. Salmo 19:13

La conversión aborda el núcleo del problema. Jesús tiene algunas palabras duras que son incomprensibles a menos que las veamos a la luz del daño que hacen nuestros programas emocionales. Por ejemplo, Jesús dijo: "Si tu pie te escandaliza, córtalo". No estaba recomendando la automutilación, sino recomendando, si tus programas emocionales están tan cerca de ti que los amas tanto como a tu propia mano, pie u ojo, deshazte de ellos. Son programas que conducen a la infelicidad humana y que nunca funcionarán. Interferirán con todas tus relaciones: con Dios, contigo mismo, con las otras personas, con la tierra y con el cosmos.

Salmo 19:13
Pero ¿quién advierte sus propios errores?
Purificame de mis faltas ocultas.

## Consecuencias de la Motivación Inconsciente

## Mi proceder no lo comprendo Romanos 7:15

Los programas emocionales para la felicidad, la identificación exagerada con el propio grupo, y los comentarios que refuerzan nuestras tendencias innatas tienen fuentes tanto en el inconsciente como en el consciente. Por eso San Pablo podía decir: "No hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco." (Rom. 7,15). Si no enfrentamos las consecuencias de la motivación inconsciente --a través de una práctica o disciplina que nos abre al inconsciente-- entonces esa motivación influirá secretamente en nuestras decisiones a lo largo de la vida.

#### Romanos 7:15

Realmente, mi proceder no lo comprendo; pues no hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco.

# Dispuestos a Exponernos al Inconsciente

Mi camino es totalmente de confianza y amor Santa Teresita de Lisieux

Necesitamos una cierta disposición para exponernos al inconsciente. Esto requiere un poco de valor y persistencia. No podemos invocar el inconsciente a voluntad. Con la ayuda de la psicoterapia, quizá podríamos recuperarlo parcialmente. Las noches oscuras descritas por San Juan de la Cruz son mucho más profundas. Normalmente, las emociones necesitan expresarse de alguna manera para poder ser procesadas. Las emociones son energía. Si no se procesan, se convierten en obstáculos en el cuerpo y el sistema nervioso para el libre fluir de nuestros sistemas de energía y de gracia. Cuando no estamos pensando, analizando o planificando y nos colocamos con fe en la presencia de Dios, nos abrimos al contenido del inconsciente.

Mateo 14:27
Pero Jesús les dijo:
"Tranquilícense, soy yo; no teman."

# La Práctica Diaria de Oración Contemplativa

Ayúdame a perseverar, Señor.

Lo más importante es la fidelidad a la práctica diaria de una forma contemplativa de oración como la Oración Centrante. Esto nos expone gradualmente al inconsciente a un ritmo que podemos tolerar y nos coloca bajo la guía del Espíritu Santo. El amor divino nos prepara entonces para recibir el máximo que Dios puede comunicar de su luz interior. Además del lado oscuro del inconsciente, hay todo tipo de energías maravillosas que aún no hemos experimentado y que están esperando ser descubiertas, por ejemplo, talentos naturales, los frutos del Espíritu, los siete Dones del Espíritu y la Inhabitación Divina misma.

#### Hebreos 10:36

Ustedes necesitan constancia para cumplir la voluntad de Dios y entrar en posesión de la promesa.

## La Verdadera Humildad

# La sabiduría está con los humildes. Proverbios 11:2

La travesía contemplativa, por tratarse de la purificación del inconsciente, no es una alfombra mágica para la dicha. Es un ejercicio de dejar ir el falso yo, un proceso de hacernos humildes, porque este es el único yo que conocemos. Dios se acerca a nosotros desde muchas perspectivas diferentes: la enfermedad, la desgracia, la bancarrota, un proceso de divorcio, el rechazo, pruebas internas. Dios no ha prometido quitarnos nuestras pruebas, sino ayudarnos a cambiar nuestras actitudes hacia ellas. Eso es lo que realmente es la santidad. En esta vida, la felicidad se basa en nuestra actitud fundamental hacia la realidad. A veces, una sensación de fracaso es un gran medio para llegar a la verdadera humildad, que es lo que Dios más busca en nosotros.

Mateo 11:29 Aprendan de mí, porque soy manso y humilde de corazón.

## La Transformación de Nuestro Ser Más Íntimo

Cambiaré las tinieblas en luz delante de ellos...
Isaías 42:16

El falso yo busca fama, poder, riqueza y prestigio. El inconsciente es muy poderoso hasta que la luz divina del Espíritu Santo penetra hasta sus profundidades y revela su dinámica. Aquí es donde la gran enseñanza de las noches oscuras de San Juan de la Cruz corresponde a la psicología profunda, sólo que la obra del Espíritu Santo va más allá. En lugar de tratar de liberarnos de lo que interfiere con nuestra vida humana ordinaria, el Espíritu nos llama a la transformación de nuestro ser más íntimo y, en realidad, de todas nuestras facultades, en la forma divina de ser y actuar.

#### 2 Corintios 3:18

Nosotros...estamos siendo transfigurados a su propia imagen con un esplendor cada vez más glorioso, por la acción del Señor, que es Espíritu.

# Asumir la Responsabilidad de Ser Humanos

# Es tiempo de buscar al Señor... Oseas 10:12

Dios nos invita a asumir la responsabilidad de ser humanos y a abrirnos al daño inconsciente que influye en nuestras decisiones y relaciones. Si los psicólogos y los psiquiatras estuvieran en diálogo con las intuiciones de San Juan de la Cruz y de los que experimentan las noches oscuras, podría haber una maravillosa simbiosis de tratamiento. No estamos enfermos sólo por alguna patología fisiológica. Tampoco es sólo una cuestión de pecado; es una cuestión de la condición humana, de la que ninguno de nosotros es inicialmente responsable, pero de la que, al llegar a ser adultos, estamos llamados a serlo

#### Oseas 10:12

Siembren semillas de justicia, cosechen el fruto de la fidelidad, roturen un campo nuevo: es tiempo de buscar al Señor, hasta que él venga y haga llover para ustedes la justicia.

## Amistad con Dios

Yo los llamo amigos... Yo los elegí a ustedes Juan 15:15-16

¿Cómo cultivamos cualquier amistad? Pasando tiempo con las personas que nos atraen. Hay etapas en el desarrollo de cualquier relación, comenzando por conocernos, que es un poco incómodo; la familiaridad, que es más agradable; la amistad, que es un compromiso; hasta llegar a diversos niveles de unión y unidad que restauran el estado de intimidad que se perdió simbólicamente en el Jardín del Edén. Aquí estamos bajo la influencia de impulsos inconscientes de diversa intensidad que a su vez influyen en nuestras decisiones y relaciones con otras personas y las dañan. La oración contemplativa es una profundización de la fe, que va más allá de los pensamientos y conceptos. Solamente escuchamos a Dios, abiertos y receptivos a la presencia divina en nuestro interior como nuestra fuente. No escuchamos con miras a oír algo, sino con miras a tomar conciencia de los obstáculos que se oponen a nuestra amistad con Dios.

#### Isaías 57·14

Entonces se dirá: ¡Abran paso, abran paso, preparen un camino, quiten los obstáculos del camino de mi Pueblo!

# Los Recuerdos Dolorosos Reprimidos

Dios...los llamó... a su admirable luz. 1 Pedro 2:9

La oración contemplativa comienza moderadamente, pero en cuanto empieza a alcanzar cierta intensidad, nos abre al inconsciente. Los recuerdos dolorosos que hemos olvidado o reprimido comienzan a llegar a la conciencia. Pueden llegar a la conciencia las emociones primitivas que sentimos de niños y que hemos estado compensando. ¿Cómo debemos manejar estas emociones aflictivas? Enfrentándolas. Sintiéndolas. Tenemos que permitir que se hagan conscientes una vez más los sentimientos que han sido reprimidos, para poder dejarlos atrás para siempre. La mayor parte de las veces no requieren psicoterapia; sólo necesitan ser evacuados.

#### 1 Pedro 2:9-10

Dios... los llamó de las tinieblas a su admirable luz.

Ahora ustedes son el pueblo de

Dios... ahora han recibido misericordia.

# La Oración Contemplativa Sana a Toda la Persona

El Señor responderá... "Aquí estoy." Isaías 58:9

Es cierto que algunos problemas son tan graves que requieren ayuda psiquiátrica. Es importante que exista una colaboración entre los guías espirituales y los profesionales de la psicología. Si estamos hablando de la salud de un ser humano, no estamos hablando sólo del cuerpo o ni siquiera de las emociones; estamos hablando de toda la gama del potencial humano, incluida la salud espiritual. Todo tiene que ser tratado a la vez si queremos mejorar. Esto es lo que hace la oración contemplativa. Pero no actúa sola. Sus frutos deben penetrar la vida diaria.

#### Isaías 58:8-9

Entonces despuntará tu luz como la aurora y tu llaga no tardará en cicatrizar... Entonces llamarás, y el Señor responderá; pedirás auxilio, y él responderá: "¡Aquí estoy!".

# La Terapia Divina

En tu Presencia, Señor, soy curado.

El Evangelio nos introduce en la terapia divina para la enfermedad de la condición humana en forma de la oración contemplativa, que aborda no sólo las distorsiones de nuestro comportamiento consciente, sino también las dinámicas del inconsciente... La terapia divina, como Alcohólicos Anónimos, se basa en tomar conciencia de que sabemos dónde estamos y que nuestra vida es inmanejable. Es posible que llevemos una vida relativamente normal, pero no experimentamos la verdadera felicidad, que proviene de dejar ir los obstáculos a la consciencia de la presencia divina... A menos que nuestros programas egoístas de felicidad hayan comenzado a ser desmantelados por una práctica o disciplina espiritual, no nos damos cuenta de que los eventos y las personas, o nuestros planes y recuerdos dominan nuestra consciencia de la mañana a la noche.

#### Romanos 8:5-6

Los que viven según la carne desean lo que es carnal; en cambio, los que viven según el espíritu, desean lo que es espiritual. Ahora bien, los deseos de la carne conducen a la muerte, pero los deseos del espíritu conducen a la vida y a la paz.

# La Presencia de Dios es la Verdadera Seguridad

Aquiétate y sabrás que yo soy Dios! Salmo 46:10

Supongamos que a través de una práctica como la Oración Centrante, que nos prepara para la contemplación y que es el verdadero espacio donde se desarrolla la terapia divina, dedicamos cada día media hora a la soledad y al silencio, sólo para estar con Dios y con nosotros mismos (sin saber aún quiénes somos). Como resultado del profundo descanso y silencio que se obtiene a través de dicha práctica, nuestros programas emocionales comienzan a relativizarse. Fueron diseñados en un momento en que no conocíamos la bondad y la afirmación de la presencia de Dios. La presencia de Dios es la verdadera seguridad. Realmente no hay ninguna otra.

Salmo 46:1 Dios es nuestro refugio y fortaleza, una ayuda siempre pronta en los peligros.

#### La Verdadera Libertad

¡Silencio delante de mí...! Isaías 41:1

A través de una práctica como la Oración Centrante, comenzamos a experimentar la conciencia espiritual. La vida ordinaria se convierte entonces en una mala película en la que no nos identificamos con los personajes ni con la trama. Podemos levantarnos e irnos - algo que no podemos hacer en la vida diaria cuando nos identificamos excesivamente con nuestro flujo ordinario de conciencia y sus contenidos. Esa es la tiranía interior, que se opone a la verdadera libertad. La libertad de los hijos de Dios significa que podemos decidir qué hacer con respecto a lo que sucede. Nuestra motivación en la vida es cada vez más equilibrada, en lugar de estar dominada por nuestros habituales deseos de ser estimados, de controlar, de sentirnos seguros.

2 Corintios 3:17
Porque el Señor es el Espíritu,
y donde está el Espíritu del Señor,
allí está la libertad.

# Un Descanso Más Profundo que el Sueño

Oigo a mi amado que golpea la puerta. Cantar de los Cantares 5:2

Una vez que se ha establecido una práctica regular de Oración Centrante, nos movemos normalmente, en cada período de oración, hacia un lugar de descanso donde nuestras facultades están relativamente tranquilas y quietas. Los pensamientos se suceden uno tras otro, pero a medida que aprendemos a ignorarlos, comenzamos a disfrutar de una percepción de la presencia divina. Más allá de nuestro pensamiento y experiencia emocional está la realidad más profunda del nivel espiritual de nuestro ser. Es otra forma de conocer la realidad, que es diferente de la conciencia psicológica ordinaria. Como resultado, no sólo la mente está tranquila y descansa de las preocupaciones ordinarias de la vida cotidiana, sino que el cuerpo también comienza a descansar, un descanso que es más profundo que el sueño.

Cantar de los Cantares 5:2 Yo duermo, pero mi corazón vela: oigo a mi amado que golpea la puerta. "¡Ábreme... mi amada, paloma mía, mi preciosa!"

# La Terapia Divina

Yo he visto sus caminos, pero los sanaré... Isaías 57:18

La paradoja es que nunca podemos cumplir plenamente con nuestro papel hasta que estemos listos para dejarlo ir. No somos lo que pensamos que somos. Tenemos que descubrirlo, y la mejor forma de hacerlo, o al menos la forma menos dolorosa, es a través del proceso que llamamos la travesía espiritual. Esto requiere enfrentar el lado oscuro de nuestra personalidad y la inversión emocional que hemos hecho en falsos programas de felicidad y en nuestro propio condicionamiento cultural. Descansar en la Oración Centrante nos proporciona una curación profunda. Para ser realmente sanado se requiere que permitamos que nuestro lado oscuro se haga plenamente consciente, y luego dejarlo ir y entregárselo a Dios. La terapia divina es un acuerdo que hacemos con Dios. Reconocemos que nuestras propias ideas sobre la felicidad no van a funcionar, y entregamos nuestras vidas por completo a Dios.

Isaías 57:18

Yo he visto sus caminos, pero los sanaré, los guiaré y los colmaré de consuelos...

# Entrégate a la Terapia Divina

Que él haga en nosotros lo que es agradable a sus ojos... Hebreos 13:21

Someternos a la terapia divina es algo que nos debemos a nosotros mismos y al resto de la humanidad. Si no permitimos que el Espíritu de Dios aborde los niveles profundos de los apegos a nosotros mismos y a nuestros programas de felicidad, derramaremos sobre el mundo los elementos negativos de nuestro egocentrismo, lo cual añade a los conflictos y desastres sociales que provienen de la identificación excesiva con las inclinaciones y prejuicios de nuestra cultura y nuestra crianza. Esto se vuelve más importante a medida que avanzamos hacia una cultura global y hacia un creciente pluralismo de creencias religiosas.

#### Hebreos 13:20-21

Que el Dios de la paz... nos capacite para cumplir su voluntad, practicando toda clase de bien. Que él haga en nosotros lo que es agradable a sus ojos, por Jesucristo, a quien sea la gloria por los siglos de los siglos. Amén.

# JUNIO 26 ¡Crece!

# Acójanse mutuamente... Romanos 15:7

¿Qué vamos a hacer cuando estemos rodeados de personas cuyos sistemas de creencias sean bastante diferentes de los nuestros? ¿De dónde vendrá nuestro apoyo? En lugar de encontrar apoyo que confirme nuestro propio sistema de creencias, podríamos mejor buscar la diferenciación que nos permita ser completamente nosotros mismos, incluyendo la aceptación de nuestras limitaciones. A medida que nos damos cuenta de la dinámica de nuestro inconsciente, podemos recibir a las personas y los eventos tal como son, en lugar de filtrarlos a través de lo que nos gustaría que fueran, o lo que esperamos o exigimos que sean. Esto requiere dejar de lado los apegos, las aversiones, los "debería" y las exigencias que imponemos a los demás y a la vida, que reflejan la mentalidad de un niño, en lugar de la de un adulto.

Romanos 15:7 Acójanse mutuamente, como Cristo los acogió a ustedes...

# JUNIO 27 El Mal y la Humildad

"Líbranos del mal..."

Mateo 6:13

Ninguno de nosotros sabe, hasta que hemos pasado por problemas difíciles y tragedias, lo que haríamos en una situación extrema. Una vez asistí a un panel de discusión de personas que habían sufrido durante el Holocausto y otras opresiones bárbaras de este siglo. Una mujer en el panel había sobrevivido al Holocausto, pero sus padres habían sido asesinados. Había fundado una organización humanitaria para evitar que se repitieran tales horrores y mencionó casualmente: "Sabes, no podría haber fundado esa organización a menos que supiera que, si la situación hubiese sido un poco diferente, yo podría haber hecho las mismas cosas que los nazis les hicieron a mis padres y a los demás en el campo de concentración". Esta mujer, me parece, tenía verdadera humildad: el conocimiento de uno mismo, capaz de percibir claramente que, con solo un pequeño cambio de circunstancias, uno es capaz de cualquier mal.

> Mateo 6:13 No nos dejes caer en la tentación, sino líbranos del mal

### Perseverando Cuando Dios Parece Estar Distante

Y tú, Señor, ¿hasta cuándo...? Salmo 6:3

LNuestro acuerdo con el terapeuta divino es permitir que el Espíritu Santo nos conduzca a la verdad sobre nosotros mismos. Este período inicial de conversión corresponde a la primavera de la vida espiritual, cuando la oración es fácil y tenemos gran energía para seguir diversas formas de servicio social. A medida que comenzamos a confiar más en Dios, nos liberamos un poco de nuestros vicios y a menudo podemos experimentar una gran sa-tisfacción en nuestros empeños espirituales. Cuando Dios decide que estamos listos, nos invita a un nuevo nivel de autoconocimiento. Dios retira los consuelos iniciales de la conversión, y quedamos sumidos en la oscuridad, la sequedad espiritual y la confusión. Pensamos que Dios nos ha abandonado... Luego viene un período de paz, disfrutamos de una nueva libertad interior, y experimentamos la maravilla de nuevas percepciones. Eso lleva tiempo. Rara vez hay un movimiento repentino a un nuevo nivel de conciencia permanente. ¿Qué sucede cuando llegamos al fondo de la pila de nuestra basura emocional? Estamos en unión divina. No hay ningún otro obstáculo.

#### Romanos 4:20

Abraham no dudó de la promesa de Dios, por falta de fe, sino al contrario, fortalecido por esa fe, glorificó a Dios.

# ¿Quién Eres?

### Es necesario que él crezca y que yo disminuya Juan 3:30

Mientras estemos identificados con algún rol o imagen pública, no somos libres de manifestar la pureza de la presencia de Dios. Parte de la vida es un proceso de abandonar cualquier papel, por digno que sea, con el que te identificas. Ése no eres tú. Tus emociones no son tú. Tu cuerpo no eres tú. Si no eres esas cosas, entonces ¿quién eres?... El completo abandono de nuestro propio papel consiste en no tener un vo como punto fijo de referencia; es la libertad de manifestar a Dios a través de la propia singularidad... Ser nadie es serlo todo. En cierto sentido, es ser Dios. Para los cristianos, es ser una especie de quinto evangelio: convertirnos en la palabra de Dios y manifestar a Dios en lugar del falso yo, con sus programas emocionales de felicidad y su apego a varios roles, incluso el más espiritual. Cuando te has liberado de todos ellos, estás en un espacio que está, a la vez, vacío del yo y lleno de Dios... Si no nos hemos experimentado como amor incondicional, aún falta camino por recorrer, porque eso es lo que realmente somos.

Juan 3:30 Es necesario que él crezca y que yo disminuya.

#### La Humillación del Falso Yo

Dios...da su ayuda a los humildes.

Todo movimiento hacia la humillación del falso yo, si lo aceptamos, es un paso hacia la libertad interior y la resurrección interior. Esta nueva libertad no es control; es la libertad de no exigir de la vida aquello que antes sentíamos que era esencial para nuestra particular idea de la felicidad. La terapia divina es un proyecto extraordinario. Sólo Dios pudo haberlo ideado, y sólo Dios puede persuadir a la gente para que lo acepte. No digo que esto necesariamente le sucederá a todo el mundo. Pero se nos ofrece la oportunidad. La prioridad que le damos a la invitación depende de nosotros.

1 Pedro 5:5-6

Dios ... da su ayuda a los humildes. Humíllense bajo la mano poderosa de Dios, para que él los eleve en el momento oportuno.



# Julio: Frutos y Dones del Espíritu

#### JULIO 1

### La Inhabitación Divina

Dios vive en nosotros...
1 Juan 4:12

El comienzo, el medio y el fin de la travesía espiritual se caracterizan por la convicción de que Dios está siempre presente. A medida que avanzamos en este camino, percibimos cada vez más la presencia de Dios. Cuando salimos de la infancia y desarrollamos una conciencia plenamente auto reflexiva, la forma en la que concebimos la presencia de Dios en nosotros es usualmente vaga y primitiva. La travesía espiritual es un proceso gradual de expansión de nuestra relación emocional, mental y física con la realidad divina que está presente en nosotros, pero que no es accesible de ordinario a nuestras emociones o conceptos... El principio teológico fundamental de la travesía espiritual es la Inhabitación Divina. La Trinidad está presente en nuestro interior como la fuente de nuestro ser en todo nivel

#### 1 Juan 4:12

Nadie ha visto nunca a Dios; pero si nos amamos los unos a los otros, Dios vive en nosotros y su amor se completa en nosotros.

### En el Silencio de Nuestro Corazón

En el Silencio de Nuestros Corazones [Maranatha] ... Ven, Señor Jesús Apocalipsis 22:20

Nuestra oración, como contemplativos, es el constante ejercicio de la fe, la esperanza y la caridad (el Amor Divino), y tiene lugar en el silencio de nuestro corazón al escuchar la Palabra de Dios – no sólo con nuestros oídos o con nuestras mentes, sino con nuestro ser más íntimo. Dios habla mejor por medio del silencio. Esto no significa que no tengamos pensamientos no deseados durante la oración, sino que regresamos una y otra vez al consentimiento esencial de la propia entrega y confianza. Le decimos "sí" a esa presencia, y cada tanto alcanzamos la unión con ella, al identificar la divina presencia en la humanidad de Cristo con la divina presencia en nuestro interior. Cuando decimos "Ven, Señor Jesús," deberíamos recordar que Cristo ya está aquí, y que su venida significa que se vuelve cada vez más presente a nuestra conciencia.

### Juan 1:38, 39

El se dio vuelta y, viendo que lo seguían, les preguntó: "¿Qué quieren?". Ellos le respondieron: "Rabbí –que traducido significa Maestro– ¿dónde vives?" "Vengan y lo verán", les dijo...

# Purificación y Oración Contemplativa

El Espíritu... intercede por nosotros... Romanos 8:26

A menudo uso el ejemplo de la escalera caracol como símbolo de la purificación que gradualmente tiene lugar gracias a la oración contemplativa. Al hacerlo, mi intención es sugerir que cada vez que nos movemos a un nuevo nivel de reconocimiento de nuestra debilidad y dependencia de Dios para todo, experimentamos una suerte de resurrección interior. Para ponerlo en los términos de los Doce Pasos de Alcohólicos Anónimos, cuanto más nos damos cuenta de lo "inmanejable" que es nuestra vida – lo incapaces que somos de practicar las virtudes e imitar a Jesús – más la vida se convierte en una aventura, al permitir que el Espíritu nos mueva y nos acompañe en la vida diaria

#### Romanos 8:26-27

El Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad... El Espíritu intercede por nosotros... Y el que sondea los corazones conoce el deseo del Espíritu y sabe que su intercesión...está de acuerdo con la voluntad divina.

# Frutos y Dones del Espíritu

### El Espíritu da vida 2 Corintios 3:6

El Espíritu está presente para nuestro ser más íntimo todo el tiempo, invitándonos a dejar ir nuestros proyectos centrados en nosotros mismos, y a permitir que el Espíritu sea de donde surgen nuestras acciones en cada nivel. Con esa clase de confiada dependencia del Espíritu, cada vez que aceptamos reconocer nuevamente nuestra debilidad y falta de virtud ocurre una nueva resurrección. Ésta se manifiesta al experimentar los frutos y dones del Espíritu. Los Frutos son el primer indicador de nuestra transformación en Cristo. A medida que descendemos por la escalera caracol hacia las profundidades de nuestro propio ser y al centro de nuestra propia nada, los Siete Dones del Espíritu, que son frutos aún más maduros, comienzan a manifestarse.

Juan 11:25

Jesús dijo: "Yo soy la Resurrección y la Vida!

# La Presencia del Espíritu

Dejémonos conducir por el Espíritu. Gálatas 5:25

El Espíritu está presente gracias a nuestro bautismo, cuando fuimos ungidos con Él. Lamentablemente, cuando no estamos disponibles para el Espíritu suponemos que es el Espíritu el que está ausente. El poder del Espíritu se intensifica en el sacramento de la Confirmación, cuando los Siete Dones del Espíritu nos son explícitamente transmitidos. Nuestro inconsciente contiene el trauma emocional de toda una vida (que hemos reprimido) como también enormes niveles de energía y creatividad. Cada suceso significativo en nuestra historia de vida queda grabado en nuestro cuerpo y sistema nervioso. El material emocional de nuestra vida que no hemos digerido debe ser eliminado para que el libre flujo de la gracia y las energías naturales y espirituales que están en el inconsciente puedan manifestarse. Estas energías aparecen como cualidades de amor, alegría, paz, magnanimidad, afabilidad, fidelidad, bondad, confianza, mansedumbre y temperancia.

### Gálatas 5:22-23, 25

Por el contrario, el fruto del Espíritu es: amor, alegría y paz, magnanimidad, afabilidad, bondad y confianza, mansedumbre y temperancia... Si vivimos animados por el Espíritu, dejémonos conducir también por él.

El Primer Fruto del Espíritu: La Caridad

Él exulta de alegría a causa de ti.... Sofonías 3:17

El primer fruto del Espíritu es la Caridad, o, en griego, Agape, que significa el amor que se da a sí mismo como opuesto al amor que busca algo para sí. La mayoría de nosotros ama deseando algo o a alguien. Éste es el tipo de amor que los griegos llamaron Eros, una clase de amor necesaria y poderosa, pero que debe poder transformarse para llegar al amor que se entrega a sí mismo y que el Evangelio llama caridad. La caridad no consiste en dar limosna. Consiste, en cambio, en participar del amor incondicional de Dios... El aumento de la caridad nos lleva a entregarnos a Dios y a amar compasivamente a los demás. La cualidad del amor de Cristo es la Fuente de su vitalidad: la continua y tierna conciencia de la presencia de Dios es su recompensa... ¿De dónde proviene esa caridad? Es infundida en nosotros en el silencioso semillero de la oración contemplativa.

> Romanos 5:5 El amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo.

# El Segundo Fruto del Espíritu: la Alegría

La alegría en el Señor es la fortaleza de ustedes. Nehemías 8:10

El segundo Fruto del Espíritu es la alegría. La alegría es una sensación persistente de bienestar, que surge de la experiencia de una relación consciente con Dios. Es señal de haberse liberado del falso yo y de tener una conciencia cada vez mayor del verdadero yo. De la alegría fluye la libertad para aceptar el momento presente y su contenido sin tratar de cambiarlo. La dicha puede describirse como la plenitud de la alegría. Es la sensación permanente de ser amado por Dios, y de estar permanentemente establecido en su presencia. Es la experiencia del agua viva que fluye de la divina Fuente en nuestro ser más íntimo, y de la que habló Jesús en el Evangelio de Juan.

#### Juan 7:37-39

"El que tenga sed, venga a mí; y beba. El que cree en mí, como dice la Escritura: De su seno brotarán manantiales de agua viva". Con esto se refería al Espíritu, que los que creían en Él recibirían más tarde.

#### MILIO 8

El Tercer Fruto del Espíritu: la Paz

### Les doy mi paz Juan 14:27

El tercer Fruto del Espíritu es la Paz. La paz es la persistente sensación de contento que proviene de saberse enraizado en Dios, a la vez que estamos totalmente conscientes de nuestra propia insignificancia. Es un estado que perdura más allá de los altibajos de la vida, más allá de las emociones de alegría o pena. En el nivel más profundo sabemos que todo está bien, que todo es simplemente lo que debe ser, a pesar de que las apariencias indiquen lo contrario. En todo momento podemos orar con Jesús, "Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu." (Lucas 23:46)

### Filipenses 4:7

Entonces la paz de Dios, que supera todo lo que podemos pensar, tomará bajo su cuidado los corazones y los pensamientos de ustedes en Cristo Jesús.

### El Cuarto Fruto del Espíritu: La Mansedumbre

¡Haz que me parezca a Ti, Jesús! Santa Teresita de Lisieux

El cuarto Fruto del Espíritu es la Mansedumbre (bondad). Ser manso es estar libre de la energía de la hostilidad, el odio o los estallidos de furia. La ira es necesaria para la salud humana y para el crecimiento. Pero necesita ser transmutada en una capacidad cada vez mayor para perseverar en la consecución del bien que es dificil de lograr, especialmente los inmensos bienes del camino espiritual y de la imitación de Cristo. Crecer en mansedumbre nos abre a la continua conciencia de la presencia de Dios y a la aceptación de todas las personas con sus limitaciones. No aprobamos el daño que otros puedan hacer, sino que los aceptamos como son y estamos dispuestos a ayudar siempre que sea posible – pero sin tratar de cambiarlos. Tambien nos conformamos con nuestra propia incapacidad para cambiarnos a nosotros mismos como nos gustaría, a la vez que continuamos haciendo lo que podamos por mejorar, confiando cada vez más en Dios y cada vez menos en nuestros propios esfuerzos.

### Mateo 5:1-2, 5

Sus discípulos se acercaron a él. Entonces tomó la palabra y comenzó a enseñarles, diciendo: "Bienaventurados los mansos, porque ellos poseerán en herencia la tierra."

El Quinto Fruto del Espíritu: La Fidelidad

### Todo por Tí, dulce Jesús Oración infantil

El quinto Fruto del Espíritu es la Fidelidad. La fidelidad es la expresión dinámica de la mansedumbre. Es el ofrecimiento diario de nosotros mismos y de todas nuestras acciones a Dios, basado en la compasión por los demás y, especialmente, en el servicio a sus necesidades concretas. Sirve a Dios sin detenerse a pensar en lo que Dios o los demás harán por uno mismo, y persevera en dar sin esperar nada a cambio. Nuestra normal necesidad de afirmación viene ahora de un nuevo lugar: la convicción cada vez mayor de ser amados por Dios, que reduce enormemente el deseo de recibir la aprobación humana.

1 Corintios 16:14 Todo lo que hagan, háganlo con amor.

# El Sexto Fruto del Espíritu: la Amabilidad Ayúdame a aprender el camino amable de Dios

El sexto fruto del Espíritu es la amabilidad. La amabilidad es una participación en el modo en que Dios hace las cosas, que es a la vez delicada y firme, y sostiene a toda la creación con su enorme diversidad, aunque sin esfuerzo. Trabajamos más que nunca al servicio de Dios, y sin embargo sentimos que estamos tomando distancia v mirando cómo Dios hace suceder las cosas según Su voluntad, tanto en nosotros mismos como en los demás. Nuestros ansiosos esfuerzos por servirlo y nuestra angustiosa búsqueda de Dios cesan. Como Dios, trabajamos y a la vez estamos en reposo. Trabajamos duramente, pero sabemos por experiencia, incluso por amarga experiencia, que nuestros esfuerzos no conducen a ninguna parte a menos que Dios haga que fructifiquen. Por lo tanto, la vanidad, los celos y las peleas – que muchas veces acompañan aún a nuestros esfuerzos espirituales – desaparecen gradualmente, dejando en su lugar la inmensa libertad de ser simplemente quién somos y de servir a las necesidades específicas de los que nos rodean.

> Mateo 11:29 Aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón.

El Séptimo Fruto del Espíritu: la Bondad

Todo lo que Dios ha creado es bueno. 1 Timoteo 4:4

El séptimo Fruto del Espíritu es la bondad. La bondad es la afirmación de que la creación es buena, y a la vez es la percepción de unidad con el universo y con todo lo creado. Es la disposición que nos hace percibir los eventos, aún las circunstancias trágicas de la vida, como manifestaciones del amor de Dios. Reconoce la belleza de toda la creación a pesar del daño que el egoísmo humano le ha impuesto. Como resultado, abunda en nuestros corazones la gratitud hacia Dios, y nuestras relaciones con los demás y con los altibajos de la vida diaria se caracterizan por una actitud positiva.

Salmo 27:13
Yo creo que contemplaré la bondad del Señor en la tierra de los vivos.

El Octavo Fruto del Espíritu: la Paciencia

Pidan y se les dará... Mateo 7:7

El Octavo Fruto del Espíritu es saber esperar en medio del sufrimiento (la paciencia). Saber esperar en medio del sufrimiento es la certeza de la fidelidad inquebrantable de Dios a sus promesas. Nuestra seguridad ya no se basa en nada que podamos poseer o lograr, sino en nuestra convicción de la protección infalible de Dios y su disposición a perdonar. Por lo tanto, no somos fácilmente perturbados por los altibajos de los sucesos humanos y nuestras reacciones emocionales a ellos. Seguimos sintiendo lo que sentimos, a veces más fuertemente que nunca, pero estos sentimientos ya no dominan nuestra conciencia o nuestra actividad. Nos contentamos con esperar confiadamente que Dios nos ayude en cada situación, especialmente durante períodos prolongados de aridez y en las noches oscuras. Hemos interiorizado las palabras del Evangelio "Pidan y se les dará; busquen v encontrarán; v al que llama se le abrirá."

Mateo 7:7
"Pidan y se les dará; busquen y encontrarán; y al que llama se le abrirá."

### El Noveno Fruto del Espíritu: la Templanza

### La misericordia del Señor no se extingue Lamentaciones 3:22

El noveno Fruto del Espíritu es la Templanza. La templanza como fruto del Espíritu no significa que nuestra voluntad domine nuestras emociones. Es, en cambio, ser conscientes de la constante presencia de Dios, y resulta de la infusión del inalterable amor de Dios. Por lo tanto, cesa nuestra anterior necesidad compulsiva de seguridad, afecto, estima, poder y posición social. En particular, no hay energía para la actividad sexual sin un compromiso y un amor genuinos. Cuando Moisés le preguntó a Dios quién era, sobrevino la respuesta, "YO SOY EL QUE SOY." Este texto aún está siendo investigado por los académicos, pero un probable significado es "Yo soy para ti". La seguridad interior del inquebrantable amor de Dios aumenta nuestra libertad de elección y acción. Desde esa libertad interior surge espontáneamente la templanza. Sabemos que, a pesar de nuestras debilidades, Dios nos dará la fuerza para superar toda las pruebas y tentaciones.

> Lamentaciones 3:22 La misericordia del Señor no se extingue, ni se agota su compasión.

# Los Siete Dones del Espíritu

Doy la bienvenida a la Fe, la Esperanza y el Amor Divino

Los Siete Dones del Espíritu... son acciones y movimientos del Espíritu que nos purifican y nos elevan a un modo divino de conocer por medio del desarrollo de las virtudes teologales de la Fe, la Esperanza y la Caridad (Amor Divino), que son las virtudes transformadoras en el paradigma cristiano. Isaías 11:2 enumera esos dones como Sabiduría, Inteligencia, Consejo, Fortaleza, Ciencia, Temor de Dios y Piedad. El Espíritu Santo, por medio de los Dones, es nuestro guía especial en la práctica de la Oración Centrante y los otros programas que la acompañan y que tienen el propósito de llevar sus efectos a la vida diaria. La presencia del Espíritu Santo en nuestro interior siempre nos está invitando a escuchar las sutiles inspiraciones que gradualmente se hacen cargo de todos los aspectos de nuestra vida, para transformarlos de expresiones de nuestro falso yo en manifestaciones del verdadero yo y de la infinita bondad y ternura del Padre.

#### Efesios 4:24

Revestirse del hombre nuevo, creado a imagen de Dios en la justicia y en la verdadera santidad.

# Implorando el Supremo Don del Espírito

Envías tu aliento...
Salmo 104:30

¿Qué estamos haciendo, en realidad, cuando nos sentamos a hacer Oración Centrante y nos abrimos a la presencia y acción de Dios en nuestro interior? Nos estamos abriendo a la presencia de Dios y consintiendo a Su acción. La acción de Dios es la obra del Espíritu Santo en nuestra particular encarnación en este mundo... Imploramos el supremo don del Espíritu simplemente al consentir a la voluntad y acción de Dios.

Salmo 104:30 Si envías tu aliento, son creados, y renuevas la superficie de la tierra.

#### El Comentario de Abba Isaac

### Cólmame de Tu Santo Espíritu

Abba Isaac, uno de los Padres del Desierto y miembro de un movimiento contemplativo laico del siglo IV... explica... "Oramos con la puerta cerrada cuando, sin abrir la boca y en perfecto silencio, ofrecemos nuestras peticiones a Aquel que no presta ninguna atención a las palabras, sino que escudriña nuestros corazones." En otras palabras, Dios mira nuestras intenciones mucho más que nuestra atención. En la Oración Centrante nuestra principal actitud es "Cólmame de Tu Espíritu Santo, el Supremo Don, según tu promesa. No sé cómo pedirlo correctamente, así que me siento aquí, esperando, pidiendo que ores en mí, pidiéndote lo que más deseas conceder, Tu Espíritu Santo.

#### Mateo 6:6

Tú, en cambio, cuando ores, retírate a tu habitación, cierra la puerta y ora a tu Padre que está en lo secreto...

# Cultivando Nuestro Nivel Espiritual

# El amor solo se retribuye con amor Santa Teresita de Lisieux

Es el corazón lo que estamos ofreciendo a Dios en la Oración Centrante, un corazón que implora el Espíritu Santo y que, a la vez, soporta por amor a Dios la debilidad de la naturaleza humana y nuestro propio melodrama personal. Al volver una y otra vez al símbolo sagrado, gradualmente comprendemos que estamos cultivando el nivel espiritual de nuestra conciencia. En este sentido, cada vez que pasamos de un pensamiento al lugar de silencio interior, estamos renovando nuestro amor a Dios. No evaluamos nuestra oración según cuántos pensamientos tengamos, por mucho que éstos nos acosen. En cambio, la evaluamos según la prontitud con la que volvemos muy suavemente a nuestro símbolo sagrado. ¡Por lo tanto, es posible que hayamos efectuado cientos de actos de amor a Dios durante un único período de Oración Centrante! Los Dones del Espiritu Santo crecen en proporción directa a la profundidad y sinceridad de nuestro amor.

#### Lucas 24:32

¿No ardía acaso nuestro corazón mientras nos hablaba...?

#### ЛЛЛО 19

# Consentir a la Presencia de Dios Padre nuestro... que se haga tu voluntad Mateo 6:9–10

Si hacemos hincapié en lo que Dios está haciendo por nosotros, como lo hacemos en la Oración Centrante, comenzamos el camino espiritual desde un lugar diferente del que ha sido tradicional en el pasado. Comenzamos el camino, no con nosotros mismos y con lo que vamos a hacer por Dios, sino con Dios y con lo que Dios está haciendo por nosotros. Consentimos a la presencia de Dios, dejando a Dios decidir qué quiere que hagamos. Dios parece querer descubrir cómo es vivir una vida humana en nosotros, y cada uno de nosotros es la única persona que es capaz de darle esa alegría. Por lo tanto, nuestra dignidad es incomparable. Somos invitados a darle a Dios la oportunidad de experimentar a Dios en nuestra humanidad, en nuestras dificultades, en nuestras debilidades, en nuestras adicciones, en nuestros pecados. Jesús eligió formar parte de la experiencia de vida de todos, cualquiera sea ésta, y elevar a todos a la unión divina

> Hechos 17:28 En él vivimos, nos movemos y existimos...

### El Don de Reverencia

La verdad de Dios permanece en nosotros... 2 Juan 1:1–2

El Don de Reverencia nos mantiene fieles a nosotros mismos y a Dios. Dice la verdad en amor y no retrocede por razones de defensa propia o seguridad. La reverencia no sólo es el miedo de ofender a Dios, inspirado por el amor, sino también la lealtad a nuestra propia integridad personal: a hacer aquello que creemos que es correcto, sin importar lo que esté en juego... A medida que el Don de Reverencia se fortalece, nuestra confianza en Dios se expande. La humildad es un profundo sentimiento de nuestra debilidad e insignificancia, pero a la vez una aún mayor confianza en la infinita misericordia y compasión de Dios. El Don de Reverencia une estos aparentes opuestos.

#### 1 Timoteo 1:15-16

Jesucristo vino al mundo para salvar a los pecadores, y yo soy el peor de ellos. Si encontré misericordia fue para que Jesucristo demostrara en mí toda su paciencia, poniéndome como ejemplo de los que van a creer en él para alcanzar la Vida eterna.

### El Don de Fortaleza

Yo estaré siempre con ustedes... Mateo 28:20

El Don de Fortaleza nos da fuerza para superar importantes obstáculos en el camino del crecimiento espiritual... El Espíritu nos muestra cómo santificar nuestros roles en la vida para permanecer en la divina presencia. Es por eso que los métodos para permanecer en la divina presencia son tan valiosos y necesarios si estamos seriamente comprometidos con el camino espiritual... Poco a poco, el Don de Fortaleza, en conjunto con los otros Dones, trasmuta la energía de la ira diseñada por la naturaleza para nuestra defensa, en entusiasmo por servir a Dios y satisfacer las necesidades de los demás. Ayuda a llevar adelante arduos ministerios y recibe de buen grado las vicisitudes de la vida diaria en lugar de oponerse, resistirlas o permitirse sentimientos de frustración. Establece una cierta firmeza de mente y corazón para hacer el bien y soportar el mal, especialmente cuando es dificil hacerlo. Encuentra su inspiración en la Bienaventuranza "Felices los que tienen hambre y sed de justicia, porque serán saciados" (Mateo 5:6)

> Romanos 12:11 Con solicitud incansable y fervor de espíritu, sirvan al Señor

### El Don de Piedada

El Señor los ha perdonado: hagan ustedes lo mismo Colosenses 3:13

El Don de Piedad suaviza el sentido de reverencia a Dios y la exagerada exigencia con nosotros mismos. Inspira un gran espíritu de bondad y comprensión hacia los demás, mansedumbre para soportar sus defectos, inclinación a perdonar y genuino afecto por ellos. El Don de Piedad despierta en nosotros una actitud como de niño hacia Dios, y también el sentir que todos son nuestros hermanos. Vemos a las personas como compañeros de camino y no como competidores. Una actitud de total perdón hacia todas las personas y todas las cosas es el fruto más maduro del don de la piedad. El sentido de pertenecer a la familia humana en su totalidad sigue creciendo gracias a la oración contemplativa, y esa unidad se extiende al planeta, al medio ambiente y, de hecho, a toda la creación. Empezamos a percibir a todas las cosas en Dios, y a Dios en todas las cosas.

> Efesios 4:32 Sean mutuamente buenos y compasivos, perdonándose los unos a los otros como Dios los ha perdonado en Cristo.

# El Don de Consejo

El Paráclito... les enseñará todo. Juan 14:26

El Don de Consejo no sólo nos sugiere qué hacer a largo plazo, sino qué hacer respecto a los detalles de nuestra vida diaria. Cuanto más abiertos estamos al Espíritu, mas éste se hace cargo de nuestras vidas... En las acciones indicadas por el Espíritu frecuentemente se suceden tres etapas. La primera es que nos sentimos llamados por Dios a hacer algo que requiere gran esfuerzo, y a veces el proyecto es inicialmente muy exitoso. La siguiente etapa es cuando nuestro éxito inicial se transforma en fracaso. Sentimos que hemos cometido un error y nos sentimos humillados. Decidimos nunca más correr un riesgo similar. Finalmente llega el triunfo de la gracia, a menudo totalmente inesperado. Estos tres elementos casi siempre ocurren juntos... todo lo que tenemos que hacer nosotros es dar el primer paso.

Salmo 73:23-24 Tú me has tomado de la mano derecha; me guiarás con tu consejo.

# Una disposición serena

El Espíritu ...los introducirá en toda la verdad. Juan 16:13

El Don de Consejo es una disposición serena para seguir haciendo lo que estamos haciendo o cambiar lo que estamos haciendo. Podemos ignorarlo. Es una sugerencia. Tómenlo o déjenlo. Desarrollar esa sensibilidad requiere de trabajo de nuestra parte para mantener el silencio interior, pero, una vez que se ha establecido, la única instancia en la que tenemos que hacer algo es cuando notamos que ya no estamos en paz. Eso significa que hemos perdido el rumbo. Mientras la paz esté presente, estamos en profunda oración todo el tiempo, ya sea que estemos orando formalmente o no. Bien sea que estemos actuando como consejeros o haciendo trabajo manual, mientras esa sensación interior de serenidad y paz esté presente, Dios nos nos pide que pensemos o juzguemos la situación. Sólo requiere de nuestra parte que mantengamos el rumbo, que hagamos su voluntad en el momento presente.

#### Romanos 12:2

Transfórmense interiormente renovando su mentalidad, a fin de que puedan discernir cuál es la voluntad de Dios: lo que es bueno, lo que le agrada, lo perfecto.

# El Don de Entendimiento y la Realidad

Yo busco tu rostro, Señor. Salmo 27:8

Hay un cierto cáracter de humildad que el Don de Entendimiento nos imparte - más precisamente, que somos propensos a engañarnos, y que nuestra forma de mirar la vida no es la única ni la más precisa. El saber eso nos abre, como la apertura de mente y corazón que buscamos en la Oración Centrante, a la realidad de Dios tal como Dios es... El Don de Entendimiento es una intuición del hecho de que sólo Dios puede satisfacer nuestros anhelos más profundos de felicidad. El Espíritu de Dios, como respuesta a nuestra práctica de la Oración Centrante, nos hace poner en perspectiva la energía que se canaliza en... las frustraciones diarias de nuestros deseos desmesurados. El Espíritu nos dice: "Nunca encontrarás la felicidad en ninguna de tus necesidades instintivas. Sólo son cosas creadas, y las cosas creadas deben servir como trampolín hacia Dios, y no como sustitutos de Dios." El Espíritu nos muestra la verdadera fuente de la felicidad, que es experimentar a Dios de una manera íntima y siempre presente

> Salmo 27:8 Mi corazón sabe que dijiste: "Busquen mi rostro".

# El Don de Entendimiento y la Aflicción Felices los afligidos, porque serán consolados. Mateo 5:5

El Don de Entendimiento corresponde a la Bienaventuranza de los que están afligidos. La razón por la que estamos afligidos es que algo en nuestro interior se da cuenta de que nuestros programas para la felicidad, que se establecieron en nosotros durante nuestra primera infancia, ya no funcionan más. Este es uno de los frutos intuitivos del Don de Entendimiento. Es comprender el daño que estos programas emocionales nos han hecho durante toda nuestra vida hasta ahora. Parte de la aflicción que nos causa el Don de Entendimiento es la bella gracia llamada "lágrimas de contrición". A esta contrición también se la llama compunción. La compunción es el humilde reconocimiento de nuestros fracasos sin que haya ningún sentimiento de culpa asociado a ellos. Si hay sentimientos de culpa asociados, éstos provienen de nuestras neurosis. Cuando hay un sentimiento de amorosa tristeza por haberle hecho daño a los otros y a nosotros mismos, las lágrimas son purificadoras. De ahí la promesa que contiene la Bienaventuranza: Felices los afligidos, porque serán consolados

Mateo 5: 5 Felices los afligidos, porque serán consolados.

# El Don de Entendimiento y la Purificación Porque él sació a los que sufrían sed . Salmo 107:9

El ejercicio de los Siete Dones del Espíritu que llamamos las Bienaventuranzas son las resurrecciones interiores que tienen lugar como resultado de la purificación y humillación del falso yo. Quizá el Don inicial que primero encontramos en la práctica de la Oración Centrante es el Don del Entendimiento, que es el conocimiento de las criaturas en relación con Dios. Ése es precisamente el conocimiento del que carecemos cuando dejamos la infancia, con nuestras diversas maneras de hacerle frente a las experiencias traumáticas. El Don de Entendimiento nos muestra intuitivamente (es decir, no mediante un proceso de razonamiento sino intuitivamente, como fruto de nuestra oración) que sólo Dios puede satisfacernos. Usualmente esto no nos sucede como una súbita revelación sino como resultado de la gradual disminución de nuestros programas para la felicidad y de la desmedida identificación con nuestro condicionamiento cultural El Espíritu viene en nuestra ayuda en la medida en que sinceramente nos entregamos a Dios y obedecemos al Terapeuta Divino.

Salmo 17:15
Pero yo, por tu justicia, contemplaré tu rostro, y al despertar, me saciaré de tu presencia.

# El Don de Ciencia: las Verdades de la Fe Jesús, gracias por Tu Luz.

El Don de Ciencia nos revela lo que está oculto en las grandes verdades de la doctrina cristiana. El Don de Ciencia perfecciona, profundiza e ilumina la fe respecto del significado de las verdades reveladas, agregando nueva profundidad al misterio al que consentimos. Por ejemplo, podría tratarse de algún aspecto de la Santísima Trinidad o de la grandeza de Dios. Podría referirse a la presencia de Jesucristo en la Eucaristía. Podría hablarnos de la infinita misericordia de Dios en el Sacramento de la Reconciliación. En otras palabras, no es meramente algo que creemos o aceptamos. Una característica del Don de Ciencia es que nos brinda una especie de experiencia viva del misterio. Una o dos experiencias de ese tipo pueden durarnos toda la vida y producirnos una impresión tan fuerte que cambia la orientación de nuestra vida espiritual de una vez y para siempre.

# 1 Corintios 2:10,12

Dios nos reveló todo esto por medio del Espíritu, porque el Espíritu lo penetra todo, hasta lo más íntimo de Dios. Y nosotros ... hemos recibido... el Espíritu que viene de Dios, para que reconozcamos los dones gratuitos que Dios nos ha dado.

# El Don de Ciencia: Ver Nuestras Propias Debilidades

Que Tu misericordia brille sobre el mal. Santa Teresa de Ávila

El Don de Ciencia nos da una aguda percepción de las verdades de la fe y a la vez una visión realista de nuestra propia debilidad... Nos transmite la experiencia de nuestra insignificancia y nuestra incapacidad para lograr nada bueno por nuestros propiosmedios...El Don de Ciencia, ya sea que nos llegue por medio de terribles sufrimientos o se desarrolle gradualmente gracias a una vida de oración, nos hace conscientes de que somos capaces de cualquier mal, y que Dios es nuestra fortaleza. Sólo Dios puede protegernos del mal que podríamos hacer si fuéramos puestos en circunstancias de enorme tragedia y sufrimiento. Bajo esta nítida luz no pueden existir la euforia ni el orgullo por nuestros propios dones. No existe ninguna apropiación de nuestros propios talentos, todo eso es quemado hasta desaparecer... al darnos cuenta, con profundidad cada vez mayor, que debemos infinitamente más a Dios y a los demás de lo que alguna vez podremos devolver. La humildad es la relación correcta con Dios. Es a la vez una total dependencia de Dios y la esperanza invencible en la infinita misericordia de Dios.

> Mateo 5:8 Felices los que tienen el corazón puro, porque verán a Dios.

# El Don de Sabiduría: La Perspectiva Divina

Cristo...sabiduría de Dios . 1 Corintios 1:24

El Don de Sabiduría nos brinda la visión que Dios tiene de las cosas, una especie de perspectiva divina de la realidad, que atraviesa los eventos y percibe la divina Presencia en acción, aún en situaciones muy trágicas y dolorosas. Ver a Dios en el sufrimiento es, de hecho, un elevado nivel del Don de Sabiduría. Algunas cosas deben ser aprendidas desde esta perspectiva y no pueden aprenderse de ningun otro modo. El Don de Sabiduría es la fuente de la Bienaventuranza de los que laboran por la paz, aquellos que han consolidado la paz en su interior y que han ordenado su propia y amplia variedad de facultades en una unidad que se rinde a la guía e inspiración de Dios. Ellos son también capaces de crear paz a su alrededor – ya sea en sus familias, en sus comunidades o en sus lugares de trabajo.

Mateo 5:9 Felices los que trabajan por la paz, porque serán llamados hijos de Dios.

# El Don de Sabiduría: la Oración Centrante ¡Gusten y vean qué bueno es el Señor! Salmo 34:9

¿Es realmente posible saborear a Dios? La respuesta es afirmativa, pero no podemos hacerlo por nuestro propio esfuerzo. Sólo podemos prepararnos para ello reduciendo los obvios obstáculos que podamos percibir y permitiendo que la acción del amor divino purifique nuestras motivaciones inconscientes. El Don de Sabiduría ocupa un lugar muy importante en la Oración Centrante, porque es este Don el que causa que, a veces, nuestra oración esté llena de momentos de percepción, gozosos y profundamente silenciosos - un silencio que casi podemos gustar u oir. El Don de Sabiduría comunica el misterio de la presencia de Dios como experiencia personal. Pone fin a cualquier duda acerca del amor de Dios por nosotros que podamos haber acarreado desde nuestra infancia, como algún sentimiento de rechazo o de falta de autoestima. No hay mayor afirmación de nuestra propia bondad que el ser afirmado por la Divina Presencia.

#### Hechos 2:28

"Tú me has hecho conocer los caminos de la vida y me llenarás de gozo en tu presencia".



# Agosto: El Corazón del Mundo

## AGOSTO 1

# El Deseo de Silencio Interior

El Señor...repara mis fuerzas Salmo 23:3

¿Han experimentado alguna vez momentos de silencio interior? ¿Cómo los describirían?¿No hay acaso una sensación de paz muy profunda y abarcadora, una sensación de bienestar y una sutil alegría, todo a la vez? ¿Por qué es un estado tan difícil de mantener, o al que regresar? Parece más fácil olvidar toda la experiencia que ser atormentado por el dolor de quedarnos ante una puerta que parece estar trabada desde adentro. Sin embargo, a pesar de este persistente dolor, el repetir exeriencias de silencio interior es una necesidad que todos tenemos para ser plenamente humanos. Nuestra capacidad para lo trascendente es precisamente lo que nos distingue del resto de la creación visible. Es lo que más nos humaniza.

#### Salmo 23:1-3

El Señor es mi pastor, nada me puede faltar. El me hace descansar en verdes praderas, me conduce a las aguas tranquilas y repara mis fuerzas; me guía por el recto sendero, por amor de su Nombre.

# Cultivar el Silencio Interior

Señor, de mi corazón brota agua viva. Salmo 23:3

Los principales medios que usan los monjes para cultivar el silencio interior – silencio exterior, una cierta soledad v una actitud no posesiva – pueden unirse de forma concentrada, como si fuera una cápsula, para poderla tomar diariamente o varias veces al día. El nombre tradicional para esto es oración contemplativa... La oración contemplativa permite que broten el hambre y la sed de Dios. "El último día, el más solemne de la fiesta, Jesús, poniéndose de pie, exclamó: 'El que tenga sed que venga a mí y beba". Como dice la Escritura: 'De su seno brotarán manantiales de agua viva'. El se refería al Espíritu que debían recibir los que creyeran en él" (Juan 7:37-39). Mediante estas palabras somos invitados a dejar de lado nuestras preocupaciones e ir a Cristo en lo profundo de nuestro ser. Este movimiento y la experiencia que resulta de él son la base de la espiritualidad cristiana.

#### Juan 7:37

El último día, el más solemne de la fiesta, Jesús, poniéndose de pie, exclamó: «El que tenga sed, venga a mí; y beba el que cree en mí. Como dice la Escritura: "De su seno brotarán manantiales de agua viva".

El se refería al Espíritu.

# La Espiritualidad Cristiana

Vengan ustedes solos---para descansar un poco. Marcos 6:31

Todo cristiano, por la gracia del bautismo, tiene la vocación de unidad con el Padre por medio de Cristo en el Espíritu Santo. Todos necesitamos de algún tipo de práctica para hacer realidad esta vocación. Obviamente, no se pueden aplicar las mismas reglas para el modo de vida de las personas que viven en el mundo que las que se aplican a los que viven en un monasterio. Pero todos tenemos que construir nuestra propia clase de recinto en la medida en que lo permitan nuestras obligaciones, dedicándole un cierto tiempo cada día a la oración y a las lecturas espirituales. Quizá también podríamos dedicarle un día por mes, y una semana por año, a estar solos con el Señor. Jesús mismo nos alentó a hacerlo en los Evangelios, cuando dijo a los apostoles...

Marcos 6:31
"Vengan ustedes solos a un lugar desierto,
para descansar un poco".

# El Amor Divino

Ámense los unos a los otros así como yo los he amado.

Juan 13:34

Ser vulnerable significa ser lastimado una y otra vez sin buscar amar menos, sino más...El amor Divino es vulnerabilidad pura -total apertura a dar. Por lo tanto, cuando entra al mundo, ya sea en la persona de Jesús como en la de uno de sus discípulos, es seguro que se va a enfrentar a la persecución – a la muerte, vez tras vez. Pero tambien se encontrará siempre con la alegría de resucitar. Ser vulnerable significa amarnos los unos a los otros como Cristo nos amó. Si no tuviéramos que perdonar a los demás no tendríamos manera de manifestar el perdón de Dios hacia nosotros. Los que nos hieren nos están haciendo un gran favor, porque nos están brindando la oportunidad de pasar a otro la misericordia que hemos recibido. La mejor forma de recibir al amor divino es entregarlo, y cuanto más entregamos más aumentamos nuestra capacidad de recibir.

Juan 13:34
Así como yo los he amado,
ámense también ustedes los unos a los otros.

# La Unidad de la Familia Humana

"¿Y quién es mi prójimo?" Lucas 10:29

Pablo, cuando hablaba de la idea de que el cuerpo humano es una imagen del Cuerpo Místico de Cristo, escribió: "¿Un miembro sufre? Todos los demás sufren con él."(1 Corintios 12:26). La unión orgánica de la familia humana alcanzó una unidad aún mayor al ser incorporada al Hijo de Dios por medio de su encarnación y resurrección. Este ser uno de la familia humana es un aspecto del misterio de Cristo que debe ser enfatizado hoy en día. Hace caso omiso de las diferencias de raza, credo, color, o nacionalidad. Requiere de nosotros que respetemos las diferencias religiosas y culturales en lugar de oponernos a ellas. Más aún, estas diferencias son a menudo complementarias cuando se las interpreta correctamente, y apuntan al Cristo cósmico. La parábola evangélica del Buen Samaritano nos dice que nuestro prójimo es cualquier persona – en cualquier parte– que esté necesitada. En el Antiguo testamento se nos dice...

#### Isaías 58:7

¿No es acaso el ayuno compartir tu pan con el hambriento y dar refugio a los pobres sin techo; vestir al desnudo y no dejar de lado a tus semejantes?

# El Desafío del Sacrificio

"Ustedes tienen que renacer..."

Juan 3:7

Cuando el amor divino se derrama desde la vida interior de la Trinidad a nuestros corazones, inmediatamente se enfrenta con nuestro falso yo y experimentamos un conflicto. Surge una lucha entre esa pura bondad – total entrega – y la arraigada posesividad, agresividad y egocentrismo que son tan característicos de nuestra condición presente. Por lo tanto, en el centro mismo de la vida existe el desafío del sacrificio, de morir a nuestra condición presente para poder elevarnos a otro nivel de vida. Esto solo puede suceder al dejar ir el falso yo. El sufrimiento y la muerte no son enemigos sino puertas que conducen a nuevos niveles de conocimiento y amor. A menos que estemos dispuestos a sacrificar lo que tenemos ahora, no podremos crecer. Crecemos muriendo y volviendo a nacer: muriendo a donde estamos ahora y renaciendo en un nuevo nivel.

#### Juan 3:5

Jesús le respondió: "Te aseguro que el que no nace del agua y del Espíritu no puede entrar en el Reino de Dios. Lo que nace de la carne es carne, lo que nace de Espíritu es espíritu. No te extrañes de que les haya dicho: "Ustedes tienen que nacer de nuevo."

# Vaciar el Falso Yo

Amante, Creador, Sanador, brilla a través de nosotros.

Cuando nos esforzamos en dejar ir nuestros propios deseos, nuestra visión del mundo, nuestra propia imagen, y todo lo que compone el falso yo, realmente estamos participando en el vaciamiento de si mismo de Cristo, como lo describió Pablo. Estamos vaciándonos del falso yo, de modo que nuestro verdadero yo, que es la vida de Cristo en nosotros, pueda expresarse en y por medio de nuestras facultades humanas. Y podemos hacerlo porque Él entregó su vida al Padre, y a la vez entregó el Espíritu Santo a la familia humana. Jesús dijo: "El que quiera venir tras de mí, que renuncie a sí mismo, que cargue con su cruz y me siga." (Mateo 16:24) ¿Qué es ese "sí mismo"? Son nuestros pensamientos, sentimientos, nuestra imagen y nuestro modo de ver el mundo. Jesús agregó: "Porque él que quiera salvar su vida, la perderá; y el que pierda su vida a causa mía, la encontrará." (Mateo 16:25) Es decir, encontrará la vida eterna, la vida de Cristo, que fluye desde nuestro interior

#### Mateo 16:24-25

"Si alguien quiere ser mi discípulo, tiene que renunciar a sí mismo, tomar su cruz y seguirme. Porque el que quiera salvar su vida, la perderá; pero el que pierda su vida por mi causa, la encontrará."

# Participar de la Vida Divina

Se ensanchará tu corazón. Isaías 60:5

Jesús... es totalmente humano, cuerpo, alma y espíritu. Y sin embargo creemos, como cristianos, que éste es el Hijo de Dios. Sin confundir sus naturalezas divina y humana, es el absoluto en forma humana. Quizá podamos comprender más claramente la identidad de Jesús como Hijo de Dios si pensamos en términos de la revelación de la Trinidad. Esa revelación afirma lo que los místicos de todas las religiones han intuido: que la naturaleza esencial del ser infinito es el amor. Dios, la Realidad Máxima, el Absoluto, de algún modo más allá de nuestra comprensión, es una comunidad de personas. Así como el Padre tiene vida en Sí mismo y la hace fluir a su Hijo, y se regocijan juntos en la procesión del Espíritu Santo, también el Hijo, que tiene vida en sí mismo, comparte esta vida divina con toda la familia humana, dándole el fluir del Espíritu Santo, e invita a todos al banquete de la vida eterna

> Isaías 60:5 Al ver esto, estarás radiante, palpitará y se ensanchará tu corazón.

# AGOSTO 9 La Divina Presencia

Con su derecha me abraza. Cantar de los Cantares 2:6

"El que me ha visto," dijo Jesús, "ha visto al Padre" (Juan 14:9). La Palabra de Dios ha estado siempre presente, más allá del tiempo. En la encarnación se hizo presente en el tiempo. Nos abraza, por lo tanto, tanto dentro de la esfera temporal como más allá de ella. Como dice la novia en el Cantar de los Cantares: "Su izquierda sostiene mi cabeza y con su derecha me abraza!"! (Cantar 2:6). Su izquierda significa la dimensión en el tiempo y su derecha, la eternidad. Con los dos brazos de sus naturalezas humana y divina nos abraza muy estrechamente en el misterio de la encarnación. (HW 28)

Cantar de los Cantares 2:6 Su izquierda sostiene mi cabeza y con su derecha me abraza.

# Nuestro Hogar en el Seno del Padre

Yo soy el Alfa y ... la Omega... Apocalipsis 21:6

Hay aquellos que conocen a Cristo más allá del tiempo, como "la luz verdadera que ilumina a todos." (Juan 1:9) Debemos traerles las buenas nuevas de Cristo en el tiempo, para que todos los verdaderos buscadores de Dios puedan experimentar su abrazo pleno. Sin embargo, nosotros los cristianos no debemos aferrarnos demasiado al Cristo en el tiempo. En cambio, tenemos que permitirle que nos conduzca a conocerlo más allá del tiempo. Tenemos que conocer a Jesús no sólo en sus comienzos sino también al final, no sólo en la cuna sino también en su ascensión. Porque nosotros también hemos venido del seno del Padre y tenemos que encontrar ahí nuestro hogar. Cristo, en su ser divino, está presente en tu corazón, en el mío y en el de todos, esperando ser resucitado allí para poder compartir con nosotros la vida divina y el amor que circula eternamente en la Trinidad.

Apocalipsis 21:6

Yo soy el Alfa y la Omega, el Principio y el Fin. Al que tiene sed, yo le daré de beber gratuitamente de la fuente del agua de la vida.

# Tranformarse en la Mente de Cristo

Cristo... para ser conocido, amado... imitado.

Juan Pablo II

Pablo dice: "Y así, aunque vivimos, estamos siempre enfrentando la muerte por causa de Jesús, para que también la vida de Jesús se manifieste en nuestra carne mortal." (2 Corintios 4:11). Así, según este punto de vista, la pasión y resurreción de Cristo están teniendo lugar todo el tiempo. Siempre estan presentes, y no están limitadas a un momento histórico. Fue en cambio un momento histórico el que introdujo los eternos valores de la cruz y la resurrección a la totalidad del tiempo. Participamos de la vida divina de Cristo por medio del bautismo y de los otros sacramentos. Como consecuencia, debemos aprender cómo expresar la vida resucitada de Jesús en vez de nuestro falso yo en nuestra conducta y en nuestras relaciones. Lograr esta unión implica la transformación de nuestro ser más íntimo y de todas nuestras facultades en la mente de Cristo. Ésa es la verdadera plenitud de la salvación. La principal expresión de la mente de Cristo la encontramos en el texto clásico de Filipenses...

Filipenses 2: 5, 7-8

Tengan los mismos sentimientos de Cristo Jesús...se anonadó a sí mismo... se humilló hasta aceptar por obediencia la muerte...

# La Madurez Espiritual

El Cuerpo recibe unidad ... gracias a la acción armoniosa de todos los miembros.

Efesios 4:16

La salvación es un continuo proceso de crecimiento... El Reino de Dios, dijo Jesús, "se asemeja a un grano de mostaza" (Marcos 4:31), la más pequeña de las semillas. La primera etapa del proceso es poner la semilla en la tierra para que germine. Pasado un tiempo ésta saca un brote a través de la tierra y comienza a crecer. Más tarde le crecen ramas y hojas y se convierte en un árbol. Es solo al final del proceso, y no sin un cierto número de podas, que el árbol da frutos, y comprobamos con satisfacción que la semilla finalmente se ha convertido en algo valioso. Del mismo modo, el proceso de salvación está sucediendo todo el tiempo, y aunque, para un cristiano, comienza con la fe en Jesucristo y el arrepentimiento, tiene que atravesar un largo período de crecimiento antes que el que sigue a Cristo esté maduro y "preparado para hacer siempre el bien." (2 Timoteo 3:17)

#### Efesios 4:16

Todo el Cuerpo recibe unidad y cohesión, gracias a los ligamentos que lo vivifican y a la acción armoniosa de todos los miembros. Así el Cuerpo crece y se edifica en el amor.

# La Salvación y la Gracia

La Palabra...ilumina a todos...

Juan 1:9

Pablo dice que cualquiera que busque a Dios y crea que Dios lo recompensará recibirá el don de la gracia. En otras palabras, cuando cualquier persona obedece a su conciencia, en la que está escrita la ley de Dios, va a encontrar, en algún punto, la gracia de Cristo, ya que se la ofrece a todas las personas de buena voluntad. Ya sea que conozca al Jesús histórico o no, llegará a conocer a Cristo como la eterna Palabra de Dios, el Cristo Cósmico, que "ilumina a todos" (Juan 1:9) y por quién "todas las cosas fueron hechas" (Juan 1:3). Llegará a conocer al Cristo que está en la parte más profunda de la consciencia de todo hombre y mujer, esperando para manifestarse a ellos en la medida en que sigan los dictados de su conciencia. Todo el que alcanza la gracia, alcanza la gracia de Cristo.

#### Juan 1:3

Todas las cosas fueron hechas por medio de la Palabra, y sin ella no se hizo nada de lo que existe.

# La Muerte de Cristo Restauró la Intimidad con Dios

Gracias, Jesús por tu maravilloso regalo.

El gran regalo que Cristo ganó por el sacrificio de su muerte es la intimidad y la unidad con el Padre. El día de su resurrección le dijo triunfante a María Magdalena, "Ve a decir a mis hermanos: Subo a mi Padre y el Padre de ustedes; a mi Dios y el Dios de ustedes." (Juan 20:17) ¡Esas son las maravillosas buenas nuevas! La experiencia de la intimidad con Dios, simbolizada en el Génesis por el paseo diario de Dios con Adán y Eva a la hora en que sopla la brisa (Genesis 3:8), está ahora disponible nuevamente para toda la familia humana. Las puertas del Cielo que se cerraron para Adán y Eva son un símbolo del fruto maduro del pecado original, que es la alienación de Dios y de sí mismo. Adán y Eva perdieron lo que les correspondía, es decir, la intimidad con Dios, que es la única verdadera fuente de seguridad.

Juan 20:17 Subo a mi Padre y el Padre de ustedes, a mi Dios y el Dios de ustedes.

#### La Fe Madura

Tú iluminas mis tinieblas. 2 Samuel 22:29

La fe cristiana es un salto a lo desconocido. La experiencia confirma la sabiduría de cada acto de confianza. La alternancia entre la oscuridad de la fe y la comprensión que ilumina la oscuridad de la fe es la manera normal en la que se produce el crecimiento de la fe. Como todos, Dios quiere ser aceptado como es — y en su caso es infinito, incomprensible, inexpresable. Tenemos que aceptarlo, entonces, en la oscuridad de la fe. Sólo cuando podemos aceptar a Dios tal como es, podemos renunciar al deseo de tener experiencias espirituales. La fe es madura cuando estamos conformes sin tener experiencias personales de Dios, cuando su presencia es obvia sin tener que reflexionar acerca de ella. El que tiene esta fe, simplemente abre sus ojos y dondequiera que mira encuentra a Dios.

2 Samuel 22:29 Tú eres mi lámpara, Señor; Dios mío, tú iluminas mis tinieblas.

# Fortalecer la Fe

Dios dispone todas las cosas para el bien de los que lo aman.

Romanos 8:28

La fe se fortalece leyendo y meditando la Palabra de Dios, orando, siendo fieles a los deberes que nos tocan según nuestra posición en la vida, y aceptando las circunstancias de la vida. Tenemos que tratar de percibir a Cristo en la interrupción de nuestros planes y en la frustración de nuestras expectativas, en las dificultades, las contradicciones y las pruebas. No importa lo que suceda, sabemos que "Dios dispone todas las cosas para el bien de los que lo aman." (Romanos 8:28). El Espíritu Santo trabaja en nuestra evolución, no sólo purificándonos e iluminándonos desde nuestro interior, sino también permitiendo que nos asedien las dificultades, las pruebas y las tentaciones desde nuestro entorno. Esto es seguro que una vez que nos decidimos a buscar a Dios, ya Él nos está buscando a nosotros con mucho más empeño, y no va a permitir que nada suceda para impedir que se realice su propósito. Va a traer a nuestra vida tanto a personas como sucesos...diseñados para la evolución de Su vida en nosotros.

#### Romanos 8:28

Sabemos, además, que Dios dispone, todas las cosas para el bien de los que lo aman, de aquellos que él llamó según su designio.

# Escuchar con Empeño la Palabra de Dios

Escuchen bien y vivirán. Isaías 55:3

Para que la Lectio Divina de frutos tiene que haber una cierta calma mental cuando nos acercamos a ella Al leer unas pocas páginas del Evangelio, unos párrafos, o quizá algunas palabras, nos encontramos en presencia de Dios, nuestro Padre, nuestro amigo – esta persona extraordinaria que estamos tratando de conocer. Debemos escuchar con empeño sus palabras, involucrando todo nuestro ser al hacerlo. Esa es la razón por la que la antigua costumbre era leer en voz alta, o al menos formar las palabras con los labios, para que el cuerpo también participara del proceso. El Espíritu Santo inspiró a los que escribieron las escrituras. También está en nuestro corazón, inspirándonos y enseñándonos cómo leer y escuchar. Cuando estas dos inspiraciones se fusionan, realmente comprendemos lo que están diciendo las Escrituras, o al menos comprendemos lo que en ese momento Dios nos está diciendo por su intermedio.

#### Lucas 24:32

No ardía acaso nuestro corazón, mientras nos hablaba en el camino y nos explicaba las Escrituras?

# AGOSTO 18 Lectio Divina

# Yo soy el pan de Vida. Juan 6:35

Cada período de Lectio Divina sigue los mismos pasos: reflexionar sobre la Palabra de Dios, seguido de la libre expresión de los sentimientos espontáneos que surgen en nuestro corazón. Toda la gama de respuestas humanas a la verdad, la belleza, la bondad y el amor, es posible. Cuando el corazón se entrega en su anhelo de Dios, comienza a penetrar las palabras del texto sagrado. La mente y el corazón se unen y descansan en la presencia de Cristo. La Lectio Divina es una forma de meditación que conduce naturalmente a la oración espontánea y, gradualmente, a momentos de contemplación – a una nueva comprensión de la Palabra de Dios y del significado más profundo de las verdades de la fe. Esta actividad nos permite ser nutridos por el "pan de Vida" (Juan 6:35) y, de hecho, convertirnos en la Palabra de Dios. (Juan 6:48-51)

# Juan 6:48, 51

"Yo soy el pan de Vida. Yo soy el pan vivo bajado del cielo. El que coma de este pan vivirá eternamente, y el pan que yo daré es mi carne para la Vida del mundo".

# Encuéntralo en el Silencioso Amor de la Entrega

El lenguaje que Él mejor escucha es el del amor silencioso. San Juan de la Cruz

Pablo nos exhorta a que demos por garantizado que ya hemos recibido, como don de nuestro bautismo, todo lo que necesitamos para alcanzar la salvación en virtud de la pasión de Cristo, su muerte y resurreción. Solo tenemos que entrar, por la fe, al Reino que ya está establecido en la profundidad de nuestro espíritu, y tomar posesión de él. Por lo tanto, si realmente nos entregamos a Dios con fe y abrimos nuestra mente y nuestro corazón a Él, podemos empezar a encontrarlo muy pronto en el silencio de la oración de fe. La oración de fe es una manera de acercarse a Dios sin conceptos. Es aceptar a Dios tal como Él es, de la forma en la que se presenta en las Escrituras, imposible de ser contenido por ningún concepto, pero no imposible de ser alcanzado a través del amor de nuestra entrega. Gracias a la práctica regular de la oración de fe gradualmente se establece el vestíbulo a la oración contemplativa. Es en ese silencio que se fortalecen y desarrollan las virtudes y dones del Espíritu.

> Habacuc 2:20 El Señor reside en su santo Templo, ¡guarde silencio toda la tierra delante de él!

## La Oración

# Orar es apartar los pensamientos. Evagrio

La oración puede expresarse en palabras, pensamientos o actos de voluntad. Pero fundamentalmente es un movimiento de nuestra naturaleza espiritual; es decir, de nuestro intelecto más alá de los pensamientos, y de nuestra voluntad más allá de actos particulares - por lo menos más allá de actos explícitos. Este movimiento hacia Dios puede ser extremadamente sutil y delicado. Cuanto más simple sea, más efectivo es. Puede ser un cambio de dirección sin palabras o una apertura de nuestra conciencia de Dios, quien sabemos que está presente. No necesitamos conceptualizar cómo está presente, porque en realidad no lo sabemos. Cuando, como cristianos, entramos en un profundo silencio interior y apartamos nuestros pensamientos, como dice Evagrio, y hemos trascendido la imaginación y su funcionamiento, ¿dónde estamos? Parece que el úico lugar donde podemos estar es en nuestro espíritu y, como Cristo habita en el centro de nuestro espíritu, nosotros, como cristianos bautizados, estamos más cerca de experimentarlo, incluso sin que ésa sea nuestra intención explicita.

> Efesios 3:17 Que Cristo habite en sus corazones por la fe.

# Dios Habita en el Centro de Nuestro Ser

Nosotros somos el templo del Dios viviente. 2 Corintios 6:16

Podemos empezar a tomar conciencia de que Dios, la Palabra hecha carne, habita en el centro mismo de nuestro ser. De todos modos, el movimiento en dirección del silencio interior provoca un fenómeno que podemos denominar centrarse. San Juan de la Cruz... dice que somos atraídos hacia Dios como hacia nuestro centro, como lo es una piedra hacia el centro de la tierra. Si guitamos los obstáculos, el ego, con toda su parafernalia, y nos entregamos a Dios, penetramos a través de las diferentes capas de nuestra psiquis hasta que llegar al centro mismo de nuestro ser. En ese punto aún queda otro centro hacia el que podemos avanzar. Ese centro es la Trinidad, el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo, que habitan en el centro más profundo de nuestro ser. Es desde esa Presencia que todo nuestro ser emerge a cada momento. Estar en ese centro es la vida eterna. Permanecer en ese centro en medio de la actividad es lo que Cristo llamó el Reino de Dios.

> 2 Corintios 6:16 Nosotros somos el templo del Dios viviente, como lo dijo el mismo Dios.

# El Mundo Tiene un Corazón Común

El Espíritu es el corazón del mundo.

Una de las cosas que la oración afecta, al hacerse más profunda, es nuestra intuición de la unidad de la raza humana, y, de hecho, la unidad de toda la creación. Al movernos a nuestro ser más íntimo hacemos contacto con lo que es el ser más íntimo de todos los demás. Aunque cada uno de nosotros conserva su propio carácter de persona, necesariamente nos asociamos con el Dios-hombre, que ha asumido en sí mismo a toda la familia humana, de forma tal que Él es la realidad más íntima de cada uno de sus miembros. Y así, cuando oramos en el espíritu, en nuestro ser más íntimo, estamos orando, por así decir, en el espíritu de todos los demás.

Sabiduría 12:1 Tu espíritu incorruptible está en todas las cosas.

## Cristo está en el Corazón de Toda la Creación

Derramaré mi Espíritu sobre todos. Joel 3:1

En la Eucaristía no sólo nos unimos a Cristo, que creemos que está presente con todo su ser bajo los símbolos del pan y el vino, sino que creemos también que nos unimos a todos los cristianos, a cada miembro de la familia humana, y a toda la creación. Cristo está en el corazón de todos los hombres y mujeres y en el corazón de toda la creación, sosteniéndolo todo en existencia. Este misterio de la unidad nos permite emerger de la Eucaristía con un refinado ojo interno, y nos invita a percibir el misterio de Cristo en todas partes y en todo. Aquel que está oculto a los ojos de nuestros sentidos e intelecto se hace más y más transparente a los ojos de la fe – a la conciencia que está siendo transformada. El Espíritu en nosotros percibe el Espíritu en los otros.

Hebreos 1:3 El sostiene el universo con su Palabra poderosa.

# Toda la Creación Transformada

# Ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí: Gálatas 2:20

La Eucaristía es la celebración de la vida, la danza de lo divino en forma humana. Somos parte de esa danza. Cada uno de nosotros es una continuación de la encarnación de Cristo, en la medida en que vivimos la vida de Cristo en nuestra propia vida – o, mejor dicho, en vez de nuestra propia vida. La Eucaristía es el resumen de toda la creación que se une en un único himno de alabanza, entrega y acción de gracias. En la Eucaristía, toda la creación se transforma en el cuerpo de Cristo, se transforma nuevamente en su persona divina, y es impulsada a la profundidad del Padre para siempre. Aún la creación material se ha vuelto divina en Él. "Toda la creación," dice Pablo, "espera ansiosamente esta revelación de los hijos de Dios." (Romanos 8:19)

# Romanos 8: 19, 21

Toda la creación espera ansiosamente esa revelación de los hijos de Dios... Porque también la creación será liberada de la esclavitud de la corrupción para participar de la gloriosa libertad de los hijos de Dios.

## Sólo Ser

Lo que tenemos que ser es lo que somos. Thomas Merton

La humildad de corazón es la capacidad de simplemente ser por el bien de Dios. Él nos hizo ser. ¿Qué más podríamos pedir que el disfrutarlo? No lo pedimos; no hicimos nada para conseguirlo. Simplemente es así y, sin embargo, no podemos disfrutarlo plenamente sin humildad de corazón. Siempre queremos saber "¿Qué voy a hacer con este ser? ¿Me gusta o no?" Somos capaces de hacer esta pregunta porques somos libres de ser. Y esa libertad es la que nos distingue del resto de la creación material. Una manera de acceder a esta fundamental actitud cristiana es aprender, una vez más, lo que significa simplemente ser – permitirnos descansar ante Dios con el ser que nos dio, sin ninguna otra intención, esfuerzo o propósito que regresarle a Él ese ser. Esa es la orientación de la oración contemplativa y el propósito último de todo ejercicio espiritual genuino.

Salmo 91:1

Tú que vives al amparo del Altísimo y resides a la sombra del Todopoderoso.

# Simplemente Hacer

...para que seas plenamente feliz.

Deuteronomio 16:15

La humildad del corazón no es simplemente ser. Es tambien la capacidad espontánea de simplemente hacer. No podemos simplemente hacer hasta que no hayamos aprendido a simplemente ser. Es a partir de esa experiencia de simplemente ser que podemos sentirnos satisfechos con la alegría de simplemente hacer. Esto no significa que no tengamos un propósito, que no pensemos, que no planeemos, sino que, al imponer nuestra voluntad e intenciones a la realidad y a los eventos, no perdemos la experiencia básica y la alegría de simplemente hacer. Asi como un niño conserva la alegría de simplemente ver cuando aprende a distinguir entre las diferentes cosas que ve, así también debemos poder hacer sin perder la capacidad de juzgar. Nuestro problema es que nos dejamos envolver por lo que estamos haciendo y por qué lo estamos haciendo – analizándolo, planeándolo, preocupándonos por ello - y así perdemos la alegría, que está siempre disponible, de simplemente hacer.

Deuteronomio 16:15 Porque el Señor, tu Dios, te bendecirá en todas tus cosechas y en todas tus obras, para que seas plenamente feliz.

## Dos Grandes Dones de Dios

Señor, nosotros somos la arcilla, y tú, nuestro alfarero: Isaías 64:7

Simplemente ser, simplemente hacer...- estos son los dos grandes dones de Dios, el fundamento de todo otro don. Tenemos que volver una y otra vez a estas dos capacidades tan importantes y cultivarlas. Debemos poner en perspectiva los eventos de la vida diaria por medio de un profundo sentido de la oración, aprendiendo a ser ante Dios. Entonces, cuando la realidad nos enfrente, percibiremos cada cosa que suceda como obra del Espíritu Santo, cuidadosamente diseñada para nuestras necesidades particulares. Todo evento es un toque del dedo viviente de Dios, que dibuja en nosotros - en el alma, cuerpo y espíritu – la verdadera imagen de su Hijo, el ser que el Padre nos dio originalmente y que ahora está restaurando. Si queremos ser cualquier otra cosa distinta de la que Dios destinó que fuéramos, estamos perdiendo el tiempo. No resultará. El mayor logro en la vida es ser quiénes somos, que es la idea de quién Dios quiso que fuéramos cuando nos dio el ser. Ninguna idea que tengamos al respecto será capaz de cambiarla. Aceptar ese don es aceptar la voluntad de Dios para con nosotros, y es en esta aceptación que se encuentra el camino que conduce al crecimiento y a la total plenitud.

Isaías 64:7 Nosotros somos la arcilla, y tú, nuestro alfarero: ¡todos somos la obra de tus manos!

# La Culminación del Plan de Dios

... a fin de que ustedes lleguen a participar de la naturaleza divina.

2 Pedro 1:4

La ascensión es el regreso de Cristo al centro de la creación, donde ahora habita en su humanidad glorificada. El misterio de su presencia está oculto en toda la creación, y en cada parte de ella. En algún momento de la historia, que la profecía llama El Último Día, se abrirán nuestros ojos y veremos la realidad tal como es, la que ahora sólo conocemos por la fe. Esa fe revela que Cristo, que habita en el centro de la creación y de cada miembro individual de ella, está transformándola y devolviéndola, en unión consigo mismo, al seno del Padre. De modo que la eterna gloria de la Trinidad se logra compartiendo la vida divina al máximo con cada criatura, según su capacidad. Así se da cumplimiento al Plan de Dios, al "misterio que estaba oculto desde siempre en Dios" (Efesios 3:9).

#### 2 Pedro 1: 4

Se nos han concedido las más grandes y valiosas promesas, a fin de que ustedes lleguen a participar de la naturaleza divina

# La Gracia de Pentecostés

Aquel que ha hecho la promesa es fiel. Hebreos 10: 23

El Espíritu de Dios, la promesa del Padre, resume en sí mismo todas las promesas de Cristo. Porque todas apuntan hacia él. La encarnación es una promesa. La pasión y muerte de Jesús son promesas. Su resurrección y ascensión son, ambas, promesas. Pentecostés mismo, el Espíritu que se derrama en nosotros, es una promesa. Todas son promesas del Espíritu divino, que están presentes para ser recibidas en todo momento. El Espíritu es la última, la más grande y la suma de todas las promesas de Dios, el resumen viviente de todas ellas. La fe en él es la fe en toda la revelación. La apertura y la entrega a su guía es la continuación de la revelación de Dios en nosotros y por nuestro intermedio. Es estar involucrado en la redención del mundo, en la divinización de todo el universo. Saber que Cristo lo es todo en todo, y conocer su Espíritu, la continua promesa del Padre – ésa es la gracia de Pentecostés

Hebreos 10:23

Mantengamos firmemente la confesión de nuestra esperanza, porque Aquel que ha hecho la promesa es fiel.

# Que Todos Sean Uno

# El Espíritu de Dios habita en ustedes. 1 Corintios 3:16

Entre Dios y nosotros se encuentran dos extremos: Él, que lo es todo, y nosotros, que no somos absolutamente nada. Es el Espíritu quien nos hace uno con Dios y en Dios, así como el Verbo está con Dios y es Dios - el Verbo, por naturaleza; nosotros, por participación y comunicación. Nuestro Señor oró por esta unidad en la Última Cena. Muchas de sus palabras en esa ocasión se cumplen y encuentran significado en la efusión del Espíritu en nuestra mente y en nuestro corazón... Por lo tanto, no sólo estamos con Dios en virtud de nuestro bautismo y de nuestra vocación cristiana. Estamos en Dios. El Espíritu es el don de Dios, que brota en la Trinidad del corazón común del Padre y del Hijo. Él es el desbordamiento de la vida divina en la sagrada humanidad de Jesús, y luego en el resto de nosotros, sus miembros

Juan 17:21 Que todos sean uno: como tú, Padre, estás en mí y yo en ti, que también ellos sean uno en nosotros...

# El Impulso Básico de la Espiritualidad Cristiana

Dios dijo a Moisés: "Yo soy el que soy" Éxodo 3:14

El impulso básico de la espiritualidad cristiana puede resumirse en dos textos del Antiguo testamento que hablan de la situación fundamental de la aventura humana. El primero es de Éxodo, "Yo soy el que soy." (Éxodo 3:14). Así, Dios se revela como un ser ilimitado. La esencia de Ser. Todo lo que es tiene que estar en relación con su ser infinito y, de hecho, penetrado por él. El otro texto es del Salmo 46:10: "Aquiétense y sepan que yo soy Dios." Es decir, que somos invitados a abrirnos completamente a este ser infinito, a la realidad del Dios que es; que nos penetra, nos rodea, nos abraza en todo momento. Dios es la atmósfera que necesita nuestro espíritu para respirar, para vivir, para movernos y existir (Hechos 17:28).

Salmo 46:10 Aquiétense y sepan que yo soy Dios.



# Septiembre: ¿Quién es Dios?

# SEPTIEMBRE 1

¿Quién es Dios? No hay nadie igual a ti, Dios mío. Salmo 71:19

Cuando decimos Dios, en realidad no nos referimos a Dios sino a nuestra idea de Dios. O, para decirlo de otro modo, nos referimos a Dios como no Dios. Digo esto porque cualquier cosa que digamos acerca de Dios se parece menos a Dios que no decir nada. Todo lo que hacen las palabras es señalar en la dirección del misterio del super- significado de Dios.... Debemos estar preparados para expandir nuestra idea de Dios... Representa un desafío para toda nuestra percepción de la realidad. Y, admitámoslo, la realidad que percibimos no tiene ningún valor. No existe. La forma en la que vemos la vida es producto de nuestro condicionamiento de género, educativo, cultural, religioso y de cualquier otro condicionamiento. Por lo tanto, a menudo vemos lo que queremos ver y ninguna otra cosa. Dios tiene que encajar en el pequeño universo que hemos construido para nosotros al crecer – al que llamamos el falso yo – y que, básicamente, tiene al yo como centro del universo.

Job 11:7

¿Puedes tú escrutar las profundidades de Dios o vislumbrar la perfección del Todopoderoso?

# Comenzando el Camino Espiritual

Si lo buscas, él se dejará encontrar. 1 Crónicas 28:9

Cómo sabemos gracias a la gran obra de Galileo, la tierra no es el centro del universo, y menos aún nosotros. Pero ver el universo desde la perspectiva del yo es verlo al revés, o boca abajo, o no verlo en absoluto. Esto es grave, aunque ha sido así desde Adán y Eva. Es lo que podríamos llamar el dilema humano, o la condición humana. Es la forma en la que somos nosotros, no la forma en la que son las cosas o la realidad. Este cambio radical en nuestra idea de Dios, de Jesucristo, de la Iglesia, del camino espiritual – el cambio radical de nuestras ideas – marca el verdadero comienzo del camino espiritual, que no es acerca de algo, sino un camino - como dijo Jesús – hacia lo desconocido. Pero lo desconocido es donde en realidad está Dios.

Deuteronomio 1:33 El Señor los precedía durante la marcha para buscarles un lugar donde acampar...

## Familiarizándonos con Dios

¿Todavía no me conocen? Juan 14:9

Sentirse a gusto con esta increíble Presencia es el desafío que Jesús enfrentó cuando introdujo el Evangelio. Lo primero que [Jesús] parece haber hecho en el curso de su prédica es decir "Arrepiéntanse", una palabra que no significa hacer penitencia en el sentido de alguna práctica externa, sino cambiar la dirección en la que buscamos la felicidad, lo que implica que dónde buscamos la felicidad no la encontraremos y, menos aún, donde encontraremos a Dios... La dimensión contemplativa del Evangelio es. precisamente, el programa de Cristo para empezar a conocer la Realidad Última tal como es, que no es cosa alguna. No es cosa alguna en el sentido de que no es nada en particular. Ningún concepto. Ninguna experiencia. Ningún sentimiento. Simplemente es. Es. Es. Y la única manera de encontrar esta cualidad de ser es SER también. Y, afortunadamente, estamos en buen camino, porque todos somos... el problema es que no somos quién creemos ser. Nos equivocamos con respecto a esto, con respecto a los demás, y con respecto a la realidad.

Juan 14:9
Hace tanto tiempo que estoy con ustedes,
¿y todavía no me conocen?

# ¿Dónde está Dios?

# El Reino de los Cielos está cerca. Mateo 10:7

Consideremos el programa de Jesús para transformar radicalmente nuestra idea de Dios. Todas las formas en las que se les había enseñado a pensar a las personas de su época son sistemáticamente trastocadas y desautorizadas, una por una, en las parábolas. Por ejemplo, el fariseo y el publicano. Lo que Jesús está trastocando es la idea de que el lugar sagrado es el lugar para encontrar a Dios. La última línea debe haber conmocionado a sus oyentes: el publicano regresa a su casa justificado, y el fariseo regresa a su casa sin haber cambiado, porque está encerrado en su contexto etnológico, social, cívico y religioso. Seguramente los oyentes se decían, "¿Este hombre está diciendo que lo sagrado no es sagrado, que el templo ya no es el lugar para encontrar a Dios, y que la vida cotidiana es dónde tenemos que buscar el reino? El reino que Jesús está trayendo – esta revelación acerca de dónde encontrar a Dios y quién Él pueda ser... se encuentra... ¿dónde?¡Justamente donde nos encontremos nosotros! No existe un lugar al que ir para encontrar a Dios y no existe un lugar al que no ir. Es en la vida diaria donde Dios está más activo y dónde encontraremos lo sagrado.

> Lucas 17:21 El reino de Dios está entre ustedes.

# La Levadura, Símbolo de lo Corrupto y lo Profano

El Reino de los Cielos se parece a un poco de levadura. Mateo 13:33

Otra importante parábola que es trascendental en la revolucionaria enseñanza de Jesús, y que es crucial para comprender la dimensión contemplativa del evangelio que hace accesible la Realidad Última, es la parábola de la levadura. Para captar la profundidad del significado de la parábola tenemos que saber que, para la audiencia judía, la levadura era el símbolo de la corrupción. Era el símbolo de lo profano... Jesús dice algo extraordinario: que el Reino de los Cielos está en la vida diaria – en la corrupción diaria. El Reino de Dios, en la tradición judía, había sido comparado a un gran banquete o a un cedro del Líbano. ¿Cómo puede ser que el símbolo de la corrupción pueda, a la vez, ser el símbolo del Dios que libara a los pobres, a Israel y a los oprimidos, y los conduce a la libertad, y, finalmente, a dominar el mundo?

#### Mateo 13:33

El Reino de los Cielos se parece a un poco de levadura que una mujer mezcla con gran cantidad de harina, hasta que fermenta toda la masa.

¿No Quieres Conocerme como Soy?

¿Y quién es el Señor para que yo le obedezca? Éxodo 5:2

¿Cómo puede el Dios de la infinita bondad haber permitido que ocurran Rwanda, Kosovo, el Holocausto? En otras palabras, ¿quién es Dios? "Quizá soy un tonto al servir a este Dios... ¿Para qué molestarme en orar?" Estos son asuntos serios. Pero, en algún punto, el Dios que verdaderamente es y fue y será se cansa de ser tratado como una abstracción y dice: "¿No quieres conocerme como soy?" Y como no hay manera de que cambiemos si no somos desafiados, Dios permite toda clase de infortunios y dificultades, y lo usual es que nos golpee donde más nos duele. Dios tiene una asombrosa capacidad para poner el dedo divino en la cosa que más amamos, como si dijera, "¿Podrías darme eso?" A lo que respondemos "Ni hablar." Pienso que necesitamos que la vida nos golpee un poco antes de poder comprender esto más profundamente... El camino espiritual es un proceso, y cada uno de nosotros está en un nivel diferente de ese proceso. Por eso la pregunta "¿Quién es Dios?" es diferente para cada uno de nosotros

> Números 33:12 Partieron del desierto de Sin...

## La Doctrina de las Parábolas de Jesucristo

Sus pensamientos no son los mío... Isaías 55:8

Lo que estoy tratando de comunicarles aquí es simplemente cuestionar, como lo hizo Jesús en su parábola de la levadura, que lo que ustedes creen ser lo correcto puede no serlo, y lo que ustedes piensan que es lo peor que les podría pasar es, quizá, la más importante experiencia de Dios que tendrán en esta vida. Ésa es la doctrina de las parábolas de Jesucristo. Y Él la lleva a cabo en su propia vida. ¿Quién es este Dios que puede decirle a su Hijo "Vete al infierno," al hijo de Su seno, al hijo al que le ha comunicado todo lo que el Padre tiene, de forma tal que el Hijo es de la misma naturaleza del Padre? En otras palabras, la vida del Hijo no sólo es un regalo. Es todo lo que el Padre es, expresado en la consustancialidad del Hijo.

#### Isaías 55:8-9

Porque los pensamientos de ustedes no son los míos, ni los caminos de ustedes son mis caminos –oráculo del Señor–. Como el cielo se alza por encima de la tierra, así sobrepasan mis caminos y mis pensamientos a los caminos y a los pensamientos de ustedes.

## Dios es Amor

Queridos míos...Dios es amor. 1 Juan 4:7-8

Nadie conoce al Padre como el Hijo, porque Él surgió del seno de este Misterio Trinitario que Juan dice que es amor. Noten que Juan no dice simplemente que Dios manifiesta amor, dice que Dios es amor. Esa es una enorme diferencia. El amor de Dios es Dios. Eso significa que no es sentimental. Es increíblemente poderoso. Es despiadadamente decidido. Está decidido a entregarse a sí mismo a cualquier costo. Y un problema que tendremos con el Dios que realmente es, es que nos invitará a que hagamos lo mismo. Si no es en esta vida, será en nuestro lecho de muerte cuando finalmente habremos de decir adiós al falso yo. No nos lo podemos llevar con nosotros.

#### 1 Juan 4:7-9

Queridos míos, amémonos los unos a los otros, porque el amor procede de Dios, y el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios. El que no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es amor. Así Dios nos manifestó su amor: envió a su Hijo único al mundo, para que tuviéramos Vida por medio de él.

## Dios se Une a Nosotros en Nuestro Sufrimiento

Tú estás conmigo... Salmo 23:4

Dios no nos libra de nuestras dificultades. Nunca nos dijo que lo haría. Nos invita a orar por lo que queremos. No hay ninguna garantía de que lo recibiremos. Porque la oración siempre es respondida, pero usualmente con Dios dándonos algo mejor que lo que hemos pedido, aunque no lo reconozcamos aún. Dios no nos va a rescatar. Él se une a nosotros en nuestras dificultades. Éste es un regalo mucho mayor que quitárnoslas, porque si nos las quitara estaríamos en el mismo sitio en que estamos, pero sin dificultades...Pero supongamos que Dios se nos une en nuestras dificultades Entonces tenemos una nueva actitud ante cada dificultad, y nada puede perturbar nuestra paz mental – ni siquiera las más grandes tragedias o tristezas. Y, poco a poco, comenzamos a percibir que todo sufrimiento está en Dios, y que no existe ninguna otra respuesta para explicarlo.

#### Salmo 23:4

Aunque cruce por oscuras quebradas, no temeré ningún mal, porque tú estás conmigo: tu vara y tu cayado me infunden confianza.

La Redención Significa Sanarnos desde Nuestras Raíces

Devolvió la salud a los que tenían necesidad de ser curados. Lucas 9:11

Hasta que no nos arrepintamos de nuestros programas infantiles para ser felices, es decir, hasta que no cambien, estaremos envueltos en un proceso adictivo que se traducirá, si vivimos lo suficiente, en una adicción específica, a menos que nos tomemos en serio el camino espiritual y lo practiquemos para sanar esa situación. El Evangelio es acerca de la sanación de nuestras heridas conscientes e inconscientes... es a este melodrama de la vida diaria al que viene Jesús con el reino, y es allí donde se aplica. Allí es donde es poderoso. Allí es donde debemos encontrarlo día tras día. Justamente donde lo experimentamos y lo sentimos. Y ése es el regalo de Jesús. Y ése es el pleno significado de la redención – sanarnos desde nuestras raíces. Entonces, en lugar de nuestras motivaciones centradas en nosotros mismo, y en lugar de un mundo en lo que todo lo vemos desde la perspectiva del gran vo soy de nuestro ego, lo vemos todo desde el gran YO SOY del generoso ser de Dios. Esa es la forma verdadera de ver la realidad.

#### Salmo 130:7

Espere Israel al Señor, porque en él se encuentra la misericordia y la redención en abundancia.

# La Interconexión Básica de Toda la Creación

Espíritu Santo, abrázanos a todos.

Nada puede herirte si puedes comprender que lo que sea que estés atravesando es tu invitación a participar en la redención del mundo. Por eso decimos que la Oración Centrante, como movimiento hacia el camino espiritual, es un camino en el que llevamos a todos con nosotros – a nuestros amigos, nuestros enemigos, nuestras relaciones – y todos se benefician de nuestra experiencia. Y nuestra oración no es específica – por lo menos durante el periodo de Oración Centrante – pero incluye absolutamente a todos, en el pasado, el presente y el futuro. Por lo tanto, no sólo estamos rehaciendo la interconexión básica de todos en la especie humana, sino de todo en la creación. De modo que todo nos pertenece, y nosotros les pertenecemos a todo... Significa que si alguien está sufriendo, también estamos sufriendo con ellos.

Sabiduría 12:1 Tu espíritu incorruptible está en todas las cosas.

## Un Profundo Conocimiento de Dios

Cristo es todo y está en todos. Colosenses 3:11

Jesús dice que en el Reino de los Cielos no hay pagano ni judío, ni hombre ni mujer, ni esclavo ni persona libre, sino que todos son uno en Cristo. Ésa es la realidad. No la vemos de ese modo aún. Ése es el problema. ¿Qué podemos hacer para no verla al revés? Es el profundo conocimiento, o el verdadero conocimiento de Dios que nos presenta Pablo en sus epístolas. Una y otra vez nos habla de un conocimiento profundo. No un simple conocimiento. No sólo un conocimiento intelectual, sino el tipo de íntimo conocimiento que es sólo comparable a las relaciones humanas más íntimas. El profundo conocimiento de Dios – ése es el objetivo de sus oraciones por sus discípulos.

#### Efesios 1:17

Que el Dios de nuestro Señor Jesucristo, el Padre de la gloria, les conceda un espíritu de sabiduría y de revelación que les permita conocerlo verdaderamente.

# Dónde el Reino es Más Activo

Insiste... de manera que se llene mi casa. Lucas 14:23

El banquete es un símbolo del reino, y los que acuden al banquete son el símbolo de los que realmente son salvados. Por lo tanto, esta es una importante parábola acerca del reino... el dueño de casa es símbolo de Dios Padre, que ha preparado este banquete del cielo... "Ve a los caminos y a lo largo de los cercos...de manera que se llene mi casa." El dueño de casa tiene que tomar una decisión... O bien cancela el banquete o se une a él. Y él se unió al banquete. En esta parábola, Aquel que conoce mejor el corazón o el seno de Dios nos cuenta que esta es la manera en que Dios es. ¿Quién es Dios? Ante todo, se une a todos, especialmente a los que nadie aprecia. Por lo tanto, a los más necesitados, los más pobres, los despreciados, los marginales – aquí es donde podemos estar seguros de que se está sirviendo el banquete. De ahí la posibilidad que tenemos de unirnos a ellos si queremos estar donde el reino es más activo

Lucas 14:23

El señor le respondió: "Ve a los caminos... e insiste a la gente para que entre, de manera que se llene mi casa.

## El Reino es Cristo Crucificado

La cruz ...es fuerza de Dios. 1 Corintos 1:18

Nos gustaría escapar de la vida diaria y de nuestros problemas y tener una vida de perfección, una vida virtuosa, o una vida serena como la que muestra el Buda con su maravillosa sonrisa. O querríamos que un apocalipsis nos rescatara de la situación opresiva en la que nos encontramos y nos concediera el triunfo para desquitarnos de nuestros enemigos. Ésa es la respuesta humana ante las dificultades. Jesús dice, "Ni lo sueñes. Imposible. Ése no es el reino." El reino, como Pablo implica, es Cristo crucificado, que no es ni el escape a un mundo de virtud sin dificultades, ni la liberación milagrosa de nuestros problemas, sino vivir con ellos con Dios y redimir al mundo. Ése es el programa de las parábolas.

1 Corintios 1:23-24 Cristo crucificado... fuerza y sabiduría de Dios.

# Dejemos que Dios se Presente a Si Mismo

Tú, cuando ores, retírate a tu habitación. Mateo 6:6

Si queremos saber quién es Dios, ¿por qué no dejar que se presente a Sí mismo? Y así es como lo hacemos. Si queremos orar, Jesús nos dice en Mateo 6:6 que entremos en nuestra habitación interior, cerremos la puerta, y oremos a nuestro Padre en secreto, y nuestro Padre, que ve en lo secreto, nos recompensará. Esa es la fórmula, si la comprendo correctamente, que es el diagrama general o el mapa, podríamos decir, para alcanzar el profundo conocimiento de Dios – la forma de relacionarnos con el Dios que verdaderamente es, y no con el Dios de nuestra imaginación infantil, de nuestras proyecciones, o de nuestras limitaciones étnicas o culturales

#### Mateo 6:6

Tú, en cambio, cuando ores, retírate a tu habitación, cierra la puerta y ora a tu Padre que está en lo secreto; y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará.

# Abba No Es Como Ningún Padre que Conozcamos

Asombroso y a la vez íntimo es mi Dios.

Jesús no solo pronuncia el nombre de Dios en voz alta, sino que lo cambia. Usa un término especial. Abba es la palabra del arameo que se traduce como Padre. Pero Abba no es como ningún padre que conozcamos, así que, si hemos tenido dificultades con nuestros propios padres, olvidémoslas; ésta no es una situación similar. Dios es Padre en el sentido del origen absoluto de todo lo que es - el que sostiene toda la creación - el que nutre todo nu-estro ser en cada uno de sus niveles, desde el nivel de la célula más pequeña hasta el total desarrollo del nivel más elevado de conciencia que podamos imaginar. Por lo tanto, lo que Jesús está tratando de enfatizar cuando usa la palabra Abba es que el Padre que Jesús conoce como Dios – el Abba – está próximo, nos nutre, no sólo es trascendente sino también infinitamente inmanente; no está lejos, no está solamente en los cielos. No hay que ir a ningún lugar para encontrarlo, no hay que hacer nada para encontrarlo. Él ya está aquí.

#### Gálatas 4:6

La prueba de que ustedes son sus hijos, es que Dios infundió en nuestros corazones el Espíritu de su Hijo, que clama a Dios llamándolo ¡Abba!, es decir, ¡Padre!

# Experimentemos al Dios que Es

La plenitud de aquel que llena completamente todas las cosas.

Efesios 1:23

De modo que incluso las palabras de las Escrituras que hablan de Dios sólo son valiosas en la medida en que sirven de dirección, pero no pueden comunicar la experiencia del Dios que es, que fue y que será. Eso sólo puede hacerlo la presencia de ese Dios que, libre y totalmente, se presenta a Sí mismo ante nosotros. ¿Y qué nos dice eso? Nos dice algo acerca del corazón de Dios que debemos saber. Y es que Él no está esperando que hagamos méritos, por así decirlo, o que lo impresionemos con nuestras virtudes, o que hagamos grandes obras para Él. Sólo está interesado en nosotros tal y como somos. No tenemos que hacer nada para ganarnos Su amor. ¿Por qué? Porque ya lo tenemos. No tenemos que hacer absolutamente nada para llegar a Su presencia. Siempre está ahí. Esta es la forma correcta de ver la realidad.

#### Colosenses 1:22

(Como resultado de la muerte de Cristo en la cruz) ustedes pueden presentarse ante él como una ofrenda santa, inmaculada e irreprochable.

# Creemos que Dios está Presente por la Fe

Que él ilumine sus corazones... Efesios 1:18

Y así, cuando oramos, no es cuestión de si Dios está presente o ausente. Nuestros sentimientos pueden decirnos "No siento nada." ¿Y qué? No somos lo que sentimos. Decidimos creer que Dios está allí porque eso es lo que nos ha revelado nuestra fe, y, si hacemos una práctica contemplativa el tiempo suficiente, sabremos que es verdad sin que nadie tenga que decírnoslo, porque hemos intuido y experimentado algún pequeño contacto con la presencia de Dios. Pero se trata de un proceso, queridos amigos, y el sabor que tenemos de Dios puede seguir evolucionando hacia nuevos niveles de intimidad que nos resultan inconcebibles al principio – más allá de cualquier cosa, como dice Pablo, que podamos imaginar o soñar, así es la cercanía de la presencia Dios. Y es una proximidad que es totalmente amorosa, interesada, estimulante, alentadora, solidaria, comprensiva – todas las relaciones humanas que son bellas y buenas y verdaderas combinadas en una y multiplicadas un millón de veces más.

#### Efesios 3:20

Gloria a aquel que es capaz de hacer infinitamente más de lo que podemos pedir o pensar, por el poder que obra en nosotros

## El Amor Divino

Así podrán comprender, cuál es la anchura y la longitud, la altura y la profundidad...[del amor de Dios]

Efesios 3:18

Lo que nos trata de decir el Evangelio, especialmente con la pasión, muerte y resurrección de Cristo, es que Dios es amor en tal medida que, a cualquier costo – a cualquier costo para Sí mismo, Él se da a nosotros. Y ese es el sentido más profundo, creo yo, de la muerte y resurrección de Cristo. Es Dios asegurándonos que, en lo que a Él respecta, Su voluntad de salvar a todos es tan grande que hará lo imposible, incluyendo sacrificar al Hijo de Su seno, para darnos toda la vida divina que podamos recibir. Por lo tanto, esto revierte completamente el concepto equivocado de un Dios justo, que premia lo bueno y castiga lo malo – que de algún modo es verdad y tiene algo que ver con quien Dios es – pero que es una manera inadecuada e inmadura de comprender quién es Dios.

#### Efesios 3:18

Así podrán comprender, con todos los santos, cuál es la anchura y la longitud, la altura y la profundidad, [del amor de Dios].

# El Centro de la Vida Cristiana

Permanezcan quietos y sepan que Yo soy Amor Nan C. Merrill

En la oración contemplativa, Dios tiene la oportunidad de presentarnos a su Ser Divino como compasivo - como infinitamente compasivo y tierno... Por eso, una práctica que lleve a la oración contemplativa [como la Oración Centrante] es tan importante. Es el verdadero centro de la vida cristiana. Sin ello, me atrevo a decir, no entenderíamos de qué se trata el cristianismo. Su corazón y su alma son una relación con Dios orientada a la contemplación, que participa de la experiencia personal de Cristo de la Realidad Última como Abba - es decir, como "Papá", "Papi", "el Viejo." No es posible exagerar la proximidad, la dulzura, la ternura de Dios, pero... no es algo sentimental. Es un amor que anhela darnos el tesoro de la divina vida interior – no sólo de convertirnos en mejores seres humanos. La idea de Dios es hacernos como Él, es decir Dios por participación en la vida interior de la Trinidad, que se da por entero, totalmente generosa. Es amor incondicional que se vierte al exterior. Y tiene que derramarse totalmente. Ésa es la naturaleza de la infinita bondad

Efesios 2:4
Dios es rico en misericordia,
por el gran amor con que nos amó...

# SEPTIEMBRE 21 El Mal y el Corazón de Dios

Dios envió a su Hijo único al mundo, para que tuviéramos Vida por medio de él.

1 Juan 4:9

No hay ninguna posibilidad de que Dios se reprima. Es desde esa perspectiva que no respondemos a la pregunta acerca del mal, sino que nos damos cuenta de que, sin el mal, no llegaríamos a comprender el pleno alcance del corazón de Dios, que toma en Sí mismo todo el sufrimiento y que, por amor, ha enviado al mundo al Hijo de su seno, el Amado, para sufrir la más completa humillación, muerte y rechazo, para convencernos de que Dios está dispuesto, listo y debe darse a nosotros sin importar lo que cueste. La persona que comprenda esto sentirá la necesidad de hacer algo similar. No podemos recibir esa clase de amor y estar conscientes de él sin darnos cuenta de que se trata de una invitación sumamente especial a comenzar a hacer lo mismo.

## 1 Juan 4:9-11

Dios envió a su Hijo único al mundo, para que tuviéramos Vida por medio de él. Y este amor no consiste en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó primero, y envió a su Hijo como víctima propiciatoria por nuestros pecados. Queridos míos, si Dios nos amó tanto, también nosotros debemos amarnos los unos a los otros

## La Oración Centrante

# Al acercarse a él, la piedra viva... 1 Pedro 2:4

Así que observen lo que es la Oración Centrante: simplemente, es una manera de concretar, punto por punto, el consejo de Jesús de entrar a nuestra habitación interior. Y, por favor, ¿dónde está eso? Obviamente, se trata del nivel espiritual de nuestro ser. Salimos de nuestra experiencia psicológica ordinaria de todos los días — los sucesos, las personas, y nuestras reacciones a ellos - y la dejamos fuera. Entramos a nuestra habitación interior... una metáfora del movimiento espiritual que nos lleva de usar nuestras facultades ordinarias en la oración, a cultivar el nivel espiritual de nuestras facultades - de nuestro ser — que son el intelecto intuitivo y la voluntad dirigida hacia Dios

#### 1 Pedro 2:4-5

Al acercarse a él, la piedra viva, rechazada por la humanidad, pero elegida y preciosa a los ojos de Dios, también ustedes, a manera de piedras vivas, son edificados como una casa espiritual.

# Conocer a Dios por medio de Jesucristo

# Tú me llenarás de gozo en tu presencia Hechos 2:28

Y estén preparados para ir más allá [del nivel espiritual de nuestro ser]... al verdadero Ser, que está en un nivel más profundo aún, y finalmente entrar en el santuario mismo – la presencia de Dios en nuestro interior – en la medida en que es posible en esta vida – que es el centro más interior de nuestro ser, y la dirección en la que se mueve la Oración Centrante... La recompensa que nos será dada es nada menos que el conocimiento de Dios por medio de Jesucristo. ¿Y por qué decimos por medio de Jesucristo? Porque creemos que Jesucristo realmente es el Hijo de Dios y emerge eternamente del seno del Padre, y es todo lo que el Padre es; que el Padre vive en el Hijo en vez de en Sí mismo. Por eso Jesús podía decir "El que me ve a mí, ve al Padre." ¿Por qué? Porque no hay nadie más allí excepto el Padre. En otras palabras, Dios ha ofrendado Su vida en la cruz por nosotros.

#### Juan 14:6-7

Jesús le respondió: «Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida. Nadie va al Padre, sino por mí. Si ustedes me conocen, conocerán también a mi Padre. Ya desde ahora lo conocen y lo han visto».

#### Cierra la Puerta

# Yo aplaco y modero mi alma Salmo 131:2

Nos encontramos en esta habitación interior y descubrimos cuántos pensamientos circulan por nuestra cabeza de los que no estábamos conscientes y, por eso, muchos de nosotros no lo soportamos y nos levantamos y nos vamos. Si "la puerta está cerrada" al menos podemos volver a sentarnos. Asimismo, en un nivel espiritual, podemos interpretar la "puerta cerrada" como el hecho de cerrar la puerta a nuestro diálogo interior. Es decir que, en muchas personas, hay más ruido en su cabeza que el que proviene del exterior. Pero todo ese tumulto y ese ruido deben ser dejados fuera, según nos aconseja Jesús. Por eso, en la Oración Centrante sugerimos cerrar los ojos, simplemente como un símbolo de dejar ir lo que nos rodea y unirnos a las personas con las que estamos orando en este profundo centro en el que estamos todos unidos, y donde podemos experimentar, y gradualmente experimentaremos, que estamos esencialmente conectados y que somos uno. Y allí oramos a nuestro Padre en secreto. Noten el creciente movimiento del secreto a niveles de profundidad cada vez mayores de silencio, con la recompensa de conocer al final a Dios como realmente es.

#### Salmo 131:2

Yo aplaco y modero mis deseos: como un niño tranquilo en brazos de su madre, así está mi alma dentro de mí.

# Un Gran Misterio

# Después veremos cara a cara. 1 Corintios 13:12

Este es un gran misterio... Cualquier cosa que digamos acerca de Dios tiene un super-significado, y su real significado se relaciona con esta experiencia interior que gradualmente nos alerta y nos sensibiliza a la presencia del Abba en todos los demás, y, de hecho, en toda la creación. El Abba está tan cerca de nosotros, más cerca que la respiración, más cerca que la vida, más cerca que la muerte. Tan cerca que no podemos encontrarlo porque no hay facultades que puedan reconocer este misterio. Es tan directo que el único lugar en el que podemos experimentar su plenitud es en la luz de la gloria, donde no hay más velos humanos o limitaciones que nos protejan de la fuerza total de la luz divina – la vida – el amor incondicional.

# 1 Corintios 13:8,10,12-13

El amor no pasará jamás...Cuando llegue lo que es perfecto, cesará lo que es imperfecto...Ahora vemos como en un espejo, confusamente; después veremos cara a cara. Ahora conozco todo imperfectamente; después conoceré como Dios me conoce a mí. En una palabra, ahora existen tres cosas: la fe, la esperanza y el amor, pero la más grande todas es el amor.

# La Experiencia de la Habitación Interior

Esperar en silencio...al Señor. Lamentaciones 3:26

¿Qué sucede en la habitación interior? ... La experiencia comienza con un compromiso con la Oración Centrante... Comienza con dejar ir todos nuestros pensamientos, nuestro diálogo interior. El principal secreto es no reflexionar sobre nosotros mismos. Eso es lo que requiere de más práctica y disciplina. Significa que no juzgamos la naturaleza de nuestra oración. No decimos, por ejemplo, que hoy va mejor que ayer, o qué maravilla sentir esta paz, o si solo pudiera quedarme aquí para siempre. Nada de esto tiene sentido. Silencio. Quietud. Inmovilidad. Apertura. Escucha. Todas estas son palabras que comienzan a surgir en alguien que comienza a saborear la realidad de la presencia de Dios en su interior. Sin embargo, ese sabor está aún muy lejos de lo que sería una comida completa. Pero, como dice Pablo, tenemos que comenzar bebiendo leche debido a nuestra debilidad. A medida que pasa el tiempo nos crecen dientes y podemos digerir el alimento más sustancioso de la Presencia Divina

Cantar de los Cantares 5:1-2
Entré en mi jardín...Yo duermo, pero mi corazón vela:
oigo a mi amado que golpea.
"¡Ábreme, hermana mía, mi amada..."

# Enfrentando los Problemas de Nuestra Infancia

Les daré un corazón nuevo... Ezequiel 36:26

Existe todo un material en nuestro consciente y en nuestro inconsciente... en el que desarrollamos ideas falsas acerca de nosotros mismos, ideas falsas acerca de la felicidad, una imagen idealizada con la que tratamos de compararnos a un cierto standard. Y todos estos programas para lograr la felicidad, que se basan en las necesidades instintivas de seguridad, poder/control y afecto/estima, son simplemente las maneras infantiles que tenemos de enfrentar los problemas de nuestra primera infancia... Muchas de las experiencias traumáticas están reprimidas en el inconsciente o nos impulsan a crear programas para compensar o esquivar el dolor que nos causa la frustración de nuestros programas emocionales para la felicidad, que son totalmente imposibles de colmar o de satisfacer, puesto que no tienen límites. Son ilimitados porque un niño aún no tiene la capacidad de moderación.

1 Juan 2:17

Pero el mundo pasa, y con él, sus deseos. En cambio, el que cumple la voluntad de Dios permanece eternamente.

# El Consultorio del Terapeuta Divino

Dios los hará fuertes e inconmovibles. 1 Pedro 5:10

Esta habitación interior resulta ser el consultorio del Terapeuta Divino. Y Dios, el más grande psiquiatra que nunca existió o existirá, nos conduce gradualmente, paso a paso. Y al alternar el consuelo y la desolación, la afirmación y la confrontación con la verdad acerca de nosotros mismos, esta alternancia gradualmente sana las heridas de toda una vida mediante el increíble ejercicio de llevarnos a un autoconocimiento que no nos aplasta o desalienta, sino que nos ilumina y alienta, porque ahora vemos que estamos siendo gradualmente liberados y sanados de las mismas cosas que fueron las que más nos perturbaron física y emocionalmente.

#### 1 Pedro 5:10-11

El Dios de toda gracia, que nos ha llamado a su gloria eterna en Cristo, después que hayan padecido un poco, los restablecerá y confirmará, los hará fuertes e inconmovibles.
¡A él sea la gloria y el poder eternamente! Amén.

# Todas las Cosas en Dios y Dios en Todas las Cosas

# Elegí el camino de la verdad Salmo 119:30

Entonces, la Oración Centrante es un modo de vida, un compromiso con una nueva vida, con ser una nueva creación, convertirnos en el verdadero yo que es la idea que Dios tiene de quiénes somos; dejar actuar a Dios y ser conducidos, poco a poco, a integrar toda la realidad en nuestra comprensión de Dios, y a ver todas las cosas en Dios, y a Dios en todas las cosas. Ése es quien Dios es realmente, aunque nunca podamos apresarlo totalmente ni con nuestros dedos ni con nuestra mente. No necesitamos hacerlo, porque Dios está mucho más próximo. El deseo de sentir a Dios demuestra una falta de fe, porque Dios, de hecho, ya está aquí.

Hebreos 10:22 Acerquémonos, entonces, con un corazón sincero y llenos de fe.

# Una Conciencia Creciente de la Presencia de Dios

La gloria del Señor llenaba la Casa. Ezequiel 43:5

Dios es tan secreto, tan cercano, que no podemos tocarlo claramente porque estamos demasiado próximos a Él. Está más cerca que cualquier cosa que podamos imaginar. Y ésa es la comprensión que surge gradualmente al permitir que la Terapia Divina haga su labor y nos conduzca a un lugar en el que la presencia o ausencia de Dios son totalmente irrelevantes. Más y más, Su conciencia siempre presente nos acompaña como una cuarta dimensión en nuestro mundo tridimensional. Siempre amorosa. Siempre respetuosa de nuestra libertad. Siempre dispuesta a perdonar. Siempre presente, y manifestándose cada vez más y más presente; haciéndonos evolucionar en todos los niveles hacia expresiones más nuevas y maravillosas de lo que puede ser este misterio, esta realidad más allá de nuestros pensamientos.

# Ezequiel 43:4-5

La gloria del Señor entró en la Casa por la puerta que daba al oriente. El espíritu me levantó y me introdujo en el atrio interior, y yo vi que la gloria del Señor llenaba la Casa



# Octubre: Intimidad con Dios

## OCTUBRE 1

# Entablando amistad con Dios

## Establece amistad con Dios

Es difícil que el camino espiritual tenga un buen comienzo si cargamos con muchas actitudes negativas acerca de Dios que no hemos examinado ni cuestionado. Nuestras actitudes básicas con respecto a Dios a menudo están determinadas por las circunstancias y estamos tentados a regresar a niveles anteriores de relación que eran infantiles y no eran dignos de Dios. Fácilmente hacemos juicios acerca de Dios que son en realidad proyecciones de nuestros niveles infantiles de conciencia. También proyectamos en Dios los modelos de autoridad que vemos a nuestro alrededor. Si tuvimos un padre dominante y autoritario, fácilmente se siente a Dios como dominante y autoritario. Si esta influencia paterna fue horrible, entonces se hace más difícil, más tarde en la vida, relacionarnos con Dios como Dios. Reconocer nuestras actitudes infantiles con respecto a Dios y dejarlas de lado nos permitirá reevaluar nuestra relación con Dios y considerar la posibilidad de entablar una amistad.

# Éxodo 33:11

El Señor conversaba con Moisés cara a cara, como lo hace una persona con su amigo.

## La Fuente de la Oración Centrante

# Nosotros somos el templo del Dios viviente 2 Corintos 6:16

La fuente de la Oración Centrante es la Trinidad que habita en nosotros. Su fundamento es la vida de Dios en nuestro interior... Con el bautismo nos llega toda la presencia no creada de la Santísima Trinidad, Padre, Hijo y Espíritu Santo. Participamos, como seres humanos, en la vida de Dios, simplemente por el hecho de que estamos vivos, pero mucho más por medio de la gracia. Participamos en el movimiento por el que el Padre se entrega totalmente a Si Mismo al Hijo, y el Hijo se entrega al Padre. Se vacían uno en el otro. El espíritu de Amor los reconstituye, por así decir, de modo que puedan seguir entregándose por siempre. Esta corriente de amor divino, que se renueva constantemente en la vida de la Trinidad, es infundida en nosotros por medio de la gracia. Sabemos esto por nuestro deseo de Dios. Ese deseo se manifiesta en el esfuerzo que hacemos por desarrollar una vida de oración, y una vida de acción que esté penetrada por la oración

#### 2 Corintos 6:16

Porque nosotros somos el templo del Dios viviente, como lo dijo el mismo Dios: Yo habitaré en ellos y caminaré en medio de ellos

# Una Relación Comprometida con Cristo

# Porque el Señor pone en ti su deleite Isaías 62:4

Al sentarnos a hacer Oración Centrante nos estamos conectando con la vida de Dios en nosotros. La palabra sagrada es un gesto de consentimiento a la divina presencia y acción en nuestro interior. Es como si nuestra voluntad espiritual accionara el interruptor, y la corriente (la vida divina) que está presente en nuestro organismo, por así decirlo, se activa, y la vida divina fluye. Está allí, esperando ser activada. Entonces, al sentarnos en presencia de la Trinidad en nosotros, nuestra oración se transforma en una relación con Cristo. Atravesamos un proceso evolutivo de familiaridad, simpatía y amistad. Esta última implica un compromiso con la relación...La amistad con Cristo ha alcanzado un compromiso cuando decidimos adoptar una vida de oración y un programa para la vida diaria diseñado para acercarnos a Cristo y adentrarnos en la vida de amor de la Trinidad

#### Jeremías 29:12-13

Cuando ustedes me invoquen y vengan a suplicarme, yo los escucharé. Cuando me busquen, me encontrarán, porque me buscarán de todo corazón.

## La Oración Centrante

# Esforcémonos por conocer al Señor Oseas 6:3

La Oración Centrante se enfoca en el centro del misterio cristiano, que es la pasión, muerte y resurrección de Cristo. Cada vez que consentimos a ver un nuevo aspecto de nuestra debilidad e impotencia llegamos a un lugar más profundo con Cristo... Cristo en su pasión es el más grande maestro para enseñarnos quién es Dios. Pura humildad. Total abnegación. Absoluto servicio. Amor incondicional. El sentido esencial de la encarnación es que este amor está totalmente disponible. La Oración Centrante no es más que un humilde método para tratar de acceder a esa infinita bondad por medio de nuestra entrega. Consentir a la presencia y acción simbolizada en la palabra sagrada no es nada más que entregarnos y confiar

#### Oseas 6:3

Esforcémonos por conocer al Señor: su aparición es cierta como la aurora. Vendrá a nosotros como la lluvia, como la lluvia de primavera que riega la tierra.

# La Redención

...anhelando que se realice la redención de nuestro cuerpo.

Romanos 8:23

La gran ventaja de los contemplativos es que somos invitados a compartir, primero, nuestra propia redención al aceptar nuestra alienación personal de Dios y sus consecuencias en nuestra vida, y luego, a identificarnos con la compasión divina para sanar al mundo por medio de los gemidos del Espíritu en nosotros. "Los inefables gemidos del Espíritu", como los llama Pablo, son nuestros deseos de traer la paz y el conocimiento del amor de Dios al mundo. El amor, que es la fuente de esos deseos está, de hecho, siendo proyectado al mundo, y está sanando en secreto sus heridas. No conoceremos los resultados de nuestra participación en el trabajo redentor de Cristo en esta vida. Una cosa es cierta: al unirnos al crucificado nos unimos a todos los demás, pasados, presentes y futuros.

### Romanos 8:26-27

El mismo Espíritu viene en ayuda de nuestra debilidad porque no sabemos orar como es debido; pero es Espíritu intercede por nosotros con gemidos inefables. Y el que sondea los corazones conoce el deseo del Espíritu y sabe que su intercesión en favor de los santos está de acuerdo con la voluntad divina.

# La Total Entrega de Sí Mismo

# Procuren alcanzar ese amor

En las relaciones humanas, a medida que el amor se hace más profundo, llega un momento en el que los dos amigos se comunican sus sentimientos sin palabras... Esta relación amorosa indica el tipo de silencio interior que se va desarrollando en la oración contemplativa. La conciencia de la presencia de Dios reemplaza a la conciencia de nuestra propia presencia y a nuestra inveterada costumbre de reflexionar acerca de nosotros mismos. La experiencia de la presencia de Dios nos libra de hacer de nosotros o de nuestra relación con Dios el centro del universo. El lenguaje de los místicos no debe ser interpretado literalmente cuando hablan del vacío. Jesús practicó el vaciarse cuando se volvió un ser humano y se vació de sus prerrogativas y de las consecuencias naturales de su dignidad divina. El vacío no significa literalmente un vacío, sino vaciarse del apego a nuestra propia actividad. Nuestras reflexiones y actos de voluntad son una necesaria preparación para familiarizarnos con Cristo, pero deben ser trascendidos si Cristo ha de compartir con nosotros su oración más personal al Padre, que se caracteriza por la entrega total.

Filipenses 2:5 Tengan los mismos sentimientos de Cristo Jesús.

# Abriéndonos a la Presencia de Dios en nuestro Interior

Dios, estará contigo dondequiera que vayas Josué 1:9

La oración contemplativa, entendida correctamente, es el normal despliegue de la gracia del bautismo y la práctica regular de la Lectio Divina. Es abrir la mente y el corazón – todo nuestro ser - a Dios, más allá de pensamientos, palabras y emociones. Llevados por la gracia de Dios que nos sostiene, abrimos nuestra conciencia a Dios, que sabemos por la fe que habita en nuestro interior, más cerca que nuestra respiración, más cerca que el pensamiento, más cerca que la capacidad de elegir – más cerca que la conciencia misma. La oración contemplativa es un proceso de transformación interna, una relación iniciada por Dios que nos conduce, si lo permitimos, a la unión divina

Deuteronomio 28:12 Él te abrirá el cielo –su rico tesoro

## El Sendero Estrecho que Lleva a la Vida

Es necesario que El crezca y que yo disminuya Juan 3:30

Crecer en la unión divina implica la necesidad de disminuir nuestra actividad humana y aprender a servir al Señor. Presupone la gradual purificación de las facultades sensoriales en la noche de los sentidos, y las facultades espirituales en la noche del espíritu. Por lo tanto, la esencia del camino contemplativo no debe identificarse con ninguna experiencia psicológica de Dios, aunque éstas puedan ocurrir ocasionalmente. La esencia de la contemplación es la fe confiada y amorosa por la que Dios eleva a la persona humana, a la vez que purifica los obstáculos conscientes e inconscientes en nosotros que se oponen a los valores del Evangelio y a la obra del Espíritu. La oración contemplativa en el sentido clásico o estricto del término es "el sendero estrecho que lleva a la vida."

1 Timoteo 1:14 Sobreabundó a mí la gracia de nuestro Señor, junto con la fe y el amor de Cristo Jesús.

#### La Purificación

Sométanse a Dios... Purifiquen sus manos Santiago 4:7-8

En el nivel alegórico [de las Escrituras], oímos ahora la voz de Cristo que nos habla a través de las lecturas que escuchamos en la liturgia, que saboreamos en la Lectio Divina, y que reconocemos en los sucesos de nuestra propia vida... Cuando empezamos a experimentar esto, escuchamos las Escrituras de un modo muy diferente. Ya no son documentos históricos, sino historias sobre nuestra propia experiencia del camino espiritual. No debemos pasar por alto otro aspecto del sentido alegórico de las Escrituras. Es la descarga del inconsciente, o purificación. La purificación ocurre cuando, gracias a la confianza y a la honestidad que desarrollamos en nuestra relación con Dios, como resultado de nuestra identificación con los textos de las Escrituras, estamos en condiciones de enfrentar el lado más oscuro de nuestra personalidad. Empezamos a experimentar el desierto bíblico. El desierto bíblico no es un lugar, sino un estado en el que experimentamos en nuestro interior lo que en el exterior simbolizan la travesía de los israelitas por el desierto y otros textos similares.

Santiago 4:7-8

Sométanse a Dios... Acérquense a Dios y él se acercará a ustedes. Purifiquen...los que tienen su corazón dividido.

#### Confiar en Dios

## Tengan confianza en el Señor. Salmo 4:6

La oración contemplativa profundiza el proceso de la escucha, y lo hace por medio de dos experiencias. Una es la afirmación de nuestro ser en el nivel más profundo, que llega a nosotros gracias a la paz y los consuelos espirituales, y nos permite confiar a Dios toda nuestra historia. No es que ya Dios no la conozca; sólo nos está permitiendo participar del secreto. Sin confianza en Dios no podemos reconocer el lado sombrío de nuestra personalidad, nuestras motivaciones contradictorias y nuestro egoísmo. La oración profunda aumenta nuestra confianza en Dios, de modo que podamos admitir cualquier cosa y no sentirnos destruidos por ello. Sin esa confianza mantendremos nuestros mecanismos de defensa. Tratamos de escondernos de la luz de esa comprensión. Como Adán y Eva, nos escondemos en la espesura. Por otra parte, al enfrentar nuestro lado oscuro somos liberados de él. Cuando lo aceptamos, Dios nos lo quita. El proceso de la oración contemplativa es una forma de dejar salir lo que está en el inconsciente.

Juan 12:44

Jesús exclamó: "El que cree en mí...
realmente no cree en mí, sino en el que me envió."

## La Lectio Divina y el Crecimiento Espiritual

## Le hablaré de su corazón Oseas 2:16

Según el método de la Lectio Divina, simplemente continuamos leyendo las Escrituras, eso es todo. Solamente seguimos escuchando, creciendo en confianza y creciendo en amor, como ocurre en toda relación. El Espíritu que escribió las Escrituras está en nuestro interior y nos ilumina con respecto a lo que el Espíritu nos dice a nosotros. La palabra, en última instancia, está dirigida a nuestro ser más íntimo. Comienza con lo más externo y trabaja en la dirección de lo que es más interno para despertarnos a la presencia permanente de Dios. Cuando llegamos a la comprensión unitiva de las Escrituras, la palabra externa confirma lo que ya sabemos y experimentamos

Hechos 16:14 El Señor le tocó el corazón para que aceptara las palabras de Pablo.

#### El Silencio

El Señor no estaba en el viento. El Señor no estaba en el fuego 1 Reyes 19:11-12

San Juan de la Cruz escribió, "Una palabra habló el Padre, que fue su Hijo, y ésta habla siempre en eterno silencio, y en silencio ha de ser oída del alma." Esto sugiere que el silencio es el lenguaje de Dios, y que todas las otras lenguas son pobres traducciones. La disciplina de la Oración Centrante y de otras prácticas tradicionales son formas de refinar nuestro aparato receptivo para que podamos percibir la palabra de Dios, que se comunica con la mayor simplicidad a nuestro espíritu y a nuestro ser más íntimo.

## 1 Reyes 19: 11-12

Y el Señor le dijo: "Sal fuera y quédate de pie ante mí, sobre la montaña." En aquel momento pasó el Señor, y un viento fuerte y poderoso desgajó la montaña y partió las rocas ante el Señor; pero el Señor no estaba en el viento. Después del viento hubo un terremoto; pero el Señor tampoco estaba en el terremoto. Y tras el terremoto hubo un fuego; pero el Señor no estaba en el fuego. Pero después del fuego se oyó un sonido suave y delicado.

## Reforzar Nuestra Capacidad para el Silencio Interior

## Mi alma espera en el Señor Salmo 130:5

La práctica de la Oración Centrante podría llamarse el primer peldaño en la escala de la oración contemplativa. En general, no sabemos cuándo nuestra oración se convierte en contemplación en sentido estricto. Sólo sabemos que nos estamos moviendo en esa dirección por medio de nuestra práctica, y que el Espíritu se está moviendo hacia nosotros. A medida que nuestra práctica se hace más habitual, la acción de los dones del Espíritu de sabiduría y ciencia adquieren más poder y gradualmente se hacen cargo de nuestra oración, lo que nos permite descansar habitualmente en la presencia de Dios. Esta experiencia no necesariamente se siente durante la oración, sino que se experimentan sus efectos en la vida diaria. Esperar en Dios en la práctica de la Oración Centrante fortalece nuestra capacidad para el silencio interior y nos hace sensibles a los delicados movimientos del Espíritu en la vida diaria, que conducen a la purificación y a la santidad

#### Salmo 130:5-6

Mi alma espera en el Señor y yo confío en su palabra. Mi alma espera al Señor, más que el centinela la aurora.

## El Uso de la Palabra Sagrada

## Eleva tu corazón al Señor con amor La Nube del No Saber

Durante la Oración Centrante usamos la palabra sagrada sólo como un medio para enfocarnos y llevar nuestra intención a una total claridad, toda vez que, debido a la debilidad de la naturaleza humana y al hecho de que los programas emocionales para lograr felicidad en el inconsciente todavía están activos, necesitamos algún medio para volver a nuestra intención original, que es consentir a la presencia y acción de Dios en nuestro interior. Con la práctica regular desarrollamos una cierta facilidad para dejar ir rápidamente. Entramos entonces en la nube del no saber, que se desarrolla mediante pequeños actos repetidos de consentimiento. Eso significa que se han desmantelado los programas emocionales lo suficiente como para estar alerta a su intromisión, y para poder volver a nuestra intención original mucho más rápidamente, y, de hecho, sin necesariamente tener que emplear nuestra palabra sagrada o nuestro símbolo sagrado.

## Apocalipsis 3:20

Yo estoy junto a la puerta y llamo: si alguien oye mi voz y me abre, entraré en su casa y cenaremos juntos.

#### La Oración Centrante

Amarás al Señor... con todo tu corazón...

Marcos 12:30

El movimiento que se instaura al introducir la palabra sagrada como símbolo de nuestra intención de estar abiertos a la presencia y acción de Dios nos lleva poco a poco al nivel espiritual de nuestro ser, o, para usar otra analogía, a una atención receptiva general al flujo mismo de la consciencia y no a lo que está pasando en la superfície. La palabra sagrada es simplemente el símbolo de nuestra intencionalidad. No hay palabra especial, por lo tanto, que sea mejor que otra, excepto que algunas palabras deben evitarse porque provocan una asociación de ideas y la tendencia a pensar en otros asuntos. En esta oración estamos desarrollando la capacidad de esperar en Dios con atención amorosa. El carácter amoroso se expresa por la fidelidad a la práctica y la paciencia al realizarla.

Marcos 12:30

Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón y con toda tu alma, con todo tu espíritu y con todas tus fuerzas

#### El Símbolo de Nuestra Intención

Habla, Señor, porque tu siervo escucha 1 Samuel 3:9

La palabra sagrada es un gesto de consentimiento de nuestra voluntad espiritual a la presencia de Dios en nuestro ser más íntimo. La palabra aparece en nuestra imaginación, pero no ejerce ninguna función directa de aquietarnos en el nivel de nuestro flujo ordinario de conciencia. Más bien, solamente expresa nuestra intención, la elección de nuestra voluntad de abrirnos y entregarnos a la presencia de Dios. Esta es la diferencia entre la práctica de la Oración Centrante y una práctica que utilice alguna forma de atención, como mirar la llama de una vela, repetir un mantra, o visualizar alguna imagen. Es por eso que no necesitamos repetir continuamente la palabra sagrada. Sólo la usamos para mantener nuestra intención de fe y amor hacia Dios. Mientras los pensamientos pasen como barcos en la superficie del rio sin atraer nuestro deseo o causarnos aversión, no necesitamos volver a la palabra sagrada. En estas instancias, no hay interrupción en la orientación de nuestra intención hacia Dios

> 1 Samuel 3:9 Si alguien te llama, tú dirás: Habla, Señor, porque tu siervo escucha.

El Programa del Evangelio para la Transformación

Cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir... Romanos 12:2

El Evangelio se dirige a la condición humana tal como es. "Arrepiéntanse" - el llamado fundamental del Evangelio para que comience el proceso de sanación - significa "cambiar la dirección en la que estamos buscando la felicidad." Las diversas direcciones en las que buscamos la felicidad, que traemos desde la niñez, no funcionan. Lentamente nos están matando. Si respondemos a la invitación a arrepentirnos que nos dirige tan amorosamente el médico divino, podremos empezar de inmediato a aprovechar la Terapia Divina. La Terapia implica tanto la relación de amistad como la relación de sanación Leer el Evangelio desde la perspectiva de la psicoterapia contemporánea nos brinda un diagnóstico detallado de la enfermedad. La oración y la acción contemplativas— la vida bajo la influencia de los Siete Dones del Espíritu (consejo, piedad, fortaleza, reverencia, sabiduría, entendimiento, ciencia) - constituyen el programa del Evangelio para la salud, plenitud y transformación humanas

#### Romanos 12:2

...Cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir y lleguen a conocer la voluntad de Dios, es decir, lo que es bueno, lo que es grato, lo que es perfecto.

## OCTUBRE 18 El Reino de Dios

## Busquen primero el Reino de Dios... Mateo 6:33

El camino espiritual, o el proceso mismo, es lo que Jesús llamó "el reino de Dios." Este es un punto muy importante. Aceptar nuestra enfermedad y cualquier daño que nos haya sido infligido por otros o por las circunstancias de la vida es participar en la cruz de Cristo y en nuestra propia redención. En otras palabras, aceptar nuestras heridas no es sólo el comienzo, sino que es la travesía misma. No tiene importancia que no la terminemos. Si estamos en camino, estamos en el Reino. Esto parece ser lo que Jesús está diciendo en las parábolas. Es al soportar nuestras debilidades con compasión, con paciencia y sin esperar que todos nuestros males desaparezcan, que funcionamos mejor en un Reino en el que los insignificantes, los marginados, y la vida diaria son las coordenadas básicas. El Reino está en medio de nosotros.

#### Mateo 6:33

Busquen primero el Reino y su justicia, y todo lo demás se les dará por añadidura. No se inquieten por el día de mañana; mañana habrá tiempo para preocuparse. Cada día tiene suficiente con sus propios problemas.

#### Nuestro Consentimiento

Aquí estoy, porque me has llamado.

1 Samuel 3:8

La energía divina es más poderosa cuanto menos la percibimos con nuestras facultades. Cuando nos sentamos a hacer Oración Centrante y establecemos nuestra intención, sabemos que la Presencia Divina ya está allí. No la creamos. Todo lo que tenemos que hacer es consentir. La energía divina se fluye en nuestro interior y a través de nosotros. En su forma más pura está disponible las veinticuatro horas del día en su máxima potencia. Al consentir nos abrimos a Dios tal como Dios es, sin tratar de comprender quién o qué es. Consentimos a la divina presencia sin depender de ningún medio para expresarla, traducirla o interpretarla según nuestra historia personal, nuestro condicionamiento cultural o nuestros prejuicios. Dios se comunica con una única condición: nuestro consentimiento

#### 1 Samuel 3:8

El Señor llamó a Samuel por tercera vez. Él se levantó, fue adonde estaba Elí y le dijo: «Aquí estoy, porque me has llamado». Entonces Elí comprendió que era el Señor el que llamaba al joven.

## La Dirección Espiritual de los Contemplativos

Tus consuelos me llenan de alegría. Salmo 94:19

El método de la Oración Centrante implica una considerable interrelación con la psicología - de hecho, estuvo especialmente diseñado como diálogo entre los modelos de psicología contemporánea y el lenguaje clásico del camino espiritual cristiano. En el modelo de la Oración Centrante, el meollo de la purificación cristiana consiste en la lucha con las motivaciones inconscientes, y la oración misma alienta el surgimiento de materiales inconscientes previamente inaccesibles. Por lo tanto, el director espiritual tiene que estar preparado para lo que emerja, no asumiendo el papel de psicoterapeuta sino brindando aliento y, a la vez, reconociendo cuando es posible que se requiera la pericia de algún otro experto.

Salmo 94:19 Cuando estoy cargado de preocupaciones, tus consuelos me llenan de alegría.

## Dirección Espiritual Según se Necesite

Ustedes son capaces de aconsejarse mutuamente. Romanos 15:14

La dirección espiritual debe dirigirse a dónde se encuentra cada persona. Los principiantes en el camino necesitan instrucciones concretas con respecto a la práctica regular de la oración, una guía simple para la vida, y una recomendación de lecturas. Los que ya han establecido una práctica en la oración necesitan de la Lectio Divina y del estudio, así como de una práctica para la vida diaria. En el capítulo final de mi libro Invitación a Amar se sugieren varias prácticas apropiadas. En general, están destinadas a alentar las actitudes contemplativas de consentir y dejar ir rápidamente las emociones que nos producen aflicción y que surgen en la vida diaria. Y, por supuesto, el apoyo se vuelve esencial cuando llegamos a la noche oscura.

#### Romanos 15:14

Por mi parte, hermanos, estoy convencido de que ustedes están llenos de buenas disposiciones y colmados del don de la ciencia, y también de que son capaces de aconsejarse mutuamente.

## Apoyo a Los Que Están Más Avanzados

Profesando la verdad en el amor... Efesios 4:15

Para los que están más avanzados en el camino espiritual, el apoyo de la amistad y la comprensión es el mayor regalo que podamos ofrecer...El apoyo y la confirmación del que ha recorrido el mismo camino, y la validación de que la propia experiencia proviene de Dios, que sólo puede proveer un director espiritual experimentado, son enormes regalos. La mejor dirección trata de posibilitar o empoderar a la persona que es dirigida a acoger la guía más refinada y delicada del Espíritu en cualquier asunto. El director se convierte en un compañero de camino y un amigo, y la persona dirigida y el director se dicen amorosamente la verdad el uno al otro. Decir sólo la verdad puede ser muy duro. Decir la verdad con amor nos sostiene mutuamente

#### Romanos 1:11-12

Deseo y prestarles alguna ayuda espiritual para que estén más firmes; es decir, para que nos animemos unos a otros con esta fe que ustedes y yo tenemos.

## La Esencia del Camino Espiritual

## Ayúdame a estar presente a la presencia de Dios

Dios tiene que conducirnos a un lugar que implique revertir totalmente nuestros valores incuestionados, deshacer completamente nuestros planes más cuidadosamente trazados, y dejar ir, en gran medida, nuestras ideas preconcebidas. El hecho de entregarse a lo desconocido, de someterse al proceso de descarga, es un paso esencial para adentrarnos en el misterio de nuestro propio inconsciente. Allí están ocultos no sólo nuestra historia de vida, especialmente las heridas tempranas de la primera infancia sepultadas en el depósito de nuestro cuerpo, sino también los elementos positivos de nuestro potencial para crecer en la fe, en la esperanza y el amor divino, y allí también está presente la Inhabitación Divina. Gradualmente debemos recuperar la convicción, no sólo el sentimiento, de la Inhabitación Divina, el darnos cuenta de que Dios - Padre, Hijo y Espíritu Santo - vive en nosotros. Ésa es la esencia del camino espiritual, y la Oración Centrante está totalmente al servicio de ella

#### Efesios 3:16-17

Que él se digne fortificarlos por medio de su Espíritu, conforme a la riqueza de su gloria, para que crezca en ustedes el hombre interior. Que Cristo habite en sus corazones por la fe.

## La Oración Centrante y el Amor Divino

... para que lleguen a colmarse de la plenitud total de Dios.

Cuando hablamos de la Oración Centrante, hablamos de amor. Esto distingue a la Oración Centrante de los métodos orientales [de meditación] Los métodos orientales están enfocados fundamentalmente en la consciencia. La Oración Centrante se enfoca en el amor divino. Las tradiciones del oriente ponen mayor énfasis en lo que el yo puede hacer y, por lo tanto, tienen el peligro innato de identificar al verdadero yo con Dios. La tradición cristiana, en cambio, reconoce a Dios presente pero distinto del verdadero yo. En otras palabras, nuestra singularidad subsiste y se convierte en el vehículo para la expresión divina, que es la razón por la que fuimos creados: para compartir, por medio de la gracia, en la unidad del Padre y del Hijo.

#### Efesios 3:17-19

Que Cristo viva en sus corazones por la fe, y que el amor sea la raíz y el fundamento de sus vidas. Y que así puedan comprender con todo el pueblo santo cuan ancho, largo, alto y profundo es el amor de Cristo. Pido, pues, que conozcan ese amor, que es mucho más grande que todo cuanto podemos conocer, para que lleguen a colmarse de la plenitud total de Dios.

## La Oración Centrante, una Oración Trinitaria

Que la gracia...el amor...la comunión... permanezcan con todos ustedes 2 Corintios 13:13

La Oración Centrante surge de la tradición cristiana y afirma todas las devociones tradicionales al iluminar su fuente. De este modo se convierte en el fundamento de un apostolado mucho más fructífero y de relaciones verdaderamente generosas con los demás, con el cosmos, con la tierra, con nosotros mismos, y con la Trinidad. En otras palabras, La Oración Centrante es la Trinidad viviendo la vida divina en nosotros. Es eminentemente una oración trinitaria, e implica la Encarnación, la Inhabitación Divina, el Cuerpo Místico de Cristo, los Siete Dones del Espíritu – las grandes enseñanzas del dogma que son generalmente consideradas por los teólogos como los principios más importantes con respecto al camino espiritual.

2 Corintios 13:13 La gracia del Señor Jesucristo, el amor de Dios y la comunión del Espíritu Santo permanezcan con todos ustedes.

## Más Allá de la Reflexión y de la Oración Vocal

El me conduce a las aguas tranquilas. Salmo 23:2

Hay un movimiento inherente de la reflexión al simple descanso en Dios. Supongamos que dedicamos media hora cada día al rosario. Supongamos que, cuando estamos reflexionando acerca de los misterios, sentimos una atracción interna a quedarnos quietos en presencia de Nuestra Señora, y simplemente absorber la dulzura de su presencia con nuestro espíritu interior. Es posible que percibamos la cercanía del espíritu divino en nuestro interior, así como la cercanía de Nuestra Señora. Eso es lo que significa la expresión "descansar en Dios." Moverse más allá de las oraciones vocales y más allá de las reflexiones cuando sintamos la atracción de quedarnos quietos es el camino a la contemplación. Ese es el momento en el que debemos sentirnos libres de dejar de decir las oraciones vocales y de seguir la atracción por la quietud, porque las oraciones vocales y la meditación discursiva están ambas diseñadas para conducirnos gradualmente a ese lugar secreto y sagrado. Ese es su único propósito.

> Salmo 23:2 El me hace descansar en verdes praderas, me conduce a las aguas tranquilas.

#### Los Carismáticos

"¡Silencio! ¡Quédate quieto!... y sobrevino una gran calma" Marcos 4:39

Para desarrollar la dimensión contemplativa del Evangelio, los carismáticos sólo tienen que profundizar su escucha de la palabra de Dios en las Escrituras, recordando que esa palabra también habita en ellos. No hay oposición entre la palabra exterior y la palabra interior de Dios. Ellas se confirman y refuerzan mutuamente. La palabra interior habla en silencio, en la inmediatez del amor. La palabra exterior, expresada en la proclamación del Evangelio, o en la lectura privada de un texto sagrado, es la misma palabra que emerge del eterno silencio del Padre, y está presente en nuestro ser más íntimo, donde Él despierta nuestra comprensión de los Divinos misterios a los que apuntan las Escrituras. No nos negamos a pensar, sino que vamos más allá del pensamiento cuando somos atraídos por la absorbente y misteriosa presencia del Espíritu.

#### Salmo 16:9

Mi corazón se alegra, se regocijan mis entrañas y todo mi ser descansa seguro... Me harás conocer el camino de la vida, saciándome de gozo en tu presencia.

# OCTUBRE 28 El Deseo de Dios

Mi alma suspira por Ti, mi Dios. Salmo 42:1

Accedemos a la vida Trinitaria en nuestro interior gracias a la fe, la esperanza y el amor divino. El ejercicio de estas tres virtudes teologales es precisamente el dinamismo transformador que emplea el Espíritu para despertar en nosotros los niveles más profundos de conciencia de lo divino. Pablo dice que "la fe es la garantía de los bienes que se esperan" (Hebreos 11:1), Es la invencible convicción de que estamos unidos a Dios antes de que podamos sentirlo o saberlo de ningún otro modo que no sea nuestra propia entrega. Esto es lo que abre el corazón a lo que Pablo llama la efusión del amor divino: "Esta esperanza no nos defrauda, porque Dios ha llenado con su amor nuestro corazón por medio del Espíritu Santo, que nos ha sido dado."(Romanos 5:5). Así, la fuente de la Oración Centrante, como preparación para la vida contemplativa, es la vida Trinitaria misma, que se ocurre en nuestro interior y se manifiesta en nuestro deseo de Dios, la búsqueda de la verdad y la oración.

#### Salmo 42:2

Como la cierva sedienta busca las corrientes de agua, así mi alma suspira por ti, mi Dios.

### El Foco de la Oración Centrante

## Así podré conocerlo a Él. Filipenses 3:10

El foco de la Oración Centrante es Jesucristo. Esto significa que, cuando nos sentamos con fe y nos abrimos a la plenitud de la presencia de Dios en nuestro interior, nos hacemos parte de la dinámica del Misterio Pascual. En otras palabras, cuando dejamos de actuar desde nuestro falso yo y desde los programas emocionales para lograr la felicidad y entramos deliberadamente en el silencio y la soledad durante el tiempo que dedicamos a la Oración Centrante, nos estamos sumergiendo de una manera especial en el misterio Pascual. El misterio Pascual es la pasión, muerte y resurrección de Cristo, la manifestación más amplia de quién Dios es, en la medida en que puede ser expresada en términos humanos. En medio de los miembros de una comunidad que practican la Oración Centrante juntos, está el Cristo Resucitado.

## Filipenses 3:10

Así podré conocerlo a él, conocer el poder de su resurrección y participar de sus sufrimientos, hasta hacerme semejante a él en la muerte, a fin de llegar, si es posible, a la resurrección de entre los muertos.

#### Vinculándonos a Toda la Familia Humana

Con un solo corazón ... glorifiquen a Dios Romanos 15:6

Una vez que emprendemos el camino espiritual ya no existe una oración meramente privada. Nuestra oración se vuelve una participación en los gemidos del Espíritu por todas las intenciones y necesidades de la familia humana. Esto no significa que no oremos por nuestros seres queridos en otros momentos. Pero sí significa que, durante los períodos de Oración Centrante, entramos en un sentido de unidad con todos los que están experimentando la gracia, y con toda la familia humana. A veces es posible que seamos capaces de sentir ese vínculo. Ese vínculo es el corazón y el alma de una comunidad cristiana.

#### Romanos 15:5-6

Que el Dios de la constancia y del consuelo les conceda tener los mismos sentimientos unos hacia otros, a ejemplo de Cristo Jesús, para que, con un solo corazón y una sola voz, glorifiquen a Dios, el Padre de nuestro Señor Jesucristo.

## La Oración Centrante – Nuestro Verdadero Yo – La Mente de Cristo

## Tú me infundes ánimo Salmo 119:32

La presencia de Dios nos acompañará en la vida diaria, bien sea en otras formas de oración, en nuestras relaciones, o en nuestro lugar de trabajo. Sin intentarlo, sino simplemente estando en Dios cuando desempeñamos nuestras funciones diarias, ejercemos una suerte de apostolado. Hasta al hacer bromas podemos estar derramando gracia a la atmósfera y a los demás. Todas nuestras actividades deben provenir de este centro. La Oración Centrante no sólo tiende a acceder a nuestra naturaleza espiritual sino también a expresar el verdadero yo. Actuamos desde una libertad interior que, cada vez más y sin pensar en ello, expresa la mente de Cristo en nuestra propia vida diaria, gracias a que surgen y se derraman los frutos del Espíritu y las Bienaventuranzas.

1 Corintios 2:16 Nosotros tenemos la mente de Cristo.



## Noviembre: Despertares

#### **NOVIEMBRE 1**

Orando las Escrituras con Otros Entonces les abrió la inteligencia. Lucas 24:45

Orar las Escrituras junto con otros puede considerarse como una especie de Liturgia de la Lectio Divina, o, mejor aún, como una especie de "Liturgia de la Palabra" compartida. Orar las Escrituras junto con otros generalmente sucede de este modo: se lee un pasaje tres o cuatro veces, seguidas de dos o tres minutos de silencio. Después de cada lectura, los participantes consideran interiormente el texto de maneras específicas. Después de la primera lectura se concentran en una palabra o frase. Después de la segunda lectura reflexionan acerca del significado o sentido del texto. Después de la tercera lectura responden haciendo una oración espontanea. Luego de la cuarta lectura simplemente descansan en la presencia de Dios, y luego del periodo de silencio los que así lo desean son invitados a compartir brevemente acerca del texto... Es más apropiado tener esta Liturgia de la Palabra luego de un período de Oración Centrante que tenerla antes. Sobre todo, las dos prácticas no deben combinarse, porque cada una tiene su integridad y su carácter único.

#### Mateo 18:20

Les aseguro que todo lo que ustedes aten en la tierra quedará atado en el cielo, y lo que desaten en la tierra quedará desatado en el cielo.

La Práctica Clásica de la Lectio Divina

## Me harás conocer el camino de la vida, Salmo 16:11

La práctica clásica de la Lectio Divina, sin embargo, se divide según dos maneras de hacerla: la monástica y la escolástica. La manera escolástica divide el proceso que sigue a las cuatro lecturas de un pasaje de las Escrituras en etapas o pasos en un esquema jerárquico... lectio [enfocada en una palabra o frase]... meditatio [reflexión sobre el texto]... oratio [respuesta a la reflexión]...contemplatio [cada tanto pasar a un estado de descanso en Dios]... El método escolástico es apropiado para aprender la lectio Divina en un principio, pero en cierto punto, cuando las personas han comprendido de qué se trata, es momento de probar el método monástico, porque está orientado, desde un principio, a descansar en Dios, estableciendo en nosotros una actitud de escucha.

#### Salmo 16:11

Me harás conocer el camino de la vida, saciándome de gozo en tu presencia, de felicidad eterna a tu derecha.

La Manera Monástica de hacer Lectio Divina.

Huesos secos, escuchen la palabra del Señor. Ezequiel 37:4

La manera monástica de hacer Lectio Divina es un antiguo método que fue practicado primeramente por las Madres y Padres del Desierto, y más tarde en los monasterios tanto de oriente como de occidente. Está orientado a la oración contemplativa. En la manera monástica de hacer Lectio Divina escuchamos la forma en la que Dios se dirige a nosotros en un texto particular de la Escritura. No hay etapas, escalas o pasos en la Lectio Divina; en cambio hay cuatro momentos a lo largo de la circunferencia de un círculo. Todos los momentos del círculo. están unidos unos con otros en un esquema horizontal e interrelacionado, así como con el centro, que es el Espíritu de Dios que nos habla a través del texto y en nuestro corazón. Prestar atención a cualquiera de los cuatro momentos es estar en relación directa con todos los demás. Desde esta perspectiva, podemos comenzar la práctica en cualquier momento alrededor del círculo, y movernos fácilmente de un "momento" al otro, según la inspiración del Espíritu.

## Ezequiel 37:4

Él me dijo: «Profetiza sobre estos huesos, diciéndoles: Huesos secos, escuchen la palabra del Señor. Así habla el Señor a estos huesos: Yo voy a hacer que un espíritu penetre en ustedes, y vivirán.

# Escuchar las Escrituras Ojalá hoy escuchen la voz del Señor Salmo 95:7

Los antiguos monjes leían las Escrituras en voz alta, así que, de hecho, estaban escuchándolas. Entonces elegían una frase (o, como máximo, una oración) que les había impresionado. Se quedaban con esa frase u oración sin pensar en etapas ni seguir un esquema predeterminado, sino sólo escuchando y repitiendo, una y otra vez, lentamente, el mismo texto breve. Esta disposición receptiva permitía que el Espíritu Santo ampliara su capacidad de escucha. A medida que escuchaban podían captar una nueva profundidad en el texto o un significado más amplio. Comprender algo en particular podía ser especialmente apropiado para ellos, para alguna situación específica de su vida o para los eventos del día. Según las Escrituras, el Espíritu nos habla cada día.

Salmo 95:7 Ojalá hoy escuchen la voz del Señor: "No endurezcan su corazón"

## Comenzar con una Oración al Espíritu Santo

## ...el Espíritu del Dios viviente 2 Corintios 3:3

Esta manera monástica de hacer Lectio Divina siempre comienza con una oración al Espíritu Santo. Los cuatro momentos a lo largo de la circunferencia del círculo son: leer en presencia de Dios, reflexionar, en el sentido de rumiar (no en el sentido de meditar discursivamente), responder mediante una oración espontánea, y descansar en Dios mas allá de pensamientos y actos de voluntad. Por "rumiar" quiero decir sentarse con el texto, permitiendo que el Espíritu Santo amplíe nuestra capacidad para escuchar y nos abra al significado más profundo del texto, en otras palabras, para poder comprender en profundidad el sentido espiritual del pasaje de las Escrituras. Esto conduce a la experiencia de fe del Cristo vivo y aumenta nuestro amor efectivo por los demás, que surge de esa relación... Pensamos el texto pero no pensamos acerca del texto

#### Romanos 10:17

La fe, por lo tanto, nace de la predicación y la predicación se realiza en virtud de la Palabra de Cristo.

#### Crecer en Unión con la Palabra Eterna

Que la Palabra de Cristo resida en ustedes con toda su riqueza Colosenses 3:16

En la oración contemplativa estamos en contacto con el origen de toda la creación. Por lo tanto, nos trascendemos a nosotros mismos y a nuestra limitada perspectiva del mundo. La plenitud de la Divinidad habita físicamente en Jesús, según Pablo. La Divinidad comienza a habitar físicamente en nosotros en proporción con nuestra capacidad para recibirla, a medida que crecemos en unión con la Palabra Eterna. El proceso necesita ser alimentado, tanto mediante el silencio interior de la oración contemplativa como por la Lectio Divina (en el sentido de escucha). La conciencia de la divina presencia también va a comenzar a desbordarse en nuestra actividad ordinaria.

Proverbios 1:23
Tengan en cuenta mi reproche. Yo voy a abrirles mi corazón y les haré conocer mis palabras.

#### El Proceso de Conversión

## Dile "Sí" a Cristo Madre Teresa de Calcuta

El proceso de conversión se inicia con una genuina apertura al cambio. La gracia es la presencia y acción de Cristo en nuestras vidas, invitándonos a dejar ir el lugar en el que ahora estamos y a permanecer abiertos a los nuevos valores que surgen cada vez que llegamos a una comprensión más profunda del Evangelio. Jesús nos llama a arrepentirnos más de una vez; es una invitación recurrente. En la liturgia vuelve a aparecer varias veces al año, especialmente durante el Adviento y la Cuaresma. También puede aparecer en otros momentos debido a diferentes circunstancias: decepciones, tragedias personales o la irrupción en nuestra conciencia de alguna compulsión o secreta motivación de la que no éramos conscientes. Una crisis en nuestra vida no es razón para escapar; es la voz de Cristo que nos invita a aceptar más de la luz divina. Más de la luz divina significa más de lo que la luz divina revela, que es la vida divina. Y cuanta más vida divina recibimos, más percibimos que la vida divina es puro amor.

Hechos 26:18
...para que les abras los ojos,
y se conviertan de las tinieblas a la luz.

## Cada vez que Consentimos a que Aumente Nuestra Fe

Y se les abrieron los ojos... Mateo 9:30

Cada vez que consentimos a que aumente nuestra fe, nuestro mundo cambia, y todas nuestras relaciones deben ajustarse a la nueva perspectiva que nos ha sido dada. Nuestra relación con nosotros mismos, con Jesucristo, con nuestro prójimo, con la Iglesia – aún con Dios mismo - todas cambian. Es el fin del mundo que anteriormente conocíamos y en el que vivíamos. A veces, deliberadamente, el Espíritu destroza esos mundos. Si dependíamos de ellos para acercarnos a Dios quizá sintamos que hemos perdido a Dios. Podríamos dudar de la existencia misma de Dios. No es del Dios de la fe del que dudamos sino sólo del Dios de nuestros conceptos limitados o de nuestras dependencias. Ese dios nunca existió de todos modos. La pura fe es la purificación de todo aquello en lo que los seres humanos nos apoyamos en nuestra relación con Dios

Mateo 9:28-30

Los ciegos se le acercaron. (...) Jesús les tocó los ojos, diciendo: Que suceda como ustedes han creído".

Y se les abrieron los ojos.

## Arrepentirse y Estar Dispuesto a Cambiar

Yo vengo para hacer, Dios, tu voluntad Hebreos 10:7

Si nos arrepentimos y estamos dispuestos a cambiar, o dispuestos a que Dios nos cambie, el reino de Dios está cerca. De hecho, lo tenemos: está en nuestro interior y podemos empezar a disfrutar de él. El reino de Dios pertenece a aquellos que han dejado ir su actitud posesiva hacia todo, incluyendo a Dios. Dios es puro don: no podemos poseerlo sólo para nosotros. Sólo podemos poseerlo recibiéndolo y compartiéndolo con los demás.

## Filipenses 2:13

Porque Dios es el que produce en ustedes el querer y el hacer, conforme a su designio de amor....

## Seguir la Inspiración del Espíritu

## Porque para Dios todo es posible Marcos 10:27

En la vida diaria el Espíritu nos habla de diferentes maneras. Cristo está presente bajo distintos disfraces. En la tragedia humana hay algo que el Padre quiere que hagamos para traer sanación. La dimensión contemplativa del Evangelio intensifica constantemente esta sensibilidad. Cuando uno sigue la voluntad del Espíritu ocurren resultados que no hubiéramos podido prever. De ahí la necesidad de cultivar la presencia de Dios en situaciones en las que parecería imposible hacer algo. El misterio de Cristo obra en todo, sin importar lo humilde o rutinario que sea. Nuestra respuesta puede ser inspirada por el falso yo o por el Espíritu. Si lo es por el Espíritu, las consecuencias son extraordinarias... para nosotros, para los demás, y quizá para toda la familia humana.

Filipenses 2:13

Porque Dios es el que produce en ustedes el querer y el hacer, conforme a su designio de amor....

# Escuchen Mateo 14:29-31 en el espíritu de la Lectio Divina

## El Señor camina en la tempestad y el huracán Nahum 1:3

Poco a poco somos capaces de oír el suave susurro en el huracán, el terremoto o el fuego. Dios está oculto en las dificultades. Si podemos encontrarlo allí no lo perderemos jamás. Sin dificultades no conoceremos el poder de la misericordia de Dios y el increíble destino que tiene reservado para cada uno de nosotros. Debemos ser pacientes con nuestros fracasos. Siempre hay otra oportunidad, a menos que desembarquemos en la orilla y nos quedemos allí. Una situación que no implique riesgo es el peligro más grande que existe. Enfrentar el viento y las olas no es sinónimo de derrota. Es entrenarse en el arte de vivir, que es el arte de rendirse a la acción de Dios y creer en su amor, pase lo que pase.

#### Mateo 14:29-31

Pedro, bajando de la barca, comenzó a caminar sobre el agua en dirección a él. Pero, al ver la violencia del viento, tuvo miedo, y como empezaba a hundirse, gritó: "Señor, sálvame". En seguida, Jesús le tendió la mano y lo sostuvo, mientras le decía: Hombre de poca fe, ¿por qué dudaste?

#### Escucha la Palabra de Dios de Mateo 15:21-28

"Mujer, ¡Qué grande es tu fe!" Mateo 15:28

¿Cómo encontramos a Dios en su aparente ausencia, rechazo y abuso? El episodio de la mujer cananea es una descripción de cómo responder cuando se nos dificulta la oración, cuando parece que nuestra vida interior se deshace. "No está bien," dice Jesús, "tomar el pan de los hijos, para tirárselo a los perros." ¿Cómo pudo Jesús decir tal cosa? La mujer cananea no se desanima ante este comentario, como no lo hizo ante su silencio y rechazo. De hecho, responde, "Señor, tienes razón. ¿Pero has considerado esta posibilidad? No estoy pidiendo el alimento de los hijos. Tampoco estoy pidiendo una hogaza de pan. Aún los perros a veces comen las migas que caen de la mesa de sus dueños por error. ¿Qué tal si dejas caer algunas migas para mí?" Jesús respondió, "Oh, querida mujer, ¡tu fe es extraordinaria! ..." Todo les pertenece a aquellos que han alcanzado este nivel de fe.

Mateo 15:28
Entonces Jesús le dijo:
"Mujer, ¡qué grande es tu fe!
¡Que se cumpla tu deseo!".
Y en ese momento su hija quedó curada.

Escucha la Palabra de Dios en Juan 8:1-11

...le dijo Jesús. "Vete, y no peques más". Juan 8: 11

En esta historia vemos que Jesús ofrece su gran misericordia a la mujer pecadora, pero noten que las palabras con las que la rescata son una invitación para que los acusadores examinen su propia conciencia y vean que hay de malo en ellos... Cuando Jesús dice, "El que no tenga pecado, que arroje la primera piedra", les está diciendo a los acusadores "¿Qué tal si miran sus conciencias?" Los que acusaban a la mujer pensaban que estaban aplicando la ley. No reconocían su hipocresía al usar la ley para tenderle una trampa a Jesús. Él los invitó a examinar su propia conciencia y reconocer la arrogancia que motivaba su malicia. La pregunta esencial siempre es: ¿Cuál es tu motivo para hacer esto? Es una invitación a la conversión, a hacernos totalmente responsables por nosotros mismos, por nuestra comunidad, nuestra nación y nuestra religión.

Mateo 15:28

El que no tenga pecado, que arroje la primera piedra.

## Acceder a la Dimensión Eterna en Nuestro Interior

El sacramento del momento presente. Jean-Pierre de Caussade

La segunda venida de Cristo puede suceder de dos maneras: con el fin de los tiempos (sólo Dios sabe cuándo será) o accediendo a la dimensión eterna en nuestro interior. Esto último es que lo que la liturgia y el camino espiritual intentan que se produzca. Los valores de la vida eterna irrumpen constantemente en la dimensión lineal del tiempo cronológico y nos ponen en contacto con la Realidad Última. En cada momento del tiempo cronológico, el valor divino del momento está disponible para nosotros en la medida de nuestra sensibilidad al Espíritu de Cristo. El Espíritu sugiere lo que hay que hacer en cada momento en nuestra relación con Dios, con nosotros mismos, con los demás y con el cosmos.

Apocalipsis 2:7 El que pueda entender, que entienda lo que el Espíritu dice...

## La Curación del Hombre Ciego en el Espíritu de la Lectio Divina

Señor, ayúdame a ver con los ojos de la fe

El despertar de los sentidos espirituales es la exhortación del Evangelio a ver con los ojos de la fe. Cuando los sentidos espirituales se activan, entonces vemos verdaderamente, oímos verdaderamente; contamos con el aparato receptor para abrirnos a la realidad más profunda. Por medio de la fe, la esperanza y la caridad oímos el mensaje primordial del universo. El resultado de ese despertar está simbolizado en lo que hizo el hombre ciego al recobrar la vista: lo siguió. Jesús hace hincapié en lo que lo sanó: ¡La fe!! Esta no es una fe que se basa en la razón, sino una fe que es una directa intuición. "Vete en paz," le dice a este hombre, "tu fe te ha salvado." Tu fe, es decir, tu consentimiento a que Dios te llame, te toque, te transforme. La transformación en Cristo es la máxima sanación.

## Marcos 10:51-52

Jesús le preguntó: ¿Qué quieres que haga por ti? Él le respondió: "Maestro, que yo pueda ver". Jesús le dijo: "Vete, tu fe te ha salvado".

En seguida comenzó a ver y lo siguió por el camino.

## La Mujer Pecadora en el Espíritu de la Lectio Divina

Tu fe te ha salvado. Vete en paz. Lucas 7:50

En realidad, el pecado personal no es el problema, sino el falso yo, con su tendencia a preferirnos a nosotros mismos por encima de los demás, incluyendo a Dios. De esa raíz enferma brotan todos los frutos podridos que produce el falso yo. Ya sea que un manzano enfermo produzca muchas o pocas manzanas, todas son incomibles. Por lo tanto, debemos confiar todo el árbol, raíz y ramas, a la misericordia de Dios, ya que solo Él puede sanar la distorsión radical de la condición humana. Eso es la conversión. No es tratar de "arreglar" la vida. Es un radical renunciamiento a nuestros programas para la felicidad centrada en nosotros, como seguridad personal o colectiva, poder y control sobe los demás, e ilimitado placer, afecto y estima. Esa es la enfermedad... Curar la enfermedad requiere de una conversión tan profunda como la que manifestó la mujer pecadora... La fe significa confianza en la infinita misericordia de Dios, manifestada en la obra redentora de Jesús. Esto es lo que salvó a la pecadora, y puede salvarnos a cada uno de nosotros.

> Lucas 7:50 Jesús dijo a la mujer: «Tu fe te ha salvado, vete en paz».

## Amarnos Unos a Otros como Jesús nos Amó

Lleva a Jesús a dondequiera que vayas. Madre Teresa de Calcuta

Jesús le dijo al escriba: "Tú no estás lejos del reino de Dios." En otras palabras, el reino de Dios requiere de algo más que amar a Dios y amar a nuestro prójimo como a nosotros mismos. Amar a nuestro prójimo desde la perspectiva del verdadero yo, viéndolo como alguien que es imagen de Dios, implica una profunda percepción, pero aún no representa la plenitud del reino de Dios, según Jesús. Un nuevo mandamiento caracteriza la fe cristiana, que lleva la percepción del escriba un paso más allá. Es amarnos unos a otros como Jesús nos amó. Esto es mucho más difícil. Es amar a los demás en su individualidad... y en las cosas que nos sacan de quicio. Amar a los demás, en otras palabras, tal como son, con sus hábitos insoportables, ridículas exigencias e imposibles características. El nuevo mandamiento es aceptar a los demás incondicionalmente, es decir, sin el menor deseo de cambiarlos. Amarlos en su individualidad es el modo en que Jesús nos amó.

#### Marcos 12:34

Jesús, al ver que había respondido tan acertadamente, le dijo: Tú no estás lejos del Reino de Dios".

## Nuestra Señora de los Dolores

Jesús dijo: "Aquí tienes a tu madre."

Juan 19:27

María es el paradigma de los que manifiestan a Cristo en su vida individual. Su compasión estaba basada en la clase de amor que Dios tiene por nosotros – un amor que es tierno, firme y que se entrega totalmente a sí mismo. La conciencia de Dios es el fruto de la pasión de Cristo, de su muerte y resurrección, y de su ascensión. En su ascensión. Jesús entra con su humanidad en el centro de toda la creación, en donde habita en todo y en todos, visible solamente a los rayos-X de la fe, que penetran todo disfraz, incluyendo los más grandes dolores. Dios reina, a pesar de que las apariencias indiquen lo contrario. El Cristo resucitado siempre está presente, abriendo el camino para el triunfo final de Dios, en el que, según dice Pablo "Dios será todo en todos." Esa es la fe que tenía María cuando miró lo que quedaba del cuerpo de su hijo, v aun así lo vio reinar desde su cruz – el triunfo de Dios. oculto en el más terrible sufrimiento. Esto la hace nuestra compañera y apoyo en cualquier clase de prueba.

Apocalipsis 19:6
Porque el Señor, nuestro Dios, el Todopoderoso,
ha establecido su Reino

## NOVIEMBRE 19 La Compasión Divina

Jesús, acuérdate de mí...

El Evangelio de Juan percibe a Jesús reinando desde la cruz. El amor divino triunfa sobre la aparente victoria de lo mundano, la violencia, el pecado. Cualquiera que acepta esa visión está reinando ahora mismo con Cristo en el reino. En otras palabras, es lo que Jesús le dijo al buen ladrón en la cruz, "estás en el paraíso ahora mismo, aún en medio de tus sufrimientos." Por lo tanto, no bien nos abrimos al amor divino, nuestros pecados son perdonados y olvidados. Somos ubicados instantáneamente, como el buen ladrón, en el reino del amor divino. Así, cuando se invierten los sistemas de valores de este mundo y el egoísmo es crucificado en el cuerpo de Cristo, el amor divino se derrama sobre la familia humana y se hace disponible para cualquiera que consienta a él. El reino de Cristo Rey no es un reino de poder, sino de compasión. Él nos invita a participar.

#### Lucas 23:42-43

Y decía: 'Jesús, acuérdate de mí cuando vengas a establecer tu Reino''. Él le respondió: "Yo te aseguro que hoy estarás conmigo en el Paraíso".

## Reflexionar sobre la Presencia Amorosa de Dios

Ustedes también estén preparados... Lucas 12:40

En la parábola del dueño de casa que permanecería despierto si supiera cuando llega el ladrón, Jesús se presenta a sí mismo como un intruso inesperado. Esta parábola se refiere no sólo a la muerte física, sino también a todas sus intrusiones inesperadas en nuestra vida, que nos toman por sorpresa. A veces llega cuando estamos en nuestro peor momento. De pronto, en medio de nuestra angustia, ira, amargura, ávidos pensamientos y sentimientos de abandono, aparece esta presencia increíblemente amorosa, como si dijera, "Bueno, ¿qué te sucede? ¿De qué te estás quejando tanto? Porque se puso un tanto oscuro no me viste. Permanece alerta, por lo tanto, porque el hijo del hombre vendrá cuando menos lo esperes." Cuando menos lo esperamos es cuando la noche es más oscura. No son nuestras súplicas las que hacen que regrese el amo; viene cuando advierte que hemos completado nuestra preparación. El dolor de la espera es proporcional al gozo de la resurrección. A los que están en el camino espiritual nada les sucede que no esté dirigido a la unión divina, si tan solo dicen "Sí".

Lucas 23:42-43 El Hijo del hombre llegará a la hora menos pensada.

## Imitar la Compasión que Dios Tiene de Nosotros

El amor es un fruto que está siempre en estación Madre Teresa de Calcuta

Solamente el amor puede cambiar a las personas. Ese es el gran desafío que nadie puede resistir. Le ofrece a los demás el espacio para cambiar sin importar lo que ellos hagan. Nuestros esfuerzos mal concebidos, especialmente si surgen de sentirnos personalmente molestos, o de que la conducta de los otros nos avergüence, no lograrán nada. Los agresores percibirán que la confrontación no proviene de una preocupación genuina por ellos y se pondrán a la defensiva. Al mostrar amor sin importar lo que suceda les brindamos un entorno en el que pueden experimentar la posibilidad de cambiar. Esto es imitar la compasión que Dios tiene por nosotros. Constantemente trata de corregirnos, pero nunca con resentimiento. Simplemente continúa invitándonos a dejar ir las conductas que son autodestructivas y a regresar a su amor. Siempre que hay algo para corregir nos indica que, si cambiamos, disfrutaremos de un completo perdón, La única confrontación que conduce a la corrección es aceptar al que tratamos de ayudar tal v como es.

#### Jeremías 31:3

De lejos se le apareció el Señor: Yo te amé con un amor eterno, por eso te atraje con fidelidad.

## Abrirse a los valores del Evangelio

Señor, ayúdame a vivir los valores de Cristo

Jesús se dirigió a la multitud con palabras de sabiduría que aquí vo expreso con otras palabras: "A menos que estén dispuestos a dar la espalda a las personas que les son más cercanas no pueden seguirme." Lugo agregó, "También tienen que odiar su propia vida, aún su propio yo, sus propios pensamientos, juicios... No me sigan ciegamente..." Las máximas de Jesús están destinadas a hacer que las personas cuestionen sus valores no cuestionados para poder abrirse al programa de cambio radical que él ofrece... Cuando somos llamados, como dice Jesús, a adoptar un sistema de valores más elevado, que implica servir no solo a nuestra familia más directa, entonces estos valores incuestionados se convierten en obstáculos. Por lo tanto, Jesús nos advierte que, si los valores aceptados se oponen o nos impiden crecer más allá de los mismos, debemos "odiar" nuestros condicionamientos culturales y lanzarnos a lo desconocido. Debemos estar listos para renunciar a los valores que hemos interiorizado cuando éstos se oponen a los valores del Evangelio.

Lucas 14:33

Cualquiera de ustedes que no renuncie a todo lo que posee, no puede ser mi discípulo.

## Entrar por la Puerta Estrecha

## Traten de entrar por la puerta estrecha Lucas 13:24

En un momento de las enseñanzas de Jesús alguien le pregunta "¿Señor, serán muchos o pocos los que serán salvados?" Jesús responde, "Traten de entrar por la puerta estrecha." ¿Cuál es la puerta estrecha que da tal seguridad? En un redil la puerta es extremadamente estrecha. Sólo una oveja a la vez puede entrar o salir. Por lo tanto, hay una íntima relación entre el pastor y las ovejas. Llama a cada una por su nombre. La puerta estrecha, en el contexto del viaje de Jesús a Jerusalén y el sacrificio de su muerte, es su enseñanza y su ejemplo. No es autodenominarnos cristianos sino realmente seguir a Jesús lo que cuenta. La enseñanza esencial de Jesús es su aceptación incondicional de todos. Aunque una práctica tal es extremadamente exigente, todos tenemos la capacidad de hacerlo, porque sólo se requiere de dos cosas sufrimiento y amor. Todos podemos sufrir y todos podemos amar.

#### Lucas 13:23

Una persona le preguntó: "Señor, ¿es verdad que son pocos los que se salvan?" El respondió: "Traten de entrar por la puerta estrecha..."

## Reflexión sobre el Vino Nuevo en Odres Nuevos

El vino nuevo se pone en odres nuevos.

Mateo 9:17

El vino nuevo es una maravillosa imagen del Espíritu Santo. Al movernos al nivel intuitivo de conciencia por medio de la oración contemplativa, la energía del Espíritu no puede ser contenida en las viejas estructuras. No son lo suficientemente flexibles. El vino nuevo es la dimensión contemplativa del Evangelio. Su cualidad básica es consentir a la presencia y acción del Espíritu en nuestro interior. Este consentimiento no está dirigido a nuestra intencionalidad sino a la intencionalidad de Dios. El Espíritu, que nos amó primero, es el que está llenándonos con el vino, no nosotros. Si consentimos a la intencionalidad de Dios, Él trabaja en nosotros por medio de los frutos del Espíritu: compasión sin límites, alegría, paz, y los otros frutos enumerados por Pablo (Gálatas 5:22-23)

Gálatas 5: 18 Si están animados por el Espíritu, ya no están sometidos a la Ley.

## El Universo Material se Vuelve Divino

La gloria del Señor los envolvió con su luz.

Lucas 2:9

Los sucesos y las imágenes de las Escrituras simbolizan experiencias interiores. La Navidad, por lo tanto, es una importante ocasión en nuestra historia personal. Por su intermedio Dios nos despierta a la vida divina en nosotros. No somos sólo seres humanos, somos divinamente humanos. Los ángeles, por sus palabras y sus acciones, dejaron en claro a los pastores el significado del niño recién nacido. La liturgia trata de hacer lo mismo por medio de la palabra y los sacramentos. Ahora Dios se ha convertido en uno de nosotros y está respirando nuestro aire. En Jesús late el corazón de Dios, sus ojos ven, sus oídos oyen. Por medio de su humanidad todo el universo material se ha vuelto divino. Al convertirse en ser humano, está en el centro de toda la creación y en cada parte de ella.

#### Mateo 1:23

La Virgen concebirá y dará a luz un hijo a quien pondrán el nombre de Emanuel", que traducido significa: "Dios con nosotros".

## Un Consejo Práctico de María

"Hagan todo lo que él les diga".

Juan 2:5

Nuestra Señora es el corazón de la respuesta humana a Dios, porque su consentimiento es la fuente del consentimiento de todos. Nunca consentiremos a Dios tan plenamente como podamos hasta que entendamos lo que realmente significó su consentimiento. Ella dio el consejo más práctico de todos los tiempos cuando les dijo a los que servían el banquete de bodas en Caná. "Hagan," les dijo, "todo lo que él les diga." Eso es precisamente lo que hizo ella. Hacer la voluntad de otro es, de cierto modo, volverse ese otro. Hacer la voluntad de Dios es perder nuestra identidad separada. Consentir al hecho de la presencia de Dios en nuestro interior es saber de dónde venimos y adónde vamos. Es saber quiénes somos. "¿Consientes a volverte divino?" Ésa es la pregunta que hoy se nos hace. La segunda pregunta es más concreta. "¿Consientes a expresarme a mí, tu Dios, en tu cuerpo?" ¡Eso nos asusta! ¡Ser Dios en todo lo que decimos y hacemos y somos! Ese es el consentimiento radical que dio nuestra Señora

Juan 2:5
Pero su madre dijo a los sirvientes: "Hagan todo lo que él les diga".

## La Misteriosa Muerte y Renacimiento Interior Dios, ayúdame a ver con tus ojos

José se convirtió en el esposo de María sólo después de haber renunciado a su plan de casarse con ella. Perder y encontrar a María es paralelo al hecho de perder y encontrar a Jesús en el templo, una participación más profunda en el misterio de la pasión, muerte y resurrección de Cristo. Todo verdadero buscador de Dios, desde el principio de los tiempos hasta el fin del mundo, tiene que pasar por esta misteriosa muerte y renacer interior, quizá una y otra vez. El amor de José por María y la visión que tenía de su vida con ella – y luego su amor por Jesús y la visión de su vida con él - fueron sus dos grandes visiones. Ambas le fueron dadas por Dios y ambas aparentemente le fueron quitadas por las circunstancias que Dios ordenó. Estos fueron los dos ojos a los que tuvo que renunciar para ver con los ojos de Dios. Tuvo que renunciar a su visión personal para volverse la Visión Misma. Ese es el objetivo de la vida cristiana.

## Lucas 2: 46, 48-50

Al tercer día, lo hallaron en el Templo en medio de los doctores de la Ley, escuchándolos y haciéndoles preguntas. Al ver, sus padres quedaron maravillados y su madre le dijo: "Hijo mío, ¿por qué nos has hecho esto?

Piensa que tu padre y yo te buscábamos angustiados». Jesús les respondió: "¿Por qué me buscaban? ¿No sabían que yo debo ocuparme de los asuntos de mi Padre?". Ellos no entendieron lo que les decía.

## NOVIEMBRE 28 La Hospitalidad Divina

Les he dado el ejemplo...

Juan 13:15

Jesús les lavó los pies a sus discípulos: Ellos serían sus invitados a la primera cena eucarística, así como lo somos nosotros cuando se la conmemora. Este compartir del cuerpo y la sangre del Dios-Hombre es la promesa de un banquete aún mayor: comer y beber de la vida inmortal y el amor en el banquete eterno del cielo, donde nuestro alimento será la divina esencia misma. ¿Cómo agradecer al Señor por su invitación, por la increíble profundidad de lo que nos comparte? Habiendo purificado nuestro corazón al despertar nuevamente a la gracia de nuestro bautismo, y esperanzados en la plenitud del Espíritu que esperamos recibir, consumimos la carne de Cristo que, como ardiente brasa, lleva en sí misma la llama eterna del Espíritu. Al recibir a Jesús en nuestro corazón, nuestro ser más íntimo se enciende y somos encaminados en la dirección de la realidad más profunda de la vida humana, la presencia de la Trinidad en las profundidades de nuestro espíritu.

> Juan 13:1 Él…los amó hasta el fin.

## Amar con Amor Divino

Ámense los unos a los otros, como yo los he amado.

Juan 15:12

Amar como Jesús nos amó es amar con Amor Divino, con el Amor de las personas de la Trinidad, que es total entrega. Ellas no aman para que les sea retribuido el amor, sino porque está en la naturaleza del Amor Divino el dar, el desbordarse, el abandonarse, y hacerlo sin más razón que porque es lo que es – puro don. Nosotros tampoco debemos amar para convertirnos en algo, sino porque somos llamados a servir al amor divino, a identificarnos con él y a ser canales de esta inmensa energía hasta que el mundo sea transformado por Cristo y sea todo en todo. No nos entregamos porque elegimos hacerlo sino porque Jesús nos ha elegido y nos ha ordenado amar como él nos ha amado

## Juan 15:12-16

Este es mi mandamiento: Amense los unos a los otros, como yo los he amado. No son ustedes los que me eligieron a mí, sino yo el que los elegí a ustedes, y los destiné para que vayan y den fruto, y ese fruto sea duradero.

## La Humildad

## Mi alma canta la grandeza del Señor Lucas 1:46

La Palabra eterna surge del Padre sin separación alguna. Él entra al mundo sin nunca dejar al Padre. Obra en este mundo permaneciendo a la vez en perfecto reposo en el seno del Padre. Actúa, pero siempre permanece en su Fuente. Jesús, la Palabra hecha carne, recomienda que también nosotros actuemos sin nunca perder la conciencia de nuestra Fuente. "Así como yo, que he sido enviado por el Padre que tiene Vida, vivo por el Padre, de la misma manera, el que me come vivirá por mí" (Juan 6:57). Así como Jesús está unido al Padre como su Fuente, asi nosotros debemos estar unidos a Jesús como nuestra Fuente. ¿Cómo? Por los mismos medios que empleó Nuestra Señora y ahora comparte con nosotros por la gracia de su Asunción – por la aceptación de nuestra insignificancia.

#### Lucas 1:46-48

María dijo entonces: "Mi alma canta la grandeza del Señor, mi espíritu se estremece de gozo en Dios, mi salvador, porque el miró con bondad la pequeñez de tu servidora".



## Diciembre: El Misterio de Cristo

## DICIEMBRE 1 El Año Litúrgico

...que posean la gloria de nuestro Señor Jesucristo. 2 Tesalonicenses 2:14

El año litúrgico se enfoca en las tres grandes ideas teológicas que constituyen la esencia de la revelación cristiana: la luz, el amor y la vida divinas. Constituyen el despliegue gradual de lo que llamamos la gracia – el hecho de que Dios comparta gratuitamente su naturaleza con nosotros. Como foco primario de la actividad divina, cada una enfatiza una etapa o aspecto especial de la forma en la que Dios se comunica. Estas ideas teológicas están contenidas en forma condensada en cada celebración de la Eucaristía. En el año litúrgico se expanden para que podamos estudiarlas y saborearlas una por una, para poder descubrir y asimilar las riquezas contenidas en cada una de ellas.

2 Tesalonicenses 2:14 El los llamó, por medio de nuestro Evangelio, para que posean la gloria de nuestro Señor Jesucristo.

## La Humanidad Es Invitada a la Relación Divina

## Reciban con docilidad la Palabra Santiago 1:21

El prólogo de Juan nos introduce al plan eterno de Dios, en el que Cristo tiene una posición central. El Verbo eterno, el silencio del Padre en su máxima expresión, ha llegado al mundo y se ha manifestado como un ser humano. Debido a su infinito poder, el Verbo eterno ha hecho participar a toda la familia humana de su relación divina con el Padre. Nosotros, que estamos incompletos, confusos y cargados de las consecuencias del pecado original, constituimos la familia humana de la que se hizo cargo el Hijo de Dios. Lo fundamental del mensaje de Jesús es invitarnos a la unión divina, que es el único remedio para el dilema humano.

## Juan 1:12-13

Pero a todos los que la recibieron, a los que creen en su Nombre, les dio el poder de llegar a ser hijos de Dios. Ellos no nacieron de la sangre, ni por obra de la carne, ni de la voluntad del hombre, sino que fueron engendrados por Dios.

# El Evangelio Se Dirige a Nuestra Búsqueda de la Felicidad

## Conviértanse y crean en la Buena Noticia Marcos 1:15

Al no tener la experiencia de la unión divina, nos sentimos alienados de nosotros mismos, de Dios, de los demás y del cosmos. Por lo tanto, buscamos sustitutos para la felicidad a la que estamos predestinados, pero que no sabemos cómo encontrar. Esta búsqueda equivocada de la felicidad es el dilema humano al que se refiere el Evangelio. La primera palabra que Jesús pronuncia al comenzar su ministerio es "arrepiéntanse," lo que significa cambiar la dirección en la que buscamos la felicidad. La felicidad puede ser encontrada solamente en la unión con Dios, la experiencia que también nos une a todos los demás en la familia humana, y a toda la realidad. Esta vuelta a la unidad es la Buena Noticia que proclama la liturgia.

#### Isaías 52:7

¡Qué hermosos son sobre las montañas los pasos del que trae la buena noticia, del que proclama la paz, del que anuncia la felicidad!

## Abba, Padre

[Llamen a Dios] "Padre, querido Padre."
Romanos 8:15

El año litúrgico es un programa completo diseñado para permitir que el pueblo cristiano pueda asimilar las gracias especiales asociadas con los principales sucesos de la vida de Jesús. El plan divino, según Pablo, es compartir con nosotros el conocimiento del Padre, que le pertenece a la Palabra de Dios por naturaleza, y al hombre Cristo Jesús, que se unió a esa Palabra. Esta conciencia está cristalizada en la notable expresión que empleó Jesús, "Abba", que se traduce como "Padre." "Abba" implica una relación de asombro, afecto e intimidad. La experiencia personal que Jesús tenía de Dios como "Abba" es el centro del Misterio que se transmite en la liturgia. El año litúrgico brinda el máximo de comunicación de esta conciencia

#### Romanos 8:15

Pues no recibieron un espíritu de esclavos para recaer en el temor; antes bien, recibieron un espíritu de hijos adoptivos que nos hace exclamar: ¡Abbá, Padre!

## El Año Litúrgico y el Cuerpo de Cristo

Lleguemos...a la madurez que corresponde a la plenitud de Cristo.

Efesios 4:13

Cada año litúrgico presenta, revive y transmite todo el espectro del Misterio de Cristo. A medida que el proceso continúa, año tras año, como un árbol que añade nuevos anillos a su crecimiento, crecemos en nuestra madurez en Cristo. Y la expansión de nuestra experiencia de fe individual manifiesta la creciente personalidad corporativa de la Nueva Creación a la que Pablo llamó "El Cuerpo de Cristo." El Cuerpo de Cristo, o simplemente "el Cristo" es, para Pablo, el símbolo de la evolución de la familia humana hacia la conciencia crística, es decir, la experiencia de Cristo de la Realidad Última como Abba. Cada uno de nosotros, como células vivientes del cuerpo de Cristo, contribuimos a este plan cósmico por medio de nuestro propio crecimiento en la fe y el amor, y ayudamos a que este mismo crecimiento tenga lugar en otros. De ahí el inmenso valor que tienen la oración corporativa y el compartir y celebrar la experiencia del Misterio de Cristo en una comunidad de fe

#### Efesios 4.16

Todo el Cuerpo recibe unidad y cohesión, gracias a los ligamentos que lo vivifican y a la acción armoniosa de todos los miembros. Así el Cuerpo crece y se edifica en el amor.

Un Resumen Seguido de Descripciones Más Detalladas

Mi alma se consume deseando siempre tus decisiones. Salmo 119:20

Cada temporada litúrgica presenta un panorama, y las fiestas litúrgicas particulares nos dan descripciones más detalladas de la acción de Jesús en nosotros y en el mundo. Por ejemplo, el Misterio de la Navidad y Epifanía comienza con la época del Adviento, un extenso período de preparación que culmina en la fiesta de la Navidad. El primer domingo de Adviento nos ofrece un marco amplio de la triple venida de Cristo. En los domingos sucesivos se nos presentan las tres principales figuras del Adviento: María, la Virgen Madre del Salvador; Juan el Bautista, que presentó a Jesús a los que escucharon su mensaje por primera vez; e Isaías, que profetizó la venida de Cristo con extraordinaria exactitud. Estos protagonistas se convierten en modelos vivientes para ser imitados por nosotros. De este modo, la liturgia despierta en nosotros anhelos similares a los de los profetas, que anhelaban la llegada del Mesías. Estamos así preparados para el nacimiento de Jesús en nosotros, gracias a nuestra participación en el desarrollo del Misterio de la Navidad y Epifanía.

> Salmo 119:74 Yo ansío tu salvación, Señor.

## Celebrar los Misterios de Cristo

...este misterio, que es Cristo en ustedes. Colosenses 1:27

La totalidad del misterio de Cristo en todos sus aspectos se experimenta en niveles cada vez más profundos de asimilación a medida que celebramos las diferentes temporadas litúrgicas. Somos invitados a relacionarnos con Cristo en todos los niveles de su ser, así como en los nuestros. Esta relación que se va desarrollando con Cristo es el principal sentido de las temporadas litúrgicas. La transmisión de esta relación personal con Cristo – y por su intermedio con el Padre – es lo que Pablo llama el Mysterion, la palabra griega para misterio o sacramento, un signo externo que contiene y comunica la Realidad sagrada. La liturgia nos enseña y nos empodera, al celebrar los misterios de Cristo, para poder percibirlos no sólo como eventos históricos sino como manifestaciones de Cristo aquí y ahora. Por medio de este contacto viviente con Cristo nos convertimos en íconos vivientes de Cristo, es decir, en manifestaciones del Evangelio en la vida cotidiana

## Colosenses 1:27

A ellos les ha revelado cuánta riqueza y gloria contiene para los gentiles este misterio, que es Cristo en ustedes, la esperanza de la gloria.

# Aumentar nuestra Capacidad para Escuchar la Palabra de Dios

# ¡Preparen el camino del Señor!

La conciencia de Cristo nos es transmitida en la liturgia según nuestra preparación. La mejor preparación para recibir esta transmisión es la práctica regular de la oración contemplativa, que refina y aumenta nuestra capacidad de escuchar y responder a la palabra de Dios en las escrituras y en la liturgia. El deseo de asimilar y ser asimilado a la experiencia interna de Cristo de la Realidad Última como Abba también caracteriza la oración contemplativa. La liturgia es la forma por excelencia que emplea Dios para transmitir la conciencia crística. Es el principal lugar en donde ocurre. Hace uso del ritual para preparar la mente y el corazón de los orantes. Cuando estamos adecuadamente preparados, capta nuestra atención en todos los niveles de nuestro ser y la gracia especial de la festividad nos es, efectivamente, comunicada.

Ezequiel 3:10

Recibe en tu corazón y escucha atentamente todas las palabras que yo te diré.

## La Celebración de la Transmisión de la Luz Divina

## La explicación de tu palabra ilumina Salmo 119:130

Cada temporada litúrgica tiene un período de preparación que nos alista para la celebración de la fiesta con la que culmina. La fiesta de la Navidad es el primer estallido de la luz en el desarrollo del Misterio de la Navidad y Epifanía. Desde el punto de vista teológico, la Navidad es la revelación del Verbo Eterno hecho carne. Pero lleva tiempo celebrar y penetrar todo lo que este evento realmente contiene e implica. Lo más que podemos hacer en Nochebuena es quedarnos sin aliento por el asombro v regocijarnos con los ángeles y los pastores que lo experimentaron por primera vez. Los diversos aspectos del Misterio de la Luz Divina son examinados uno a uno en los días que siguen a la Navidad. La liturgia despliega cuidadosamente los maravillosos tesoros contenidos en ese inicial estallido de luz. De hecho, no comprendemos totalmente la verdadera importancia del Misterio hasta que pasamos a los otros dos ciclos [la Resurrección-Ascensión y Pentecostés]. A medida que la luz divina se intensifica, revela lo que contiene, es decir, la vida divina, y la vida divina revela que la Realidad última es el amor.

## Salmo 43:3

Envíame tu luz y tu verdad: que ellas me encaminen y me guíen...hasta el lugar donde habitas.

## El Fruto Maduro del Misterio de la Navidad y Epifanía

# Él está verdaderamente en mí.

La venida de Cristo a nuestra vida consciente es el fruto maduro del Misterio de la Navidad y Epifanía. Presupone una presencia de Cristo que ya está en nosotros, esperando ser despertada. Esto puede llamarse la segunda venida de Cristo, excepto que no es una venida en sentido estricto, puesto que Él ya está aquí. El Misterio de la Navidad y Epifanía nos invita a tomar posesión de lo que ya es nuestro. Como lo expresó Thomas Merton, "tenemos que volvernos lo que ya somos." El Misterio de Navidad y Epifanía, como venida de Cristo a nuestra vida, nos hace conscientes de que Él ya está aquí como nuestro verdadero yo - la realidad más profunda en nosotros y en todos los demás. Una vez que Dios asume para Sí la condición humana, todos son potencialmente divinos. Por medio de la encarnación de su Hijo, Dios inunda a la familia humana - pasada, presente y futura con su majestad, dignidad y gracia. Cristo nos habita de forma misteriosa pero real.

> Gálatas 2:20 Ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí.

## La Liturgia de Adviento Incluye a Juan el Bautista

¿Eres tú el que ha de venir...? Lucas 7:19

La luz de la Navidad aumenta en nosotros a medida que avanza la época de Adviento, y se manifiesta en destellos de comprensión que nos anticipan la deslumbrante luz del Misterio de la Navidad y Epifanía. Juan el Bautista había apostado su integridad como profeta cuando señaló a Jesús como el Mesías. Pero él comenzó a dudar de que hubiera señalado al hombre correcto. Noten el angustioso dilema que enfrentaba. Jesús no se comportaba como se esperaba que lo hiciera el Mesías. Por lo tanto, Juan mandó a que sus discípulos le preguntaran a Jesús, "¿Eres tú el que ha de venir o debemos esperar a otro?" La pregunta indica la seriedad del problema de conciencia que estaba sufriendo. ¿Debería ahora negar al que previamente había proclamado como el Mesías? Ésa era su gran duda. No podía decidir qué hacer. Así que mandó a que sus discípulos le preguntaran a la persona por cuya identidad se había jugado su propia misión profética, aquél al que -según sus propias palabras - "no era digno de desatarle sus sandalias "

#### Lucas 7:20

Cuando se presentaron ante él, le dijeron: 'Juan el Bautista nos envía a preguntarte: "¿Eres tú el que ha de venir o debemos esperar a otro?"'

## Se Resuelve el Dilema de Juan

Alégrense profundamente... Santiago 1:2

En presencia de los discípulos de Juan, Jesús realizó una serie de milagros que sabía que tranquilizarían a Juan, cumpliendo con las profecías de Isaías que hablan de que los ciegos recobran la vista y que se predica la verdad a los pobres. Ésa fue la forma en la que se resolvió el dilema de Juan. ¿Por qué tuvo Juan que soportar una prueba tan dificil justamente al final de su vida? Los dilemas a veces están diseñados para liberarnos de los últimos vestigios de nuestro condicionamiento cultural, incluyendo el condicionamiento cultural religioso. Los medios que necesitábamos al principio de nuestro camino espiritual (pero de los que es posible que hayamos dependido demasiado) gradualmente nos son quitados. Una de las maneras clásicas en que nos sean quitados es algún dilema que nos fuerza a crecer más allá de las limitaciones de la propia cultura, de las influencias de la infancia y de nuestro primer contexto religioso.

Lucas 7:23 ¡Y feliz aquel para quien yo no sea motivo de escándalo!

# Liberación del Condicionamiento Cultural ¿Oué salieron a ver?

Lucas 7:25

La familia, los valores étnicos y religiosos son importantes y nos pueden servir de apoyo durante un cierto tiempo y hasta un cierto punto del camino espiritual, pero no conducen al lugar de total libertad, que es lo que ambiciona Dios para cada uno de nosotros. Quizá eran las ideas de Juan sobre el ascetismo las que Dios quería demoler en los últimos días de su vida, para que aceptara la venida de Dios en la forma que fuera, incluyendo el comer y el beber y la compasión del verdadero Mesías. Jesús, por los milagros que obró en presencia de los discípulos de Juan, le dijo a Juan en respuesta a su pregunta, "Amigo mío, tú no te equivocaste. Yo soy el Mesías. Pero el Mesías no está limitado a tus ideas de lo que éste debería hacer y cómo debería comportarse." Eso resolvió el dilema de Juan

## Lucas 7:22, 24-26, 34

Vayan a contar a Juan lo que han visto y oído: los ciegos ven, los paralíticos caminan, los leprosos son purificados y los sordos oyen, los muertos resucitan, la Buena Noticia es anunciada a los pobres. ¿Qué salieron a ver en el desierto? ¿Una caña agitada por el viento? ¿Un hombre vestido con refinamiento? ¿Un profeta? Llegó el Hijo del hombre, que come y bebe, y dicen: ¡Es un glotón y un borracho, amigo de publicanos y pecadores!".

## La Liturgia de Adviento Incluye a María

Yo soy la servidora del Señor Lucas 1:38

La experiencia del dilema le sucedió a María cuando tenía catorce o quince años. Tenía un plan para su vida según lo que ella creía firmemente que era la voluntad de Dios. Y de pronto se aparece el ángel Gabriel y le dice, "Dios quiere que seas la madre del Mesías." María se sintió muy perturbada por el mensaje del ángel. Esto hizo tambalear las bases de todo su camino espiritual. No podía entender cómo Dios la había llevado a pensar que quería que fuera virgen, y luego que su mensajero le dijera, "Quiero que seas madre."

Lucas 1:38

María dijo entonces: "Yo soy la servidora del Señor...

## La Respuesta del Ángel al Dilema de María

## No hay nada imposible para Dios Lucas 1:37

"¿Cómo puede ser eso, si yo no tengo relaciones con ningún hombre?", fue la respuesta de María. Noten la discreción de sus palabras. No dice que no lo hará, sino que plantea delicadamente el problema de cómo puede ser posible si "no tengo (ni voy a tener) relaciones con ningún hombre." En otras palabras, ella toma su dilema y respetuosamente lo pone en el regazo de Dios. "Tú creaste el problema", parece decir. "Por favor, resuélvelo. No digo que sí. Y no digo que no. Por favor dime cómo resolver este problema." El ángel le explica que el Espíritu Santo descenderá sobre ella. Su maternidad, en otras palabras, no va a seguir el curso normal de la procreación. Va a ser capaz de consentir a ello porque Dios está creando algo nunca visto en la experiencia humana: una Virgen Madre.

## Lucas 1:34-35, 37

María le dijo al Ángel: "¿Cómo puede ser eso, si yo no tengo relaciones con ningún hombre?. El Ángel le respondió: «El Espíritu Santo descenderá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra. Por eso el niño será Santo y será llamado Hijo de Dios. No hay nada imposible para Dios.

# DICIEMBRE 16 Las Noticias del Ángel Gabriel

# El que los llama es fiel

I Tesalonicenses 5:24

Las noticias que trajo el ángel trastornaron completamente los planes que María tenía para su vida. Su madre pronto advirtió su misterioso embarazo. José estaba tan perturbado por ello que pensó en renunciar a ella. En otras palabras, ese embarazo trastocó totalmente su vida. En lugar de ser una joven respetable comprometida con José, ahora parecía ser alguien que había tenido relaciones antes de casarse. Se convirtió en una más de las personas de baja reputación en su pueblo de mala fama. El mismo Dios que la había inspirado a elegir una vida célibe la hizo la madre del Mesías.

#### Lucas 1:31-32

Concebirás y darás a luz un hijo, y le pondrás por nombre Jesús; él será grande y será llamado Hijo del Altísimo.

## Abriéndonos a un Estado Más Elevado de Conciencia

"Antes yo era ciego y ahora veo."

Juan 9:25

Como seres humanos, no podemos presumir que Dios hará algo que nunca se hizo antes. Pero podemos estar seguros de que, si permitimos que las energías creativas del dilema hagan su trabajo, en algún momento nos encontraremos en un estado más elevado de conciencia. De pronto percibiremos una nueva manera de ver toda la realidad. Nuestro viejo punto de vista terminará. Surgirá una nueva relación con Dios, con nosotros mismos y con los demás, que estará basada en este nuevo nivel de comprensión, percepción y unión con Dios que nos ha sido dado. El dilema nos libera para crecer en una relación más amplia con toda la realidad, empezando por Dios. Durante el Adviento, cuando celebramos la nueva venida de la luz divina, se nos alienta a abrirnos a la venida de Dios en cualquier forma que Él elija. Esta es la disposición que nos abre totalmente a la luz.

#### Isaías 9:1

El pueblo que caminaba en las tinieblas ha visto una gran luz: sobre los que habitaban en el país de la oscuridad ha brillado una luz.

## Continua Purificación

El que prueba los corazones es el Señor. Proverbios 17:3

Vimos que María, luego de interrogar cuidadosamente al Ángel, superó su dilema mediante un acto de fe. Su dilema se resolvió de una forma totalmente inesperada, al convertirse simultáneamente en virgen y madre, demostrando que no hay dilema que Dios no pueda resolver. Incluso Juan el Bautista y María no pudieron escapar del entusiasmo de Dios para hacerlos aún más santos. Las dificultades le dan a Dios la oportunidad de refinar y purificar nuestra motivación. Nos dan la oportunidad de entregarnos aún más.

Job 23:10

Si me prueba en mi crisol, saldré puro como el oro.

## Vivir una Vida de Amor

## Practiquen el amor Efesios 5:2

¿Cuál es la primera respuesta de María al regalo de la maternidad divina? Va a ver a su prima Isabel, que también iba a tener un hijo y que necesitaba ayuda con todo lo que hay que hacer cuando uno se prepara para recibir a un bebé: hacer pañales, preparar el moisés, tejer escarpines y gorritos. Eso es lo que ella pensó que Dios quería que hiciera. Nunca se le ocurrió contarle a nadie acerca de su increíble privilegio. Simplemente hizo lo que hacía de ordinario: fue a ayudar a alguien que lo necesitaba. Eso es lo que la acción divina siempre sugiere: ayudar a alguien que esté cerca haciendo por ellos algo pequeño pero práctico. A medida que aprendemos a amar más, podemos ayudar más.

#### Efesios 5:1-2

Traten de imitar a Dios, como hijos suyos muy queridos. Practiquen el amor, a ejemplo de Cristo, que nos amó y se entregó por nosotros, como ofrenda y sacrificio agradable a Dios.

## Hacer lo que se Supone que Hagamos

Den, y se les dará Lucas 6:38

María entró a la casa de Isabel y la saludó. La Presencia que ella llevaba en su interior le fue transmitida a Isabel por el sonido de su voz. En respuesta, el bebé en el vientre de Isabel saltó de alegría: fue santificado por el simple saludo de María. Las más grandes obras de Dios tienen lugar sin que hagamos nada espectacular. Son, casi, efectos secundarios de hacer las cosas ordinarias que se supone que hagamos. Si somos transformados, todos en nuestra vida también lo serán. Hay un sentido en el que creamos el mundo en el que vivimos. Si derramamos amor donde quiera que vayamos, ese amor va a empezar a regresar a nosotros. No puede ser de otra manera. Cuánto más demos, más recibiremos.

#### Lucas 1:41-42

Apenas esta oyó el saludo de María, el niño saltó de alegría en su seno, e Isabel, llena del Espíritu Santo exclamó: "¡Tú eres bendita entre todas las mujeres y bendito es el fruto de tu vientre!"

## Cumplir con Nuestros Deberes en la Vida

Cumplir con los deberes que nos son impuestos

Jean Pierre de Caussade

Siguiendo el ejemplo de María, la práctica fundamental para sanar las heridas del sistema del falso yo es cumplir con nuestros deberes en la vida. Esto incluye ayudar a las personas que cuentan con nosotros. Si la oración es un obstáculo, hay un malentendido. Algunas personas devotas piensan que, si sus actividades en la casa o en el trabajo obstaculizan su oración, hay algo que está mal con sus actividades. Por el contrario, hay algo que está mal con la oración.

Salmo 37:3 Confía en el Señor y practica el bien.

## Las Acciones Ordinarias Pueden Transmitir el Amor Divino

## Somos transfigurados... 2 Corintios 3:18

La oración contemplativa nos permite ver los tesoros de la santificación y las oportunidades para el crecimiento espiritual que están presentes día tras día en la vida ordinaria. Si somos transformados, podemos caminar por la calle, tomar una taza de té o estrechar la mano de alguien, y estar derramando amor divino en el mundo. En el cristianismo la motivación lo es todo. Cuando el amor de Cristo es la principal motivación, las acciones ordinarias transmiten amor divino. Este es el testimonio cristiano fundamental. Esto es evangelizar en su forma básica.

#### Efesios 4:23-24

...para renovarse en lo más íntimo de su espíritu y revestirse del hombre nuevo, creado a imagen de Dios en la justicia y en la verdadera santidad.

## Despertar en Otros su Potencial Divino

...sea convencido sin palabra.

1 Pedro 3: 1-2

Una persona santificada es como un aparato de radio o televisión que emite señales. Cualquiera que tenga el correcto aparato receptor puede recibir la transmisión. Lo que María nos enseña con su visita a Isabel es que el sonido de su voz despertó el potencial trascendente en otra persona sin que ella tuviera que decir nada. Ella simplemente era María, el arca de la Alianza, es decir, alguien en quien habitaba Dios. Por lo tanto, cuando María saludó a Isabel, el niño en su vientre saltó de alegría. Su potencial divino se despertó completamente. Y lo mismo ocurrió con el de Isabel. Fue colmada del Espíritu Santo. Esta es la forma más sublime de comunicación. La transmisión no es, en sí misma, predicación. La transmisión es la capacidad para despertar en otros su propio potencial para volverse divinos.

1 Pedro 3: 1-2 (...), sea convencido sin palabra ... al ver su vida casta y respetuosa.

## La Alegría de la Navidad

## ¡Aclame a Dios toda la tierra! Salmo 66:1

La alegría de la Navidad es la intuición de que toda limitación para crecer a los estados más elevados ha sido superada. La luz divina se abre paso a través de toda oscuridad, prejuicio, ideas preconcebidas, valores prefabricados, expectativas ilusorias, falsedad e hipocresía. Nos enfrenta con la verdad. Actuar desde la verdad es hacer que Cristo crezca, no solo en nosotros sino también en los demás. Por lo tanto, los deberes rutinarios y los eventos de la vida diaria se vuelven sacramentales, llenos de significados eternos. Esto es lo que celebramos en la liturgia. El kairos, el tiempo señalado, es ahora. Según Pablo, "ahora es el tiempo de la salvación," es decir, ahora es el momento en el que la totalidad de la misericordia divina está disponible. Ahora es el momento de atrevernos a crecer aún más.

#### 2 Corintios 6.2

Este es el tiempo favorable, este es el día de la salvación.

#### La Luz de la Navidad

## ¡Gloria a Dios en las alturas!

Lucas 2:14

Estar dispuesto ante cualquier eventualidad es la actitud de alguien que ha entrado en la libertad del Evangelio. Comprometerse con el nuevo mundo que Cristo está creando requiere de flexibilidad y desapego, estar dispuesto a ir a cualquier lado o a ningún lado, a vivir o morir, a descansar o trabajar, estar enfermo o sano, hacerse cargo de un servicio y renunciar a otro. Todo es importante cuando nos estamos abriendo a la conciencia de Cristo. Esta conciencia transforma nuestros conceptos terrenales de seguridad en la seguridad de aceptar, por amor a Dios, un futuro desconocido. La luz de la Navidad es una explosión de comprensión que cambia totalmente nuestra idea de Dios. Dejamos atrás la manera infantil en la que pensamos en Dios. Al mirar arrobados al Niño en su cuna, nuestro ser más profundo se abre a la nueva conciencia que el Niño ha traído al mundo.

#### Lucas 2:11

Hoy, en la ciudad de David, les ha nacido un Salvador, que es el Mesías, el Señor.

## La Manifestación de Jesús en su Divinidad

¡Llega tu luz y la gloria del Señor brilla sobre ti! Lucas 2:14

La manifestación de Jesús en su divinidad a los gentiles, representados por los Magos, [Mateo 2:9-12] se completa con otros dos eventos que son manifestaciones de la naturaleza divina de Jesús en un período posterior de su vida. El segundo texto recuerda la manifestación de Jesús en su divina Persona a los discípulos en las bodas de Caná [Juan 2:1-12]. Estas tres lecturas son una parte integral de la celebración de la Epifanía, la fiesta más gloriosa del Misterio de la Navidad y Epifanía, y la total revelación de todo lo que contiene la luz de la Navidad. La liturgia es, esencialmente, una parábola de lo que la gracia está haciendo ahora: no tiene en cuenta consideraciones históricas y yuxtapone textos para expresar la sublime importancia de lo que se está transmitiendo de manera invisible mediante los signos visibles.

Isaías 60:1 ¡Levántate, resplandece, porque llega tu luz y la gloria del Señor brilla sobre ti!

## El Bautismo de Jesús en el Jordán

## Este es mi Hijo muy querido Mateo 3:17

El bautismo de Jesús en el Jordán y las Bodas de Caná se integran a la celebración para ampliar la perspectiva con la que percibimos la divinidad de Jesús. El bautismo de Jesús por Juan representa la manifestación de la divinidad de Jesús a los judíos, el momento en el que Jesús entra de lleno a su misión para la salvación de la familia humana. Su bautismo en el Jordán anticipa las gracias de la Pascua y Pentecostés, en los que celebramos los Misterios de la vida y el amor divinos. Cuando Jesús se sumerge en las aguas del Jordán, anticipa su descenso al sufrimiento de su pasión y muerte; cuando emerge de las aguas del Jordán esto simboliza su resurrección; y el descenso de la paloma anticipa el derramamiento del Espíritu Santo en Pentecostés.

Mateo 3:17
Y se oyó una voz del cielo que decía:
"Este es mi Hijo muy querido,
en quien tengo puesta toda mi predilección."

## El Significado de las Bodas de Caná

## Así manifestó su gloria

Juan 2:11

La Epifanía, como celebración del matrimonio del Hijo de Dios con la naturaleza humana, revela el significado más profundo del Verbo Eterno que se convierte en ser humano. Más aún, es nuestro llamado personal, no solamente a entregarnos por medio de la fe, sino también a transformarnos en la vida y el amor divinos. Las bodas de Caná, que tienen lugar en un pequeño pueblo apartado, se convierten en el símbolo del suceso más fantástico de la historia humana, el ejemplo más claro de cómo el tiempo eterno se introduce en el tiempo cronológico y lo transforma. Lo que sucede cuando comienza a acabarse el vino y la pareja de novios corre el riesgo de sentirse avergonzada, se convierte en un evento cósmico. Lo que Jesús hace en la celebración nupcial es símbolo de lo que más tarde va a hacer por medio de su pasión, muerte y resurrección

#### Juan 2:11

Este fue el primero de los signos de Jesús, y lo hizo en Caná de Galilea. Así manifestó su gloria, y sus discípulos creyeron en él.

## La Gracia Especial de la Epifanía

## Ustedes son el Cuerpo de Cristo I Corintios 12:27

La Epifanía es la fiesta máxima de la Navidad. Tendemos a pensar que la Navidad es la fiesta mayor, pero, de hecho, es sólo el comienzo. Nos abre el apetito para los tesoros que serán revelados en las fiestas por venir. La gran iluminación del Misterio de la Navidad y la Epifanía ocurre cuando percibimos que la luz divina no sólo manifiesta que el Hijo de Dios se ha vuelto ser humano, sino que hemos sido incorporados como miembros vivos de su cuerpo. Esta es la gracia especial de la Epifanía.

I Corintios 12:27 Ustedes son el Cuerpo de Cristo, y cada uno en particular, miembros de ese Cuerpo.

# DICIEMBRE 30 La Plenitud de Cristo

...hasta que todos lleguemos...al estado... que corresponde a la plenitud de Cristo. Efesios 4:13

Como células vivientes del Cuerpo de Cristo estamos involucrados en el proceso que culmina en el pleroma. Este término describe el desarrollo maduro de la consciencia de Cristo, compartido por cada una de las células individuales del Cuerpo de Cristo. Podemos aferrarnos al viejo Adán y ser solidarios con él, o podemos aceptar la invitación del Espíritu a un ilimitado crecimiento, personal y corporativo, en Cristo – el nuevo Adán.

#### Efesios 4:13

...hasta que todos lleguemos (...) al estado de hombre perfecto y a la madurez que corresponde a la plenitud de Cristo.

## Una Invitación a Hacernos Divinos

Si alguien me abre, entraré en su casa Apocalipsis 3:20

Dada su dignidad y su poder, el Hijo De Dios reúne consigo a la totalidad de la familia humana, pasada, presente y futura. En el momento en el que es pronunciado el Verbo Eterno fuera del seno de la Trinidad y asume la condición humana, el Verbo se da a sí mismo a todas las criaturas. El sentido de la vida y el mensaje de Jesús es que el reino de Dios está cerca: la totalidad de Dios está disponible ahora para cualquier ser humano que la desee. La Epifanía, entonces, es la manifestación de todo lo que está contenido en la luz de la Navidad: es la invitación a hacernos divinos.

## Apocalipsis 3:20

Yo estoy junto a la puerta y llamo: si alguien oye mi voz y me abre, entraré en su casa y cenaremos juntos.