

## HACIA UNA FORMACIÓN SOBRE LA ORACIÓN MONÁSTICA.

Los jóvenes al discernir su vocación se ven a menudo atraídos hacia un monasterio, porque sienten la belleza única y la fuerza espiritual de una comunidad de monjes o monjas en oración. Hay ciertamente algo que atrae en ese testimonio hacia la realidad y primacía del Señor. La persona que visita el monasterio proviene de un mundo donde solo cuentan los resultados y las realizaciones y se confía solo en las últimas técnicas y habilidades. Así pues, esta persona puede conmoverse al enfrentarse al misterio, la sanación y la paz. En nuestra actual cultura tecnológica, donde tanta gente está constantemente enganchada escribiendo, twiteando y mandando correos, en casa, en el trabajo en el autobús o el tren. El entrar en contacto con una comunidad de gente en la que esas cosas son secundarias, puede ser iluminador. Los monasterios son lugares donde hay otra dimensión, otra forma de comunicarse y en contacto con el nivel más profundo e importante. La gente no puede irradiar luz por medio de artes tecnológicas o simple habilidad intelectual, pero hay monjes y monjas sencillos, cuyas vidas están impregnadas por el misterio de Dios e irradian luz y alegría a un mundo oscurecido.

Cuando alguien visita un monasterio donde la oración es sincera, sencilla y bella la experiencia de Dios es más inmediata y los huéspedes a menudo comentan que incluso el silencio del monasterio habla alto y claro. Estas experiencias de huéspedes o candidatos pueden tocar un lugar muy profundo en el corazón y dar que pensar a los jóvenes ¿Qué me dice todo esto a mí? Estos encuentros con comunidades orantes pueden despertar vocaciones religiosas. Podemos traer a la memoria un momento crucial en la conversión de S. Agustín cuando escuchó la voz de la iglesia en oración “Cuánto lloré con Tus himnos y cánticos, profundamente emocionado por las voces de Tu iglesia hablando con su dulce voz. Esas voces fueron en mis oídos y la verdad se vertió en mi corazón<sup>1</sup>.

Para el candidato atraído por una vocación monástica donde la oración es el centro, la experiencia de una emoción inicial, aunque auténtica, no será suficiente a largo plazo. La oración es un arte que ha de ser enseñado a un novicio y como cualquier otro arte debe ser cultivado con una diligencia continuada. Gurús y otros diversos guías espirituales han sido buscados para enseñar a meditar., pero lo que se busca en nuestros monasterios son hombres y mujeres, que conversan a diario con el Dios vivo.

### **Ora et Labora**

Este lema puede verse desplegado en prácticamente todo monasterio Benedictino o Cisterciense a lo largo del mundo. Aunque ofrece una sucinta descripción del ritmo equilibrado de la vida monástica de cada día, sin embargo esta frase no se encuentra en la Regla de San Benito o en los Diálogos de San Gregorio, donde encontramos un relato de la vida de San Benito. De hecho, los investigadores nos dicen que no aparece en ningún lugar en la historia benedictina anterior al s.

---

<sup>1</sup>Padres Nicenos y Post Nicenos: Series I, volumen I, Confesiones, Libro XIX, Cap.6

XIX<sup>2</sup>En cualquier caso, esta frase apunta convenientemente a la integración de oración y trabajo, característica de la vida monástica.

Muy frecuentemente el recién llegado al monasterio se asombra al descubrir que no hay tanto tiempo, como pensaba, para entregarse a la oración, y “en un instituto dedicado totalmente a la contemplación”<sup>3</sup> Puede quedar sorprendido por la cantidad de tiempo y energía dedicados al trabajo diario, que ayuda y mantiene al monasterio. Ello significa que el novicio se enfrenta inmediatamente con el hecho de que su vida de oración, en ese nuevo hogar monástico, no puede estar separada del trabajo que se le ha encomendado, así como tampoco la oración debe ser un mundo aparte de sus relaciones con los hermanos con quienes ha de trabajar. Su aislamiento interior y su dios personal se deben abrir completamente para que comprenda que Dios es también el Dios de su hermano, incluso el de aquel a quien no aprecia. La oración, aunque de primera importancia, se debe entender como entrelazada con todos los otros aspectos de la vida monástica. Es este un arte que puede tardar unos años en aprenderse o incluso una vida entera.

Aunque, estrictamente hablando, el trabajo no es oración, un trabajo no realizado en una atmósfera de oración se vuelve indisciplinado. Sin un reconocimiento orante de trabajar con Dios y participar de su actividad creadora, un monje energético puede confiar solo en su propia destreza, incluso tendiendo a dominar a los otros en el lugar del trabajo. También sin oración, un monje indolente puede carecer de motivación y energía y servir egoístamente a sus hermanos en el monasterio. El fruto de una vida de oración auténtica será un servicio más generoso y total a la comunidad. El ideal es un saludable equilibrio entre trabajo y oración, que tiene también en consideración las necesidades y capacidades del individuo.

Hoy, al menos en los países occidentales, se oye con frecuencia que los monjes y monjas se sienten constreñidos bajo el peso de un trabajo excesivo, generalmente porque son muy pocos los monjes activos jóvenes o de edad intermedia. La falta de vocaciones se manifiesta muy especialmente en el lugar del trabajo. Reconociendo la realidad de esta situación, es sin embargo esencial que se de al recién llegado tiempo suficiente para la oración y una verdadera formación. Sin ello el resultado será probablemente un monje a medio formar que en tiempos de prueba se encontrará falto de fuerza interior.

### **Celo de Dios pero no conforme a un pleno conocimiento (Rom.10,2)**

Puede ser inspirador ver novicios que están, a menudo, visiblemente entusiasmados con su recién encontrada vocación y dispuestos a emprender su viaje contemplativo. Su fervorosa actitud hacia la oración es encomiable y fuente de gozo para los monjes y monjas mayores que ven ese celo. Sin embargo, los mayores saben que el celo solo, no llevará al novicio a su meta. El principiante necesita una formación en la oración. El nuevo amor a Dios del novicio, tiene que ser guiado por la razón, para que su celo madure en algo firme y fiable.

---

<sup>2</sup> Ver Marie-Benoit Meeuws: ¿Divisa benedictina? Collectanea Cisterciensia, Vol.54 (1992) 193-211

<sup>3</sup> OCSO Constituciones.#2

Esto es así especialmente para novicios que puedan ser conversos recientes a la fe o aquellos que han llegado al monasterio después de una profunda conversión. Su entusiasmo es joven, aun no probado por la experiencia y falta de instrucción. San Benito habla del “buen celo” pero para que sea fructífero, debe ser probado por los desafíos del combate espiritual, y por la humildad que nace precisamente de esas luchas. Sin la adecuada formación, el idealismo y el amor emocional pueden convertirse en despecho, cuando el novicio se encuentre con su propia debilidad y la dura realidad de la vida monástica. El fuego del Espíritu irradia calor y luz. Sin el calor de la devoción, el monasterio puede convertirse en un lugar frío y funcional, y sin la luz del Espíritu Santo faltará la discreción, con el resultado de una posible devoción errada abocada al caos. Una oración auténtica abre la mente a la luz de Dios que imparte conocimiento, a medida que la voluntad se purifica gradualmente de afectos desordenados. Puede ser interesante anotar aquí que el objeto de la purificación de los afectos no es su destrucción sino tenerlos propiamente ordenados. Citando el Cantar de los Cantares 2,4: “despliega junto a mi su bandera de amor”<sup>4</sup> San Bernardo enseñó cómo podemos llegar al auténtico y recto amor.

### **La necesidad de la oración: “separados de mi no podéis hacer nada” (Jn. 15,5)**

La oración es lenguaje de dependencia y esa puede ser la razón por la cual algunas personas tienen dificultad en arrodillarse, humillarse y pedir por todo lo que necesitan de Dios. Quizá todos nosotros quisiéramos ser autosuficientes pero nuestra fe así como nuestra debilidad personal, nos muestran que no podemos hacer nada sin la ayuda del Señor. Durante este año de 2012 el Papa Benedicto XVI dedicó muchas de sus audiencias semanales al papel de la oración en la historia de la salvación. Esto es un indicativo de la convicción del Papa, de que difícilmente puede haber una nueva evangelización sin el testimonio de una Iglesia orante. San Tikhon de Zadonsk, monje ruso del S. XVIII en quien se dice se inspiró Dostoievsky, escribió: “Como un ave sin alas, como un soldado sin armas, así es el cristiano sin oración.”<sup>5</sup> Si esto es verdad para todos los cristianos, quizás podamos describir al monje o a la monja como aquellos que tienen una necesidad radical de oración. El comienzo del pensar y actuar como Jesús supone el comienzo a rezar como Él. Algunas veces en una situación desesperada podemos oír a un monje o a una monja comentar: “Bien, todo lo que podemos hacer ahora es rezar”: Aunque no es la intención del que usa esta expresión, a veces ese puede entender como: “Hemos hecho todo lo que podíamos para resolver este problema y nada ha sucedido, de modo que no tenemos donde ir. Quizá el Señor, pueda hacer algo.” Desde luego esto es solo una caricatura, pero podemos olvidar la radical necesidad de orar todo el tiempo, incluso cuando parece que nos vamos manejando sin dificultad en nuestras responsabilidades del día a día. Algún auto examen aleccionador nos puede revelar que el poco valor que damos a la oración está en relación con el poco tiempo que a ella dedicamos. La vida monástica pone mucho acento en la débil naturaleza humana para que pueda ser soportada por largo tiempo sin pedir la ayuda de Dios.

En el Sínodo de los obispos ucranianos, septiembre de 2012, el Arzobispo Sviatoslav Shevchuk de Kiev-Halych el elegido cabeza de la Iglesia católica de

---

<sup>4</sup>Ver SC 49:Cf 31-21

<sup>5</sup> Journey to Heaven. Counsels on the Particular Duties of Every Christian, part III

Ucrania, retando a su audiencia a vivir la vida cristiana en plenitud dijo: “Estamos llamados a ser gente de oración, boqueando por el aire del Espíritu Santo” Podemos pensar en monjes y monjas boqueando por la fresca brisa del Espíritu Santo, en especial cuando tantos en la Iglesia desean ardientemente un nuevo Pentecostés”. Sin él nuestra vida monástica será estéril, no creadora.

La oración es el aire que el monje respira. Cuando alguien ahogándose jadea por aire, es bastante obvio, pero cuando no oramos como debiéramos puede no ser tan obvio y podemos no ser conscientes de sus peligros, como Sansón que no se dio cuenta de que su fuerza le había abandonado<sup>6</sup>. Armados con nuestras bien formuladas excusas, podemos no comprender el alcance de este olvido. San Ambrosio comenta que “la negligencia en la oración lleva a la indiferencia por orar”<sup>7</sup> La verdad es que el castigo por no orar es perder el deseo de ello. Pero al final seguramente seré el peor en abandonar la oración porque sin ella mis alegrías serán buscadas en un nivel inferior, el mal celo aparecerá y básicamente habré perdido mi primer amor.

### **“Escucha hijo” (R.B. prol.1)**

La oración es a menudo caracterizada como conversación con Dios, pero el primer paso es escucharle, porque oración hace referencia fundamentalmente a lo que Dios hace en nosotros. Para que el novicio comience una instrucción sobre la oración, así como para que el monje mayor empiece a orar seriamente de nuevo, deben estar dispuestos a escuchar. Dom Sighard Kleiner hizo la observación de que el mundo no escucha ni cree. El monje, por el contrario, aprende a discernir la voz del que vive en él. Aprender a escuchar es pues un arte, es el verdadero comienzo del arte espiritual.<sup>8</sup>

En la vida monástica escuchamos para oír lo que la Palabra de Dios nos dice en cada momento del día. San Benito nos exhorta a escuchar con “el oído del corazón”<sup>9</sup>, lo que implica atención cuidadosa y discernimiento. Un candidato joven a la vida monástica se puede preguntar: Después de muchos años de escuchar los sonidos de palabras y música que se han canalizado electrónicamente en mis oídos, ¿qué significa eso de oír con el corazón?” Esta forma de escuchar está en un nivel diferente del que el candidato puede haber escuchado con anterioridad, porque no está relacionado a un sonido mejorado técnicamente. Está relacionado con humildad, silencio y obediencia. Este es el fundamento que necesitamos para discernir la Palabra de Dios, hablada en medio de otras palabras que oímos durante el día. Estamos aptos para escuchar vehementemente lo que concierne a nuestro ego, pero cuando la crítica viene de parte de los otros, quedamos sordos de repente.

La oración nos permite escuchar al Espíritu Santo, el maestro de la oración. Y solo podemos recibir su enseñanza a través de una transmisión viva en la Iglesia que

---

<sup>6</sup>Jueces, 16.20

<sup>7</sup> Tratado sobre Cain y Abel. Libro 1,9, 34.38-39

<sup>8</sup> Serving God first, CS 88,p.27.

<sup>9</sup> R.B. prol 1

cree y ora.<sup>10</sup> La principal fuente de oración es la Palabra de Dios especialmente cuando es proclamada y se hace activa en la liturgia de la Iglesia. En muchos momentos, en la Liturgia Bizantina, el diácono avisará "Estemos atentos". Se requiere un cuidadosa atención porque la liturgia constituye un catecismo continuo así como una escuela de oración. Firmemente enraizados en la tradición viva de la Iglesia, descubrimos que el testimonio de los santos y los escritos de los Doctores de la Iglesia continúan instruyéndonos.

La naturaleza tiene también algo que enseñarnos. Los monasterios se encuentran localizados en bellos parajes aislados, donde aquellos en formación pueden escuchar lo que les enseña el Señor por medio de la naturaleza. El silencio contemplativo de la misma nos puede enseñar humildad. Una flor florece en los bosques ya sea conocida o no: florece ya sea admirada o no. El pájaro entona su dulce canto ya sea alabado o no. Así mismo el monje o monja, joven, puede aprender humildad y recordar cual es su finalidad, su objetivo principal.

### **Oración alimentada por la Palabra**

Varias formas de meditación Oriental ese han hecho populares en Occidente y pueden ser beneficiosas, como disciplina para calmar la mente y abrirla para que sea receptiva a la dimensión espiritual. La oración y contemplación cristianas, sin embargo, no son una entrada en la "nada". Se trata siempre de un encuentro en la fe con "Alguien". La oración cristiana tiene que estar informada siempre y primariamente por la Palabra de Dios y el modelo de semejante oración son los salmos bíblicos y la liturgia, donde esa Palabra es proclamada y respondida por la comunidad. Para los monjes cristianos, la espiritualidad litúrgica es esencial, porque la liturgia, en la Eucaristía y el Oficio Divino, es el lugar privilegiado para oír la Palabra. Estar espiritualmente abierto en el contexto cristiano significa estar receptivo a la Palabra que ha tomado siempre la iniciativa para hablarme. Se necesita la fe para oír verdaderamente la Palabra y responder. En cualquier oración, implícita o explícita, la fe es el fundamento de la comunicación con Dios.

El Beato Guerrico de Igny, nos estimula a leer seriamente la Palabra de Dios en la Biblia: "Si no continuas con las Escrituras para hacerte familiar con ellas a través de un asiduo estudio¿Cuándo crees que estas se abrirán para ti?<sup>11</sup>La finalidad del monje es tener su mente llena con la Palabra de Dios, que gradualmente conformará su pensamiento, sus afectos y su actividad exterior. Solo el Espíritu puede enseñarme a sondear las profundidades de la Palabra de Dios (Icor. 2,10). Si recibimos la Palabra con humilde fe y obediencia, las Escrituras nos descubrirán un gozo espiritual, al aprender a descubrir el ""Mana escondido"(Rev.2,17). Nuestra respuesta a la Palabra, es dar nuestra palabra a la suya, para que podamos tener vida por el misterio pascual, que es lo que realmente hicimos en nuestra profesión monástica. Por la lectura orante de las Escrituras, al ser capaces de discernir la voz de la Palabra en cuya imagen hemos sido creados, nos llenamos de alegría.

---

<sup>10</sup> Catecismo de la Iglesia Católica.#2650

<sup>11</sup>Sermón 22.5 CF 32.

## Oración litúrgica

Nuestra espiritualidad monástica y litúrgica está alimentada por la completa estructura de la Misa y el Divino Oficio. Sin raíces profundas en la tradición litúrgica de la Iglesia, el candidato a la vida monástica corre el riesgo de tener una vida de oración descuidada y convertirse en una víctima de las últimas tendencias, en una especie de espiritualidad secular o perdido en una devoción sin mucho fundamento. Sin una continua referencia a la Palabra de Dios en nuestra oración, corremos el riesgo de ponernos como centro y quedarnos desilusionados. La oración y la meditación cristianas están basadas en algo objetivo: La Palabra de Dios y la acción de Cristo en los sacramentos. En la Misa y en el Oficio Divino, nos movemos con el sentir de la Iglesia, a través de los misterios de nuestra salvación “desde la encarnación y natividad a la ascensión, Pentecostés y la expectación de la sagrada esperanza en la venida del Señor.<sup>12</sup> Por medio de la oración de la Iglesia nos apropiamos de esta gracia para nosotros de un modo personal. Como Benedictinos y monjes Cistercienses, el mejor medio para contemplar el corazón de Cristo, es siguiendo el ciclo litúrgico. Tenemos testimonios de esto en los escritos de nuestros Padres Cistercienses, que son en gran parte sermones litúrgicos. En la oración personal se interioriza lo que se ha celebrado en la liturgia. “Incluso cuando es vivida “en lo secreto”, siempre es oración de la Iglesia, comunión con la Santísima Trinidad”<sup>13</sup> La historia nos muestra la impronta que la liturgia ha tenido en el conjunto de la cultura monástica.

La oración litúrgica no es solamente la oración de los cristianos individuales reunidos en un lugar. Participamos en la liturgia de un modo individual, pero estrictamente hablando ese no es lugar para la oración personal. Es más bien la oración oficial de la Iglesia reunida formalmente: la oración de Cristo en la Iglesia ofreciendo “su cuerpo” y “esposa” del Padre en el Espíritu. Es la participación de la Iglesia en la perpetua oración de Cristo en la presencia de Dios en el reino de los cielos.<sup>14</sup> El modelo para la oración litúrgica se encuentra en el libro del Apocalipsis.

El poder del Espíritu Santo que permite que la Palabra tenga forma escrita en la Biblia, ahora en la liturgia, transforma el libro en la Palabra, viva y activa en la comunidad de creyentes reunida. Por medio de la actividad del Espíritu Santo, la asamblea litúrgica escucha al mismo Cristo que “habla cuando son leídas en la Iglesia las Sagradas Escrituras”<sup>15</sup>. La celebración de la Eucaristía nos enseñará especialmente a ejemplificar en nosotros lo que se significa en la liturgia: La donación total de sí mismo.

El novicio aprenderá una reverencia especial para con la iglesia monástica. Dios está presente, de un modo especial cuando los hermanos se encuentran reunidos. “Donde dos o más están reunidos en mi nombre...” (Mt. 18-20 Los monjes se inclinan delante del altar en el que el cordero es sacrificado. La iglesia es el lugar donde se reserva el Santísimo Sacramento y el lugar donde el monje hace su

---

<sup>12</sup> Constitución de la Sagrada Liturgia, #102

<sup>13</sup> Catecismo de la Iglesia Católica #2655

<sup>14</sup> Cf Hebreos 7,24-25- 9,24

<sup>15</sup> Constitución de la Sagrada Liturgia #7

profesión solemne. A diferencia de algunas iglesia parroquiales amigables pero parlanchinas la iglesia monástica es un lugar de silencio.

### **El Oficio Divino: "Siete veces al día te alabo" (Salmo 119.164)**

El Oficio Divino junto con la Eucaristía ha formado parte de la adoración pública de la iglesia, desde los primeros tiempos. Muchos huéspedes que vienen al monasterio para unirse a monjes y monjas en el rezo de los Laudes o Vísperas, experimentan esos servicios como un emotivo testimonio de fe y donde la comunidad monástica confiesa y proclama que solo el Dios escondido es digno de alabanza y adoración. Es ahí en su silla de coro que el novicio aprende a orar con la iglesia. Además, San Benito espera en el discernimiento de tal novicio que mostrará "Si es pronto para la Obra de Dios"<sup>16</sup>. El Oficio Divino puede también enseñar al candidato a trascender su Dios privado y personal y abrirle a una más amplia visión del Señor que está presente en toda la comunidad monástica que ora por las necesidades de la Iglesia universal.

San Benito enfatiza la importancia del Oficio Divino, exhortando a sus monjes a "no anteponer nada a la Obra de Dios"<sup>17</sup> Se debe llevar a cabo una adecuada formación sobre el significado del Oficio, para enfervorizarle a asistir al mismo pues cuando la fe se debilita, la Obra de Dios se minusvalora y otras actividades pasan al primer puesto. Ser fiel al Oficio Divino es poner en práctica "lo único necesario" (Lc.10,42) La Regla anima a cada monje "apresúrense a anticiparse unos a otros para la Obra de Dios, aunque con toda gravedad y modestia"<sup>18</sup>. Tan pronto como suene la campana, se nos urge a dejar cualquier otro trabajo de lado. Al hacer eso, los novicios, reciben una formación en la supremacía de Dios en la comunidad monástica. Su trabajo personal es secundario con relación al Opus Dei. Como muchas de las observancias monásticas, se entenderá mucho mejor lo dicho y se aprenderá cuando se vea puesto en práctica por la comunidad, mucho más que por la simple escucha de las conferencias del formador sobre el tema. Es un acto de confianza en el Señor decir "Quiero darte mi tiempo sabiendo que te ocupas del trabajo que dejo de lado ahora"

De vez en cuando podemos llegar a sentir tedio en el Oficio Divino ya sea por la fatiga del trabajo del día o una sensación de aburrimiento debido a la idea de que son siete horas al día por el resto de tu vida" Esto es una cuestión de disciplina y fe que ofrece una oportunidad al monje en formación para vivir en un nivel más profundo que sus sensaciones que están constantemente en flujo porque, después de todo, el auténtico amor ni es exactamente una emoción. Se prueba por la fidelidad. Cuenta la historia que Santa Matilde que se sentía a menudo fatigada en el Oficio Divino hasta el punto de desvanecerse, parecía que se iba permanecer allí con la ayuda de Dios<sup>19</sup>. Se animará al novicio a poner su intelecto, su voluntad, su corazón, su imaginación e incluso su cuerpo bajo un control, para que pueda alabar a Dios dignamente con todo su ser.

---

<sup>16</sup> R.B.58.,7

<sup>17</sup>R.B. 43,3

<sup>18</sup> R.B. 22.6

<sup>19</sup>cf. El libro de la Gracia Especial III, Ch.7

### **Lectio Divina: “ Susurra su ley día ya noche” (Salmo 1,2)**

San Bernardo nos avisa que “no rezarás mal si en tu oración no buscas sino la Palabra, o le buscas solo por la Palabra, pues en él están todas las cosas”<sup>20</sup>. La *Lectio Divina* es el ejercicio clásico de la oración monástica. Se ha escrito mucho acerca de ella en años recientes, pero dado los límites de este trabajo, no es posible reiterarlo que ya se ha dicho, acerca de sus orígenes, o la división de sus varios estadios etc. Por otro lado no sería posible saltarse esta clásica observancia monástica en cualquier consideración acerca de la oración.

La *Lectio* ha sido vista como un instrumento para ayudarnos a asimilar de un modo más individual lo que se celebra, públicamente, en la liturgia. La Palabra fue proclamada en la asamblea litúrgica y es ponderada en la *lectio divina* donde nos confrontamos, de modo más personal, con la Palabra que es Verdad. Aquí el Maestro explica y el discípulo escucha. Tenemos el reto de salir de nuestras falsas percepciones de Dios, del mundo y de nosotros mismos para encontrar nuestro yo real, creado a imagen del Verbo. Porque no somos fundamentalistas, la práctica monástica de la lectio presupone un diligente estudio de las Escrituras. En la medida de lo posible las mejores obras exegéticas deberían ser consultadas al efecto. Desde luego la fe no sería necesaria para estudiar la Biblia, pero la fe es ciertamente necesaria si una persona va a oír la Palabra de Dios. San Benito aconseja a sus lectores consultar las obras de los monjes antiguos, conocidos en su tiempo, como las Instituciones y Conferencias de Casiano, las Vidas de los Padres y la Regla de San Basilio<sup>21</sup>. La sabiduría de los autores antiguos y modernos, nos pueden ayudar a obtener nuevos aspectos en la profundidad del Antiguo y nuevo Testamento.

### **¡Ay de los que se creen sabios, los que se tienen por discretos (Is.5,21)**

El acompañamiento es esencial, durante los años de formación espiritualmonástica. No es suficiente el celo y buen deseo del novicio o junior. La instrucción es crucial. En la vida de oración así como en la vida monástica en general, hay muchas vueltas y revueltas a lo largo del camino, para pensar que eres capaz de hacerlo por ti mismo. En la vida espiritual como en otros campos “un conocimiento chato es peligroso”. De un lado, no toda experiencia espiritual ha de ser necesariamente acerca de Dios. Hay todo un mundo inexplorado en la psique humana y están las acechanzas del enemigo. Esto requiere discernimiento y cuando somos jóvenes en la vida monástica, ese discernimiento sobre nuestra propia situación no es simplemente posible. Con humildad y confianza debemos buscar consejo del abad, el maestro de novicios o un experto confesor. San Antonio del Desierto dijo: “Conozco monjes que han caído después de grandes esfuerzos y caído en la locura, porque confiaron en su propio trabajo...en lo posible, por cada paso que el monje da, por cada gota de agua que bebe en su celda, debería consultar a los ancianos, para evitar alguna falta en lo que hace”<sup>22</sup> Una correcta

<sup>20</sup> SC 86; cif 40, 214

<sup>21</sup> Cf.R.B. 73,4-5

<sup>22</sup> Apophthegmata Patrum. Colección alfabética.Migne.PG 65, pag. 37



dirección espiritual no se transmite generalmente extrayendo información de los libros. Las personas son las trasmisoras del Espíritu.

Muchos jóvenes hoy parecen experimentar un hambre espiritual y algunos están abiertos a la guía espiritual, pero muy a menudo ésta se busca fuera de la Iglesia. Afortunadamente es también cierto que los católicos y algunos que no lo son, siguen viniendo a los monasterios buscando consejo espiritual. La inmensa multitud que asistió a la canonización del Padre Pío de Pietralcina el 16 de junio de 2002 fue un signo de los tiempos probando la necesidad de un padre espiritual.

En Rusia, mucha gente continua buscando la guía de un probado staretz. Dicha persona es reconocida por el fiel como uno que ha luchado la buena lucha y ha permitido que el poder de la gracia triunfe en él, haciéndose así un ejemplo de santidad, fe y paz. Porque su propio corazón está purificado por el fuego del Espíritu, es capaz de discernir el corazón de su discípulo y ofrecerle una “palabra de vida”.

El padre espiritual no impone sus propias devociones o puntos de vista filosóficos o políticos, pero ayuda al discípulo a encontrar su propia y única vocación. En palabras de un Benedictino del siglo XVII, Dom Augustine Baker: “El director no ha de enseñar su propio camino, ni tampoco una determinada forma de oración, sino que debe instruir a sus discípulos sobre como pueden ellos mismos encontrar su camino propio...En una palabra, es solo el ujier de Dios y debe conducir almas según los caminos de Dios y no según los suyos”<sup>23</sup>.

La dirección espiritual deja vacíos los tentadores y perturbadores pensamientos de nuestra mente (*logismoi*), antes que nos decepcionen privándonos así de su poder para asaltarnos. El acompañamiento espiritual es un encuentro de dos, el padre espiritual y el novicio, en nombre de Jesús, en orden a ayudar al discípulo a mejor discernir cómo el Espíritu Santo le conduce en su búsqueda de Dios. La razón de la paternidad espiritual en la vida monástica es práctica. No intenta tanto impartir información cuanto ofrecer la luz y el apoyo, necesarios para la conversión del monje. “Ser reformado y no simplemente informado es el núcleo de todo programa de formación”<sup>24</sup>

### **“Sencillo, escondido y laborioso”**

Nuestra forma de vida cisterciense está descrita en las Constituciones como “Sencilla escondida y laboriosa”<sup>25</sup>. Lo que está descrito aquí de un modo realista, acerca de la vida Trapense en general, es lo que podemos esperar de nuestra vida de oración en particular, garantizando que es “un servicio a la vez humilde y noble”<sup>26</sup>

Progresar en la oración no sucede solamente deseándolo. La experiencia de nuestros hermanos y hermanas mayores, testimonian acerca de la realidad de nuestra débil condición humana. Tenemos que luchar para profundizar en nuestra

<sup>23</sup> Citado por Thomas Merton, Dirección espiritual y Meditación (1960, p.12)

<sup>24</sup> Dom Thomas Davis, Reunión de formadores de la región Oriens, septiembre de 2012.

<sup>25</sup> OCSO. Constituciones #5

<sup>26</sup> OCSO. Constituciones #2

oración y ser fieles a ella; la oración es un combate. De hecho es un combate diario para estar atento, para perseverar en la sequedad, para combatir la tentación y la distracción en la oración. “El espíritu está pronto pero la carne es débil” (Mt.26,41), La fe es puesta a prueba, pero el consuelo inmediato y la visión nos son negadas; entonces empieza para el monje el buen combate de la fe. Este combate es en definitiva el del amor y es ese amor el que mantiene la llama encendida, en tiempo de pereza, distracción, prueba o desaliento.

Sin embargo, si el combate se hace dependiente del ego y es experimentado como una prueba de mi fuerza de voluntad, entonces me encuentro en la senda errónea y con necesidad de corrección. En este caso el orgullo ha ocupado el primer puesto y puedo enseguida seguir por el camino de los fariseos. No, todo es gracia y todo depende de Dios. Aunque la oración es un don de Dios y depende de su gracia, es también verdad que debemos esforzarnos para ofrecer un respuesta adecuada; el esfuerzo se requiere. “La oración es gracia. Dios la concede cuando hay celo y humildad”<sup>27</sup>. Sin resolución y determinación no podremos experimentar los consuelos de la oración. No hay un éxito inmediato y tenemos que ser pacientes. No hay progreso en la oración sin entrar en la humilde experiencia del misterio pascual. Es el mismo Señor quien nos invita a entrar en este misterio y podemos considerar esto como la más cordial invitación que puede dar a una persona.

La necesidad de esforzarse en la oración se debe al hecho de que nuestro estado natural de armonía interior, después de la caída de Adán, se ha perdido, dejando debilitadas nuestras mentes y nuestros cuerpos. El gozo con nuestro Creador ha desaparecido y tenemos que recobrar nuestra vocación original como *Homo adorans*. Perdimos la armonía que teníamos con nuestro creador y dejamos de tener hambre de él. Herida por el pecado, lamente en su estado caído tiende a ser inestable, inclinada a vagar por doquier. La gracia de Dios y nuestra cooperación se requieren para deshacerse de hábitos mentales pobres: Pereza intelectual, adicción a internet, teléfono móvil, parloteo sin sentido, prejuicios de raza, color o credo. Al implorar la gracia de Dios, nos esforzamos para tener paz y estabilidad demente y corazón.

Abba Agathon decía: “Creo que no hay trabajo mayor que el de la oración a Dios. Ya que cada vez que un hombre quiere orar, sus enemigos, los demonios, se lo impiden, pues saben que solo separándolo de la oración, pueden impedir su camino. Cualquier buena obra que el hombre emprenda si persevera en él conseguirá el descanso. Pero la oración es un combate hasta el último suspiro”<sup>28</sup>.

La Palabra de Dios que es el consuelo del monje, es también su aflicción, pues siente dentro de él la tensión entre pecado y redención, entre su *miseria* personal y la *misericordia* de Dios. La oración puede ser un descenso a nuestra propia nada, nuestra ignorancia y desvalimiento y entonces como un niño, nos acercamos a nuestro Padre del cielo, que está deseoso de alzarnos para el abrazo.

---

<sup>27</sup> Elder Anphilochios Makris, <http://agrino.org/cybewrdeser/makris.htm>

<sup>28</sup> Sor Benedicta Ward, “The sayings of the Desert Fathers” (Kalamazoo, Michigan: Cistercian publications, 1975), p.22

**Una ascesis apropiada; “la misericordia divina que había inspirado esta milicia espiritual” (Exordium Parvum 16,5)**

Obviamente se requiere una cierta ascesis para el combate espiritual. El ascetismo es necesario para que la mente piense rectamente y para que el corazón se purifique. Pero la ascesis no es nunca un fin en si misma. Si este fuera el caso, solo se cosecharía la soberbia. Esta nueva manifestación de la soberbia, debida a la percepción de un éxito en el combate espiritual, detendrá nuestro crecimiento espiritual sin ser conscientes de ello. Ni la menor gota de esta clase de ascetismo puede borrar un solo pecado o hacer de nosotros un auténtico monje, estando carente del amor de Dios y su gracia: Solo la sangre de Cristo puede hacerlo.

Nuestra práctica ascética no debería ser cruel para nuestro cuerpo. Sin el correcto equilibrio, un cuerpo debilitado no podrá servir a la comunidad y tendremos menos resistencia frente a la tentación. El auténtico enemigo es nuestro ego, no nuestro cuerpo. La experiencia nos muestra que hubo algunos que empezaron la vida monástica con un fervor extraordinario y notables prácticas ascéticas, pero no mucho después descubrimos que habían dejado el monasterio. ¿Qué sucedió? El ascetismo debe ser practicado sobria y sabiamente, bajo la guía del abad o maestro de novicios. Nunca confíes en tu propia sabiduría o fortaleza. “Ay los sabios a sus propios ojos”(Is.5,21). El voto de obediencia nos ayuda a resistir nuestra *voluntas propria*, nuestro propio deseo que nace de la soberbia. No te atribuyas nunca un éxito a ti mismo. “Todo es gracia”. En el área del ascetismo es a la vez prudente y humilde para el novicio, empezar por debajo del nivel de su capacidad y hacer algo que nadie notará. Si te gusta el café con leche y azúcar en la mañana, ¡no tomes azúcar; nadie lo notará!

La auténtica ascesis es una respuesta de nuestro amor y deseo de Dios. Ayuda a restringir el deseo de inclinación al pecado. Oración y vida ascética van de la mano. No se puede tener mucho progreso en la oración sin lucha. Por otro lado tampoco se puede tener una práctica ascética auténtica sin oración a Dios pidiendo ayuda, para discernir la práctica ascética y la gracia para llevarla a cabo.

“A quienes ama el Señor les corrige” (Hebr.12,6) Quizá la mejor ascesis que podemos sugerir, a un recién llegado a la vida monástica, es simplemente tomar cada día como viniendo de la mano de Dios con su propia mezcla de gozo y sufrimiento. –Podemos asegurar a un novicio “Note preocupe, la vida diaria en el monasterio estará llena de humillaciones suficientes y ascetismo que no son de tu propia elección. Dios en su sabiduría ha escogido esto para ti”. Esto es lo que se quiere decir con abandono en la Divina Providencia.

Es la soberbia y la confianza en si mismo lo que nos puede preparar para una gran caída. Después de una grave caída nos odiamos a veces a nosotros mismos y quisiéramos que los otros nos odiaran. Sin embargo, si esto no es llevado a un extremo, puede incluso ser una saludable experiencia. Pensar sinceramente en el corazón; “Soy un gusano y no un hombre”(salmo 22,6) puede ser el comienzo de una verdadera humildad cuando Dios en su bondad nos levanta del estercolero.

Cuando nos damos cuenta de que no somos nadie y Dios es todo, entonces esa que la verdad nos ha hecho libres.

Hablando de una inapropiada ascesis, parece necesario decir una palabra acerca del uso del internet en un monasterio. Artículos e imágenes encontrados en el internet satisfarán al curioso, pero solo por un brevemente y cuando visto excesivamente es sabido que produce un efecto adictivo sobre una persona. Un recién llegado al monasterio puede encontrar muy duro que le digan que el tiempo perdido en internet será mínimo, y eso suponiendo que se tenga algún acceso a la web durante el noviciado. Para gente que usa ordenadores personales, iPads etc. en general esos aparatos llegan a ser vistos como una extensión privada personal, casi como el nuevo mejor amigo del hombre; así pues, naturalmente supondrá un sacrificio importante para el postulante que le digan que no traiga esos elegantes aparatos al monasterio.

Cuando la mente ha estado constantemente llena de una información inmediata y una andanada de imágenes ha saturado la imaginación, aquellos en formación necesitaran una guía para aprender a vivir en el desierto monástico. El recién llegado puede no ser consciente del alcance al que persuasivas imágenes, textos de mensajes, el internet la televisión, han estado compitiendo con su atención que paradójicamente tiende a dejar la mente seca, cansada y buscando un significado. Esto es quizá porque las pantallas de los ordenadores son dispositivos fríos y estériles que dejan la cabeza y la imaginación llena pero el corazón vacío

La oración por supuesto tiene lugar en las entrañas del corazón humano. El fuerte deseo por una constante estimulación y fascinación pueden hacer de la experiencia de desierto de la oración, algo incomprensible e insoportable. La experiencia de desierto de sequedad en la oración ha sido una lucha para los monjes de todas las épocas, pero es probable que lo sea más para las generaciones actuales. Se tiene que enseñar a los novicios cómo la distracción perturba la vigilancia y la atención e impide una profunda paz de alma. La curiosidad no nos permite asimilar e integrar.

Realmente los comentarios anteriores no pretenden menospreciar totalmente la emergencia de una cultura de imágenes en la digital red mundial ni tampoco la positiva influencia que pueden tener en la mente humana. Se ha dicho que las imágenes pueden ser entendidas como los textos más complejos que tenemos y que conocemos. Es por supuesto un problema de discernimiento en lo que es apropiado en la cultura monástica. Las imágenes han sido siempre importantes en las culturas religiosas y no es quizá coincidencia que en las últimas décadas junto con la emergencia de la Web Mundial, ha habido una nueva emergencia de interés por los iconos religiosos del Oriente Cristiano. Estos días no es inusual ver esos iconos venerados incluso en iglesias de rito latino en Occidente. Se intenta ponderar y descifrar la riqueza teológica de esas imágenes, y pueden ser medios de evangelización.

**“Persevera en la oración” (Rom.12,12)**

La falta de consuelos sensibles en la oración especialmente durante un período prolongado de tiempo se experimenta como un reto y es en este punto cuando los monjes o monjas pueden quedar desilusionados y dejar gradualmente la continua oración privada. ¿Qué podemos hacer cuando experimentamos hastío de espíritu día tras día? Quizá queramos seguir el consejo de Madre Teresa de Calcuta: “Reza algo más” Esa fue su aguda experiencia de la oscura noche del alma y su antídoto para ella.

La Carta a los Hebreos previene a los cristianos que “el sufrimiento es parte de la corrección” (Hebr.12,7). El sufrimiento prueba el amor mejor que nada y participar en la experiencia de Cristo en el desierto es una marca del amor de Dios y su confianza en nosotros. Podemos todos esperar la caída de vez en cuando y sentirse atraídos por el confort de una vida secular. En esos momentos tenemos que tener la determinación de volver al primer amor que nos llevó al monasterio. La vida monástica pide una solución heroica para llevar una vida de fe y buenas obras. No se supone que perseveremos en los márgenes, sino en el corazón de la Iglesia.

Isaac el Sirio nos dice: “Si no tienes la virtud de la perseverancia no esperes tener una verdadera consolación en tu oración. Pues perseverancia significa trabajo”<sup>29</sup>. Santa Mónica suplicó al Señor durante diez y siete años antes de obtener la gracia de la conversión de su hijo Agustín. San Felipe Duchesne tuvo el deseo de evangelizar a los indios de las Américas, desde la edad de ocho años, pero fue a los setenta y uno cuando su oración fue escuchada. La fe es necesaria para recibir el don de la oración y tenemos que esperar pacientemente el tiempo de Dios y aprender a confiar., El monje no pone obligaciones por parte de Dios porque la oración es un don de gracia: Aceptamos gozosos lo que nos da y cuando nos lo da. El único remedio que tenemos, si no hemos perseverado en la oración, es empezar de nuevo.

La naturaleza revela sus secretos y rinde sus tesoros solo al trabajador paciente y diligente. Del mismo modo la sabiduría de Dios y los Frutos del Espíritu son probados después de toda una vida de perseverancia. “no os aprovechará todo el tiempo que vivisteis en la fe, si no estáis perfectos en el último tiempo”.<sup>30</sup> Si desistimos y no perseveramos hasta el final, nunca sabremos el regalo que se nos preparó algo más allá de nuestra imaginación.

La perseverancia prueba que eventualmente la gracia prevalecerá. “Dios no es tan injusto para olvidarse de vuestras obras y del amor que habéis mostrado en su nombre”<sup>31</sup> Los monjes y monjas en formación necesitan ser alentados cuando sienten que no reciben inmediatamente lo que quieren por medio de la oración. Nosotros que hemos entrado en la escuela del servicio del Señor, podemos esperar que nuestra fe .y amor serán probados bajo el sabio tutelaje del Maestro. Es un error de nuestra generación pensar que hay amor instantáneo, intimidad instantánea entre personas o instante iluminación en la oración. Queremos todo inmediatamentee incluso presumimos del acceso inmediato a Dios, pero la oración

---

<sup>29</sup> The Four Books,1,3, versión arábrica, citada en la vida de oración Ortodoxa: the interior way, Mateo el Pobre,p.174

<sup>30</sup> la Didache,cap XVI

<sup>31</sup> Cf.Hebr.6,10

se desarrolla lentamente. “Tenéis necesidad de paciencia para cumplir la voluntad de Dios y conseguir así lo prometido” (Hebr.10,36)

### **Pensamientos erráticos: “Reducimos a cautiverio todo entendimiento sometiéndolo a Cristo”**

Esta enseñanza de San Pablo nos hace darnos cuenta de que no solo nuestras palabras y acciones, sino incluso los pensamientos de nuestras mentes, tienen que ser evangelizados por el Verbo.

La verdadera batalla para monjes y monjas tiene lugar en el corazón, donde se guardan todos nuestros pensamientos secretos. La luz del evangelio debe penetrar incluso en las oscuras entrañas de la psique. Juan Casiano nos dice que: “el alma en su natural estado quiere subir hacia Dios como una pluma,”<sup>32</sup> pero nuestra propia experiencia nos muestra que debido al pecado original, tenemos que lidiar día a día con los pensamientos dispersos que tienden a llevar la mente hacia abajo. Nadie está libre de esto. Pensamientos desordenados y erráticos, emergen durante la oración, incluso cuando tomamos la firme resolución de estar atentos. No hay pecado al experimentar este tipo de pensamientos, pero cuando los notamos, hemos de estar vigilantes y traerlos a la presencia de Dios.

El novicio debe aprender a calibrar debidamente su fuerza física, pues incluso esto está relacionado con la oración. Los pensamientos negativos y la dificultad de controlar nuestra mente errática, tienden a emerger especialmente durante tiempos de fatiga o enfermedad. Aunque una persona este confinada en la cama debido a enfermedad y por lo tanto se encuentre libre de trabajo, paradójicamente, en esos tiempos es difícil orar. El dolor o un cuerpo debilitado parecen pedir toda la atención de la mente o bien, la misma mente no tiene la energía para concentrarse. En esos momentos no debemos intentar hacer lo imposible. Oración simple repitiendo el nombre de Jesús, dirigir la mente a Dios incluso sin palabras, echar una mirada al crucifijo o icono en la habitación, pueden ser auténtica oración.

Del mismo modo que los sueños durante la noche, el tiempo de oración de quietud puede estar lleno con la experiencia de los sucesos vividos durante el día. La atención plena, manteniéndonos vigilantes sobre nuestras emociones y reacciones durante la parte activa del día, nos ayudará a mantener la mente tranquila durante los períodos de descanso y oración. Juan Casiano nos aconseja: “ Antes de rezar deberíamos hacer un esfuerzo para alejar de las partes más profundas de nuestro corazón todo lo que no deseamos que se acerque sigilosamente a nosotros mientras rezamos”<sup>33</sup>

### **Oraciones cortas repetitivas**

Los monjes desde tiempos antiguos aprendieron a luchar contra los pensamientos erráticos, pensamientos negativos y dolorosos, recuerdos que impiden tanto la oración como la paz de la mente. ¿Qué consejo práctico se puede dar para estas situaciones? Los perturbadores pensamientos negativos de la

---

<sup>32</sup> Confesiones de Juan Casiano,9,4.1

<sup>33</sup> Juan Casiano. Conferencias,9,3.4

mente (*Logismoi*) deben ser reconocidos como lo que son. Puede a menudo ser una perturbadora revelación para mí el descubrir que, durante la oración misma, sentimientos de rabia o falta de perdón se han alojado en mi corazón. En lugar de engancharnos en esos pensamientos ¿Qué podemos hacer para librarnos de ellos? La luz de la Palabra de Dios tiene el poder de disipar la oscuridad de la mente y ayudarnos a ver las cosas de un modo correcto y restaurar la paz. Oraciones cortas o frases de la Escritura repetidas a menudo, incluso durante las horas de trabajo, nos pueden ayudar a defendernos contra el ataque de pensamientos negativos y tentaciones. San Agustín llamó a esas cortas oraciones repetitivas, *orationes iaculatas*, oraciones arrojadas o lanzadas como una flecha.<sup>34</sup> La imagen de una flecha evoca tanto la idea de esas oraciones ascendiendo a Dios y atravesando su corazón, hasta que nos muestre su misericordia, como la imagen del poder que esas oraciones cortas tienen para destruir el indeseado pensamiento que ha surgido. La carta a los Hebreos de hecho describe la Palabra de Dios como "viva y eficaz, más cortante que espada alguna de doble filo" (Hebr.4,12.). Casiano aconsejaba a los monjes repetir continuamente: "Dios mío ven en mi auxilio, Señor date prisa en socorrerme"<sup>35</sup> Mantener el corazón ocupado con la oración, es una norma práctica también para monjes de otras religiones. En la tradición hindú el mantra se usa por algunos de los yoguis de la India. Los musulmanes persas Sufies, tienen la práctica del *zikr-Allah* el recuerdo de Allah. En el Budismo Pure Land existe la práctica del "*namuamidabutsu*" o de la constante llamada al nombre de Amida Buddha. Como Cristianos invocamos el nombre de Jesús, el nombre que Dios a través del ángel dio al niño que iba a nacer de la Virgen María: *Ieshoua*, "IHWY es salvación"

Hay una primitiva tradición monástica que indica que los monjes repetían meditativamente el nombre de Jesús. Repitiendo el nombre de Jesús le traemos a la mente. Jesús desarrolló lo que es llamado hoy la "Oración de Jesús" Alrededor del año 650 Juan Clímaco del monasterio de Santa Catharina en el Sinaí, recogió las tradiciones de la espiritualidad del desierto de los primeros cristianos y en su enseñanza enfatizó la persona y el nombre de Jesús. Esta oración es dirigida a Jesús presente en el corazón, noche y día, y es a menudo referida como la "oración del corazón" Ya una práctica en el siglo noveno, esta oración echó raíces en el Monte Athos, en el siglo XIII y se hizo especialmente popular en el XVII. San Gregorio de Nisa la enseñó como el mejor medio de orar. Añadió enseñando la postura: cabeza baja, mirada hacia abajo, hacia el corazón, espirando lentamente la oración hacia dentro y hacia fuera. Se ha escrito mucho sobre la Oración de Jesús en tiempos recientes y podemos sospechar que su práctica está más extendida ahora entre los cristianos occidentales de rito latino, que en previas generaciones.

No está en mente en el ámbito de este trabajo dar una detallada presentación de esta forma de oración. Lo que vale la pena enfatizar es la utilidad de estas cortas y repetitivas oraciones para un monje y vale la pena ciertamente impartir esta venerable tradición a aquellos en formación.

**"Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios"  
(Mat.5,8)**

<sup>34</sup> Letters,130,trans.Wilfrid Parsons New York: Fathers of the Church,1953,p.391

<sup>35</sup> Salm.70,1.Conferencias de Casiano 10, 10.13

Por la oración constante y la plena atención aprendemos gradualmente a guardar nuestro corazón, con sumo cuidado, porque es nuestro santo de los santos, el centro de nuestros pensamientos y emociones así como el lugar donde la conciencia nos habla<sup>36</sup> El Reino de Dios se ha de encontrar en el corazón del creyente y es el lugar donde descubro que soy único, hecho a la imagen y semejanza de Dios. Guillermo de Saint Thierry nos asegura que “Cristo en tu conciencia es el tesoro que posees.”<sup>37</sup>

La oración así como otros elementos de la vida monástica trata de llevarnos más cerca de la fuente de la sabiduría. San Bernardo nos enseña que: “La instrucción nos hace cultos, pero la experiencia sabios”<sup>38</sup>. Esto implica que debemos viajar por la carretera del conocimiento, y hechos rápidos para gustar de los frutos maduros de la sabiduría. Así como el amor da el conocimiento de una persona, así la oración da sabiduría al corazón. Como lo dicen nuestras Constituciones e la OCSO: “Ejercitados en la soledad y el silencio anhelan la paz interior en la que se engendra la sabiduría”<sup>39</sup>

La distinción entre conocimiento adquirido, capacidad intelectual y sabiduría del corazón se aplica especialmente a *la lectio divina*. Necesitamos usar nuestra razón lo más posible cuando nos encontramos la Palabra de Dios escrita, y deberíamos hacer todo lo que estuviera de nuestra parte para familiarizarnos con la mejor exégesis, tanto antigua como moderna, pero el propósito de esto es solo apresurarnos para alcanzar la sabiduría que viene del Espíritu. Tenemos que encontrar la Palabra como una Persona Viva. “Si eres un teólogo oras realmente. Y si oras verdaderamente eres un teólogo.”<sup>40</sup> Esta aseveración de Evagrio está probada por la profunda comprensión en cuestiones de fe que viene a veces de los muy sencillos e ignorados monjes y monjas que oran.

El término *memoria dei* se usa algunas veces en la literatura espiritual. Esta expresión implica constante atención a Dios y no a si mismo El reino de Dios está dentro del corazón humano y volvemos allí, para recordar la presencia de Dios que habita allí y así purificar nuestros pensamientos en la luz y fuego del Espíritu Santo. La meta es la conciencia de Dios y una mente atenta que solo se tiene en el silencio, recogimiento, soledad y una apropiada renuncia. San Basilio describe esta simple atención al Señor:” Debemos perseverar in el santo pensamiento de Dios a través de un constante y puro recuerdo de él, impreso en nuestras almas como un sello indeleble<sup>41</sup>.

La oración nos mantiene vibrantes y atentos. La paz viene a la mente, cuando los molestos pensamientos han sido expulsados del recuerdo del Señor, que habita dentro. Entonces podemos vivir tranquilos en el reino de nuestro propio corazón. Esto es lo que San Benito experimentó cuando se relata que aprendió a vivir

---

<sup>36</sup> Prov.4,23

<sup>37</sup> MEd.10,9,cf 3

<sup>38</sup> San Bernardo, SC 23.14

<sup>39</sup> Constituciones de ls OCSO#3

<sup>40</sup> Evagrius Ponticus, The Practikos, Chapters on Prayer, # 60, CS 4

<sup>41</sup> Long Rule5,2,PG Vol.33,col.342



consigo mismo”*habitare secum*”<sup>42</sup>. Vivir contigo mismo significa que tu morada interior, tu corazón está en paz, no más cautivo de la frenética actividad de la mente. Se promete la paz a aquellos que entran y perseveran en un monasterio bajo la Regla de San Benito. Este regalo que es ofrecido por la vida monástica es precisamente lo que a menudo vemos escrito en la portería de algún monasterio: *Pax intrantibus*.

**Belleza: “Una cosa pido a Yahveh, es lo que ando buscando: morar en la casa de Yahveh todos los días de mi vida, admirar la belleza de Yahve...” (Salmo 27,4)**

Dostoievski escribió una vez, bastante enigmáticamente, que: “La belleza salvará al mundo”<sup>43</sup> La belleza puede ser la puerta que abra el camino a la nueva evangelización de Occidente. En un tiempo cuando muchos creyeron que no había una cultura o valores morales, era difícil proponer una verdad como una puerta atractiva para entraren la búsqueda de Dios. Además, muchos de nuestros contemporáneos habrían respondido como Pilato “Verdad,¿Qué es eso?”(Jn.18,38). Hay también una tendencia a ser cínico, incluso acerca de la bondad moral, pero, la belleza nos desarma y sorprende. Para muchos contemporáneos la belleza de hombres y mujeres es la puerta que abre el alma completamente, a cierta idea de lo divino. El hecho de que la belleza manifestada en el arte religioso y la arquitectura, incluso, tiene el poder de atraer, pueden ser testigos de los miles de visitantes que acuden a ver las antiguas catedrales de Europa. Es también impresionante observar la vasta multitud que diariamente acude a ver las basílicas romanas. Ciertamente nadie afirmaría que todos esos visitantes podrían ser llamados “piadosos peregrinos”; la mayor parte parecen “turistas”. Sin embargo es bastante obvio para esos visitantes que las obras de arte y arquitectura que están observando, no habrían nunca sido hechas sin una inspiración de fe: La tecnología sola no hubiera podido nunca hacerlas. Además esos edificios históricos de iglesias, pinturas, estatuas e iconos continúan ofreciendo un mensaje evangélico difícil de ignorar. Quizá la belleza artística religiosa que apunta a una belleza más alta se entienda mejor que muchos sermones.

La belleza parece ser un medio más cálido y personal y por ello exhale un delicioso poder para atraer. La auténtica belleza lleva dentro de si el esplendor de la verdad, el llamativo resplandor de la verdad. La belleza es un atributo de Dios, y la belleza espiritual además tiene el poder de atraer. Dios es belleza y la belleza apunta a Dios.

Incluso la belleza de los edificios monásticos y de los alrededores, envían un mensaje a los que visitan nuestras abadías y una persona que tiene que discernir acerca de su vocación se siente a veces atraída, incluso, por las mismas piedras del monasterio. Para los monjes y monjas que viven en un monasterio, la proporción, la forma, el espacio, la luz, la autenticidad de la arquitectura, todo, fomenta pureza de corazón y quietud en la oración por una impresión apropiada en los sentidos, mente y espíritu. Winston Churchill hizo el frecuentemente citado comentario:

---

<sup>42</sup> Diálogos de S. Gregorio,II,3tras, Zimmerman and Avert, Liturgical Press,1949

<sup>43</sup> Feodor Dostoievski: The idiot,trans.Constnace Garnett, N.York:Bantam,1981

"Damos forma a nuestros edificios y después ellos nos dan forma a nosotros"<sup>44</sup>. La simplicidad de la arquitectura cisterciense intenta dar forma en nosotros la simplicidad de vida y es una expresión de nuestra característica espiritualidad de la luz. Cuando un candidato expresa su admiración por la característica belleza del monasterio, incluso aunque no sea consciente de ello, es atraído por el reflejo de la belleza del Señor.

Es especialmente por la liturgia que el recién llegado percibe la belleza del mundo espiritual. La belleza externa de la liturgia monástica puede ser vista como un icono de la belleza espiritual, de la liturgia celestial. Además, la belleza tiene la capacidad de revelar la verdad.. De hecho la belleza auténtica no puede estar divorciada de la verdad y del bien. Esto es, por supuesto, en el nivel de la intuición, pero intuición que significa mirada hacia el interior, no significa irracional. La liturgia que ha sido definida como una escuela de teología, puede ser, también, considerada como una escuela de oración. Cuando la liturgia es bien celebrada nos instruye con sus palabras y nos arrastra a una profunda comunión con la Santísima Trinidad.

La belleza espiritual puede también ser vista en una persona y la plenitud de la belleza es el mismo Señor Jesús, "el más bello de todos los hijos de los hombres" (salmo 45,2) "porque en Él reside toda la plenitud de la divinidad corporalmente"(Col.2,9). En la oración, ya sea litúrgica o privada, somos llevados a experimentar la gloria de la Santa Trinidad, y nos experimentamos como llenos con el esplendor de la luz de Dios, al ir progresando hacia la "participación en la naturaleza divina" (IIPe.1,4) El episodio de la transfiguración puede ser entendido como el prototipo de la belleza de la imagen divina. El monje que ha conseguido la pureza del corazón, ha restaurado la imagen y semejanza de Dios en si mismo y se ha convertido en un reflejo de la radiante belleza de Dios. Esto está especialmente ilustrado en las pinturas de los santos, especialmente la Madre de Dios, irradiando luz.

A través de la oración y la ascesis el monje busca la pureza del corazón. El que está aprendiendo a orar depende de la Palabra en orden a dominar el torbellino de nuestras pasiones egoístas y desordenados afectos. En la vida espiritual, belleza no es, decididamente "ser superficial." Consiste en una fidelidad a la propia conciencia, integridad de mente y corazón, en la libertad de vivir responsable y virtuosamente. Abba Dorotheos dice que cuando las pasiones son removidas del alma, entonces las virtudes se manifiestan de nuevo.. Las virtudes del alma la hacen bella, un reflejo de la belleza divina.<sup>45</sup> La restauración de la imagen y semejanza divinas dentro del corazón del monje es la meta de su oración.

La experiencia de numerosos monjes y monjas testifica el hecho de que la oración ha sido la fuerza motivadora que da sentido a su vida monástica, el mismo aire que respiran. Para algunos, es lo que les ha hecho no abandonar su vocación o también les ha hecho volver de nuevo al monasterio. Para aquellos que justo empiezan la vida monástica, la oración les promete abrir completamente ante el novicio de corazón fornido, tesoros jamás oídos de sabiduría y fuerza.

---

<sup>44</sup> Cámara de los Comunes,(Encuentro en la Cámara de lo Lores),28 oct.1943

<sup>45</sup> Abba Dorotheos PG, Vol 88 col.1757