

Apuntes sobre la ascesis y el ascetismo

elsantonombre.org

1



- ♦ La ascética no es represión. Tampoco es vivir escrupulosamente o sujeto a un rigorismo asfixiante.
- ♦ La ascética no es una tarea de autoflagelación, ni física ni psicológica. Tampoco es vivir con un inquisidor mental que anda tomando nota de los errores cometidos.
- ♦ Ascética no es rigidez, ni dogmatismo, ni intolerancia, ni juicio hacia uno o hacia los demás.
- ♦ La ascética no es imponerse pesadas cargas o intentar sujetarse a reglas de vida que no nos encajan o ajenas al sentir del corazón.
- ♦ La ascética no es el modo de alcanzar la autoestima, ni la vara con la que se construye la imagen de sí.
- ♦ Si la ascética nos lleva al orgullo espiritual o a sentirnos carentes de valor y dignidad, no es la ascética de la que hablamos aquí.
- ♦ Finalmente, la ascética no es temor, ni dolor y mucho menos sufrimiento.



- ♦ Hay una intención profunda y potente que suele sentirse como un llamado desde lo hondo del ser.
- ♦ Es como una brújula que siempre apunta hacia el bien, la verdad y la belleza. Vivir atentos a esa llamada y caminar en su dirección del mejor modo que podamos, es lo que llamamos ascética personal.
- ♦ El ascetismo personal es la respuesta que damos al llamado del corazón. Es acoger la gracia y conservarla como el máspreciado tesoro.
- ♦ La ascética es la manifestación del amor profundo hacia el sentido de la vida o el modo en que vamos con humildad y paciencia hacia la ermita interior.
- ♦ El intenso anhelo de Dios y de trascendencia suele manifestarse como ascética personal. Llamamos ascetismo personal a *la forma en que organizo todos los aspectos de mi vida* para vivir en la unidad y en la presencia divina.
- ♦ La ascesis implica la sensatez y no hay nada más sensato que vivir reconociendo la sacralidad de la vida y la necesidad de ser coherentes con ello.
- ♦ La ascesis particular es un mapa para orientarse en el intrincado mundo interno. Por eso el mapa tiene que ser simple, facilitar la orientación y nunca convertirse en un fin en sí mismo.



- ♦ En un sentido general cada quién puede organizar su ascética particular atendiendo al plano del cuerpo, de la mente y del espíritu.
- ♦ También se puede incluir la relación con Dios, con los demás y la actitud hacia sí mismo.
- ♦ Podemos tener en cuenta que la moderación nunca se equivoca. Los extremos son característicos de lo apropiativo; allí suele ocultarse la semilla del mal bajo muchos disfraces.
- ♦ La libertad creciente de las múltiples dependencias es un propósito fundamental de un ascetismo consciente. Esta libertad se manifiesta como progresiva independencia de las tres pasiones básicas* y de los hábitos nocivos en general.
- ♦ Hemos de recordar que la conducta se modifica de manera efectiva y estable, cuando hay comprensión profunda del automatismo que está en el origen del comportamiento indeseable. De poco sirve cambiar lo exterior si este cambio no nace desde el interior.
- ♦ El espíritu debe guiar a la mente y al cuerpo, reinar gozosamente sobre estos sagrados instrumentos para alinearnos con la voluntad de Dios; esa que se siente acorde a la propia vocación y a los talentos que nos ha regalado el creador.
- ♦ ** (El afán de gloria humana, el afán de placeres y el afán de riqueza)*

Continuará...