



Pensamientos Contemplativos para la vida



“Descansando en Dios”

Entrevista a Fr. Thomas Keating, por Anne A. Simpson

Entrevista: La cada vez más popular práctica de la Oración Centrante (O. C.) puede traer consigo un profundo crecimiento espiritual y psicológico, dice el padre Thomas Keating.

Hace más de cincuenta años, a pesar de fuertes objeciones paternas, Thomas Keating incorporado a una austera comunidad monástica con el objetivo de desarrollar una relación personal con Dios. Hoy, a través del movimiento de la O. C., que él co-fundó a principios de los 70's, él está ayudando a los laicos a conseguir el mismo objetivo.

T. Keating define la O. C. como una práctica contemplativa, “un método muy simple en el cual uno se abre a Dios y consiente Su presencia en nosotros y Sus acciones con nosotros”. Cuando Keating usa la palabra “contemplación”, sin embargo, él no se está refiriendo a la acción de ‘rumiar’ o reflexionar. Él está utilizando el término en su sentido clásico: **estar con Dios**. Así, a través de la O. C. uno va más allá de imágenes, emociones y pensamientos. De acuerdo a Keating, “es como dos amigos sentados en silencio, estando cada uno en la presencia del otro”.

Como estudiante de (la Universidad) Yale a principios de los cuarenta, Keating, el vástago de una acomodada pero no particularmente religiosa familia de Park Avenue, encontró su visión del mundo Católica-Romana suficientemente retadora para un principiante de la clase de filosofía para investigar seriamente las raíces de su fe. Mientras leía en la librería ‘Catena Aurea’ de S. Tomás de Aquino, una exposición línea-por-línea de los cuatro Evangelios por los grandes Padres de la Iglesia, él experimentó una profunda conversión: A fondo captó el hecho de que el cristianismo era una religión contemplativa. **Comprendió que el sentido espiritual de las Escrituras era mucho más importante que el literal y que la unión con lo Divino no solo era posible, sino estaba disponible para todos.** “Esta percepción”, dice el ya entrado en años monje trapense, “fue la semilla que ha continuado creciendo durante toda mi vida. Lo que estoy haciendo ahora es tratar de compartir aquella percepción”.

Específicamente el P. Keating se ha convertido en una clase de Johnny Appleseed del alma (legendario pionero que cruzó el desierto norteamericano plantando huertos de manzanas, famoso por su carácter pacífico y su simple estilo de vida), quien, con un grupo de clérigos y personas laicas está sembrando las semillas de la O. C. y esparciendo la contemplación cristiana a través del país (EE. UU.). Bien letrado tanto en Filosofía como en Psicología, T. Keating ha estado, desde principios de los 80's, diseñando un sistema que intenta describir la jornada diaria catalizada con la práctica de la O. C. La O. C. es similar a otros métodos meditativos, aunque la mayoría, como la meditación Budista Vipassana o la meditación Cristiana desarrollada por el monje benedictino John Main, usa un punto de enfoque tal como la concentración en el aliento o la repetición de un mantra.

La O. C. descansa más en la intención que en la atención. El practicante deja ir emociones, pensamientos y sensaciones, y consiente, o intenta estar, en la presencia de Dios. La diaria disciplina de apartarse dos períodos de oración de 20 minutos involucra tanto a la receptividad como a la participación activa. Por un lado, uno está “esperando a Dios”—o como lo expresa San Gregorio el Grande “Descansando en Dios”. Por otra parte, entregarse de esta manera activa un profundo proceso transformador, a lo que Keating se refiere como “Terapia divina”.

En sus lecturas grabadas y libros; “Mente abierta Corazón abierto”, “Intimidad con Dios” y otros, él describe los cambios internos que ocurren, incluido el proceso de dejar-ir al ‘falso-yo’ (una auto imagen que impide la propia relación con Dios) en favor de manifestar al verdadero-yo (nuestro núcleo básico de bondad). T. Keating está tan convencido de que una vida espiritual involucra niveles siempre profundos de crecimiento y conciencia, que él a menudo sobresalta a aquellos enraizados en una base tradicional católica con su definición de pecado como: “el rechazo a crecer, para escoger permanecer como estamos”.

Alto, larguirucho y con lentes, con delgadas hebras de cabello a lo largo de su calva frente, Keating posee unos modales amables que contradicen su insaciable curiosidad y fuerte voluntad—cualidades que lo impulsaron a unirse al monasterio justamente después de su graduación en la Universidad Fordham en 1943. Él creció en los rangos trapenses desde novicio a superior en tres años en la entonces incipiente comunidad de Snowmass, Colorado, a una tarea de 20 años como abad progresivo en la abadía de St. Joseph y en la casa principal trapense en Spencer, Massachusetts. A la postre se convirtió en una figura importante en el movimiento de O. C., o como dice Gustave Reininger—un productor de películas de los Ángeles, escritor, y co-fundador y directivo de Contemplative Outreach: él lo consideró una segunda carrera como “abad de un monasterio sin paredes”.

La forma contemporánea de la O. C. fue descubierta, inicialmente pensada y desarrollada durante la gestión del P. Keating como abad en St. Joseph. Él había estado involucrado en los llamados de las reformas resultantes del Concilio Vaticano II para la renovación espiritual en la Iglesia Católica, y él también había observando que los jóvenes católicos estaban dejando a la Iglesia en manadas hacia los ashrams hindúes y los sangras budistas. En 1971 él asistió a una reunión con los superiores trapenses en Roma, donde dirigieron a los monjes el último llamado del Papa Paulo VI sobre Vaticano II. El Pontífice declaró que, a menos que la Iglesia redescubriera la tradición contemplativa, la renovación, no podría tener lugar. Él específicamente hizo un llamado al monacato dado que ellos

vivían una vida contemplativa, para que ayudaran a los seglares y a aquellos de otras órdenes religiosas a adoptar esa dimensión en sus propias vidas.

Keating salió de la reunión decidido a hacer una contribución. Él pidió a los monjes de St. Joseph que buscaran un método enraizado en la tradición cristiana el cual pudiera hacer la oración contemplativa más accesible para aquellos fuera del monasterio. El hermano William Meninger en Snt. Joseph encontró una técnica simple en el clásico anglicano del siglo XIV “La Nube del no-Saber”. Meninger llamó a este método “La oración de la nube” y comenzó a enseñarlo en retiros de la casa de huéspedes en la abadía. Otro monje de la misma abadía, Basil Pennington, comenzó a enseñarla a hombres y mujeres religiosos. En el primer taller dado a la Conferencia Líder de Mujeres Religiosas y a la Conferencia de Superiores de los Hombres, Pennington frecuentemente citó textualmente a su amigo y colega Thomas Merton, quien a menudo cuando escribía sobre este tipo de oración, usaba el término “centro”. Por ejemplo, en ‘La Oración Contemplativa’, Merton dice: “Nosotros, raramente oramos sólo con la mente, la meditación monástica...involucra a todo el hombre, y procede desde el centro del ser humano”. Al final del taller, los participantes se estaban refiriendo a la técnica como ‘O. C.’

Hoy, la O. C. atrae a cientos de católicos, así como episcopalianos, metodistas y otros, a los talleres y retiros. En tan solo un taller dado en 1997 por Keating y Gustave Reininger, 550 personas se apretujaron en la Iglesia episcopal San Francisco. Retiros de diez días separados con antelación de un año, se efectúan anualmente en el monasterio. Benedictino de Snowmass, Colorado, donde Keating reside ahora; el Centro Abierto de Nueva Cork ofrece un programa de oración de cuatro meses y talleres sobre el Método; y recientemente una importante Cía. grabadora ofrece 24 casetes de lecturas sobre “La Travesía Contemplativa” por Keating. El Movimiento ha creado dos organizaciones, Contemplative Outreach, la cual Keating co-fundó y dirige, y la Mastery Foundation, en la cual Pennington está asociado. Éstas están dedicadas a la enseñanza del método entre los seglares y aquellos activos en los ministerios de la Iglesia, respectivamente.

Aunque Keating merece mucho mérito por el desarrollo del formato de los retiros sobre la O. C. y un paradigma de los cambios psicológicos y espirituales que ocurren como resultado de la práctica del método, otros han sido instrumentos en el desarrollo y diseminación de la enseñanza Sin embargo, muy a pesar suyo y de otros, Keating ha emergido como un ‘gurú’ de la O. C. Como Reininger explica, “existe gente menesterosa que quiere hacer más de él, de lo que es”; el punto de vista del P. Thomas es “No se identifiquen conmigo, identifíquense con lo que ustedes muy en lo profundo son”. Una forma de desalentar esas proyecciones es dar oportunidades de enseñanza a otros y disminuir la presencia propia. Desafortunadamente, los problemas de salud han forzado a Keating a hacer ambas. Él sufre del síndrome de fatiga crónica, y aunque parece estar vigoroso cuando prepara lecturas y sermones, los asociados dicen que él está aún ‘frágil’ y requiere conservar su energía. Él lo hace al limitar sus viajes y dar una lectura o taller al mes.

Más allá del enfoque organizacional de crear una estructura para sobrevivir al retiro o la muerte de su líder, y el entrenamiento de maestros para atender la creciente demanda de talleres y retiros, hay otro, quizás más importante legado para el Movimiento a considerar: los frutos de la práctica. En este sentido, Reininger da fe de la transformación

que él ha visto en Keating desde que comenzaron a colaborar juntos hace 14 años. “El hombre que conocí, ha cambiado ante mis ojos. A medida que el material pasó a través de él, esto lo fue edificando. Haciendo (O. C.) cambió no sólo sus actitudes sino lo que él era. Terminó de ser ese ‘coronel de infantería de marina’, ese abad. El fue siempre gentil, pero el amigo tenía voluntad y media. Yo lo vi convertirse en alguien tan tierno como el amor de un bebé”.

Keating rehuye él mismo pregonar su desarrollo espiritual o logros profesionales. Cuando se le pregunta acerca de la simetría de su deseo como hombre joven que fue de conocer a Dios y su trabajo alimentando ese deseo en los demás, el monje responde simplemente, “la única forma de preservar cualquier don de Dios es otorgarlo a otros”.

Common Boundary (C.B.).- *Escucho a la gente usar mucho la palabra “hambre” en relación con valores, ética y una vida con sentido. ¿Ve Ud. un hambre de espiritualidad en nuestra cultura hoy en día?*

Tomás Keating (T.K.).- Definitivamente. Fue esa ‘hambre’ la que nos impulsó en los 70’s a intentar desarrollar un método en el cual se expresara la herencia cristiana contemplativa. El movimiento hacia el Oriente fue muy fuerte entre los católicos romanos. Así, yo me pregunté a mí mismo ‘¿por qué es esto? ¿Por qué no van ellos a los monasterios cristianos?’

C.B..- *¿Cuál piensa Ud. que fue la razón?*

T.K..- Ellos nunca habían oído hablar de las prácticas contemplativas cristianas. Ni la mayoría de las comunidades de claustro pensaron en ellos como una obligación de compartir la oración monástica. La mística del claustro había sido concienzudamente incrustada en la mente de las personas, tanto que si tu decías gracia dos veces al día, o decías oraciones de la mañana y la tarde, tu director espiritual pensaba que tenías vocación contemplativa y te hubiera urgido a entrar a un claustro. Yo no se si esa fue una forma de deshacerse de los contemplativos o si solamente fue por ignorancia.

Nosotros en la abadía de St. Joseph nos preguntábamos si no habría una forma más metódica en que pudiéramos presentar la tradición contemplativa cristiana. La O.C. fue pensada primeramente para religiosos católicos romanos y clérigos, como un punto de renovación, siguiendo al C. Vaticano II. Nuestro sentir fue que ellos, en su momento, enseñarían el método a personas laicas. **Pero nuestros planes fueron cambiados por el Espíritu Santo. A través de la experiencia vimos que no solamente eran personas tomando posesión de su herencia contemplativa, sino poco a poco, más y más personas de otras denominaciones participaban.** Cuando me retiré y vine a Snowmass, no tenía la intención de enseñar O.C., pero entonces se me pidió ofrecer un taller de O.C. en la parroquia local. Alrededor de 80 personas que estaban muy involucradas en una variedad de denominaciones cristianas y otras creencias, asistieron al evento. **No tomó mucho darnos cuenta de que éste era un movimiento ecuménico.** El Espíritu estaba llamando a la gente.

C.B..- *Yo entiendo que los grupos de O.C. existen no tan sólo en parroquias católicas sino en las Iglesias Episcopales y Metodistas también.*

T.K..- ¡Claro que sí! Existe por ejemplo, un proyecto metodista en Nashville (una inter-denominacional organización cristiana patrocinada por la Iglesia Metodista Cristiana).

Yo debo puntualizar que, como en el budismo, la cristiandad tiene varios métodos contemplativos. Los métodos de la O.C. están expresados en dos tradiciones: la *O.C.* que representamos, y la *meditación cristiana*, diseñada por John Main, la cual está rápidamente diseminándose por el mundo bajo el liderazgo del padre carismático Lawrence Freeman. El enfoque de J. Main es un poco diferente al nuestro, pero ambos van en la misma dirección: **moverse más allá de la dependencia de conceptos y palabras hacia un directo encuentro con Dios en el nivel de la fe y el silencio interior.**

C.B.- *¿Cuáles son las diferencias entre los dos métodos?*

T.K.- Yo no creo representar al método de J Main plenamente porque no lo he practicado, pero está enraizado en la experiencia que éste tuvo en la India. Él aprendió una forma de mantra de una fuente hindú y la trasladó a un concepto cristiano, encontrando fuentes en la primitiva tradición cristiana que reforzaron su percepción. Él ofreció a sus practicantes la disciplina de repetir el mantra “maranatha” sin parar por 20 minutos o media hora. Uno puede decir también otra palabra—hay cierta flexibilidad en esto—pero el punto es que uno nunca para de decir la palabra a menos que concluya. De esta manera esto se asemeja a la Oración de Jesús en la tradición Ortodoxa Oriental, en la cual “Señor Jesucristo, hijo de Dios, apiádate de mí que soy pecador” se repite una y otra vez durante el período de oración y fuera de estos períodos hasta que se diga a sí mismo casi independientemente o emerja espontáneamente.

C.B.- *Ambos métodos, el de J. Main y la O.C. usan ‘palabras sagradas’, pero cada uno toma diferente dirección con respecto del uso de esa palabra, ¿no es así?*

T.K.- **La O.C. implica atención, pero una generalmente amorosa atención sin contenido particular. La palabra sagrada no es el motivo de la atención sino más bien la expresión de la intención de la voluntad.**

C.B.- *¿Cómo convierte Ud. a una palabra el símbolo de la intención?*

T.K.- En el taller introductorio, la gente se toma unos minutos para pensar en una palabra que exprese su intención de consentir a la presencia y la acción de Dios. Aquella puede ser una palabra sagrada o podría ser otra. **El carácter sagrado de la palabra no está en el contenido de la palabra, sino es la intención de estar en la presencia de Dios lo que cuenta.**

C.B.- *En mi experiencia, establecer una intención ha sido siempre extremadamente poderoso, pero yo generalmente lo hago diciendo claramente lo que intento. ¿Cómo puede la repetición de una sola palabra establecer una intención?*

T.K.- Es muy fácil cuando piensas en ello. Cuando te casas, dices: “Yo acepto”. Esta es una expresión de intención que tiene toda clase de consecuencias en tu vida. Pero tan solo son dos palabras. **En la O.C. intentamos consentir, no hacer algo. Es una actitud receptiva que no requiere esfuerzo alguno.** Así, la O.C. difiere del método de John Main, al menos como lo entiendo, de esta manera: en vez de hacer algo constantemente, te mantienes diciendo la palabra sagrada sólo hasta que tú sientas que tu intención está fijada en tu voluntad. Con el tiempo tú comienzas a sentir cuando éste es el caso. Tú experimentas una sensación de paz cuando no estás luchando contra la tentación. Por supuesto, la propia experiencia psicológica de la O.C. varía día tras día. Puede ser muy consoladora. Puede también ser Purgativa o peor, porque cuando el descanso psicológico

ocurre—cuando el cuerpo descansa, las emociones descansan, y el espíritu descansa—el cuerpo, que es el almacén del material emocional indigesto, comienza a sentir aprobación para evacuar las experiencias primitivas, especialmente las de la niñez temprana. Aquellas toman la forma de pensamientos o emociones que no guardan relación con el pasado inmediato. **El objetivo de la O.C. no es deshacerse de esos pensamientos: es dejarlos venir, y entonces, ¡dejarlos ir!** Esta es la forma en que la psique deshace del material indigesto: trayéndolos a nuestra atención. Si solamente notamos los pensamientos y sentimientos, estos normalmente desaparecen.

C.B.- *¿Esta ‘evacuación’ ocurre solamente durante el período de la oración o posteriormente? Y ¿cómo sugiere Ud. lidiar con este material?*

T.K.- En el taller introductorio, nosotros hablamos de la experiencia de la evacuación durante el tiempo de práctica de la O.C. En ese caso, **la práctica es dejar ir cualquier pensamiento o percepción.** El orden de prioridad es estar tan silente como sea posible, y cuando eso no es posible dejar al ruido de las cosas ser el símbolo sagrado por un momento, sin analizarlo. Sugerimos dejar ir los pensamientos suavemente, sin empujarlos hacia fuera. Ahora, los psicólogos dirán: “Ud. debe atenderlo (el material emocional) mientras está fresco”. Nuestra respuesta a esto es que es más importante aprender el silencio interior. Tú recordarás el sentimiento más adelante y puedes procesarlo durante la vida cotidiana. Durante la oración no es el momento de meternos a ello, porque puedes perder tus cimientos y la confianza en Dios. Asimismo, mucho de este material no necesita ser procesado. Tal vez un 80% resulta basura. Es pasando por tu mente su camino hacia fuera. Tú puedes sólo decirle adiós. Periódicamente, sin embargo, uno necesita ventilar estas cuestiones en el propio grupo de apoyo porque una vez que el proceso de descarga comienza, puede llegar a ser muy dominante. La primera experiencia de descarga, generalmente son lágrimas, especialmente si uno practica mucha O.C. como en un retiro intensivo de 10 días, donde realizamos el proceso por cuatro o cinco horas al día. Los principiantes—quiere decir aquellos dentro de los primeros diez años—tiene algunas dramáticas descargas. Sus patrones del sueño cambian dramáticamente sucesivamente. Mediante algunos ejercicios corporales de manera prudente como el Tai-Chí, la energía tiende a equilibrarse. La pérdida de sueño, los pequeños dolores aquí y allá, y otras inconveniencias tienden a disiparse. Pero lo que viene son algunas dolorosas emociones. La psique parece recordarlas de la misma forma en que uno las experimentó como un niño; si uno experimentó temor, uno está temeroso; si tú experimentaste pánico, te sientes con pavor.

C.B. – *Así, para enfrentar la evacuación o proceso de descarga durante los períodos de oración Ud. recomienda reconocer los sentimientos y pensamientos y dejarlos ir. Pero ¿qué sucede más adelante? La psicología generalmente apunta a una integración o transformación de tales emociones y emociones.*

T.K.- Los sentimientos que son más serios y persistentes necesitan ser considerados y quizás atendidos. Si es un sentimiento suficientemente serio, tú podrías necesitar la ayuda de un terapeuta o un guía espiritual psicológicamente experto. Pero los terapeutas necesitan comprender el hecho de que la meditación profunda libera cosas en el inconsciente que podrían tomar años de descargar en la terapia. Algunos de estos sentimientos son significativos, y otros son superficiales. Yo pienso que probablemente todos los pensamientos en la O. Contemplativa tienen un cierto elemento de descarga, aún aquellos

que no te molestan. Esta es la razón del porqué decimos “No te resistas a los pensamientos”. En la O. Contemplativa, no pensar es la cosa importante.

C.B.- *Su trabajo contiene una gran cantidad de conocimiento psicológico. ¿Cómo llegó Ud. a articular el proceso psicológico en marcha con respecto a la propia práctica espiritual?*

T.K.- Yo estaba profundamente impregnado de la tradición cristiana, la cual tiene en sí muchos enfoques psicológicos sobre cómo evoluciona la travesía espiritual, incluyendo el conocimiento del inconsciente, aunque nadie lo llama así. Las ‘noches oscuras’ de San Juan de la Cruz son realmente la purificación del inconsciente freudiano pero desde una totalmente diferente perspectiva y motivación. Dialogando con otras personas y comparando la tradición cristiana con la psicología del desarrollo, el modelo evolucionista, la filosofía perenne, y la antropología contemporánea, Yo automáticamente las sintetice. La psicología es realmente acerca de la espiritualidad si es entendida correctamente. La gente transpersonal está en el camino correcto aún si ellos están en minoría en su profesión. Vi a la psicoterapia enseguida como lo que Dios ha estado haciendo secretamente durante siglos, con otros nombres; esto es, **Él busca en nuestra historia personal y sana lo que necesita ser sanado—las heridas de la niñez o nuestras heridas auto-infligidas. Preserva lo que era bueno en cada etapa de la vida y lo lleva a la plena floración a través de las gracias del progreso espiritual y la divina unión.** Si tu quieres llamar a esto más altos estados de conciencia o si quieres llamarlo estados avanzados de fe, esperanza y calidad, depende de ti.

C.B.- *Aunque Ud. se refiere a Dios como ‘el Divino Terapeuta’, aconseja a las personas aprovechar la terapia.*

T.K.- Absolutamente; algunas personas cuyas psiques son muy frágiles harían bien de no hacer O.C. hasta que hayan cimentado otras prácticas que apacigüen sus facultades y emociones, que Dios es seguro, o al menos no es tan arriesgado como ellos pudieran haber pensado.

C.B.- *Ese es un buen punto. Muchas personas tienen una imagen interiorizada de Dios como ‘duro’, ‘crítico’, ‘juzgador’, o aún ‘sádico’. Todo el enfoque de la O.C. es “descansar en Dios”, pero si uno asume que Dios lo va a castigar, no va a estar dispuesto a relajarse.*

T.K.- ¡Exactamente! Este es un problema para muchos católicos pre-Vaticano II, I, yo pensaría, para fundamentalistas, dadas sus enseñanzas. Muchos cristianos tradicionalistas tienen una gran monstruosa idea de Dios que involucra al infierno y al castigo. Si tu sientes que Dios es un juez, entonces estás listo para hacer descender el veredicto de culpabilidad para tu menor falla. Nosotros no sabemos cómo enseñar religión a los niños, así es que **les damos los Mandamientos en vez de fomentarles la idea de Dios como Padre amoroso y protector que es misericordioso y nos ama. Esta es la buena noticia del Evangelio.** Me temo que caemos en el hábito en muchas denominaciones cristianas de enseñar las malas noticias primero.

C.B.- *¿Cómo puede uno trabajar con esta imagen negativa interiorizada de Dios?*

T.K.- ¡Tírela al cesto de desperdicios! ¡Convénzase de que esto no es Dios! Uno de los valores de la O.C. es que uno no está pensando en Dios durante el tiempo de la oración, así, le está dando a Dios la oportunidad de manifestarse.

C.B.- *¿Y si surge el temor?*

T.K.- Déjelo Ir, junto con cada otra cosa que surja. Si uno tiene una obsesión o un pensamiento emocionalmente cargado que es insano, no-pensar, es uno de los mejores métodos que existen. En la O.C. hay momentos de paz que dan a la psique una oportunidad de percibir que Dios, puede que no sea tan malo después de todo. **La O.C. gradualmente va sanando la herida emocional de pensar y sentir acerca de Dios que es enfermiza y por supuesto falsa. En los períodos de O.C., las personas experimentan a Dios de una nueva manera. Dios tiene la oportunidad de ser Él mismo para variar.**

C.B.- *Usted es bien conocido por participar en el dialogo inter-religioso Oriente-Occidente. ¿Cómo comenzó Ud. este diálogo con maestros de meditación orientales?*

T.K.- Mucha de la gente joven que vino a la casa de huéspedes de la abadía de St. Joseph en Spencer, Mass., estaban practicando Meditación Trascendental, o estaban involucrados en el Hinduismo con varios swamis como Satchidananda. Yo también tuve mucho contacto con los budistas tibetanos, y vivimos justamente por el camino de Barre, donde está la gente de Vipassana (Insight Meditation Society). Conocía a algunos de los grandes maestros que vinieron a enseñar allí como Achaan Chah y Mahasi Sayadaw. Ellos habrían venido a Spencer precisamente para ver lo que sucedía. Yo tuve la oportunidad de platicar con ellos y muchos otros destacados maestros. He tenido maravillosos contactos con varios seguidores hindúes. Un maestro Zen, Roshi Sasaki, se detuvo por su propia iniciativa para ver qué había por allá. Él estaba camino hacia Europa para ver qué estaban haciendo los monasterios cuando escuchó de nosotros. Él vino y nos impartió *sesshin* (una práctica de meditación), quizás dos veces al año durante unos 8 o 10 años mientras fui abad allí. No todos los mojes fueron, sino aquellos que estaban interesados—un número significativo.

C.B.- *¿Qué es sesshin?*

T.K.- *Sesshin* es una sesión de siete u ocho días mayormente sentado [en meditación] combinado con *teish*, una presentación por el *roshi* sobre un particular texto o tema, y *dokusan*, una entrevista privada con el *roshi*. La entrevista privada no es dirección espiritual. No discutes si deberías tomar alimentos el viernes; es mucho más profundo. Se enfoca en un *coan*, una irrefutable pregunta que frustra el intelecto, de tal forma que tú tienes que contestar no con la razón sino con el cuerpo, un gesto, o palabras que muestren que has entendido la experiencia particular despertada, para lo que el *coan* está diseñado. Si no lo haces, el *roshi* suena una campana y tú quedas fuera. Es muy simple. La pregunta es: ¿Qué tanto estás dispuesto a cambiar?

C.B.- *¿Usted también participaba?*

T.K.- Lo hice porque tengo gran admiración por el logro espiritual y sabiduría del *roshi*. Los *teishos* fueron maravillosos; (ellos proveyeron) toda una diferente perspectiva sobre la Última Realidad, verdad, y el sistema del *falso-yo*.

Aprendí mucho del *roshi* , **especialmente cuán dependientes del intelecto somos en occidente**. El Zen realmente comienza donde termina el intelecto. No que aquel

desprecie al intelecto, sino el Zen reconoce sus limitaciones y deliberadamente trabaja en desarrollar las facultades intuitivas y pasarse a una unión con toda realidad. Ciertas experiencias de esa unidad pueden ser expresadas en palabras pero sólo en *koans*, en poesía o en un símbolo.

C.B.- ¿Al experimentar con Zen, participa su Fe cristiana?

T.K.- Sí, la enriquece. Yo leí el Evangelio desde una perspectiva diferente y vi la verdad del Zen en mucho del Evangelio. El Budismo es una religión muy avanzada. Roshi Sasaki (quien para el año 89 aún funcionaba en Los Ángeles) piensa que el Zen podría ayudar a los cristianos a llegar a ser mejores cristianos. El vio—y yo francamente me adhiero a ese enfoque—que existe cierta cualidad Zen en todas las religiones. Es una fundamental actitud religiosa. **La O.C. es muy rica pero bien difusa y tiende a poner énfasis en la gracia de una manera que quizás necesite ser balanceada por la actitud Zen, lo cual es que nosotros tenemos que hacer algo, también.** Realmente San Ignacio lo expresó bien cuando dijo: “actúa como si todo dependiera de ti, y confía como si todo dependiera de Dios”. Bien, ¿cómo haces esto? Esto es *coan*. Puedes pasarte toda una vida tratando de imaginarte cómo hacerlo. **Lo que todas las religiones del mundo tienen en común es (el hecho de que) trascendencia es el nombre del juego. Esto significa primero tener un yo y luego entregarlo, abriéndose a sí mismo a la unión con Dios, lo cual es un don.**

C.B.- *Al leer sus libros, pienso que Ud. vio a Dios como inmanente, lo opuesto a trascendente. ¿Lo leí incorrectamente. O es este otro coan?*

T.K.- Esto es lo que es. (Dios es) infinitamente trascendente e infinitamente inmanente. Ésta es la parte extraordinaria: Dios no podría estar más cerca, más cerca aún que la consciencia. Pero la articulación cristiana de ese misterio es un poco diferente que en el Oriente. El cristiano podría decir que no eres Dios, mientras que la tradición Vedic dice que tú te conviertes en Dios. Yo pienso que podríamos estar hablando de la misma experiencia sobre la divina unión, pero nuestro sistema de creencias requiere que digamos que **tú puedes estar tan unido a Dios que no puedes distinguirlo a ti mismo de Él, pero que Él, no obstante, permanece ontológicamente—esto es. Metafísicamente—distinto.** Esta controversia teológica pudo ser simplemente el resultado de tener una experiencia y tratar de articular lo inexplicable de acuerdo con tu particular sistema de creencias.

Así, aun cuando suene diferente, puede ser la misma cosa. Pero no tenemos experiencia suficiente para dar esto por sentado. Deberemos tener mucha más gente en ese estado y estar en un buen nivel de diálogo para entender cabalmente los términos de los demás entre sí. Nosotros comenzamos un pequeño grupo llamado La Conferencia Interreligiosa de Snowmass, en donde maestros de varias tradiciones espirituales se reúnen y platican acerca de lo que más los ha ayudado a ellos. Esto nos dio la oportunidad de ver una religión a través de los ojos de alguien más, alguien que realmente ha estado dentro de ella y ahora la encarna.

C.B.- *Yo he pensado a menudo, ¿no sería maravilloso contar con alguien que ha practicado O.C. por 20 años, alguien que ha practicado meditación Vispassana, y alguien instruido en la práctica kabalística por 20 años, todos juntos para hablar de sus experiencias?*

T.K.- Eso es lo que hacemos, pero el grupo es de apenas 15 años de antigüedad. Consiste en personas que están completamente dedicadas a sus caminos espirituales y a integrarlas. Se nos han ocurrido una tremenda cantidad de cosas en las que hemos estado de acuerdo completamente, y entonces hay cosas que son distintivas. Nos hemos convertido en grandes amigos. Aún tenemos a alguna persona que está no-alineada—ésta nos mantiene a todos honestos.

C.B.- *Nosotros hablamos al principio acerca del proceso psicológico que ocurre como resultado de la O.C. ¿Qué tal de los frutos espirituales?*

T.K.- En la O.C. dejas ir cualquier percepción cuando atrapa tu atención. Tú constantemente la dejas ir cuando retornas a tu palabra sagrada. En algún punto la voluntad comienza a habitualmente volver a Dios durante la oración; ya no necesita más una palabra sagrada para afirmar su intención. Está consciente de que no es cautivada por los pensamientos que continúan pasando. Ahora, la Gracia de Dios en el desarrollo cristiano espiritual es capaz de tocar la voluntad pero dejando las otras facultades—como la imaginación o la memoria—libres para que puedan deambular y perseguirte mientras la voluntad siente una cierta paz y unión con Dios. Santa Teresa dice que si la voluntad no entiende su estado y trata de perseguir sus pensamientos hacia fuera, perderá su unión con Dios, lo cual es muy delicado. Así es que necesita tolerar el ruido. Ella también dio otro ejemplo: Cuando la gracia toca a la voluntad, es como un flautista de Hamelin que sopla con un pequeño silbido y todos los pequeños rufianes y niños que corren alrededor, pronto se detienen, toman su asiento y quedan quietos por el encanto de la música, la música del silencio. **Este es el intelecto intuitivo, el cual es conocer a Dios pero no a través de un concepto. Es conocerLo a través del amor.**

C.B.- *¿Ha tenido una experiencia como ésta?*

T.K.- Sí, es muy común. Es realmente el primer toque de la divina Presencia en el interior. La primera experiencia de Dios en el misticismo o como O. Contemplativa es análoga al perfume. Es análogo no porque hueles algo, sino debido a la atracción sin un mediador. Uno huele lo que huele. **Si hay rosas allí, uno las olerá; si Dios está allí, uno lo disfrutará.** Pero si uno reflexiona sobre la experiencia, ésta generalmente disminuye. Así que la dejas venir y la dejas ir, y no te sentirás atado a ésta. Desafortunadamente el apego es uno de los peligros porque cuando la oración de quietud está fluyendo, tú quieres asirte de la experiencia como tu propia vida tanto como puedas. El falso-yo, hasta que sea purificado, transfiere su idea de felicidad a la experiencia de Dios, la cual es una mejora, pero aún no es Dios. **De ese modo, Dios tiene que separarnos de la experiencia de Dios con el fin de darnos la experiencia de la unión íntima.** Pero la oración de quietud puede expandirse. Esta etapa es toda ella muy bella y cautivadoramente presentada en El Castillo Interior de Sta. Teresa de Ávila. Ella distinguía un nivel de unión en el cual la imaginación es apresada, de tal suerte que ya no es acosada por pensamientos que van y vienen. Anteriormente estas facultades estaban libres de deambular. Ahora, la divina acción es tan fuerte que las pone a dormir, dejándolas inactivas. **Esta es la oración de unión. En la plena unión, entonces, el intelecto y la voluntad son apresados y uno pierde conciencia del ser y es llenado de gozo.** Pero aún, éste es sólo el comienzo. Después de todo, Dios tiene que desprendernos de nuestro apego a aquellos dones, y aquí es donde ocurre la noche oscura del espíritu. El divino terapeuta comienza a trabajar en las raíces—el sistema del falso-yo y el valor que ponemos en nuestros programas emocionales. La fe tiene que ser

purificada; la esperanza tiene que estar puesta en Dios solamente, y no en cualquier cosa que hayamos hecho. **El amor tiene que ser puro, de tal forma que estemos buscando a Dios no por nuestra propia satisfacción o recompensa, sino tan sólo porque Dios es Dios.** Uno se da cuenta de que éste no es castigo de parte de Dios, ni Él está 'jugando rudo'. Es la naturaleza de la realidad. Uno simplemente no puede entrar en el divino amor sin estar completamente desapegado de todo lo que quiere para sí mismo. Así, la travesía toma algún tiempo. Es un proyecto increíble; sólo Dios pudo haberlo concebido: llevar algo tan herido a esa clase de libertad. **Hacer la voluntad de Dios todo el tiempo y ni siquiera pensar en una recompensa o lo que suceda a uno mismo, es un maravilloso proyecto. Yo lo recomiendo.**

-00-

Anne Simpson es editora de Common Boundary. Su última entrevista, con Alice Walker, apareció en el número de Marzo/Abril.

'Common Boundary', Septiembre/Octubre 1997