

LUIGI GIOIA

TOCADO POR DIOS

El camino de la oración
contemplativa

EDICIONES SÍGUEME
SALAMANCA
2021

A Philip McCosker,
fuerte en la fe,
amante de las paradojas,
fiel en la amistad

Imagen de cubierta de José María de la Torre
Paisaje (1971), óleo en madera

Tradujo José Ángel Velasco García
del original inglés *Touched by God. The Way to Contemplative Prayer*

© Luigi Gioia, 2018

This translation is published by arrangement with Bloomsbury Publishing Plc.

© Ediciones Sígueme S.A.U., 2021

C/ García Tejado, 23-27 - E-37007 Salamanca/España

Tlf.: (+34) 923 218 203 - ediciones@sigueme.es

www.sigueme.es

ISBN: 978-84-301-2068-0

Depósito legal: S. 83-2021

Impreso en España / Unión Europea

Imprenta Kadmos, Salamanca

CONTENIDO

<i>Introducción. Armonía inesperada</i>	9
---	---

EL PAPEL DE LOS SENTIMIENTOS

1. El don de sentir	19
2. Sentimientos irrelevantes	25
3. Sentimientos frustrantes	31
4. Descansar en silencio	37
5. Deseo incesante	43
6. Atención consciente	49
7. Toma de conciencia arrebatadora	53
8. Una extraña habilidad	59

JUAN, EL DISCÍPULO AMADO

9. Las manos vacías	67
10. Encuentros lúdicos	73
11. El punto débil	81
12. Perseguir al fugitivo	87
13. El toque de Dios	95
14. Cuerpo y carne	101
15. Quietud agradecida	107
16. Contemplar la luz	113
17. Luchar para ver	119
18. El agobio interior	123

LA TENTACIÓN DEL QUIETISMO

19. Cuando Dios se vuelve enemigo	135
20. Abrazar la historia	141
21. Un nuevo sentido de la propia identidad	145
22. ¿Qué esperabas?	153
<i>Epílogo</i>	159
<i>Referencias bíblicas</i>	169

INTRODUCCIÓN

ARMONÍA INESPERADA

¿Alguna vez, a lo largo de nuestra vida de oración, hemos llegado a una etapa en la que se nos haya permitido acceder a un nuevo nivel de conciencia de Dios? ¿Alguna vez nos hemos sentido liberados de la carga de tener que buscar constantemente algo que hacer o que decir para que la perseverancia en la oración nos resulte natural, espontánea, relajada? ¿Alguna vez la oración nos ha llenado hasta el punto de desbordarse y empapar nuestra vida entera? En definitiva, ¿llega un momento en que la frase de Pablo «orad sin cesar» (1 Tes 5, 17) se hace realidad? Sin duda, el apóstol quiere decir que todo puede y debe convertirse en oración. Pero seguro que también está insinuando algo más, algo parecido a lo que sugiere cuando afirma que el Espíritu Santo ora en nosotros (Rom 8, 26) y que «ya no vivo yo, sino que es Cristo quien vive en mí» (Gal 2, 20).

Desde que tenía dieciséis años me ha intrigado esta exhortación: «Orad sin cesar». En el punto álgido de una etapa de ateísmo militante alimentado por los argumentos de Bertrand Russell contra la existencia de Dios, me propuse refutar el cristianismo desde su raíz y, con este fin, me lancé a leer personalmente los evangelios. Pésima decisión: mi escepticismo inicial pronto se transformó en fascinación por aquellos textos que yo había escuchado un montón de veces en fragmentos, pero que jamás había leído de principio a fin. Recuerdo que enseguida quedé tan seducido por ellos que pasaba horas tumbado en mi cama leyéndolos. Al cabo de un tiempo, no solo

empecé a creer en el Evangelio, sino que también comencé a hablarle a un Dios que yo había descubierto que existía y que tenía muchas ganas de que nos hiciéramos amigos. Dios me había hablado a través de la Escritura y yo, de una manera espontánea, intentaba responderle a través de la oración.

Algunos años después, cuando ya estaba estudiando teología, quedé maravillado con una página del teólogo francés Henri de Lubac en la que describía con exactitud aquella sorprendente armonía entre la Escritura y mi corazón que yo había experimentado en mi adolescencia:

La Escritura y el alma son un templo donde el Señor habita, un paraíso por el que se pasea. Ambas son una fuente de agua viva, de la misma agua viva. Ambas albergan el mismo misterio en lo profundo de sí. En consecuencia, la experiencia del alma concuerda desde el primer momento con la doctrina de la Escritura. Si necesito la Escritura para entenderme a mí mismo, también entiendo la Escritura cuando la leo dentro de mí mismo. A medida que voy ahondando en su sentido, la Escritura me hace ahondar en las profundidades más íntimas de mi ser¹.

Esta frase fue como un hilo que, al tirar de él, me permitió descubrir que, a lo largo de dos mil años, muchos creyentes han reflejado esta experiencia en multitud de escritos teológicos y espirituales. Así, la encontré descrita en un texto del monje Juan Casiano, que vivió en el siglo V: Quien haga suyos «los sentimientos de los salmos los canta como si no hubiesen sido compuestos por los profetas, sino por él mismo, y asume con profunda compunción de corazón como su oración propia»². A idéntica conclusión llega el monje cartujo Guigo, del siglo XII: «Habla, Señor, al corazón de tu siervo y mi corazón te hablará a ti»³.

1. H. de Lubac, *History and Spirit. The Understanding of Scripture According to Origen*, San Francisco 2007, 397-398.

2. Juan Casiano, *Colaciones*, X, 11, 4, en *Conversaciones sobre la oración*, Salamanca 2013, 147.

3. Guigo el Cartujo, *Doce meditaciones*, 2.

Asimismo, he hallado testimonios de la armonía entre la Escritura y el corazón en autores espirituales contemporáneos. Por ejemplo, el trapense André Louf: «Existe una afinidad entre la Palabra que nos llama desde fuera y el Espíritu que espera en nuestro adormecido corazón»⁴. Y el monje egipcio Matta el Meskin: «Las palabras de los salmos te llegarán como si Dios mismo las hubiera dicho para responderte, consolarte y ayudarte. E incluso tu oración aparecerá como si procediera solo de ti: es el Espíritu Santo el que, secretamente, guía tu oración y te responde con las palabras de los salmos»⁵. También el obispo ortodoxo Anthony Bloom: «Poco a poco, todas las palabras de los salmos, todos los pensamientos y sentimientos que sus autores expresan en ellos, cobrarán vida en ti, hasta el punto de ir calando profundamente en tu corazón y moldeando tu voluntad y tus acciones»⁶. Un último ejemplo de nuestros días nos lo brinda el monje italiano Enzo Bianchi: «La oración auténtica solo florece escuchando la Escritura: ‘Habla, Señor, que tu siervo escucha’ (1 Sm 3, 9). De otro modo, la oración se convierte en una disciplina basada en una concentración que puede servir para evitar distracciones, pero que en realidad no nos abre a una atención orante al Señor que nos habla y nos ama, que nos habla porque nos ama»⁷.

Esta capacidad de las palabras de la Escritura para hablarnos al corazón es algo que también experimentamos con frecuencia a nivel humano. En efecto, hay novelas, poemas y canciones que nos encantan porque consiguen expresar nuestros sentimientos mucho mejor que nosotros mismos. Con la Escritura, sin embargo, había una diferencia: no solo expresa-

4. A. Louf, *Lo Spirito prega in noi*, Bose 1995, 47-48.51; versión cast.: *El Espíritu ora en nosotros*, Madrid 2000; cf. también *Iniciación a la vida espiritual*, Salamanca 2011.

5. Matta el Meskin, *Consigli per la preghiera*, Bose 2000, 15; versión cast.: *Consejos para la oración*, Madrid 2012; cf. también *Tenéis que nacer de lo alto*, Salamanca 2012.

6. A. Bloom, *School for Prayer*, London 1970, 30s.

7. E. Bianchi, *Perché pregare, come pregare*, Torino 2009, 35; versión cast.: *Por qué orar, cómo orar*, Santander 2010. Cf. también distintos capítulos sobre la oración de su libro *Palabras de la vida interior*, Salamanca 2008.

ba sentimientos que albergaba en mi interior, sino que además desenterró una presencia, reveló una voz que siempre había estado ahí, pero que hasta entonces yo no había tenido oídos para escucharla ni ojos para percibirla. De repente, las curaciones de sordos y ciegos obradas por Jesús cobraron sentido, y entendí qué quiso decir el evangelista Lucas al narrar aquella experiencia de los discípulos de Emaús: «Se les abrieron los ojos y reconocieron a Jesús» (Lc 24, 31).

En el momento en que descubrí que podía hablar con Dios en mi corazón, sabiendo que él estaba realmente ahí y que me escuchaba, mi vida cambió de una manera radical. Confieso que yo no oía ni veía nada, pero cuando leía la Escritura desde ese lugar en mi interior, podía abrirme camino entre aquellas cosas que encontraba incomprensibles, chocantes o aburridas en sus páginas, y siempre atrapaba una chispa que significaba algo para mí y que me infundía un profundo sentimiento de que ya no estaba solo.

A partir de ese momento, cada vez que disponía de algún rato libre a lo largo de la jornada me dedicaba a rezar. Yo vivía lejos de mi instituto, de modo que tenía que tomar el autobús, y aquellos largos trayectos se convirtieron en momentos ideales para hacer oración. Lo mismo sucedió con los interminables paseos que me gustaba dar. Las palabras de la Escritura alimentaban mi oración durante horas y yo tenía mucho que decirle a Dios; sabía que a él le interesaba todo, absolutamente todo lo que le contaba.

Sin embargo, todavía no «oraba sin cesar». Sabía que, dado que el Espíritu estaba clamando dentro de mí, como dice Pablo (Rom 8, 26), debía haber algún modo de orar que no dependiera de que yo hablase todo el tiempo, o que me hiciera perder el temor a quedarme sin cosas que contar. La relación con Dios tenía que basarse en algo más que las palabras, pero yo ignoraba qué era ese «algo» y cómo alcanzarlo.

No recuerdo cuándo fue la primera vez que me encontré con la idea de la «oración contemplativa». Ciertamente no la leí en la Escritura, ya que esta expresión no aparece en ningun-

na de sus páginas⁸. Por aquel entonces leía libros de distintos autores espirituales, especialmente de un jesuita y cardenal italiano al que admiraba mucho, Carlo Maria Martini. Él me enseñó a rezar con los salmos⁹. Pero en ninguno de sus libros mencionaba la oración contemplativa. Recuerdo que pregunté a varios sacerdotes por este tema, pero cuando escuchaba sus respuestas no podía evitar la impresión de que se inventaban las cosas y que hablaban sin saber.

Pronto resultó evidente que no me quedaba más remedio que investigar por mi cuenta y, dado que siempre me han gustado los retos, esta búsqueda me entusiasmó. Recuerdo que a los dieciocho años trabé amistad con unos monjes cristianos coreanos que me iniciaron en métodos de meditación inspirados en prácticas budistas: sentarse con las piernas cruzadas, controlar la respiración, repetir una frase sin cesar... Adquirí entonces una disciplina impresionante: era capaz de mantener mi cuerpo quieto sin cambiar de postura durante largo tiempo, a pesar de que ello me producía un intenso dolor de piernas. Había memorizado un montón de versículos de la Escritura y, dependiendo de mi estado de ánimo, elegía aquellos que mejor me permitían convertir en oración mis sentimientos, ya fueran de arrepentimiento, cansancio, tristeza, desánimo, o de alegría, esperanza, deseo, confianza y amor. Los salmos me habían enseñado hacía mucho que todos esos sentimientos pueden alimentar la oración.

El tiempo que dedicaba a orar de esa forma dependía de mi determinación para prolongarla lo más posible, y era capaz de pasarme así una hora entera, con los ojos bien cerrados, el cuerpo absolutamente inmóvil, la respiración perfectamente acompasada por la frase que iba repitiendo en mi mente. Me sentía muy orgulloso de mis progresos. Aun así, no lograba acallar un persistente desasosiego, una vocecita que me adver-

8. *Theoría*, la palabra griega que alude a la contemplación, se encuentra en el evangelio de Lucas, pero con un sentido diferente.

9. C. M. Martini, *Che cosa è l'uomo perché te ne curi? Pregare con i Salmi*, Torino 1982.

tía: «Esto no es». A eso se añadía el hecho de que yo no terminaba de convencerme de que para rezar fuera preciso maltratar mis piernas de aquella manera.

Entonces, un buen día todo cambió. Había pasado largo rato rezando de la forma que acabo de describir y estaba cansado. Me encontraba de rodillas al fondo de una capilla vacía y recuerdo que me dije a mí mismo: «Ya has rezado bastante. ¿Por qué no te sientas y disfrutas sencillamente del hecho de estar en la presencia de Dios, sin tantos esfuerzos? ¡Prueba a permanecer en silencio sin hacer nada!». Así lo hice. Me quedé mirando unas velas que ardían en una esquina. En cierto momento, me di cuenta de que yo me había vuelto como una de esas velas: sentí (sí, *sentí*) que mi confianza en Dios, mi deseo y mi amor por él podían expresarse incluso sin palabras, ardiendo en silencio. Experimenté entonces no una oleada de emociones o de entusiasmo, sino simplemente una alegre y serena conciencia de la presencia de Dios, algo familiar y, a la vez, completamente nuevo, pero inconfundible. Me vino a la memoria este versículo de un salmo: «Señor mío, todas mis ansias están en tu presencia» (Sal 38, 10). Permanecí así en la capilla largo rato. Cuando salí, aquello que se había despertado en mí se quedó conmigo de algún modo.

La descripción de una experiencia de este tipo es necesariamente subjetiva y, desde luego, no prueba nada. Pero ¿una experiencia deja de ser verdad por el hecho de que implique los sentimientos? Algunas experiencias son más comunes que otras y por ello es más fácil reconocerlas. La oración contemplativa probablemente sea poco común, porque, aunque sin duda es una de las muchas maneras en que podemos relacionarnos con Dios, por lo general no la cultivamos. El objetivo al que apuntan las tres partes de este libro es precisamente poner remedio a tal descuido con ayuda de las Escrituras y de la tradición espiritual, y animar a todos a conocer distintas formas de oración contemplativa.

La primera sección, «El papel de los sentimientos», examina a partir de los salmos y de diversos autores espirituales la

función que desempeñan los sentimientos en nuestra relación con Dios, al tiempo que trata de responder a quienes objetan que son algo puramente subjetivo y, por tanto, irrelevantes o nada fiables. Abordaremos los temas del silencio y el descanso, y su desconcertante coexistencia con la intranquilidad y las contradicciones de nuestro corazón. Asimismo, veremos hasta qué punto la oración contemplativa da respuesta al actual anhelo de lograr la plena consciencia (*mindfulness*), aunque sería mejor entenderla como una forma de receptividad.

La segunda sección, «Juan, el discípulo amado», abordará temas parecidos, pero de una manera distinta, en un estilo más narrativo, con la ayuda de los escritos del Nuevo Testamento atribuidos al apóstol Juan. La proximidad emocional, e incluso física, de Juan a Jesús explica por qué él es el modelo del orante contemplativo. Juan describe la forma en que Dios interactúa con nosotros a través de extensos diálogos entre Jesús y una serie de personajes inolvidables: Nicodemo, la samaritana, el ciego de nacimiento, Tomás, Pedro y María Magdalena. Para Juan, Dios es *palabra* —es decir, «ansía hablar con nosotros»— y *carne* —es decir, «ansía tocarnos»—. Él nos ayuda a ver cómo Dios puede tocarnos hoy hablándonos en las Escrituras y enviándonos su Espíritu para instruirnos desde dentro.

La última sección del libro, «La tentación del quietismo», tratará de ilustrar cómo la oración contemplativa abre nuestros ojos y nuestros oídos para reconocer la presencia y la acción de Dios no solo en las Escrituras y en las vidas de los cristianos, sino en todas partes y en la historia de cualquier persona. Veremos que la oración contemplativa se puede permitir esta amplitud de miras porque una de sus principales características es el don del discernimiento, esto es, la capacidad de juzgar correctamente. Dicha habilitación para buscar a Dios en cualquier parte, incluido el ámbito secular, resulta decisiva para contrarrestar uno de los malentendidos más insidiosos que rondan a la oración contemplativa, a saber: el quietismo. Por «quietismo» entendemos un seudomisticismo que se centra más en el propio bienestar que en la relación con Dios, que busca la calma

interior a través de la pasividad y el alejamiento de la historia, y que utiliza lo sagrado como un refugio. En este sentido, el quietismo es lo más ajeno que puede haber a la contemplación del Dios que planta su tienda de campaña en medio de nosotros, que se sumerge en nuestros problemas, que se implica en nuestra historia y que hace lo posible por llegar a cada persona. La auténtica contemplación no nos lleva a alejarnos y desentendernos, sino a la lucha por la justicia y el activismo; no a refugiarnos en el ámbito de lo sagrado, sino a salir de nosotros mismos; no al elitismo espiritual, sino a acompañar de manera humilde y solidaria a cada ser humano, sea religioso o no, en su travesía por este mundo.