

# Oración

Swami Abhishiktananda

*Prólogo, por Dr. James D.M. Stuart*

Oración compendia el relato más exhaustivo de cuanto Swami Abhishiktananda quiso decir sobre el tema, aunque de algún modo toda su obra escrita es una invocación continua a la importancia de la vida contemplativa. No hace énfasis en las técnicas de oración, aunque contiene algunas sugerencias. Para el autor el punto esencial es el despertar espiritual, y para ello tenemos que dirigir la mirada en la buena dirección.

La definición de oración de Swami Abhishiktananda es muy sencilla y aún así, cuando se «desempaqueta» se puede ver que va muy lejos. «Vivir en oración constante, llevar una vida contemplativa, no es más que vivir en la Presencia real de Dios». Esta presencia real de Dios está ahí para todas las personas, tanto si son conscientes de ello como si no, «... pues en Él vivimos, nos movemos, y existimos» (Hch 17:28), como Pablo recordó a los atenienses.

Dios es un misterio de Presencia mutua, y la creación es en cierta medida el excedente de esa Presencia, porque nada puede existir separado de su Presencia. La humanidad cuenta con el privilegio de ser consciente de la Presencia y corresponder a ella. Esto no es un privilegio de unas pocas almas escogidas, sino que es nuestro derecho natural.

Por supuesto que estamos familiarizados con la denominada «práctica de la Presencia de Dios» (1), pero desafortunadamente se ha malinterpretado y esto puede desorientar a la gente si cree, por ejemplo, que significa estar continuamente pensando en Dios, o figurarse de un modo u otro su Presencia. Esto es doblemente frustrante, en primer lugar porque —frecuentemente— sólo podemos hacerlo unos pocos momentos al día, ya que tenemos obligaciones que requieren toda nuestra atención. En segundo lugar por un motivo fundamental: las representaciones que nos hacemos de Dios, o las ideas que construimos, son únicamente imágenes o ideas sobre Dios, no son Dios mismo; todas ellas se quedan infinitamente cortas frente a la realidad. Suponer que Dios es lo que pensamos de Él no es más que una forma de idolatría. En nuestra condición humana las imágenes, signos y símbolos son necesarios, pero su función es siempre apuntar más allá de ellos mismos. Es significativo que incluso Jesús tuvo que desaparecer de la vista y el oído de sus discípulos para que pudiera estar verdaderamente presente a través del Espíritu Santo.

La conciencia de la Presencia no es ningún tipo de conciencia sensible, psicológica o incluso mental. «Tiene lugar en el origen y en el mismo centro de nuestra conciencia de que *somos*, y de que nosotros mismos somos, muy lejos de cualquier cosa de la que podamos tomar conciencia en el nivel de la percepción». Esta fe, esta oración y contemplación no es por tanto una ocupación a tiempo parcial que pudiera rivalizar con nuestras otras ocupaciones. Por el contrario penetra en todas nuestras actividades y las transforma, dirigiendo su finalidad hacia Dios. También abre nuestros ojos al misterio de Dios a lo largo del universo, puesto que todo en la creación es una revelación y manifestación de Dios.

A las personas contemplativas se les reprocha a veces su indiferencia ante el mundo y los humanos, y que así eluden sus responsabilidades. Apenas puede haber un mayor equívoco sobre la contemplación. La única indiferencia que la persona contemplativa busca practicar es hacia su pequeño yo. Porque su visión de la Presencia —manifestada en toda criatura, especialmente en la humanidad, y en todas las cosas llamadas a la plenitud y la perfección en Dios— debería estar especialmente implicada y provista para un verdadero y eficaz servicio al mundo.

«Oración es ver a Dios, reconocer y adorar su Presencia, su gloria en todas las cosas, en todos los seres, en todos los seres humanos y en cualquier otra criatura con la que el tiempo y el curso de los acontecimientos nos ponen en contacto. Todo aquel a quien la Providencia le lleva a cruzarse en mi camino, como compañero de viaje o un encuentro fugaz, para mí es un signo y una manifestación de Dios». Se puede considerar la oración, así entendida, como algo que no nos involucra con los demás; sin embargo es todo lo contrario: profundiza y purifica nuestras relaciones.

La oración tampoco nos requiere que cerremos los ojos a la maravilla y belleza del mundo. Se puede decir que «a través de nuestros ojos y de todos los sentidos, Dios mismo contempla su propia creación, y se alegra de encontrar que todo en ella es bueno... muy bueno (Gn 1:10-31).

Orar sin cesar, como Pablo nos exhorta, no es pues un propósito imposible. No es tanto un pensar consciente en Dios, sino actuar continuamente bajo la dirección de su Espíritu. Es vivir y obrar en Cristo; o mejor dicho, permitir a Jesús que viva libremente en nosotros su vida como Hijo de Dios (Gal 2:20).

Muchas personas han experimentado ese despertar brusco que les abrió a una vida de altibajos, apartándolas de todo lo que hasta entonces era su base y poniéndolas solas ante Dios —a veces en la propia soledad de Dios mismo— desnudas y privadas de todo. Dios trató de este modo con Pablo, Agustín, Francisco de Asís y muchos otros. En un instante, Dios les zambulló en la realidad de su Presencia...».

Pero, por lo general, «el desarrollo de nuestro sentido de la fe irá de la mano de nuestra firmeza en fijar la atención en la Presencia en *sí misma*». Necesitamos disciplina para reservarnos tiempos en los que estamos libres de otras ocupaciones, incluidos el rezo oral y el culto, y así poder dedicar toda nuestra atención íntegramente a la Presencia, conformada simplemente con ser, mirada vuelta hacia el interior, oídos en sintonía con el silencio interior, conscientes tan sólo de que sólo Dios es. Esto implica una retirada de las cosas externas en tanto que se toman como distracciones. En sentido estricto, no hay un afuera y adentro en el misterio de Dios y en la Presencia divina. Y quienes están iluminados en su interior por la gloria de esa Presencia, se dan cuenta de que no hay límites para esa gloria. Nada en la creación es exterior o extraño a ello, porque nada es exterior o extraño a Dios, y en Dios han encontrado, al fin, su hogar: el seno del Padre.

La experiencia que vivió Abhishiktananda en India le convenció de que, por lo general, la Iglesia de su tiempo era demasiado activista, y que tanto en su obra como en su oración había perdido mucho de su dimensión contemplativa. Él consideraba que la acción sólo es verdaderamente efectiva cuando se purifica y emancipa mediante la contemplación, así que ambas son complementarias y no se contradicen. Confiaba que cuando los cristianos despertaran a su Fuente, al fin comenzarían a tomarse en serio y corresponder a las enseñanzas de Cristo en lo relativo a justicia, humildad, no violencia y amor.

Entre la infinita variedad de llamadas con las que el Espíritu conmueve a la humanidad, hay ciertos hombres y mujeres que están tan fascinados con esta Presencia que les es imposible apartar la vista de ella. Por tanto están ceñidos a vivir la vida lejos de la actividad humana normal. Esta posibilidad ha sido reconocida durante miles de años en el hinduismo, y normalmente toma la forma de *sannyasa*: la renuncia a todas las ataduras terrenales por quienes se han percatado o buscan percatarse de la única Realidad. En la tradición cristiana hubo los Padres del Desierto, y la regla clásica de San Benito también ofrece un claro reconocimiento a quienes están llamados a la vida solitaria, una vez han probado muchos años de vida en comunidad. Y siempre encontramos ermitaños cristianos, además de las órdenes como los Cartujos y el Carmelo, que nunca han perdido la oración de silencio. Tampoco habría que olvidar la rica tradición ortodoxa de oriente, o los cuáqueros.

¿Cómo sugiere Abhishiktananda que podemos recuperar la práctica de la dimensión contemplativa, y poder así responder a la llamada del Espíritu en nuestros días?

Primero, él ve de manera crítica ciertas formas de oración mental que se practican ampliamente en la Iglesia de occidente, especialmente la meditación y la oración afectiva. Por lo general, se entiende la primera como un pensar sobre «Dios, su existencia, sus atributos, su amor; en una evocación de Jesús, de María y los santos; en colmar la mente con sus pensamientos y ejemplos; en examinar la propia condición espiritual; en considerar cómo uno mismo debería servir a Dios mejor... y así sucesivamente». Por muy valiosa que sea, Abhishiktananda señala que es una preparación para la oración, en lugar de un fin en sí mismo. Permanece en el plano intelectual, nos mantiene ocupados con pensamientos acerca de Dios; pero si nos detenemos aquí nunca llegamos al Dios viviente en sí mismo, por quien nuestras almas están sedientas.

La oración afectiva, con su fervorosa ambición, llama al corazón de Dios; representa la rendición; «diálogos» espirituales. Aunque más profunda que la meditación también se queda corta en su meta, y corre el riesgo de sensiblería. Dios es todavía un «objeto» para nosotros y a menudo nos encontramos conversando únicamente con una representación imaginaria, incluso si esta imagen anida en nuestro corazón.

Abhishiktananda también considera la oración rogativa, en la que el alma confía sus necesidades al Señor con una sencillez ingenua. Es el reconocimiento existencial de nuestra debilidad y pobreza ante Dios, y la comprensión de nuestra completa dependencia de Él. Pero esta oración puede resultar extraordinariamente centrada en uno mismo, según sabemos, y puede distorsionar seriamente la vida de devoción si no se hace en verdad «en el nombre de Jesús». No se puede detener en el individuo que reza o en el individuo para quien se reza; su finalidad no puede ser otra que la plenitud del Espíritu en los corazones de todos.

Así llegamos al núcleo del asunto, que Abhishiktananda contempló como la oración de silencio. Esta oración está presente en la tradición cristiana, y su esencia la encontramos contenida en la conocida máxima de Antonio, el ermitaño egipcio (?-356): «La única oración verdadera es cuando ya no se es más consciente de uno mismo rezando». También durante el Medievo, en la obra *La nube del no saber* se habla de apartar todos los pensamientos e ideas bajo «la nube del olvido», sin importar lo elevadas o valiosas que sean.

La tradición india se ha especializado en la oración de silencio y continuamente ha tratado de encontrar métodos que nos puedan ayudar a los humanos a entrar y viajar de forma segura por la vía del silencio. Métodos que genéricamente se denominan yoga, que según la definición de Patanyali —el compilador de los Yoga sutras— es «el cese de toda actividad mental». Los grandes maestros espirituales, desde los *rishis* cuya enseñanza está contenida en los primeros Upanishads a los sabios contemporáneos como Sri Ramana Maharshi, están a favor de una aproximación más sencilla y directa al verdadero Yo de cada cual. Esto se puede describir como un continuo discernimiento entre lo superficial y lo real, entre lo transitorio y lo eterno.

¿Qué es el Ser? Definir al verdadero Ser (el Atman) es imposible. Sólo se puede experimentar, y únicamente mediante la gracia de Dios. Pero un símbolo o indicio cristiano útil es la imagen de Dios, en la que creemos hemos sido creados.

A menudo se recomienda una técnica muy sencilla, que Abhishiktananda impartió en sus últimos años en los cursos que dirigía, denominados escuelas de oración. Consiste en adoptar una postura cómoda pero no descuidada, inhalar y exhalar suavemente, con toda la atención puesta en el acto de respirar. Destacar que también los hesicastas (2), en la tradición cristiana oriental, realizan este ejercicio durante la práctica de la oración de Jesús. Sin duda es una buenísima manera de aquietar la mente, que se puede hacer a cualquier hora.

El proceso de aquietamiento y vaciado de la mente conlleva el propósito de prepararnos para el encuentro final con el Ser o, como dirían los cristianos místicos, dando un paso adelante, el encuentro final con el Padre en la unidad del Espíritu Santo. Dios siempre está llamando a ir más allá, y nada sino Él nos puede dar satisfacción. Para todo lo demás debemos decir repetidamente *neti, neti*, «esto no, aquello no» (3) de los Upanishads, hasta que vamos más allá de nosotros mismos y nos zambullimos en la vastedad de Dios. Una de las frases favoritas de Swami Abhishiktananda era «nuestro Dios es un fuego devorador» (Dt 4:24). Pero así, al fin, comprendemos por completo el antiguo dicho patristico: «el silencio es la alabanza más elevada».

Por último, Swami Abhishiktananda recurre a la experiencia de India y de la tradición cristiana oriental para recomendar y practicar la «oración del Nombre», tomando del cristianismo ortodoxo la oración de Jesús como la forma más familiar para nosotros. Simplemente esto nos facilita los primeros e importante pasos para fijar nuestra atención errante y lidiar con las distracciones; pero en un estrato más profundo, cuando pasa hacia «adentro del corazón», es la mejor manera de permanecer consciente de Dios en todo momento, no necesariamente en el nivel de la conciencia, sino en una especie de trasfondo o sustrato que subyace a todo. La oración del Nombre es increíblemente rica, puesto que lleva consigo de un modo concentrado todo lo que se puede decir acerca del Misterio, todo aquello que los teólogos han escrito en incontables volúmenes, y a la vez también lleva directamente al alma al mismo centro, a la Fuente primordial.

---

1. *La práctica de la presencia de Dios* es una recopilación de las enseñanzas del hermano Laurent, monje carmelita francés (1614-1691)

2. Hesicasmo, doctrina y práctica ascética difundida entre los monjes cristianos orientales, a partir del siglo IV con los llamados Padres del Desierto. Su objeto es la búsqueda de la paz interior en unión mística con Dios, principalmente por medio de la soledad, como medio de huir del mundo, el silencio, y la quietud, para conseguir el control de los pensamientos, la ausencia de preocupaciones y la sobriedad.

3. Brihadáranyaka Upanishad, 5.5.1.5.

**El Dr. James D.M. Stuart** (1915-2003) llegó a India en 1949 para trabajar en la Brotherhood of the Ascended Christ, [Hermandad del Cristo Ascendido] (fundada en Delhi en 1877 por la Iglesia Anglicana). También fue secretario de la Indian Society for Promotion of Christian Knowledge (Sociedad India para la Promoción del Conocimiento Cristiano, ISPCK, en sus siglas en inglés). Amigo muy cercano a Swami Abhishiktananda, tradujo y editó la versión inglesa de muchos de sus libros. Durante un tiempo fue secretario de la Abhishiktananda Society. Impartió una conferencia en el prestigioso Teape Lectures de la Universidad de Cambridge en 1976, titulada: «Swami Abhishiktananda, un estudio en la comprensión hindú-cristiana». Es autor de una de las más notables biografías de Swami Abhishiktananda (*Swami Abhishiktananda: his life told through his letters*, 1989). Galardonado con el título honorífico de Doctor en divinidad por la Universidad de Serampore (Bengala Occidental, India)

Este prólogo está tomado de una charla del Dr. James D.M. Stuart a la comunidad de Saint Mary the Virgin, en Wantage, Oxfordshire, Reino Unido, en 1976.