

Después de habernos referido la renuncia³ y al temor de Dios⁴ en la perspectiva de una vida cristiana de inspiración monástica, las páginas que siguen proponen el tema complementario de la vigilia y su derivado, la vigilancia, al que hay que agregar el de la guarda de los sentidos y del corazón⁵. Esta dimensión fue tomada muy en cuenta especialmente por el movimiento monástico, algunos de cuyos Padres han sido llamados «népticos» («vigilantes»).

El primer grado de humildad de la Regla de san Benito contiene todas estas dimensiones: el temor, ligado a la primera renuncia (respecto a los bienes materiales y a los vínculos afectivos) debe estar iluminado por una actitud vigilante sobre las cosas y sobre sí mismo

I. La enseñanza bíblica

El término griego *nepsis* (vigilancia, sobriedad) se encuentra pocas veces en la Biblia, pero el vocabulario de la vigilia, que le está muy próximo, es empleado mucho más frecuentemente. En su sentido primero, *nepsis* quiere decir «sobriedad» por oposi-

¹ Abad del Monasterio San Martín (Ligugé. Francia).

² De *Lettre de Ligugé* n° 269 (1994), pp 3-13; y n° 270 (1994), pp 3-10.

³ Cf. *CuadMon* n° 137 (2001), pp. 147-157.

⁴ Cf. *CuadMon* n° 138 (2001), pp.

⁵ Nos apoyaremos principalmente en I. HAUSHERR, *Hésychasme et prière* (OCA 176), Roma 1966; P. ADNES, «Garde du cœur – de sens», *Dictionnaire de spiritualité* 6, 1967, 100-122 y «Nepsis» *Ibid*, 11, 1982, 110-118; J.-Cl. LARCHET, *Thérapeutique des maladies spirituelles*, Suresnes 1991, p.578-590; T. SPIDLIK, *La spiritualité de l'Orient chrétien*, t.1 (OCA 206), Roma 1978; *Hesychius de Batos, Chapitres sur la vigilance* (*Philocalie* 3), Abbaye de Bellefontaine, pp.15-82; *Philothée le Sinaïte, Chapitres neptiques* (*Philocalie* 7), pp 107-121.

ción a embriaguez. En sentido propio, como en sentido figurado, se puede decir que el «néptico» se caracteriza por tener un espíritu dueño de sí: es juicioso, prudente, libre de toda embriaguez física, mental o espiritual debida a la pasión en todas sus formas.

Es significativo que el término *nepsis* (sobriedad) haya sido traducido casi siempre por vigilancia: el que quiere ser sobrio en palabras y en actos, en el cuerpo y en el espíritu, debe ser extremadamente vigilante.

El término hebreo que traduce esta dimensión es *shamor*, que significa a la vez «velar por», «estar atento a» y «abstenerse de».

1. El Antiguo Testamento

El Antiguo Testamento presenta al Señor como al que vela:

El Señor está en vela durante la noche de Pascua (*Ex* 12,42).

Vela para proteger a Israel durante su marcha por el desierto (*Ex* 23,20; *Dt* 2,7; 32,11).

El Señor es quien vela por todos (*Est* 5,1s; *2 M* 15,2).

Los ojos del Señor vigilan a las naciones (*Sal* 65,6).

Si el Señor no guarda la ciudad, en vano vigila el centinela (*Sal* 126,1).

Coloca, Señor, un guardián en mi boca, y un centinela a la puerta de mis labios (*Sal* 140,3).

Y los profetas claman: «¡Señor, presta atención y obra, no tardes más!» (*Dn* 9,19).

Al discípulo se le pide sobre todo que vele para que su conducta esté de acuerdo con la Palabra (*1 R* 8,25; *2 Cro* 6,16; *Sal* 118 ...) para que obre como está prescrito (*Jos* 1,8; *2 R* 21,8). La vigilancia es actitud que se recomienda también frente al enemigo (*Jdt* 7,5; *1 M* 12,27): hay que velar en la noche para proteger al rey y el campamento.

Pero en sentido espiritual, la vigilancia es una actitud de sabiduría:

Con todo cuidado vigila sobre tu corazón (*Pr* 4,23).

El que vigila su boca protege su vida (*Pr* 133).

El que vigila su camino preserva su vida (*Pr* 16,17).

El que vela por causa de la sabiduría, pronto quedará libre de inquietudes (*Sb* 6,15).

Presta atención a tus palabras (*Si* 1,29).

Ten cuidado (*Sí* 12,11).
 En todas tus obras, vigílate (*Sí* 32,23).
 Mi alma espera al Señor más que el centinela la aurora (*Sal* 129,6).
 Sobre tus murallas, Jerusalén, yo he apostado centinelas (*Is* 62,6).

2. El Nuevo Testamento

El Nuevo Testamento es muy afecto a la noción de vela, vigilia, sobriedad, estar en guardia.

Jesús es presentado como quien vela para que en él se cumpla la voluntad del Padre: *Quédense aquí velando conmigo*, dijo en Getsemaní (*Mt* 26,38).

Vela también, puesto que su retorno está anunciado en medio de la noche. Elige el momento más inesperado para visitar a su pueblo. No se sabe cuál de los dos, si el servidor o el Señor, está más a la espera del otro.

Para el discípulo, la finalidad de la vigilia y de la vigilancia en sentido espiritual es estar preparado para el Día de la venida del Señor. Este término se repite frecuentemente en los discursos apocalípticos de los evangelios sinópticos: *Velen porque no saben qué día vendrá el Señor* (*Mt* 24,42). También se describe esta venida del Señor como la de un ladrón nocturno (*Mt* 24,43ss) o la del dueño de casa que regresa de un largo viaje en medio de la noche (*Mc* 13,35ss).

Como un buen servidor, el discípulo debe estar sobre aviso y preparado. La vigilancia caracteriza perfectamente la actitud de esperanza y de temor del discípulo. Exige que se renuncie a los placeres pasajeros y a los bienes de este mundo: *Tengan cuidado de no dejarse aturdir por los excesos, la embriaguez y las preocupaciones de la vida para que ese día no caiga de improviso sobre ustedes como una trampa... Vigilen y oren incesantemente* (*Lc* 21,34ss).

Y aunque la espera se prolongue hay que perseverar en sobriedad; el servidor no debe golpear a sus compañeros de servicio, ni comer y beber con los ebrios so pretexto de que su señor se demora, pues si se comporta así el señor lo tratará como a los hipócritas (cf. *Mt* 24,45-51).

San Pablo recomienda al discípulo que no se entregue al sueño ni a la noche: *No somos de la noche ni de las tinieblas; no durmamos como los demás, más bien velemos, seamos sobrios* (*1 Ts* 5,5ss). El discípulo debe vivir por la noche como en pleno día. Para el cristiano, las tinieblas de la noche no pueden ocultar las malas acciones. El *Apocalipsis* de san Juan desarrolla la misma enseñanza (*Carta a la Iglesia de Sardes* 3,1ss).

La Biblia propone al discípulo que imite al Señor en su actitud de velar por su pueblo.

El Señor vela por su hijo como un padre o una madre; en Cristo vela también como un ladrón que espera el momento favorable, o como un señor

que regresa de improviso después de terminar todas sus ocupaciones, o como un rey que tuvo que ir al exterior para resolver diversos asuntos y que retorna cuando menos se lo espera.

Jesús vela mientras se prepara a venir con el don de su muerte de cruz; vela también, una vez resucitado, hasta su venida gloriosa.

Dios Padre y Jesús invitan al discípulo a permanecer confiadamente junto a ellos, velando con ellos para ser encontrado en ellos en el advenimiento del Día del Señor.

Para velar con el Señor, hay que evitar la tentación que desviaría del recto camino: *Velen y oren para no caer en la tentación (Mt 26,41)*. Esta actitud debe ser constante y ser vivida en comunión con Cristo, que es el único que nunca cedió a la tentación. Por eso, en el Padre Nuestro, se pide constantemente a Dios que no nos deje caer en tentación.

La vigilancia es necesaria, pues, en el combate con el único enemigo, «Satanás», quien tampoco deja de velar. Al comienzo de la noche, en el oficio de Completas, la liturgia hace leer este pasaje de la primera carta de san Pedro (5,8): *Sean sobrios y estén siempre alerta, porque su enemigo, el demonio ronda como un león rugiente, buscando a quien devorar*.

La actitud espiritual de la vigilancia dio origen a una práctica muy característica de la fe cristiana: la Vigilia, la oración nocturna. Cristo velaba ya así (Lc 6,12; Mc 14,38). Los discípulos lo imitaron (Hch 21) y san Pablo la recomienda: *Eleven constantemente toda clase de oraciones y súplicas, animados por el Espíritu, velando juntos con perseverancia e intercediendo por todos los hermanos (Ef 6,18)*.

Esta noción de vigilancia (*nepsis*), muy ligada a la sabiduría griega, se caracteriza en el cristianismo por:

- su relación con la venida escatológica de Cristo,
- su relación con el combate espiritual en la vida presente
- y su estrecha vinculación con el espíritu de servicio según el Evangelio, alimentado por la oración, opuesto al relajamiento y a la agitación de los excesos nocturnos en los que el hombre se busca totalmente a sí mismo.

Esta vigilancia se puede vivir solamente en Cristo, que se revela como el único y verdadero centinela que vela por su pueblo y en cada uno de sus miembros, sin dormir nunca.

Sobre la base de estos datos bíblicos elementales referentes a la velar-vigilancia, es posible abordar ahora la enseñanza espiritual cristiana, y en especial la monástica.

II. La enseñanza monástica

1. El contexto

El P. Hausherr reconoce en la tradición monástica dos sentidos diferentes del término *nepsis*:

- *el sentido propio*: Una actitud mental de vigilancia sobria y lúcida por la cual, con el espíritu bien despierto, en presencia de Dios y de sí mismo, se está muy atento a evitar con la mayor diligencia no solamente los pensamientos malos que inclinan al pecado, sino aquellos simplemente inoportunos e importunos que tienden a hacernos perder el recuerdo de Dios y a sumirnos en el olvido de las cosas espirituales.

- *el sentido amplio*: La *nepsis* puede adquirir también un sentido sinónimo de *praxis*, es decir de la parte ascética de la vida espiritual que conduce a la pureza de corazón en la oración pura, la contemplación⁶.

Aquí retendremos sólo el primer sentido, pero sabiendo que la atención, la vigilancia y la vigilia son medios privilegiados al servicio de la *praxis*.

Por razón de estos dos sentidos, reubiquemos la virtud de vigilancia en su contexto ascético y espiritual, como la describieron los Padres monásticos:

- El monje abandona el mundo y sus atractivos, impulsado por la fe y el temor de Dios; es ésta una primera renuncia que se podría llamar exterior.

- Pero luego viene otro desprendimiento: el que arranca al monje de sí mismo o de la ilusión que tiene de sí mismo para permitir que la imagen de Dios brille en él. Es una renuncia interior. Para llevarla a buen término, el monje debe examinar sus pensamientos y los movimientos de su corazón que gobiernan su conducta: es éste precisamente el lugar de la vigilancia, de la atención a sí mismo, de la guarda del corazón y de los sentidos.

La vigilancia se ejerce sobre los movimientos del «corazón» que, para los antiguos, es la sede de la inteligencia y del principio espiritual. Se ha de «guardar» el corazón (*phylassein*). Numerosas homilias patrísticas llevan por título: «Guárdate a ti mismo». Para ello es necesario ser sobrio y vigilante. San Antonio opone a los demonios, la vigilia-vigilancia (*gregorsis*) y la sobriedad (*nepsis*) (san Atanasio, *Vita Antonii* 9).

⁶ Cf. *Hésychasme et prière*, pp 225-237.

La vigilancia es un método de defensa contra los malos pensamientos: los apotegmas mencionan frecuentemente este modo de proceder para llevar adelante la renuncia:

«Unos hermanos preguntaron cierto día a Abba Silvano qué método había empleado para adquirir prudencia tan grande. Él respondió: “Nunca permití a los pensamientos que irritan a Dios permanecer en mi corazón”» (Silvano 6).

O bien: «Si no nos vigilamos en lo exterior, es imposible guardar nuestro interior» (N 272).

O bien: «Los ancianos decían: siete monjes habitaban en la montaña de Abba Antonio. Cuando llegaba el tiempo de los dátiles, uno de ellos tenía la tarea de ahuyentar los pájaros. Había allí un anciano que, cuando le llegaba el turno de cuidar los dátiles, gritaba también: “Malos pensamientos, huyan de mí; y ustedes, pájaros, ¡afuera!”» (N 277).

En su *Tratado práctico*, Evagrio describe cómo proceden los demonios para desestabilizar al hombre por medio de los pensamientos que agitan su corazón. Este mecanismo de la tentación fue analizado con mucha exactitud por los monjes del Sinaí, en particular por san Marcos Monje, san Juan Clímaco y san Nilo Sorski:

Primero aparece una *sugestión* (o «asalto», *prosbolè*): es un simple pensamiento o representación sugerida en el corazón. Luego sigue el *diálogo* con el pensamiento (*syndyasmos*), es decir el deseo de seguir adelante con esta simple sugestión y conversar con ella (preguntándose si debe adherir a ella o no). El *consentimiento* que se dé a este pensamiento sugerido constituye el pecado. A continuación viene la *cautividad*, que puede arrastrar un hábito apasionado que al parecer es imposible atajar: es como una segunda naturaleza creada por una larga serie de consentimientos.

San Agustín en su comentario al *Salmo* 143, 6 habla en el mismo sentido de *suggestio* – *delectatio* – *consensus* – *consuetudo*.

El combate espiritual de la *nepsis* debe situarse en relación con este esquema. Es de capital importancia estar atento y luchar contra los pensamientos nacientes. En efecto es más fácil vencer la sugestión que el acto mismo. san Máximo el Confesor precisa que «si no se pecara primero con el pensamiento, nunca se pecaría en acto» (*Centurias* II, 78).

Pero en este combate por la renuncia a sí mismo con vistas a alcanzar la pureza de corazón, el único objetivo no es el pecado, hay que llegar también hasta las pasiones que dividen el corazón y que son como la fase intermedia entre los pensamientos y el acto del pecado.

2. La estrategia

La estrategia del combate espiritual contra los pensamientos y la pasiones consiste en mantener una atención vigilante. Es todo un arte que exige un largo entrenamiento: «Los perfectos están perfectamente atentos a sí mismos, como el artesano que conoce perfectamente su oficio. Si mientras trabaja sucede por acaso que tiene que conversar con algunos, su conversación no le impide proseguir al mismo tiempo con el ejercicio de su arte» (Juan de Gaza, *Carta 459*).

El combate espiritual de la vigilancia se puede subdividir en cuatro etapas:

- a) *Vigilar el corazón* (sede de los pensamientos) para observar la sugerencias que nacen en él a fin de poder hacerles frente en cuanto aparecen. Es la actitud del centinela que vigila los alrededores de la entrada del campamento: si se quiere que la tentación que está al acecho no nos sorprenda de pronto, es necesario mantenerla permanentemente a distancia ... con la espada de la vigilancia» (san Gregorio Magno, *Moralia*, XX, 3)
- b) *Examinar el pensamiento* para discernir si es bueno, indiferente o malo: «Haz lo mismo respecto a todo pensamiento: en cuanto sobreviene, examínalo» (Juan de Gaza, *Carta 86*). Un apotegma dice en el mismo sentido: «A cada pensamiento que te sobrevenga, dile: '¿Eres de los nuestros o vienes del enemigo?' y ciertamente lo confesará.» (N 220). Para este examen se aconseja recurrir a un anciano con el que se esté dispuesto a la apertura de corazón para el discernimiento de los pensamientos.
- c) *Aceptar o rechazar el pensamiento*: Si es un pensamiento bueno o indiferente se lo puede aceptar (al menos en la vida ordinaria, fuera del tiempo de la oración): «Si ese tipo de pensamientos entran y permanecen en el alma durante las indispensables ocupaciones de la vida, y no durante el tiempo de la oración, entonces tal situación no es pecaminosa» (san Nilo, *Regla 1*).
- d) *Si el pensamiento que se presenta es malo*, es posible reaccionar de dos maneras:
 - rechazo radical del pensamiento; se lo ataca, se lo suprime, se lo

corta decididamente en cuanto nace: «Si se deja pasar la cabeza de la serpiente, todo su cuerpo seguirás fácilmente» (cf. Casiano *Inst.* 6, 13).

Los Padres monásticos hablan también de los «primogénitos de Egipto» (el Egipto simboliza, desde el Éxodo, el conjunto de las pasiones y el mal en general) o de los «párvulos de Babilonia», aludiendo a los últimos versículos del *Salmo* 136, que se interpretan siempre en el sentido de rechazar los malos pensamientos en cuanto nacen en la mente de los hombres. Esta interpretación se justifica en el cristianismo por el hecho de que los discípulos de Cristo no tienen otros enemigos que los pecados y las pasiones que son su causa. Por otra parte se halla la misma interpretación en algunos judíos de la época de Jesús, que juegan con la raíz del término «niño de pecho», que en hebreo puede designar brotes y, en sentido figurado, pensamientos nacientes.

– método «antirrético» (replicar al pensamiento), para los que están más adelantados en el combate espiritual: se discute con el pensamiento, pero para oponerle argumentos sacados de la Palabra de Dios (así lo hizo Cristo frente al demonio cuando lo tentó en el desierto). «Cuando el espíritu (...) ha adquirido el hábito del combate que le permite reconocer verdaderamente los pensamientos, (...) entonces debe dejarlos entrar y denunciarlos» (Hesiquio de Batos, *Capítulos, sobre la Vigilancia*, 44). Pero hay que ser prudente: «Replicar -dice Juan de Gaza- no es para todos, sino para los fuertes según Dios, (a quien se les someten los demonios)»; san Barsanufio dice también: «En cuanto a acoger el pensamiento que se presenta, pertenece solamente a los perfectos dejarlo entrar y ahuyentarlo después. De modo que tú, no pongas fuego al bosque para que no se consuma totalmente» (*Carta* 138).

Los Padres invitan más bien a emplear el método del rechazo radical de todo mal pensamiento que se presente a la mente.

3. «Velen y oren»

La oración está generalmente asociada a la vigilia. Para combatir los malos pensamientos que apartan de Dios, hay que ocupar la mente con el recuerdo de la palabra divina. Ese es el sentido del término «meditación».

Un versículo de la Escritura, una breve oración perseverantemente rumiada como respiración espiritual: he ahí el arma más eficaz para ahuyentar

al enemigo. Este es el principio aplicado por el método *hesicasta* en la oración de Jesús. En el mismo sentido, Casiano propone la rumia constante del versículo *Dios mío, ven en mi auxilio, apresúrate, Señor, a socorrerme* (*Conf. X, 10*).

Una actitud simplemente de vigilancia de los pensamientos que vienen a la mente podría crear un clima de tensión y de escrúpulo extremadamente perjudicial para la vida espiritual, mientras que un movimiento de confianza alimentado por la oración y la humildad reduce a la nada a los intrusos. «Si confiamos solamente en nuestra vigilancia o en nuestra atención, muy pronto seremos atropellados por los enemigos, tambalearemos, caeremos, nos enredaremos más y más en sus redes, es decir, en los malos pensamientos» (Hesiquio, 152).

Este combate exige mucha paciencia. Los Padres la recomiendan muy frecuentemente. La mala hierba es tenaz; los jardineros saben que hay que quitar los yuyos constantemente porque es difícil extirpar sus raíces.

En algunas etapas de este combate, el adversario parece atacar más reciamente, y entonces puede acometer la tentación de desaliento y de abandonar la partida.

Por eso la paciencia es necesaria, para soportar todos los imprevistos y tomar la distancia necesaria para desdramatizar este género de situaciones. La lucha con algunos pensamientos puede durar años, y de pronto, sin saber cómo, uno se encuentra liberado de ellos. La paciencia, el buen humor, la humildad, la vigilancia, la oración -la gracia-, tienen la última palabra. En realidad, los demonios no son muy valientes en el combate; procuran actuar con astucia, sin gran fatiga. Por eso, pierden pie frente a la constancia que, en Cristo, demuestra el adversario.

4. La guarda del corazón en Occidente

La guarda del corazón es complementaria de la vigilancia. En Occidente, algunos autores se refieren a ella por influencia de la enseñanza oriental. Juan Casiano recuerda que la pureza de corazón (la vida de caridad) es el fin de la vida monástica (*Conf. 1, 4*). A este propósito habla del discernimiento de los pensamientos (discreción, *Conf. 2, 4*) y del combate contra las pasiones (*Conf. 7, 5*). La guarda del corazón y la vigilancia son los instrumentos de trabajo indispensables para esta purificación. San Gregorio (el «Vigilante») vuelve sobre el tema varias veces.

Pero los autores occidentales desarrollan sobre todo el tema de la guarda de los sentidos:

San Bernardo se refiere a las tres custodias: la de las manos, la de la lengua y la del corazón. El monje y el cristiano deben vigilar sus acciones, sus

palabras y sus pensamientos. ¿Pero, acaso no dependen de la tercera las dos primeras?

San Buenaventura detalla más: distingue la guarda de los sentidos corporales y la guarda del corazón. Para guardar el corazón, hay que vigilar los sentidos exteriores. En efecto, la guarda del corazón depende de la guarda de los sentidos corporales en la misma medida que ésta depende de aquella.

Los tratados espirituales de los siglos XVI-XVIII dedican a la guarda del corazón un lugar de preferencia.

Se puede decir que, en general, el Occidente da prioridad al ejercicio de la guarda de los sentidos. El término «sentidos» designa aquí los cinco sentidos exteriores, a los que se agrega a veces la lengua. Es necesario vigilar y custodiar los sentidos porque son de algún modo la puerta y las ventanas del corazón, del ser interior:

«Por los cinco sentidos, como por otras tantas ventanas, los vicios entran en el alma. La metrópoli y la ciudadela del alma no pueden ser tomadas por el enemigo si este no irrumpe por sus puertas. Las perturbaciones de los vicios sobrecargan el alma, y ésta es tomada a través de la vista, del oído, del gusto, del tacto... Entonces se cumple la palabra del profeta; la muerte entró por las ventanas» (san Jerónimo, *Comentario a Jeremías*, 2, 10).

Dicen algunos Padres que los sentidos acarrearán distracción al ser interior, en particular durante la oración: por lo tanto hay que vigilarlos con mucha atención.

Pero sería muy peligroso practicar la guarda de los sentidos de manera demasiado exterior y literal. Si el hombre está dotado de sentidos, es ante todo para que los utilice para el bien. Por eso es necesario saber discernir las impresiones que nos llegan:

«Entre todos los placeres que afectan nuestros sentidos, los hay que están permitidos: tales son los grandes espectáculos de la naturaleza que maravillan nuestra mirada; pero el ojo se deleita también con los espectáculos del teatro. Aquellos son lícitos, pero estos son ilícitos... (san Agustín, *Sermón* 159,2; PL 38, 868-869).

La finalidad de la guarda del corazón y de los sentidos es evitar todo desorden de la naturaleza humana para llegar a la pureza de corazón en la caridad. La guarda del corazón y la guarda de los sentidos se atraen mutuamente y se compenetran.

Parece ser más conforme a la enseñanza evangélica (cf. *Mt* 5-6) enca-

rar primero la guarda del corazón, que permite progresivamente guardar los sentidos exteriores, esencialmente por el trabajo de la gracia y principalmente por medio de la oración. Pero es bueno también no dispersar los sentidos ni descuidar su papel, a fin de que se pueda realizar verdaderamente el trabajo interior...

Era necesario recordar estos aspectos del enfoque occidental referente a la guarda del corazón antes de abordar la enseñanza de san Benito sobre la vigilancia, la custodia y la atención.

III. La enseñanza de la Regla de san Benito

San Benito aborda el tema de la vigilancia bajo tres aspectos:

- La guarda del corazón y de los sentidos, con el empleo del verbo *custodire*,
- La vigilancia sobre sí mismo, con los términos *cavere* y *sollicitudo*,
- Vivir la vigilancia mediante el recuerdo de Dios, *memor*, *meminere*.

Recordemos ante todo la cita del *Salmo* 14 y el comentario que san Benito agrega a continuación en el Prólogo de la Regla:

Señor, ¿quién, habitará en tu tabernáculo, o quién descansará en tu monte santo? Aquel que apartó de la mirada de su corazón al maligno diablo tentador y a la misma tentación, y lo aniquiló, y tomó sus nacientes pensamientos y los estrelló contra Cristo (Prólogo 23 y 28).

Encontramos aquí uno de los grandes temas relacionados con la vigilancia.

Previamente a esta cita, san Benito citaba el *Salmo* 33, invitando al monje a vivir en el temor de Dios: «*Venid, hijos, escuchadme, yo os enseñaré el temor del Señor*» (Prólogo 12) y en actitud vigilante sobre sí mismo: «*Si quieres poseer la vida verdadera y eterna, guarda tu lengua del mal, y que tus labios no hablen con falsedad*» (Prólogo 17).

San Benito vuelve sobre esta doctrina tradicional en el capítulo 4 de la RB.

Aconseja «Temer el día del juicio» (4, 44); «Sentir terror del infierno» (4, 45) y enseña, «Velar a toda hora sobre las acciones de su vida (4, 48); «Estrellar inmediatamente contra Cristo los malos pensamientos que vienen a

su corazón, y manifestarlos al anciano espiritual» (4, 50); por fin, «Guardar su boca de conversación mala o perversa» (4, 51).

Los cuatro temas que san Benito utiliza para caracterizar la vigilancia y su ejercicio permiten precisar su doctrina.

1. *Custodire (custodiar, guardar)*

Este verbo está empleado esencialmente en el capítulo séptimo de la RB, en el primero y en el duodécimo grados de humildad.

«Guárdese a toda hora de pecados y vicios, esto es de los de los pensamientos, de la lengua, de las manos, de los pies y de la voluntad propia, y apresúrese a cortar los deseos de la carne» (RB 7, 12).

Lo que se le pide al monje es, pues, una vigilancia de todos los momentos (cf. «a toda hora» RB 4, 48); esta actitud corresponde al primer temor, al temor servil, pero, al final hay otra vigilancia que acompaña al temor filial prestado por amor:

«Gracias a esta caridad, lo que antes observaba no sin temor, empezará a cumplirlo el monje como naturalmente, como por costumbre» (RB 7, 68).

Esta custodia atañe a los sentidos, la lengua, las manos, los pies, con insistencia en la lengua, timón de la vida del hombre:

«Dije: guardaré mis caminos... puse un freno a mi boca» (Sal 38,23, citado en RB 6, 1).

Pero más profundamente atañe al corazón que, para los antiguos es el centro de los pensamientos y la voluntad. Por eso san Benito pide a los monjes que estén particularmente atentos a este punto durante la cuaresma: «... Los exhortamos a que en estos días de Cuaresma guarden su vida con toda pureza» (RB 49, 2).

El mayordomo, que en este punto está más expuesto que otros, es invitado a «guardar su alma» (RB 31, 8).

2. *Cavere, sollicitudo (atención, vigilancia)*

Volvemos ahora al capítulo 7 de la RB:

«El Profeta indica que se guarda (*se cavere*) de la soberbia» ... (RB 7, 3) e invita al monje a hacer lo mismo.

La vigilancia es un camino obligado para adelantar en la humildad, por eso «el hermano virtuoso esté en guardia (*sollicitus sit*) contra sus pensamientos perversos» (RB 7, 18), porque Dios está presente a nuestros pensamientos: «Dios escudriña los corazones y los riñones (Sal 7,10)». Y también: «El Señor conoce los pensamientos de los hombres (Sal 93,11)... Y para que el hermano virtuoso esté en guardia contra sus pensamientos perversos, diga siempre en su corazón: *Solamente seré puro en tu presencia si me mantuviere alerta contra mi iniquidad (Sal 17,24)*» (RB 7, 14-17).

El monje vigilará (*cavemus*,) también su voluntad cuidándose de lo que dice la Escritura: «Hay caminos que parecen rectos a los hombres, pero su término se hunde en lo profundo del infierno (Pr 16,25)» (RB 7, 21).

El monje también se guardará (*cavendum*) del mal deseo, «porque la escritura nos da este precepto *No vayas en pos de tus concupiscencias (Si 18,30)*» (RB 7, 24-25)

Finalmente, y hablando más en general: «Si los ángeles que nos están asignados, anuncian día y noche nuestras obras al Señor, hay que estar atentos, hermanos, en todo tiempo (*cavendum est ergo omni hora*)» (RB 7, 28).

San Benito insiste también sobre la vigilancia que se le pide al novicio: un anciano está encargado de velar atentamente (*sollicitus*) sobre el novicio a fin de examinar si es solícito (*sollicitus*) para la obra de Dios, la obediencia y las humillaciones (RB 58, 7); respecto a estos puntos constitutivos de la vida monástica, el novicio debe estar en permanente vigilancia.

En resumen, la vigilancia caracteriza el compromiso del monje: «Si después de haberlo deliberado consigo, promete guardar (*custodire*) todos estos puntos... sea recibido en la comunidad...» (RB 58, 14).

Algunos cargos en el monasterio están más particularmente relacionados con la vigilancia:

El mayordomo, que debe guardar su alma (RB 31, 8), debe también guardar (*custodire*) todo lo que se le haya encomendado (RB 31, 5);

El enfermero debe ser un hermano temeroso de Dios, diligente y solícito (*sollicitus*) (RB 36, 7);

El hermano encargado de anunciar la Obra de Dios: «El abad podrá encargarse esta tarea a un hermano solícito (*sollicitus*) para que todo se haga a su debido tiempo» (RB 47, 1);

«El ordenado (presbítero o diácono) guárdese (*caveat*) de la altivez y de la soberbia» (RB 62, 2);

También el abad «temiendo siempre la cuenta que va a rendir

como pastor de las ovejas a él confiadas, al cuidar (*cavet*) de las cuentas ajenas, se vuelve cuidadoso (*sollicitus*) de la suya propia» (RB 2, 39).

3. *Memor, meminere / meminisse (memoria)*

El medio para llevar a la práctica la vigilancia pedida por san Benito es el recuerdo de Dios, de su Palabra, de su presencia, por oposición al olvido de Dios que es también un tema importante de la tradición espiritual del monacato.

El espiritual opone a los pensamientos y a las pasiones, la Palabra de Dios y su rumia: «El primer grado de humildad consiste, pues, en huir de todo olvido (negligencia) y en recordar continuamente todo lo que Dios ha mandado (*et semper sit memor omnia quae praecepit Deus*)» [RB 7, 11].

Esta disposición se torna más exigente para el oficio divino: «Creemos que Dios está presente en todas partes... pero debemos creerlo sobre todo y sin la menor vacilación cuando asistimos a la Obra de Dios. Por tanto, acordémonos siempre (*semper memores simus*) de lo que dice el profeta: *Servid al Señor con temor (Sal 2,11)*» (RB 19, 1-3).

El verbo *meminere / meminisse* se refiere en general en la RB a un versículo de la Escritura:

Así, el abad:

«Acuérdese de que está escrito: *Buscad el reino de Dios y su justicia y todas estas cosas se os darán por añadidura (Mt 6,33)*» (RB 2, 35);

o también: «Que no disimule los pecados de los transgresores, sino que, cuando empiecen a brotar, córtelos de raíz en cuanto pueda, acordándose de la desgracia de Helí, sacerdote de Silo» (RB 2,26);

y «tenga siempre presente su debilidad, y recuerde (*meminerit*) que no hay que quebrar la caña hendida» (RB 64, 13);

«El abad debe acordarse siempre (*semper meminere*) de cómo se lo llama» (RB 2,1) y «debe acordarse siempre (*meminere debet semper*) de lo que es, y recordar (*meminere*) el nombre que lleva» (RB 2, 30);

finalmente, «Recuerde siempre el abad (*memor semper abbas*) que se le pedirá cuenta en el tremendo juicio de Dios de estas dos cosas: de su doctrina, y de la obediencia de sus discípulos» (RB 2, 6).

El abad es el primer responsable de la memoria de Dios en el monasterio. Él debe dar el ejemplo de la práctica asidua (*semper*) del recuerdo de la Palabra y de la presencia divina.

El mayordomo:

«Mire por (*custodiat*) su alma, acordándose siempre (*memor semper*) de aquello del Apóstol: *Quien bien administra se procura un buen puesto (1 Tm 3,13)*» (RB 31, 8) y también: «Proporcione a los hermanos el sustento establecido sin ninguna arrogancia ni dilación, para que no se escandalicen, acordándose (*memor divini eloquii*) de lo que merece, según la palabra divina, aquel que *escandaliza a alguno de los pequeños (Mt 18,6)*» (RB 31, 16). Después del abad, es el mayordomo uno de los que está más obligado a mantener vivo el recuerdo de Dios. En efecto, su función lo pone en una situación en la que la memoria de la Palabra divina está amenazada sin cesar por las preocupaciones de los asuntos materiales.

Con referencia a todos, ya hemos señalado algunas citas en los capítulos 7 y 19, pero aún se pueden mencionar otras:

que el monje «debe obedecer en todo los preceptos del abad... acordándose (*memores*) de aquel precepto del Señor: *Haced lo que ellos dicen, pero no hagáis lo que ellos hacen (Mt 23,3)*» (RB 4, 61);

y en particular, a modo de ilustración concreta: «Si hay que vender algo de lo que hacen los artesanos, los encargados de hacerlo no se atrevan a cometer fraude alguno. Acuérdense (*memorentur*) de Ananías y Safira, no sea que la muerte que ellos padecieron en el cuerpo, la padezcan en el alma estos, y todos los que cometieren algún fraude con los bienes del monasterio» (RB 57, 4-6).

El tema de la memoria de Dios y de su Palabra se prolonga y se profundiza en el tema de la meditación de la Escritura y de la *lectio divina*.

Conclusión: La vigilancia hoy

La vigilia, la vigilancia, la atención, la guarda de los sentidos, la guarda del corazón, el recuerdo de Dios son temas importantes de la sabiduría cristiana y monástica, sobre los cuales es necesario insistir hoy.

La vida de nuestras sociedades occidentales incita más bien a sobrevalorar, a no retener todo, a no prestar atención a los detalles, por el hecho mismo

de la cantidad y la rapidez de las informaciones. Sin embargo los nuevos medios puestos a disposición de todos pueden ser una oportunidad de vivir una atención sostenida y una vigilancia fructuosa.

Releamos con ojos del siglo XX las grandes líneas de la enseñanza tradicional de la vigilancia.

1. La atención

La atención exige cierto esfuerzo, debe ser cultivada. La atención espontánea se limita a objetos atrayentes o vitales: comer, dormir, luchar contra las enfermedades y contra el mal en general. En la base de la atención hay un afecto de alegría o de pena que pone en movimiento el ser interior. Pero si uno se queda ahí, la atención mantiene al hombre en un estadio muy elemental. La educación de la atención espontánea permite adquirir una atención voluntaria fructuosa.

En una primera etapa, se puede trabajar sobre sentimientos simples: el temor en todas sus formas, la simpatía, la curiosidad en el buen sentido del término, y el asombro. Luego se puede apelar al sentido del deber, la obediencia, la búsqueda del bien.

Viene después el período del hábito: la atención es despertada y mantenida por hábito. El solo hecho de disponerse a algo trae consigo el comportamiento justo y la atención justa a los seres y a las cosas.

La gran dificultad de la atención espiritual es que nunca pertenece al dominio de la atención espontánea. Por eso en esta materia es menester encontrar las conexiones necesarias para tomar conciencia de lo que está en juego y del fin buscado, de suerte que la voluntad esté atenta a ellos. La liturgia y el recuerdo de la Palabra de Dios son dos medios importantes para esto.

Hay que precisar además que la atención interior está muy estrechamente ligada a los movimientos exteriores. Los psicólogos lo han estudiado mucho. En efecto, los movimientos del cuerpo están ligados a la producción de percepciones, de imágenes, ideas y pensamientos que acuden al espíritu.

Las percepciones provienen de los sentidos exteriores: ojos, manos, oídos, lengua o nariz reciben informaciones sobre la base de acciones musculares que los mueven. La distracción proviene de cierto juego y desorden de dichos movimientos del cuerpo, mientras que la atención nace de su concentración, reducción y regulación.

Las imágenes provienen de los sentidos interiores (corazón, espíritu) ligados a la función de la imaginación. Las imágenes son reminiscencias de los elementos sensoriales constitutivos de la percepción; la imagen nace en el espíritu a partir del recuerdo actualizado de la percepción.

Por fin, en un tercer nivel del funcionamiento de la atención, está el

pensamiento. Su funcionamiento es más difícil de analizar; indiscutiblemente, está también en relación con las percepciones y la imágenes que llegan al espíritu y los movimientos que los hicieron nacer.

Existe, pues, una estrecha relación entre la calidad de los movimientos físicos y sensoriales y la atención voluntaria (por otra parte, existen buenos ejercicios en ese sentido), mientras que hay antagonismo entre la dispersión y el desorden de los movimientos corporales y el estado de atención.

Los psicofisiólogos han observado también una relación entre la respiración y la atención. Algunas tradiciones espirituales no han dejado de explorar esta relación: un buen ejemplo es el *hesicasmo*.

Habría que desarrollar y matizar estas notas; ellas simplemente invitan a una actualización de la enseñanza sobre la atención, y al mismo tiempo dan pistas para un trabajo a realizar sobre la propia persona.

2. La vigilancia – vigilia

La vigilancia está ligada a la calidad de ese momento fuerte que es la vigilia. La sociedad moderna vive mucho de noche, mientras que los monjes han temperado sus viglias. ¿Se puede sacar alguna conclusión de esta constatación, habida cuenta, sin embargo, de que las viglias nocturnas de nuestros contemporáneos son esencialmente un momento de distensión, de juego y no de atención vigilante?

Sin embargo, es notable que, fuera de su monasterio, los monjes pueden velar más fácilmente. ¿Será que las cosas de Dios atraen menos su atención que las del mundo? Sería sacar una conclusión muy apresurada; se puede subrayar, no obstante, que se sigue más fácilmente el atractivo del mundo que el de Dios y que en ello existe para el hombre, para el monje, una tentación frente a la cual es de capital importancia estar vigilante.

La vigilia es, sin duda, una disposición de espíritu importante para favorecer la guarda del corazón y la atención a Dios. En la velada de familia, junto al hogar, se cuentan las historias del clan, de las que se alimentan los recuerdos que permiten vivir, y en las que se actualizan los acontecimientos fundadores; la vigilia es también la guardia en estado de alerta frente a la intrusión del adversario; es el vigía en lo alto del mástil, atisbando la tierra; es gustar la intimidad del silencio de la noche; el sosiego de las apariencias que se desvanecen.

¿Si hubiera que elegir, ¿acaso no deberían los monjes privilegiar su actividad de vigilia antes que las actividades diurnas, a veces muy agitadas por tantas cosas de poca monta?

3. La memoria

No hay vigilancia sin memoria, sin recuerdo, sin actualización de la historia del hombre con Dios.

La tarea de la memoria espiritual encuentra una ayuda considerable en la facilidad para recurrir a los textos bíblicos o a sus grandes comentaristas. El acceso a los libros y a los medios audiovisuales es una oportunidad de nuestro tiempo, pero ¿este acceso no es casi demasiado fácil? Sucede, en efecto, que al espíritu le cueste mucho concentrarse, no termine una lectura o la haga desordenadamente; a veces la mente prefiere las imágenes a las palabras, sobre todo si éstas son escritas; más aún, el acceso fácil a los documentos dificulta el trabajo de la memoria: ¿la computadora no reemplaza acaso en algunos campos a esa memoria tan preciosa, que el hombre no debería nunca dejar de ejercitar?

He aquí una tarea espiritual por hacer y rehacer, que merecería desarrollos mucho más amplios.

* * *

Estas reflexiones en su conjunto no tienen otro objeto que prestar simplemente un servicio al seguimiento de Cristo; apuntan a ayudar a que se abra, en el corazón del hombre y del monje, el surco de una disponibilidad lo más total posible, para que Cristo pueda a morar en él y guardarlo en la vigilante espera del cumplimiento escatológico.

En efecto, si el hombre vela, se guarda de todo mal y vive en una sobria vigilancia, es para recibir de Cristo la pureza de corazón y dejarle amar como él quiere amar.

*Abbaye Saint-Martin
F-86240 Ligugé
Francia*