

MÉTODOS ESPIRITUALES EN LA VIDA BENEDICTINA, AYER Y HOY*

*Agustín Roberts, o.c.s.o.
Azul, Argentina*

A. La situación actual

Joshu Sasaki Roshi, uno de los auténticamente ilustres maestros del Budismo Zen contemporáneo, dio recientemente una serie de retiros Zen en diversas comunidades cistercienses de los Estados Unidos. Al clausurar uno de estos retiros, un joven participante hizo la inevitable pregunta: "¿De qué manera los métodos del Zen pueden ser incorporados a la vida cisterciense?" Según su costumbre, Sasaki Roshi replicó directa y prontamente con su acento japonés: "Ustedes tienen cuanto necesitan. Vívelo".

Este incidente es un ejemplo entre muchos de lo que ha sido un fructífero encuentro entre el monaquismo de la Iglesia occidental y otras tradiciones monásticas, cristianas y no cristianas, en los últimos años. Refleja también un resultado importante de este encuentro, es decir, una mayor sensibilidad de parte de los monjes de Occidente hacia lo que se puede llamar "método espiritual": una manera sistemática de proceder a fin de alcanzar la unión personal con la Realidad última. Llama la atención el hecho de que otras tradiciones religiosas hayan desarrollado tales métodos más explícitamente que la tradición benedictino-cisterciense.

El monaquismo occidental de hoy ha tenido diferentes reacciones frente a esta situación. La primera y más publicitada ha sido la de incorporar, de una manera o de otra, ciertas técnicas de ascetismo y oración que se han manifestado provechosas para otras tradiciones. Espero que el lector no quedará demasiado decepcionado al descubrir que este artículo no trata directamente de tal posibilidad. Un segundo enfoque, a veces combinado con el primero, pero otras como reacción frente a él, ha sido el acentuar la hospitalidad monástica como la especial contribución que los monasterios de Occidente ofrecen a nuestra época. Y se la considera habitualmente en función de la búsqueda por parte del monje, de la unidad, ya que el monasterio ofrece el ambiente en que tal unidad, en todos sus niveles, puede ser mejor alcanzada.

Una tercera actitud, no necesariamente opuesta a las otras dos, consiste en volver a examinar la tradición occidental a fin de ver si no hemos descuidado, en la teoría o en la práctica, métodos de espiritualidad que de hecho existen en ella. Este enfoque, sugerido por la respuesta de Sasaki Roshi, aparecería como un pre-requisito para la sana incorporación de elementos provenientes de otras corrientes monásticas para el beneficio espiritual de todos aquellos a quienes les concierne. Las páginas que siguen indican las líneas generales de este tipo de examen. Representan un trabajo de síntesis y por eso son deudoras de muchos estudios analíticos que se han hecho en los últimos años.

Lo que nos interesa ahora es una cierta sistematización de la espiritualidad benedictino-cisterciense, basada en los métodos espirituales que contiene. A pesar de los riesgos inherentes de excesiva simplificación y rigidez, tal clarificación parece muy necesaria actualmente para profundizar tanto nuestro trabajo de renovación como

* Revisión del Apéndice a la versión inglesa de *Hacia Cristo* (Azul-Victoria, 1970).

nuestro diálogo con otros grupos monásticos o contemplativos. Además de la autenticidad de vida, y como un medio para alcanzarla, la situación actual requiere una mayor comprensión de las raíces de nuestra espiritualidad a fin de que más adecuadamente "demostramos razón de la esperanza que está en nosotros" (1Pe 3,15). El procedimiento que seguiremos será primero, inductivo e histórico, y luego, deductivo y explicativo.

B. Politeia y conversatio

En la tradición monástica occidental, los varios elementos de la vida del monje se resumían en el vocablo latino *conversatio*, o "modo de vida"¹. La Regla de San Benito (RB) utiliza la frase *conversatio morum*, o "conversión de vida", para designar lo que aparece como elemento central de la profesión monástica: el servicio del monje al Señor, el programa de toda la vida de ascetismo, caridad y oración descrito en la Regla².

A menudo se pasa por alto que la *conversatio* benedictina tiene sus raíces históricas en los métodos espirituales de los Padres del desierto tal como lo expresa el vocablo griego *politeia*³. En la cultura griega clásica esta palabra significaba la constitución política o el régimen de una ciudad-estado, especialmente la relación del ciudadano con el cuerpo político. Con anterioridad a los Padres del desierto, sin embargo, era usada por los escritores espirituales para indicar una manera personal de conducta, un modo de vida. Mientras la palabra *bios* se refería a los aspectos más exteriores, generales e históricamente condicionados de la propia vida, y *zoe* indicaba la realidad de la vida sensitiva, *politeia* significaba la vida de virtud, la vida moral con los medios elegidos para alcanzarla y expresarla. En este sentido, podría traducirse por "estilo de vida ascético".

Un ejemplo muy significativo de esta acepción más espiritual es el uso que san Pablo hace de *politeia* en Ef 2,12 y Fil 1,27 y 3,20, donde la Vulgata lo traduce por

¹ P.e., SAN ATANASIO, *Vita Antonii*, Pról.; nn.3;7;14, etc., en H. Hoppenbrouwers, *La plus ancienne version latine de la vie de S. Antoine par S. Athanase* (Nijmegen, 1960) 67;75;86;99, etc. Traducción castellana en *Vida de San Antonio* (Victoria, Ed. de Cuadernos Monásticos, 1975), en la que *conversatio* se traduce por "vida ascética" o simplemente por "vida". También *Liber Orsiesii*, n.53, en A. BOON, *Pachomiana latina*, (Lovaina, 1932), 145, con la traducción castellana en *Cuadernos Monásticos* 4-5 (1967), 240.

² Para *conversatio* en RB, ver J. McCANN, *The Rule of St. Benedict* (London, 1952) 202-208; B. STEIDLE, *Die Regel St. Benedikts* (Beuron, 1952) 281-283; P. SCHMITZ, *Conversatio morum* en *Dictionnaire de Spiritualité* T.2, cc.2206-2211; M. COLOMBAS, *San Benito, su vida y su regla* (Madrid 1968, BAC 115) 752-761; A. DE VOGUE, *La Règle de Saint Benoît* (Paris, 1971, Sources Chrétiennes 181-186), VI, 1324-1329; C. PEIFER, *Monastic Spirituality* (New York, 1966) 303-306; C. CYMBALISTA, "El voto de conversión de costumbres" en *Cuadernos Monásticos* 14 (1970), 169-186.

³ Para *politeia* en el contexto monástico, ver I. HAUSHERR, *Noms du Christ et voies d'oraison*, (Roma, 1960) 162-167. También M. REQUENA, "El sentido de *Conversatio Morum* en el Pseudo-Macario" en *Cistercium* 24 (1972), 7-22; G. COLOMBAS, "La espiritualidad del monacato primitivo" en *Historia de la espiritualidad*, (Barcelona, 1969), I, 555 ss.; A. VEILLEUX, *La liturgie dans le cénobitisme pachômien au quatrième siècle* (Roma, 1968, Studia Anselmiana 57), 186 y 211.

conversatio. Las dos palabras, sin embargo, no son enteramente equivalentes, puesto que *conversatio* se usaba también para traducir otras palabras, especialmente *anastrophe*, "buena conducta". Las traducciones modernas de *politeia* varían considerablemente: ciudadanía, comunidad, calidad de miembro, patria, conducta, vida diaria. Pero el sentido general es claro: pertenecer a un grupo social implica un nuevo estilo de vida que ha de ser practicado e interiorizado por el miembro.

En el monacato primitivo, la fuerza impulsora de su desarrollo era la búsqueda de la mejor *politeia*, la práctica ascética más eficaz. Los primeros monjes estaban convencidos de la necesidad de prácticas concretas como métodos espirituales para purificar el alma, pasar del vicio a la virtud y de la virtud a Dios. Cada monje o grupo de monjes tenía su *politeia*, su regla particular de vida, las observancias que debía practicar durante un cierto período de tiempo, por ejemplo un año, para crecer en la propia abnegación y la libertad de espíritu.

Evidentemente, llegaban a veces a exageraciones en materia de ayunos, por ejemplo a sentarse sobre una columna, o a usar cadenas, no mirar a nadie, etc. A veces, tales métodos de ascesis se tornaban ocasiones de orgullo más que de estabilidad, soledad, silencio o verdadera abnegación. Sin embargo, tales cosas eran tal vez necesarias para ellos. Nuestra tendencia actual probablemente se halla en la dirección opuesta, es decir una secreta desconfianza de las observancias concretas, una reacción contra el pasado reciente, lo cual es una de las causas de nuestra actual inquietud y búsqueda. Uno de los efectos de una buena formación monástica será la visión equilibrada de la totalidad del problema de las observancias y el estilo de vida.

La necesidad de una regla concreta de vida como método de combate espiritual se refleja en la mayoría de los dichos de los Padres del desierto, especialmente en sus respuestas a la pregunta "¿Qué debo hacer para salvarme?". Vayan estos tres ejemplos simplemente como ilustración:

Pidió un hermano a abba Arsenio que le hiciera oír una palabra. El anciano le dijo: "En cuanto de ti dependa, esfuérzate para que tu trabajo interior sea de acuerdo a Dios y vencerás las pasiones exteriores".

Preguntó abba Pambo a abba Antonio: "¿Qué debo hacer?" Le respondió el anciano: "No confíes en tu justicia, ni te preocupes por las cosas del pasado y contiene tu lengua y tu vientre.

Dijo abba Antonio: "Habéis de tener siempre ante los ojos el temor de Dios. Acordaos de quien da la muerte y la vida. Tened odio al mundo y a todo lo que está en él. Renunciad a esta vida, para vivir para Dios. Recordad lo que prometisteis a Dios; eso es lo que se os pedirá en el día del juicio. Sufrid el hambre, la sed, la desnudez, las vigiliias; entrísteceros y llorad, gemid en vuestros corazones; probaos si sois dignos de Dios; despreciad la carne, para salvar vuestras almas."⁴

En los círculos cenobíticos, el carisma específico de los organizadores de la vida común, como san Pacomio, por ejemplo, era establecer una *politeia* apropiada a un gran número de hombres. Era "común" en el doble sentido del término: relativa-

⁴ *Apophthegmata Patrum, colección alfabética*, ARSENIO 9; ANTONIO 6 y 33. Traducción castellana en *Cuadernos Monásticos* 33-34 (1975), 242, 236 y 240.

mente uniforme y relativamente normal, apropiada para el "hombre común"⁵. Juan Casiano describe tal estilo de vida con bastante detalle en sus *Institutiones*, empleando el término latino *conversatio*⁶. En realidad el propósito inmediato de las muchas reglas monásticas escritas a través de los siglos es asegurar la autenticidad de la *politeia*, *conversatio* o estilo de vida ascético de la comunidad. Antes que códigos legales, estas reglas son selecciones, sistematizaciones y aplicaciones de métodos de vida espiritual cuya eficacia para alcanzar un crecimiento espiritual ha sido probada por la experiencia. Un marco institucional no es necesariamente ajeno a estos métodos siempre que se lo use con inteligencia espiritual. Ciertamente, la vida común, de la que brota la institución es en sí misma una excelente técnica espiritual.

En cuanto a san Benito, la vida que él describe y para la cual legisla en su Regla, es la *conversatio* del monje, su camino preferido para el crecimiento espiritual por medio del cual espera purificar su corazón en la total dependencia de Cristo "y merecer así acompañarlo en su Reino" (RB Prólogo 50). El contenido de la *conversatio* del monje es, pues, un camino espiritual específico que incorpora diferentes métodos provechosos —como lo demuestra la experiencia— para el crecimiento en Cristo.

De este breve esbozo histórico podemos sacar dos conclusiones importantes. En primer lugar, el monje es alguien que adopta un programa ascético de vida como su particular camino espiritual en el viaje de retorno a su Creador. En segundo lugar, este programa de vida es el significado fundamental de la Regla de San Benito, que, a su vez, se encuentra en la base de la espiritualidad benedictino-cisterciense hasta el día de hoy. A partir de estos dos hechos, podemos ahora ver con mayores detalles qué métodos de espiritualidad se usan en esta corriente del monacato occidental.

C. Un triple camino

En las páginas que siguen desearía explicar la siguiente tesis, que no es precisamente nueva, pero que por otra parte no ha sido suficientemente explicitada o entendida: En el centro de la espiritualidad benedictino-cisterciense existe un sistema coherente y completo de crecimiento espiritual. Representa el fruto de muchos siglos de experiencia anterior y posterior a la redacción de la RB, y es un programa completo de vida centrado directamente en Cristo, que encierra en sí mismo tres métodos específicamente espirituales basados en la estructura interna de la existencia humana y que interaccionan dinámicamente entre sí en la vida del monje. Estos tres métodos son:

- la observancia monástica,
- la lectio divina,
- la humildad benedictina.

1. El arte espiritual

A su programa general de conversión monástica san Benito lo llama arte, *ars*

⁵ H. BACHT, "Antonius und Pachomius" en B. Steidle (ed.) *Antonius Magnus Eremita* (Roma, 1956, Studia Anselmiana 38), 71-82.

⁶ *Institutiones*, Praef., 4; I,2,4; IX,7; X,2.4.10.18; etc.

spiritalis, "arte espiritual", o mejor dicho, "el arte del crecimiento en el espíritu" (RB 4,75). El contexto de esta frase muestra que se refiere a todo el programa de vida practicado "incesantemente día y noche... dentro del recinto monástico" (4,76-78). El vocablo latino *ars* corresponde al griego *techne*, ciencia aplicada^{6a}. Esto indica por qué la RB se refiere al monje como a un obrero o técnico experto en el arte espiritual, el arte de la *conversatio* monástica.

En el capítulo sobre los "instrumentos del arte espiritual" (4,75), san Benito reúne muchos elementos aparentemente heterogéneos del método espiritual, no solamente las virtudes cristianas sino también prácticas corporales, con la disciplina mental y las disposiciones de espíritu necesarias para que estas observancias tengan el efecto buscado. El análisis de Dom de Vogüé⁷ ha demostrado que una especial preocupación de Benito en esta lista de instrumentos era añadir técnicas específicamente monásticas a la lista que aparece en la Regla del Maestro. Esta última compilación parece haberse inspirado en una espiritualidad laica más general.

De facto, existe una estrecha relación entre la presentación de estos instrumentos del arte espiritual y las descripciones de la *politeia* o métodos ascéticos de los Padres del desierto. Esto puede verse al comparar una práctica tal como la que se describe en RB 4,73 (Hacer las paces con los enemistados antes de la puesta del sol) con el siguiente apotegma de los Padres:

Abba Epifanio invitó a abba Hilarión a comer y lo convidó con pollo. Rehusó éste comerlo diciendo que jamás había comido carne desde el día que recibió el hábito monástico. Abba Epifanio replicó: "Pues yo, jamás he ido a acostarme por la noche sin hacer antes las paces con los hermanos con quienes había tenido alguna diferencia durante el día". Abba Hilarión reconoció: "Tu *politeia* es mejor que la mía"⁸.

Es verdad que puede no existir dependencia literaria directa entre este incidente y el texto de la RB, ya que ambos podrían depender de Efesios 4,26, pero la similitud del género literario y el mensaje espiritual es obvia. También es notable esta relación en el vocabulario usado por abba Pastor y adoptado por la RB:

Postrarse en la presencia de Dios, vencer el orgullo, rechazar la voluntad propia, estos son los instrumentos con los que el alma realiza su trabajo⁹.

En el siglo XII los diversos instrumentos del arte espiritual eran conocidos como "ejercicios" o "disciplinas", y se hizo la distinción entre los que eran más corporales (observancias exteriores) y los más espirituales (lectura, meditación, oración y contemplación)¹⁰. Los comentaristas modernos de la RB han destacado el Oficio Divi-

^{6a} J. LECLERCQ, "Note sur la tradition monastique d'occident" en *Collectanea Cisterciensia* 33 (1971) 102.

⁷ *op.cit.*, T.IV, 126-127 y 207.

⁸ *Apophth. Patrum*. EPIFANIO 4, citado en G. COLOMBAS, "La espiritualidad..."; 555.

⁹ *Vitae Patrum* 5, 15, 34; citado por DE VOGUE, *op.cit.*, T.IV, 188.

¹⁰ J. LECLERCQ, *loc. cit.* y B. OLIVERA, "Nota sobre el arte espiritual de la tradición benedictino-cisterciense" en *Cuadernos Monásticos* 30 (1975), 102-110, con las citas de San Bernardo de Claraval, Guillermo de San Thierry y San Elredo de Rievaulx allí indicadas. Agradezco al P. Olivera su ayuda en la preparación del

no¹¹, la oración interior^{11a}, la estabilidad y separación del mundo^{11b}, los grados de humildad¹², o la vida cenobítica^{12a} como métodos fundamentales de la espiritualidad benedictina.

San Benito no sistematiza su arte espiritual de manera tal que pueda satisfacer los deseos que experimenta el hombre moderno de un método espiritual seguro y bien determinado. Donde más se aproxima a esto es en los grados de humildad, con sus tres elementos básicos de obediencia, humillación interior y silencio como pasos en un recorrido desde el temor del Señor hasta la caridad perfecta (RB 7). Los comentaristas han subrayado con razón la importancia de estos grados de humildad en la vida espiritual, pero su lugar en el programa total de la vida benedictina no ha sido claro. ¿Cuál es su relación con la disciplina corporal de las observancias y la espiritual de la *lectio divina*? Esta pregunta no es nueva. Es fundamentalmente el mismo punto que estaba en discusión cuando Pedro el Venerable acusó amablemente a los primeros cistercienses de dar mayor importancia al cuerpo que al espíritu¹³.

Parece que la mejor manera de responder a esta pregunta es decir que hay tres tipos diferentes y complementarios de técnicas espirituales que actúan dentro de la vida descrita por la RB: la humildad de corazón tal como se la esboza en los capítulos 5-7 y 71-72; las observancias monásticas tradicionales tal como son propuestas a lo largo de la Regla; y la *lectio divina*, con la *meditatio* y *oratio* que

presente artículo, como también al P. Robert Thomas de Sept-Fons, a la M. Cristiana Piccardo de Vitorchiano y al P. Joseph Chu-Cong de Spencer por sus críticas y sugerencias.

¹¹ P. DE PUNIET, "Benoit et Bénédictins" en *Dictionnaire de Spiritualité*, T.1, cc.1404-1408; I. SCHUSTER, *Saint Benedict and His Times*, (St. Louis, USA, 1953), 236; G. COLOMBAS, *San Benito...*, 107, 130 y 141.

^{11a} D. SYMPHORIEN, *La Règle de St-Benoît méditée* (Sept-Fons, 1909), 190-191 y C. PEIFER, *op.cit.*, 64-65, quien sigue aquí a J. Leclercq, "Caratteristiche della spiritualità monastica", en *Problemi e Orientamenti di spiritualità monastica, biblica e liturgica* (Roma, 1961), 327-336.

^{11b} H. VAN ZELLER, *The Holy Rule*, (New York, 1958), 21 y 81; PEIFER, *op.cit.*, 62-63.

¹² P. DELATTE, *Commentaire sur la Règle de Saint Benoît*, (Paris, 1913), *passim*; A. LE BAIL, *Analysis of the Rule of Saint Benedict*, (New Melleray, USA, mimeo.), I, 57 ss; G. BRASO, *Sentier de vie*, (Bellefontaine, 1974, hors commerce), 67-68.

^{12a} C. BUTLER, *Benedictine Monachism*, (London, 1919), 33-45; M. WOLTER, *The Principles of Monasticism* (St. Louis, USA, 36 ss.); B. STEIDLE, *Die Regel...*, 107 ss.

Esperamos el comentario doctrinal sobre la RB de A. de Vogüé. A juzgar su equilibrio y competencia habituales, su síntesis podría ser parecida a la siguiente formulación densa de P. ALURRALDE, *Tomando por guía el evangelio* (Buenos Aires, 1974), 50: "La oración: diálogo con Dios; la ascesis: diálogo con uno mismo; y la misericordia: diálogo con el hermano, son componentes complementarios y armónicos, que recapitulan y sintetizan su práctica monástica. Prescindir de uno de ellos en beneficio o desmedro de los otros, es atentar contra el todo y dar pie a nuevas herejías o a absurdas acrobacias espirituales."

¹³ Cf. PL 189, 116 ss. La traducción castellana de una parte de esta carta se encuentra en C.J. NESMY, *San Benito y la vida monástica* (Madrid, 1963) 154-159. Ver también los textos de San Anselmo y de Juan de Fécamp citados en P. SALMON, *L'ascèse monastique et les origines de Cîteaux*, en *Mélanges Saint Bernard* (Dijon, 1954) 272 ss.

conduce a la *contemplatio*, tal como fue desarrollada en la experiencia y en los escritos monásticos posteriores. Las demás técnicas ascéticas en la espiritualidad benedictino-cisterciense parecen quedar incluidas en estos tres métodos generales que, tomados en su conjunto, forman la *conversatio* benedictina.

Estos tres métodos generales constituyen la segunda de las tres acepciones posibles del método espiritual en la vida benedictina: el programa total o modo de vida —estilo de vida— (*conversatio*); los tres métodos generales de espiritualidad que especifican este estilo de vida (*disciplina corporalis, lectio y humilitas*); y las técnicas concretas o elementos de los que se componen los tres métodos más generales (*instrumenta*). Para mayor claridad, en el presente trabajo restringimos el uso de la palabra "método" a los tres ejercicios más generales que nos interesan más directamente. También es necesario señalar que la fe, la esperanza y la caridad, como virtudes teologales, y la prudencia, el discernimiento o la "discreción, madre de las virtudes" (RB 64,19) no son, estrictamente hablando partes de métodos espirituales sino más bien sus principios rectores. Los métodos de espiritualidad brotan de ellas y no vice-versa.

2. Contexto doctrinal

Cuando hacemos la distinción entre tres disciplinas generales dentro del ascetismo benedictino-cisterciense, debemos tener cuidado, como dije más arriba, de no proyectar en el autor de la RB una mentalidad sistemática más propia del siglo XII que del VI. San Benito no era un teórico sino un padre espiritual y un legislador con un excepcional don para sintetizar las diferentes líneas de la tradición monástica cristiana en un todo apto para ser vivido. Sin embargo, hay dos factores importantes que han intervenido para impedir una apreciación más clara de esta *conversatio*. Estos factores están interrelacionados: la carencia, dentro de la espiritualidad occidental, de una común visión de la existencia humana, y el énfasis que el Occidente pone en la ley y el orden extrínsecos más bien que en el valor y el crecimiento intrínsecos. Por consiguiente, para entender más adecuadamente la naturaleza de los métodos de espiritualidad en la vida benedictina, será útil estudiar primero su justificación antropológica, y luego sus fundamentos teológicos.

a. El horizonte antropológico

En realidad, existe en la tradición monástica una cierta visión del hombre que ha llevado a un modo común de expresar el arte del crecimiento espiritual. Esta visión es el resultado del interés del monaquismo en *todo el hombre*. Se ve al hombre como dependiendo totalmente de la palabra de Dios a él dirigida en Jesucristo. La palabra repercute en las diversas partes de su ser.

El verdadero desarrollo humano es un proceso de creciente purificación y unificación de todo el ser del hombre por esa Palabra. Todos los diferentes planos de la existencia humana deben ser asumidos y nuevamente centrados bajo Cristo cabeza, de manera que el hombre pueda trascenderse en una creciente transparencia del cuerpo hacia el alma y del alma hacia la verdad y el amor. Este proceso de integración y de interpenetración recibirá diversos nombres: "divinización" en la tradición oriental, "transformación" más comúnmente en Occidente, "unidad de amor" en, Casiano

(Conf. 10,7), las "cimas de doctrina y virtud" en san Benito (RB 73,9)¹⁴, "unificación de espíritu" en los cistercienses del siglo XIII.

Si nos preguntamos de qué manera expresan los escritores monásticos su visión de todo el hombre, nos encontramos con que usan siempre una triple descripción de la existencia humana, correspondiente a la tricotomía, *corpo*, *alma* y *espíritu* que san Pablo aplica a la vida cristiana en su primera carta canónica (1 Tes 5,23). Si bien Pablo no tiene una antropología correspondiente, en el siglo III Orígenes no vacila en usar los términos equivalentes *soma*, *nous* y *pneuma* para explicar su doctrina del combate espiritual y los sentidos de la Sagrada Escritura¹⁵. Desde entonces, estas tres dimensiones del hombre han estado implícitas en el monaquismo cristiano. Se encuentran en la base de la formulación de Evagrio-Póntico en el siglo IV¹⁶, subyacen en las enseñanzas de Casiano en el siglo V¹⁷, y así constituyen una visión general del hombre que sirve de fondo para el programa espiritual ofrecido por la Regla Benedictina en el siglo VI. En el siglo XII fue Guillermo de Saint-Thierry quien mejor cristalizó y formuló esta antropología, utilizando con creatividad las intuiciones de Orígenes, Gregorio de Nisa y Agustín¹⁸.

Es muy importante entender a qué realidades se refieren estos y otros escritores para no confundirse por su diversa terminología. Por ejemplo, el término griego *nous* y el latino *mens* pueden significar ya las facultades intelectuales en su actividad discursiva normal, ya el ápice del alma o también una entidad más general que

¹⁴ Ver el interesante artículo de B. VIRALODE, "The Anthropology of RB", en *Cistercian Studies* 8 (1973), 122-140, que hubiera podido ser enriquecido con una referencia mayor a las fuentes de RB, como se intenta hacer en la presente sección. La RB, de igual modo que el Evangelio, no se limita a una sola antropología, con tal de que los distintos enfoques dejen lugar para la autotranscendencia. La visión de hombre que trato de presentar aquí (cuerpo-mente-espíritu) es, de hecho, la más común en la tradición occidental, explica mejor la triple disciplina de la RB y se abre mucho más a las dimensiones subjetivas del crecimiento espiritual que otras sistematizaciones, como los enfoques más objetivos de Viralode (espacio-tiempo-sociedad) y de Alurralde (Dios-yo-hermano). Ver más arriba, nota 12a. Sin embargo, la razón fundamental para preferir el enfoque más subjetivo, a pesar del peligro de individualismo, consiste en que, una vez abrazada la vocación monástica, las tensiones entre el sujeto (el monje) y el objeto (otras realidades) se resuelven solamente por un cambio en el sujeto, una transformación de la conciencia por medio de la humildad y el amor.

¹⁵ Ver los textos y el comentario en H. DE LUBAC, *Histoire et Esprit*, (Paris, 1950), 150-166; *idem.*, *Exégèse Médiévale* (Paris, 1959), I, 193-237; H. CROUZEL, *Théologie de l'image de Dieu chez Origène* (Paris, 1956), 130-137; *idem.*, *Origène et la Philosophie*, (Paris, 1962), 61. Para una buena síntesis de esta visión tri-dimensional del hombre, ver L. BOUYER, *Introducción a la vida espiritual* (Barcelona, 1964), 173-187.

¹⁶ P.e., *De oratione* 63. 101. 132. Ver I. HAUSHERR, *Les leçons d'un contemplatif* (Paris, 1960), 137 y H.U. VON BALTHASAR, "The Metaphysics and Mystical Theology of Evagrius", en *Monastic Studies* 3 (1965), 185-192. El original alemán está en *Zeitschrift für Askese und Mystik* 14 (1939), 33-44.

¹⁷ *Conferencias* 4, 19-20 refleja la doctrina y la terminología de Evagrio, indicando su relación con las tres renunciaciones de la *Conferencia* 3, 6-10. Para la doctrina de Casiano sobre "el centro del corazón" (*principale cordis*), ver V. CODINA, *El aspecto cristológico en la espiritualidad de Juan Casiano*, (Roma, 1966), 67-69.

¹⁸ GUILLERMO DE SAINT THIERRY, *Carta de oro* (Madrid, 1967), nn.22-24, pp. 52-55, y *passim*. Ver L. BOUYER, *La spiritualité de Cîteaux* (Paris, 1955), 120-134.

incluye estas dos dimensiones. Aún un mismo autor, como Orígenes¹⁹, se refiere al ápice del alma como *pneuma* o como *nous*, o también como *hegemonikon*, el centro del corazón. En el siglo XII, quince años después de la formulación de Guillermo de Saint-Thierry, Isaac de la Estrella prefería usar los términos *ratio*, *intellectus* e *intelligentia* para distinguir estos diferentes planos de las potencias espirituales del hombre²⁰.

Esta imprecisión de la terminología demuestra la complejidad (¿o tal vez la simplicidad?) del asunto que estamos tratando y el gran interés que despertó en el curso de la historia de la espiritualidad occidental. La raíz del problema es la vocación trascendente del corazón humano. Como dice Henri de Lubac, la tricotomía de cuerpo, alma y espíritu "sólo puede ser entendida en la perspectiva de una antropología dinámica y no como la estática descripción de una esencia. De suerte que no es incompatible con la clásica distinción cuerpo-alma"²¹. Esto resulta evidente de modo especial en la manera como san Bernardo de Claraval centra su visión del hombre en el uso o abuso del libre albedrío. El dinamismo de su espiritualidad implica una visión moral del mundo más bien que una ontológica, o mejor aún una fusión de ambas. Por eso, dentro de la acostumbrada división cuerpo-alma, pone el acento sobre una dualidad más honda en el alma misma; el *libre albedrío* que puede tornarse "voluntad propia" y conducir al hombre hasta una región egoísta de desemejanza con Dios, y una *libertad respecto al pecado* que es la "voluntad común" en la cual se halla la perfecta semejanza y en la cual el amor puro vacía el alma de pecado y de la ilusoria personalidad de la voluntad propia para embriagar al hombre sacándolo de sí mismo en la unidad de espíritu con Dios²².

¹⁹ *Comm. in Jo. XIII*, 6 Cf. H. CROUZEL, *Origène et la Connaissance mystique* (Paris, 1961), 486.

²⁰ ISAAC DE LA ESTRELLA, *De Anima VIII-XX*, PL 194,1880 A — 1887 A. Ver B. MC GINN, *The Golden Chain* (Cistercian Studies Series 15, Spencer-Washington, 1972), 153-177 y 197-227.

²¹ *Histoire et Esprit*, 157.

²² Ver SAN BERNARDO, *De Gratia et Libero Arbitrio IV-X*, en *Sancti Bernardi Opera*, ed. Leclercq, Talbot et Rochais (Roma, 1957-1970), III, 172-191; *De Diligendo Deo X*, *ibid.*, 142-144, y *Sermo 3 in Resurrectione 3-5*, *ibid.*, V, 105-108. También E. GILSON, *La théologie mystique de Saint Bernard* (3ª ed.), (Paris, 1969), 61-79 y 150-152.

E. VON IVANKA, "La structure de l'âme selon S. Bernard", en *Anal.S.O.Cist.* 9 (1953), 202-208, ha mostrado cómo Bernardo se rehusaba a utilizar términos ontológicos para ubicar el lugar en el espíritu humano donde tiene lugar el matrimonio espiritual. Pero esto no niega la doctrina bernardina de una dualidad muy marcada en el uso de las potencias espirituales del hombre. La reticencia de Bernardo obedece a su deseo de subrayar la *gratuidad* de toda experiencia verdaderamente mística, por una parte, y por otra la necesidad de la *preparación moral*. En todo caso, es importante reconocer que la dimensión de "espíritu", independientemente de las palabras en que se expresa, revela y realiza la *pujanza ontológica substancial* del hombre entero hacia la autotranscendencia en el amor. Los resultados son la unidad interior y la "libertad de la propia miseria", indicadas por BERNARDO en *De Gratia et Libero Arbitrio*, 11-15, *loc.cit.*, 173-177.

¿En qué consiste esta entidad que llamamos "espíritu", esta dimensión del hombre? En sí misma, es el lugar interior donde se encuentran juntos el amor y la verdad, el ser y el hacer, la ontología y la moral. Parece ser principalmente una *capacidad receptiva*, una apertura del ser humano a una vida trascendental, lo que

En siglos recientes se ha precisado más esta triple descripción de la existencia humana, gracias en parte a la enseñanza escolástica de una distinción real entre el alma y sus facultades^{2,3}. Siguiendo a Sto. Tomás, san Juan de la Cruz se refiere a la "sustancia del alma", distinta tanto de su parte sensorial como de sus facultades espirituales (intelecto, voluntad y memoria). Es el "centro más profundo" del alma que —así lo explica él— se puede alcanzar por el amor^{2,4}.

En nuestros días, el análisis de Jung, por su parte, ha mostrado que existe un principio unitivo e integrador de la facultad humana, del pensamiento consciente, es decir, su "ego" intelectual y su "naturaleza" biológica instintual que incluye su vida emocional y colectiva inconsciente. Este principio regulador interno es llamado "espíritu". Su actividad depende no tanto de acontecimientos pasados, como sucede con la del intelecto o las emociones, sino de una intencionalidad intrínseca, cuya finalidad es la completa personalización por encima o por debajo del ego, el poner al descubierto el verdadero yo ("individuación")^{2,5}. Los conceptos de Jung son sorprendentemente similares a los de san Bernardo, aunque la terminología es diferente. La "persona" de Bernardo corresponde al "ego" de Jung que ha de ser trascendido a fin de encontrar la Realidad Última, lo que Jung llama "el verdadero yo".

Los enfoques y la terminología de Tomás de Aquino, Juan de la Cruz y Jung son importantes para la espiritualidad benedictino-cisterciense. Además de su valor intrínseco, han influido en varios autores modernos especialmente en Tomás Merton, cuya contribución esencial a la espiritualidad monástica se verá con el tiempo que ha sido la incorporación de los mensajes del personalismo existencial, la psicología moderna y el misticismo no-cristiano a la gran corriente de la vida monástica de Occidente. Y esta integración viva se obtiene por el común denominador de la "identidad", "nuestro verdadero yo, en la divina imagen", como el camino necesario para la unión con

KARL RAHNER llama "potentia oboedientialis" en *Oyente de la Palabra* (Barcelona, 1967), *passim*. Es una capacidad de ser herido (*affici*) y de darse integralmente (*excedere*) a Dios y a los hombres desde el centro del alma (*spiritu mentis*). Es también, y en segundo lugar, una *capacidad operativa* latente en el ser humano, que puede orientar y unificar todos los otros poderes humanos y así se expresa a través de ellos. Sea como receptor sea como operante, el espíritu es llamado a menudo la "conciencia", como en RB 7,35, y en san Bernardo. *Conscientia* en Bernardo es el equivalente a *pneuma* en Orígenes. Ver los textos citados por P. DELHAYE, "La conscience morale dans la doctrine de S. Bernard", en *Anal. S.O.Cist.* 9 (1953), 209-222. Este hecho no se tiene suficientemente en cuenta en el artículo de von Ivanka, ni en el de Viralode (nota 14, más arriba).

^{2,3} Cf. STO. TOMAS DE AQUINO, *Summa Theol.* I-II, 110, 4 ad 1.. También B. MC GINN, *op. cit.*, 141-145.

^{2,4} Ver *Llama de amor viva*, I, nn.9-17. Los comentaristas modernos, como K. KAVANAGH y O. RODRIGUEZ, *The Collected Works of St. John of the Cross*, (Washington, 1973), 572, indican con cuidado que, según san Juan, la unión con Dios en el amor "consiste en una transformación de orden operativo. Por eso es importante entender correctamente el sentido en que san Juan habla de una unión en la substancia del alma. Utiliza la palabra 'substancia' de varias maneras, lo que exige que, al buscar determinar en cada caso el sentido correcto, prestemos mucha atención al contexto". El mismo san Juan muestra la variedad de grados en este punto centrado del espíritu, *loc. cit.*, nn.9-13.

^{2,5} Ver C.G. JUNG, *On Psychic Energy*, en *Collected Works* (Bollingen Series XX, Princeton, USA, 1969), 8, 51-59. Para una síntesis, ver J. JACOBI, *The Psychology of C.G. Jung* (London, 1973), 5 y 62.

Dios²⁶. Uno de los mejores comentaristas del pensamiento de Merton lo ha expresado muy bien:

"Para Merton, el monje es una persona que busca continuamente a Dios y que, por una transformación interior, se esfuerza por alcanzar una profundización de la conciencia de su verdadero yo en la presencia de Dios... Tal concepto aparece muy similar a lo que los primeros padres monásticos incluían en su concepto de la "pureza de corazón" o de la entrega total del hombre a Dios por la renuncia a todas las falsas imágenes de su yo"²⁷.

Evidentemente queda todavía amplio margen para una mayor experiencia y reflexión sobre el sentido de los términos cuerpo, alma (mente) y espíritu, con el estudio de su empleo por diversos escritores²⁸. Pero nuestro breve examen de los autores monásticos demuestra la sólida tradición de una tricotomía dimensional en el hombre basada en el hecho de, que las actividades racionales no agotan su dimensión espiritual. Más allá, por debajo o por arriba de las potencias discursivas del hombre, existe un principio de trascendencia y unificación, el centro de su ser del cual brotan a la vez el cuerpo y el alma como expresiones entrelazadas de una realidad interior y en el cual se encuentran en una llama que se abre al Espíritu de Dios. En lenguaje bíblico, este más profundo centro y principio de integración es el "corazón", el punto central donde se originan los afectos y el conocimiento del hombre. De la abundancia del corazón "habla la boca" y cada hombre muestra lo que es (Mt 12,34-35). San Pablo usa los términos "corazón" y "espíritu" para indicar la más preciosa de las realidades humanas, probablemente a fin de hacer resaltar su connaturalidad con el Espíritu de Dios (Rom 5,5 y 8,5-16).

Los autores espirituales que hemos mencionado se refieren muy frecuentemente a las tres dimensiones del hombre en relación con diversas etapas del itinerario espiritual. Lo que nos interesa acá, sin embargo, no es tanto la secuencia cronológica de las diferentes etapas de crecimiento como los *métodos de espiritualidad que subyacen a lo largo del proceso* en grados diversos. Se trata de los procedimientos interrelacionados por medio de los cuales una persona puede pasar —o disponerse a pasar— desde el amor de sí hasta la perfección del amor oblativo y la experiencia de la Realidad Última. Ahora estamos en condiciones de comprender con mayor claridad estos procedimientos, después de haber examinado la naturaleza tripartita del hombre, que constituye, por decirlo así, el cauce de la vida benedictina. Por eso podemos distinguir dentro del programa general ofrecido por la espiritualidad benedictino-cisterciense estos tres ejercicios o métodos más específicos de crecimiento espiritual y su relación con los tres principales niveles de la existencia humana:

1. Las observancias monásticas integran la dimensión corporal del hombre.
2. La lectio divina integra la actividad intelectual del hombre.

²⁶ T. MERTON, *El hombre nuevo* (Barcelona, 1966), 62-75. Ver su *Zen and the Birds of Appetite* (New York, 1968), *passim*. Este importante librito no ha sido todavía traducido al castellano.

²⁷ J. HIGGINS, *Merton's Theology of Prayer* (Cist. Studies Series 18, Spencer, 1971), 33.

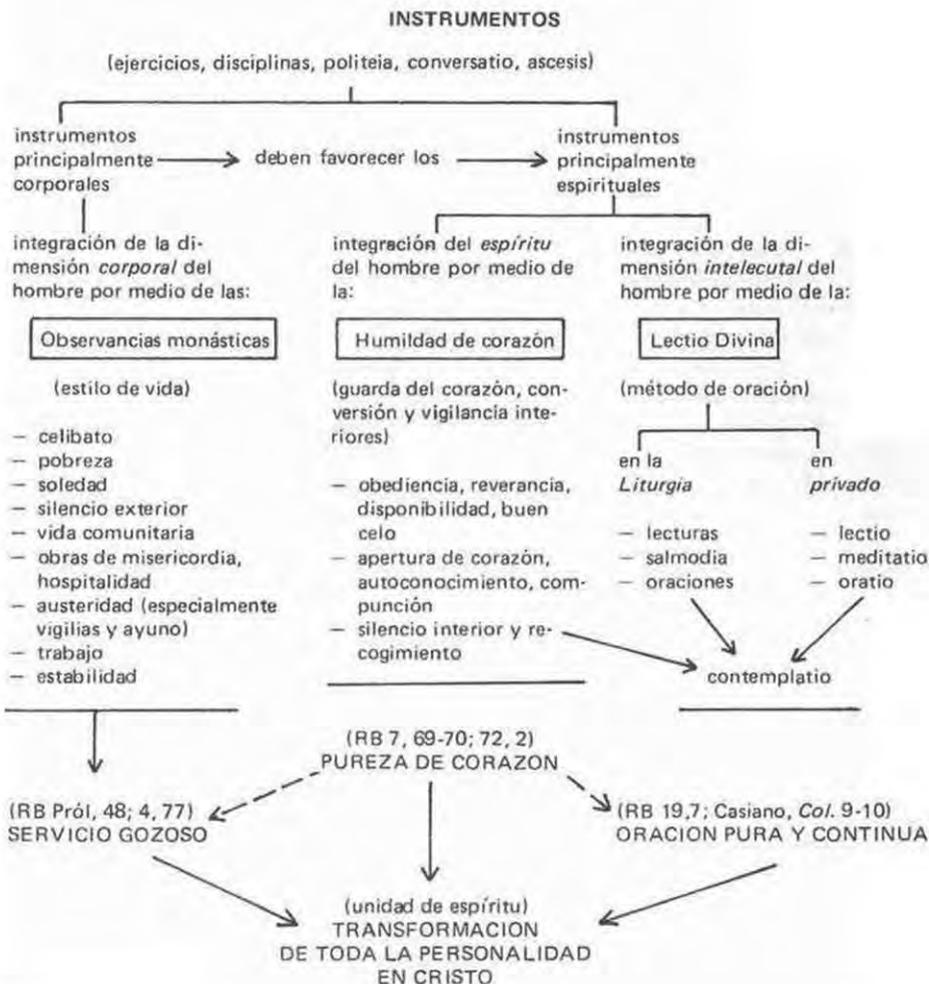
²⁸ Lamento no haber podido consultar un nuevo ensayo sobre toda esta materia por B. DE GERADON, *Le coeur, la langue, les mains. Une vision de l'homme* (Paris, 1974).

3. La humildad benedictina integra el espíritu del hombre y dispone a todo el hombre para su unidad con el Espíritu de Dios.

El diagrama adjunto trata de ofrecer una presentación sintética de estas tres dimensiones del arte espiritual benedictino con sus componentes respectivos, y mostrar algo de su interrelación y finalidad.

ESQUEMA DE LOS METODOS ESPIRITUALES EN LA VIDA BENEDICTINA

—Los elementos o instrumentos de este arte espiritual constituyen tres métodos generales de integración personal, que corresponden a las expresiones fundamentales de la personalidad humana. Deben usarse “con prudencia y caridad” (RB 64,14), a fin de que su objeto (la pureza de corazón) y su fin (la vida eterna o transformación en Cristo) sean alcanzados.



b. Fundamento teológico

Tomados en conjunto con los elementos concretos que los componen, estos tres métodos constituyen una técnica completa de crecimiento en Cristo. Pero no es una técnica automática ni de corta duración. Es una triple técnica que respeta tanto los ritmos más profundos de la vida humana, según acabamos de ver, como la libertad soberana del Espíritu Santo, el único que puede llevar a su perfección la vocación del hombre a la unidad. Dicha técnica corresponde estrechamente a esos dos polos de orientación y sirve como de enganche entre ellos ya que sana las divisiones internas causadas por el pecado.

Estos tres métodos benedictinos, precisamente por dicha función de unir al hombre con Dios, se convierten en el modo peculiar que tiene el monje de responder a y participar de la triple actividad salvífica de Cristo, Rey, Profeta y Sacerdote. Así, el monje sirve "a Cristo, el verdadero rey, empuñando las fuertes y preclaras armas de la obediencia" (RB Prol. 3), escucha "con oídos atentos la voz deífica" (prol. 9) y corre hacia su tabernáculo espiritual "con dilatado corazón y una inefable dulzura de dilección" (Prol. 49). Fundamentalmente, sin embargo, este triple camino está basado en el ritmo de la vida trinitaria del Reino de Dios: la fidelidad en el servicio del Padre se abre en una creciente apertura a la Palabra y una más honda dependencia de la acción del Espíritu. Se trata de crear una atmósfera, un ambiente divino, que es exterior al monje por la observancia monástica, y a la vez, interior, por la *lectio* y la humildad, que expresa y promueve esta apertura hacia las Personas divinas^{28a}.

Dentro de esta atmósfera general de transparencia de Dios hay espacio para una considerable libertad de espíritu. Se ha señalado, y con mucha razón, que la espiritualidad benedictino-cisterciense, contrariamente a la de las tradiciones monásticas orientales, acentúa más el estilo general de vida que el detalle de las disciplinas del cuerpo y de la mente²⁹. Sin embargo, cuando se trata de la transformación del hombre en su integridad, todo se halla íntimamente relacionado. La experiencia

^{28a} Ver la obra atribuida frecuentemente al BTO. GUERRICO DE IGNY, *De Languore Animae Amantis*, I, in D. Dewilde, *De Beato Guerrico eiusque Doctrina de Formatione Christi in nobis* (Westmalle, 1935), 189; traducción castellana en *Cistercium* 9 (1957), 251. La vida emotiva, tanto consciente como inconsciente, es el denominador común entre lo que aquí se llama "cuerpo" y lo que muchos autores medievales, siguiendo a san Agustín, llamaron la "memoria", la imagen de Dios Padre en el hombre. Es otro ejemplo de la necesidad de experimentar de nuevo una doctrina espiritual clásica, de repensarla y expresarla otra vez bajo la luz de una renovada antropología.

En particular, R. JAVELET, *Image et Ressemblance au douzième siècle*, (Chambéry, 1967), I, 20-26, muestra la necesidad de incorporar más el cuerpo en la doctrina de la imagen divina en el hombre, siguiendo en esto a la Biblia y a los primeros Padres de la Iglesia, como Ireneo: "El influjo griego hará excluir el cuerpo e incluso el alma de la imagen de Dios, que residirá solamente en la parte contemplativa del espíritu". (ibid., 21). Para otra explicación trinitaria de la tricotomía cuerpo-alma-espíritu, en un contexto más contemplativo que metodológico, ver SAN BERNARDO, *De Gradibus Humilitatis*, VIII, 23, en *Opera* III, 34-35.

²⁹ Cf. P. RYAN, "Lectio Divina as a Spiritual Way", en *Monastic Exchange* 5 (1973), 99-101: "Lo que caracteriza nuestra tradición benedictino-cisterciense es que tenemos un ambiente fijado en detalle, con un camino espiritual flexible, mientras que la mayor parte de las tradiciones tienen un ambiente flexible con un camino fijado en detalle".

enseña que cuando uno u otro elemento de los tres métodos generales en la vida benedictina es excesivamente descuidado o excesivamente acentuado, todo el proceso de crecimiento sufre. En realidad los diferentes movimientos y reformas dentro de la espiritualidad monástica a través de los siglos han tenido por objeto restablecer un sano equilibrio entre los diversos elementos. Este equilibrio, el famoso "equilibrio benedictino", no es un fin en sí sino un medio para la completa integración y una experiencia de Dios más completa. Por eso es importante entender el propósito de los tres métodos que actúan recíprocamente entre sí. Lo que sigue es una breve presentación de sus puntos principales a la luz de los principios que acabamos de ver.

3. *Observancia monástica*

Hay muchos modos posibles de enumerar los *exercitia corporalia* básicos que constituyen los elementos externos del estilo de vida benedictino-cisterciense. A veces, por un deseo de simplificación, han sido reducidos a las tres L: liturgia, labor (trabajo) y lectio, los tres goznes del horario benedictino. La liturgia (*Opus Dei*) y la lectio (salmódia y lectura) han de tomarse en su aspecto externo de observancias más bien que como un método interiorizado de oración. Pero otros elementos como la soledad, el ayuno y las vigiliass han de ser también incluidos evidentemente, y por supuesto la pobreza, la castidad y la estabilidad. Es importante considerar que éstas son las disciplinas corporales fundamentales de la vida monástica, y no los detalles de un código de prescripciones, costumbres o usos. Son las únicas observancias sin las cuales el estilo de vida no conduciría a la transformación para la cual la vida benedictina o cisterciense trata de preparar.

La vida común, si bien contiene en sí un misterio especial de la presencia de Cristo (Mt 18,20) es también una disciplina y muy importante, y debería dar una tonalidad cenobítica de diálogo, amistad, misericordia fraterna, compenetración y celebración a todo el complejo de oración, humildad y prácticas ascéticas. Igualmente, la humildad y las otras obras corporales de misericordia (RB 4,14-19, 36,1, 53,1) tienen resonancias espirituales especiales aunque ellas también deben ser integradas dentro de los horizontes más amplios de la espiritualidad benedictina o cisterciense. La actitud interior que es la fuente de esta caridad fraterna es llamada "el buen celo" en RB 72. Como tal, es un componente de la humildad de corazón, según veremos más adelante.

Uno de los frutos importantes de la renovación monástica contemporánea es haber mostrado el valor intrínseco de las observancias ascéticas, en oposición al énfasis puesto sólo en su severidad o su conformidad material con éste o aquel fragmento de la legislación monástica. De esta manera se está produciendo el paso de una espiritualidad de formas externas a una de valores vividos. Como un medio para esto, una teología de cada uno de los elementos podría escribirse y ha sido escrita³⁰. Vistos en conjunto, como un método espiritual general, su intención precisa es expresar a nivel del cuerpo la constelación de valores espirituales que son nutridos por la vocación monástica de acuerdo con el principio general de la sacramentalidad y de la Encarnación. En el proceso, llegan a ser una imitación externa y una extensión de

30 P.e., A. LOUF, *Seigneur, apprends-nous à prier*, (Bruselas, 1972).

la vida histórica de Cristo. Mirando hacia el futuro, anticipan la subordinación de toda la creación al Reino del Padre.

Especialmente a nivel de estos ejercicios corporales el arte espiritual benedictino puede integrar ciertas prácticas del Yoga y del Zen. Esto, sin embargo, hace surgir el problema muy interesante de la relación de éstas y de todas las observancias monásticas con los elementos inconscientes de la *psyché* humana. Los ejercicios del Yoga, por ejemplo, parecen estar directamente basados sobre el orden interno de la *psyché*, que sin embargo puede no ser el mismo para los occidentales y para los asiáticos³¹. Sin desarrollar aquí este punto importante, debemos reconocer que es un aspecto insuficientemente elaborado de las observancias corporales, que podría despertar un renovado aprecio por estas fundamentales disciplinas corporales que abarcan lo que Casiano llamó "la primera renuncia" (Conf, 6-7), el primer método espiritual general que el monaquismo benedictino puede ofrecer.

4. *Lectio Divina*

El segundo método general es la *lectio divina*. Es importante porque constituye la tradicional pedagogía monástica de la oración³². La explicitación de la secuencia *lectio-meditatio-oratio-contemplatio*, fue la obra de las generaciones que siguieron a S. Benito, aunque hay una referencia a cada uno de estos cuatro elementos en la RB. Esta elaboración gradual es un buen ejemplo del fenómeno general del desarrollo, a partir de un método implícito —un esquema repetido de actos humanos que tienden al mismo fin—, a un método explícito—, un modo sistemático de obrar³³.

De acuerdo con esto, el monje, creado y llamado por la palabra de Dios, después de escuchar o leer esta Palabra llega a asimilarla activamente. Para esto usa su imaginación y sus facultades discursivas, pero sobre todo la repetición vocal o meramente mental de una palabra o de una frase, *ruminatio*. Esta forma de meditación simple se transforma casi naturalmente en un encuentro más directo, íntimo y personal con Dios, con Jesús, con la Virgen o con los Santos. Se convierte en su *propia* oración, la expresión espontánea de sus convicciones y sentimientos más profundos. El corazón se abre al Señor con gratitud y compunción, en súplica o adoración³⁴.

En este contexto, la contemplación es una experiencia generalmente breve pero intensa de la acción íntima de Dios que unifica todo el ser, espíritu, pensamientos y emociones en un centro del corazón que permanece desconocido y sin embargo

³¹ Hay mucha literatura sobre este tema. Ver la Introducción de C.G. JUNG a D.T. SUZUKI, *An Introduction to Zen Buddhism* (New York, 1961), 24-27. También M. MAUPILIER, *Le Yoga et L'homme d'Occident* (Paris, 1974).

³² Cf. U. BERLIERE, *L'ascèse bénédictine des origines à la fin du XII siècle* (Paris-Maredsous, 1927), 169-233; J. LECLERCQ, *Cultura y vida cristiana* (Salamanca, 1965), 24-28 y 93-95; "Anónimo cisterciense del siglo XII: Lectio - Meditatio - Oratio", en *Cistercium* 24 (1972), 97-101; GUILLERMO DE SAINT THIERRY, *op.cit.*, I, nn.69-71, pp.85ss.

³³ Esta distinción es desarrollada por B. LONERGAN, *Method in Theology*, (New York, 1972), 4-6.

³⁴ Cf. CASIANO, *Conferencias* 9, 9-15, y GUILLERMO DE SAINT THIERRY, *op.cit.*, I, n.109, p.109. Son mejores la terminología y las descripciones de Guillermo. Para mayor claridad, llamo aquí "adoración" lo que él llama "oración".

experimentado. Es la "oración pura" de la cual hablan Casiano (Conf 9,15) y S. Benito (RB 20), un contacto privilegiado, generalmente en la oscuridad del verdadero yo en su apertura a Dios.

Mientras que la *oratio* es el desbordar del corazón sobre las facultades discursivas, la *contemplatio* implica una cierta inmersión profunda de esas facultades en el corazón. Es un don gratuito de Dios, una forma del *excessus* al cual se refiere S. Bernardo al describir el paso desde el amor a sí mismo hasta el amor divino, una pérdida temporal de la posesión completa en aras de la unificación³⁵. La *ruminatio* pacífica de una palabra o de una frase inspirada parece disponer mejor para ella que una *meditatio* discursiva. Esta tiende generalmente a una u otra forma de *oratio*. Como frecuentemente lo señala Casiano (Conf 9,2-8; 10,6-14) el crecimiento en la oración y en la contemplación es un ejemplo claro de cómo las distintas dimensiones del ser humano, con sus respectivas disciplinas espirituales, actúan recíprocamente para ayudarse u obstaculizarse.

Este cuádruple método de oración también forma la base de la oración litúrgica de la comunidad³⁶ y constituye el ritmo subyacente de la mayoría de los métodos suplementarios de la oración personal, como son la oración compartida, la oración de Jesús y la meditación trascendental. Parece reflejar la estructura fundamental del conocimiento humano en su gradual interiorización de la verdad³⁷. Así, el monje cristiano a través de la *lectio* y la oración vuelve a recorrer el camino por el cual la palabra de Dios llega hasta él. Pasa a través de los significados de la Palabra escrita, hablada y vivida para llegar a la misma experiencia personal de la filiación salvadora de Cristo en la que las Escrituras fueron escritas³⁸. Este contexto teológico que explicita la propia substancia de la fe cristiana, es la característica propia de la oración benedictina. En el pasado evitó que la *lectio* monástica fuera meramente una observancia externa más. Parece que hoy en día es particularmente importante para evitar que la contemplación se convierta en un puro juego psicológico.

5. Humildad

Los capítulos 7 y 72 de la RB son considerados con razón como el corazón de la Regla. Lo que allí se llama *humilitas* es el método principal que la vida benedictina ofrece como camino hacia Dios. Constituye el núcleo central de la espiritualidad benedictino-cisterciense. La naturaleza trascendente del espíritu, o corazón, que hemos señalado en la tricotomía cuerpo, alma y espíritu, explica por qué la humildad benedictina es la realidad que gobierna tanto las expresiones corporales como la vida de oración. Recientemente, Plácido Deseille lo ha puesto de relieve:

³⁵ P.e., SAN BERNARDO, *De Gradibus Humilitatis* VII, 21, en *Opera* III, 32-33, con el comentario de E.GILSON, *op.cit.*, 130ss.

³⁶ Cf. J. LECLERCQ, "Oración privada y oración pública", en *Cuadernos Monásticos* 7 (1972), 79-110, y A. DE VOGUE, "Le Sens de l'Office Divin d'après la Règle de S. Benoît", en *Rev. Asc. et Myst.* 42-43 (1966-7); traducción inglesa en *Monastic Studies* 7 (1969) 113-140.

³⁷ Ver B. LONERGAN, *op.cit.*, 9-20 y en *Collection* (New York, 1967), 221-239, con su descripción de los cuatro niveles de la conciencia: el empírico, el intelectual, el de juicio y el operacional.

³⁸ Ver D. STANLEY, "A Suggested Approach to Lectio Divina", en *The American Benedictine Review* 23 (1972), 439-455.

“Es extremadamente importante comprender que la vida espiritual es esencialmente la vida del corazón creado de nuevo por la gracia. No consiste en la educación de la sensibilidad, por altruista que pueda ser, ni en las convicciones a las que se llega por el razonamiento discursivo, aún cuando este uso de la razón es iluminado por los dones de la fe y es capaz de guiar a los hombres en las cosas del espíritu. La vida espiritual consiste más bien en los atractivos internos y los instintos escritos en el corazón por la gracia. Lejos de oponerse al movimiento espontáneo de nuestra verdadera naturaleza, estos atractivos interiores colman sus más profundas aspiraciones más allá de toda expectativa. Es obvio que si estos instintos de la gracia son auténticos siempre estarán en armonía perfecta con la enseñanza y las directivas establecidas exteriormente por aquellos que tienen autoridad sobre nosotros en nombre de Dios. Pero si el Espíritu no nos habla desde dentro, es inútil escuchar las verdades que se nos enseñan desde fuera. Es por esto que el cristiano que desea hacer progresos no debe constuir su amor a Dios y su búsqueda de la bondad sobre cimientos falsos, con gran dependencia de entusiasmos sensibles o razonamientos definidos. Por encima de todo es cuestión de descubrir esos instintos dentro nuestro, donde están secretamente presentes y activos. Es cuestión de dejar que tomen una posesión cada vez mayor de todo nuestro ser e integrar en ellos todos nuestros deseos y todos nuestros sentimientos. Así todo crecimiento en la vida espiritual podría ser definido como un ‘retorno al corazón’ *reditus ad cor*”³⁹.

La humildad es la que nos guía en este viaje de regreso, es la que nos descubre los falsos instintos en el corazón humano y encuentra las verdades escritas allí por la gracia. Este es el verdadero yo. Aquí el cristiano encuentra su identidad eterna como un hijo en el Hijo, según el Espíritu testifica a su espíritu humano.

El concepto de humildad de Benito se asemeja mucho al de la conversión bíblica, *metanoia*: un cambio de mentalidad que incluye ideas y conceptos pero que va más allá de ellos para alcanzar las raíces mismas de la existencia del hombre. Los grados de la humildad y del buen celo son, en realidad, grados de conversión del corazón, según se expresan en las realidades de la obediencia cenobítica, del conocimiento de sí mismo y del silencio⁴⁰. Quizá esta *humilitas* está expresada en la frase *tacite conscientia patientiam amplectatur* “el monje se abraza silenciosamente con la paciencia en el interior del corazón” (RB 7,35). Lo que se describe aquí es un espíritu disciplinado y plenamente humilde, de unión con el Cristo silencioso en su pasión y resurrección. Esta es la única vez que la RB utiliza la palabra *conscientia*, introduciéndola aquí en el texto de la Regla del Maestro para hacer resaltar la interioridad de

³⁹ *Principes de spiritualité monastique* (Bellefontaine, 1974, hors commerce), 38.

⁴⁰ Ver A. DE VOGUE, *La Communauté et l'Abbé dans la Règle de Saint Benoît* (Paris, 1961), 207-214. Para la conexión intrínseca entre la humildad y el buen celo, ver *ibid.*, 477: “Las promesas (de RB 72,2) deben ser subrayadas. Atribuyen a las relaciones fraternas los mismos efectos de purificación y de unión con Dios que las palabras finales del Capítulo 7 atribuyen a la humildad. Es decir, la ascesis monástica bosquejada en el capítulo sobre la humildad se enriquece ahora con una nueva dimensión”. El buen celo es fundamentalmente una extensión del cuarto grado de humildad, y vice versa.

la obediencia, substituyendo con ello el *interior cordis* que usa Casiano en un pasaje paralelo (Conf. 26,22)⁴¹.

Más que cualquier otra frase en la RB, ésta muestra la conexión esencial entre las expresiones de un buen celo humilde y una dimensión interior del espíritu humano que abraza en el amor lo que los sentidos exteriores y las facultades discursivas juzgan como locura. Muestra también cómo las mismas limitaciones y defectos de la propia comunidad forman parte del método espiritual benedictino para quien tiene oídos para oír. Tal espíritu verdaderamente convertido, la "pureza de corazón" de Casiano (Conf 1,4-11) la "comunidad de voluntades" de Bernardo⁴² y la "transformación de la conciencia cristiana" de Merton⁴³ es el fruto precioso de la vida monástica.

Surge aquí un interrogante: ¿El más profundo centro del hombre puede realmente ser sometido a un método espiritual? ¿No es más bien el corazón, como centro del verdadero yo, el que debería someter a sí todos los otros aspectos de la vida? Exactamente, ¿cómo se disciplina el espíritu humano por medio de la humil-

⁴¹ Cf. *idem.*, *La Règle de S. Benoit IV*, 343. Es peligroso fijar en detalle el sentido de "*conscientia*" en esta frase. Probablemente abarca la conciencia psicológica, la conciencia moral, y un cierto testimonio interior de la presencia del Espíritu Santo, puesto que se llegó a distinguir estos elementos sólo mucho más tarde en el pensamiento medieval. Ver P. Delhaye, *art. cit.*

El hecho de que *conscientia* indica con frecuencia el centro más hondo del ser humano, la fuente de actividad moral, intelectual y corporal, resalta en su descripción en la Constitución pastoral del Concilio Vaticano II sobre la Iglesia en el mundo moderno, *Gaudium et Spes* 16: "La conciencia (*conscientia*) es el núcleo más secreto y el sagrario del hombre, en el que éste se siente a solas con Dios, cuya voz resuena en el recinto más íntimo de aquella (*in intimo eius*)". La teología actual tiende a llamar este núcleo interior de la personalidad la "superconciencia", a fin de distinguirlo de lo que la teología escolástica llama la "conciencia": el juicio del intelecto acerca de la moralidad de los propios actos de la persona. Cf. A. HORTELANO, *Moral responsable*, (Salamanca, 1969), 64-95.

La interpenetración de los aspectos psicológicos y morales de la *conscientia* en las experiencias más profundas del espíritu se describe en SAN BERNARDO, *Super Cantica* 74-6, en *Opera II*, 243.

⁴² SAN BERNARDO, *ibid.* 71,10, en *Opera II*, 221: "Afirmamos que la unión entre Dios y el hombre se establece no por una fusión de dos substancias, sino por una plena conformidad de dos voluntades. Su unión consiste en esto: una comunión de voluntades y una plena conformidad (*consensus*) en la caridad".

⁴³ *Zen and the Birds of Appetite*, 75. Aquí está el aspecto psicológico de la multifacética realidad de *conscientia*, que hemos visto ya en RB, en san Bernardo y en el Vaticano II (notas 22 y 41, más arriba). Merton siguiendo aquí a los místicos renanos y al budismo zen, hace hincapié sobre un "suelo" interior del ser. La conciencia cristiana transformada es, ella misma, el yo verdadero. Para las diferencias entre esta conciencia inmediata de la unidad del ser y un mero conocimiento reflexivo del yo superficial, ver *ibid.*, 24-31. Para la compunción, y no la introspección, como método para alcanzar esta transformación de la conciencia, ver *idem.*, *Tiempos de celebración* (Barcelona, 1967), 73-75. Esto significa que, en la vida monástica, más vale la humildad continua que la observancia continua o incluso algunas formas de oración continua.

Más recientemente, W. JOHNSTON, *Silent Music. The Science of Meditation* (New York, 1974), distingue otro nivel de la conciencia transformada, más allá de la experiencia de la unidad del ser o, mejor dicho, dentro de ella: la "conciencia diferenciada" que percibe intuitivamente la unidad y la *diversidad* del ser. Esto es de capital importancia para la espiritualidad cristiana.

dad? Estas dificultades son tanto doctrinales como prácticas y su solución puede realzar considerablemente el valor de este método central de la vida monástica.

En sentido estricto, el corazón o espíritu puede ser disciplinado directamente sólo por Dios. El hombre lo purifica no directamente, sino sólo indirectamente. Esto es así porque su función es orientar, integrar y unificar todas las otras dimensiones del ser del hombre, actuando a través de las potencias del alma y del cuerpo que son distintas de él. Por esto es llamado por san Juan de la Cruz "la substancia del alma" y por Tomás Merton y otros "el punto virginal"⁴⁴. Así la purificación del corazón puede alcanzarse por tres caminos distintos pero complementarios:

1 — Seleccionando y alentando las acciones del cuerpo o de las potencias intelectuales que expresan mejor la orientación interior del hombre al seguimiento de Cristo.

2 — Eliminando lo más posible cualquier acción propia del cuerpo o de la mente, permitiendo que el vacío interior del espíritu del hombre, se abra al Espíritu Santo con una energía mayor y una libertad más total.

3 — Recibiendo en este estado de silencio obediente la acción del único que puede tocar, purificar y transformar directamente el ser más profundo del hombre, el Espíritu Santo.

Estos tres caminos distintos para disciplinar el corazón explican los distintos elementos de la humildad benedictina. La obediencia y el silencio corresponden respectivamente a los dos primeros caminos indirectos para cultivar el verdadero yo. Ambos implican el control del cuerpo y la mente, aunque en proporciones diversas, pero sólo en favor de la libertad interior. Por otra parte, la humillación interior según se describe en RB 7,47-54 ("Soy un gusano y no un hombre") es un primer resultado de esta nueva libertad en el Espíritu, por paradójico que esto pueda parecer. Es un primer fruto de la purificación directa. El Espíritu está tocando el espíritu del hombre. Se está desarrollando un nuevo ser. El verdadero amor ya está presente y pronto se manifestará en el alma, en el cuerpo y en la comunidad.

Este análisis de la humildad benedictina señala muy claramente su dimensión mística, algo que ha sido más aprovechado en la tradición monástica oriental que en la occidental. Una vez más, un cierto legalismo extrínseco o militarismo ha empañado el carácter contemplativo de la obediencia, del silencio y de la humildad monásticas y su naturaleza como un método espiritual coherente. Esto ha provocado una reacción contra esos valores tanto fuera como dentro de la Orden monástica. En todo esto hay un mensaje para el monaquismo occidental. Debería darse mucha mayor importancia a la obediencia, al silencio y a la humildad cenobíticas no meramente como ejercicios corporales o mentales (necesariamente lo son) sino sobre todo como disciplinas del espíritu necesarias para la verdadera caridad fraterna y que tienen un efecto transformante en toda la psyché humana. Se nos pide que vayamos más allá de la letra de la RB 5-7, hasta el verdadero significado de esos capítulos según se indica especialmente en los pasajes de la Escritura que se citan allí. Como en el caso de las observancias monásticas básicas podemos prever un renacimiento del énfasis puesto en esos valores, no como factores de autoalienación sino como necesarias disciplinas de

⁴⁴ T. MERTON, *Conjeturas de un espectador culpable* (Barcelona, 1967), 148, E. VON IVANKA, *art.cit.*, 203; M. Abdelnour, "Le Point Virgine in Thomas Merton", en *Cistercian Studies* 6 (1971), 153-171.

purificación del corazón, que conducen al monje a la autotranscendencia, a la unidad interior y a la compenetración fraterna a través de los frutos del Espíritu.

La RB se refiere frecuentemente a esta influencia del corazón en la mente y en el cuerpo (Pról. 48; 4,77; 7, 69-70; 20,2-4). Ya lo hemos visto en relación con la *contemplatio*. El espíritu purificado desborda con su amor obediente, humilde y silenciosamente transformante, todos los otros niveles de la existencia humana. Amplía el horizonte de la mente humana, influye profundamente en las dimensiones inconscientes del ser humano, transforma el alma, el cuerpo y el ambiente consagrándolos y unificándolos en la verdad. La humildad, como el método espiritual central de la vida benedictina, rige todo lo demás —oración, estilo de vida y experiencia de Dios del monje—, porque Cristo es “humilde de corazón” (Mt 11,29).

D. Consecuencias del triple camino

Se podría señalar muchas consecuencias de este programa de vida: la confianza que debería dar en la vocación monástica, la naturaleza dinámica y autotranscendente del equilibrio de la vida monástica, la necesidad de una antropología básica o cosmovisión para comprender sus métodos espirituales; la posibilidad de dialogar, a partir de esta comprensión más profunda, con otros movimientos contemplativos, la importancia que debe darse a la *calidad interior* del medio monástico tanto a nivel personal como comunitario. Se debe prestar especial atención a la apertura del espíritu o manifestación de la conciencia —el quinto grado de humildad de la RB (7,44-48)— como la clave existencial para llegar a la humildad de Cristo.

También reciben mayor claridad el sentido de la RB misma, qué significa “guardar la Regla”, hacer profesión “según la Regla de San Benito”, ser fiel al espíritu de la vocación benedictina o cisterciense, ya sea como individuo, como comunidad o como Orden monástica. El propósito de la RB es transmitir un camino espiritual, no solamente una constelación de valores espirituales, sino también un camino corporal, intelectual y espiritual para interiorizar esos valores y así transformarse en Cristo, de una manera verdaderamente personal. La fidelidad cuida tanto de los valores como de estos métodos básicos adaptando o descartando los elementos secundarios mencionados en la RB, o en otras partes, en función de este significado vital⁴⁵. Tal fidelidad puede hacer posible una extensión más universal de la espiritualidad benedictino-cisterciense.

Esto nos lleva a subrayar otros dos factores claves en los métodos espirituales que hemos indicado, importantes en la RB e importantes en el diario vivir de su programa espiritual.

1. Discernimiento espiritual

El uso del arte espiritual monástico exige “la discreción, madre de todas las virtudes” (RB 64,19). Muchos otros escritores se han hecho eco de esta necesidad de discreción y prudencia⁴⁶. Como la manifestación de conciencia que presupone, la

⁴⁵ Cf. V. MARTIN, “Notes of a Sociologist on the Rule in Cistercian Life”, en *Rule and Life* (Cist. Studies Series 12, Spencer, 1971), 169-170, y “El papel de la Regla de San Benito en la vida cisterciense”, en *Cistercium* 22 (1970), 311-313.

⁴⁶ Cf. V. MARTIN, *loc.cit.*, 181-182. Para un estudio reciente de la discreción

discreción monástica está orientada a un discernimiento de los espíritus. Es un juicio por parte de las facultades racionales, discursivas o intuitivas, que busca la acción de la palabra y del Espíritu de Dios en una situación concreta. En este sentido puede ser realmente considerado como una forma de oración, una aplicación de la mente a la palabra de Dios, una lectura de los signos de los tiempos.

La tradición monástica occidental no ha desarrollado suficientemente esta parte vital de su arte espiritual, en comparación con las instrucciones detalladas que aparecen en obras como el *Praktikos* de Evagrio o los *Ejercicios Espirituales* de san Ignacio de Loyola. Aunque Casiano dedica a este tema su segunda *Conferencia* su manera de tratarlo es inadecuada y estática debido al énfasis que pone en la imitación externa más que en el examen de los movimientos internos del espíritu humano. La RB y la espiritualidad benedictino-cisterciense en general, muestran la misma deficiencia, a causa sin duda de la tonalidad general de la cultura occidental. Este es otro punto en el cual hay lugar para una renovación más profunda, un redescubrimiento del discernimiento que felizmente ya ha comenzado.

El verdadero significado de esta "madre de virtudes" puede reunirse en una frase que san Ignacio acuñó como clave de toda su obra: *discreta caritas* "caridad discreta"⁴⁷. De hecho esta es la "prudencia y caridad" (RB 64,14) que san Benito reclama del abad, la "sabiduría" que busca en el monje maduro (RB 7,61; 21,4; 31,1; 64,2; 66,1). Cualquier acto de caridad y cualquier método espiritual debe pasar continuamente a través del juicio de discernimiento, que adapta los instrumentos del crecimiento espiritual a la meta que se tiene en vista, de acuerdo a la capacidad concreta, la situación y la gracia del individuo o de la comunidad.

Esto es especialmente importante porque nosotros, como individuos o como grupo, asumimos una responsabilidad personal respecto de nuestro estilo de vida monástico entre una pluralidad de posibilidades. Sin desarrollar aquí la práctica del discernimiento, puede ser útil indicar algunos de los más importantes criterios que pueden y deben usarse⁴⁸:

- en general el fruto del Espíritu indicado por san Pablo en Gal 5,22: amor, alegría, paz, paciencia, bondad, generosidad, confianza, humildad, mansedumbre, templanza. Estos son signos de sabiduría cristiana. Lo que hay que evitar es lo opuesto a *tacite conscientia* (RB 7,35), es decir las interiores inquietudes o la agresividad, una actitud egocéntrica e impaciente.
- una conformidad con la experiencia monástica de las generaciones pasadas, tanto dentro de la tradición benedictino-cisterciense como también dentro de otras tradiciones contemplativas. Hay ciertos aspectos ascéticos y espirituales de la vida que son terreno común para el crecimiento espiritual y deben ser respetados en cualquier proceso prudente de discernimiento. Esto es especialmente verdadero en el ámbito de la obediencia y de la castidad.

en la RB y en la espiritualidad cristiana a lo largo de los siglos, ver A. RAABE, "Discernment of Spirits in the Prologue to the Holy Rule", en *The American Benedictine Review* 23 (1972), 397-423; también P. DESEILLE, *op. cit.*, 90-91.

⁴⁷ SAN IGNACIO DE LOYOLA, *Constituciones* II, 2,1; II, 4,B; III, 1,15; VI, 3,1.

⁴⁸ Cf. "El séptimo encuentro de la Conferencia de Comunidades monásticas del Cono Sur", en *Cuadernos Monásticos* 30 (1975), 12.

- una coherencia entre la práctica y la teoría evitando contradicciones obvias entre estos dos niveles, tanto en el plano personal como en el comunitario. Por ejemplo, sería una equivocación alimentar el deseo de convertirse en un ermitaño o en un director espiritual si jamás se ha tenido una experiencia de vida de oración en la comunidad. Este criterio tiene importancia especial en asuntos de pobreza.
- una sana sensibilidad frente a las opiniones de los visitantes, aún de los laicos, según el estilo de RB 61,4. ¿Qué busca en el monje la gente más o menos informada?
- mantener un espíritu abierto de diálogo y de respeto hacia los hermanos de la comunidad y entre distintas generaciones. Este fruto del Espíritu significa apertura hacia ellos, no solamente como personas, sino también a las distintas corrientes de pensamiento que representan y expresan. El pasado se abre al presente y el presente al pasado. En este clima, la verdad puede arraigarse y crecer abriéndonos a todos al futuro.

2. Transformación interior

Ya hemos visto a los escritores de la tradición benedictino-cisterciense referirse a esta conversión interior en sus descripciones de las distintas dimensiones de la existencia humana. Hay que subrayar sin embargo que aparte de la necesidad de la discreción, san Benito mismo señala repetidamente el hecho de que su arte espiritual, si se lo usa bien, conducirá al monje a una profunda experiencia espiritual que sobrepasa toda palabra (RB 4,76), a una liberación interior en el amor de Cristo (RB Pról. 49; 7,69) y a una iluminación directa del Espíritu Santo (RB 7,70). Tanto Casiano, en sus Conferencias 9 y 10 como los Padres Cistercienses en sus *Sermones* y en sus escritos repiten esta enseñanza sobre la experiencia espiritual, fruto de la acción del Espíritu en un corazón purificado por la humildad.

El énfasis en este aspecto más místico de la vida benedictina parece importante en el momento actual, a la luz de la sed de liberación y de iluminación que experimenta el hombre moderno. Después de una era de racionalismo y tecnología, la humanidad busca un camino para pasar, más allá de la ciencia, a una sabiduría más basada en la justicia, el amor y el espíritu. En esto consiste toda la finalidad del triple camino del monaquismo benedictino, y en particular el de la *humilitas*. Aún el énfasis que la RB pone en la disciplina, la discreción y el buen celo fraterno, presupone una orientación explícita hacia lo que, según vimos, se llama "divinización", "unidad del espíritu", "comunidad de voluntades" o "transformación".

Tal orientación se ha tornado cada vez más clara a través de nuestro presente estudio sobre las estructuras de la espiritualidad benedictino-cisterciense. Hemos visto cómo la vida monástica se basa en la búsqueda de una *politeia, conversatio*, o técnica de crecimiento en Cristo. El propósito de la RB era el de proveer un programa íntegro e integrador para tal crecimiento. Hemos distinguido, dentro de este estilo de vida general, tres métodos que se interaccionan, con sus respectivos componentes que corresponden a las tres manifestaciones fundamentales de la existencia humana. En el centro de estos instrumentos del arte espiritual hay una disciplina del espíritu o corazón, generalmente llamada "humildad" que conduce al monje a través de un proceso de reorganización interior a la *pureza* de corazón y a la "transformación de la conciencia", la apertura en sabiduría y amor a la realidad de la filiación divina.

Estos tres métodos interrelacionados —humildad, lectio y observancias— “os preserve plena y enteramente irreprochables, espíritu, alma y cuerpo, en preparación a la venida de Nuestro Señor Jesucristo. El que los llama es fiel y es él quien lo hará”. (1 Tes 5,23-24). Guillermo de Saint-Thierry nos da uno de los mejores comentarios de estas palabras de san Pablo, al explicar el significado de los métodos espirituales en la vida benedictina:

“Porque se hace un espíritu con Dios, es espiritual. Tal es en esta vida, la perfección del hombre. El que hasta aquí fue solitario sólo, se hace *uno*, la soledad del cuerpo se trueca para él en unidad de espíritu. Se realiza en él lo que el Señor, en su oración, pedía para los discípulos como término de toda perfección: *Padre, quiero que, como Tú y Yo somos uno, así ellos sean también uno en nosotros*.

Esta unidad del hombre con Dios, esta semejanza con El, hace que el alma, inferior al espíritu, se conforme a éste en la medida en que se acerca a Dios. Y el cuerpo, inferior al alma, se asemeje a ella. Así el espíritu, el alma y el cuerpo ordenados a su fin, dispuestos en su lugar, estimados según sus méritos, con concebidos en función de sus propiedades. Entonces el hombre comienza a conocerse perfectamente y por este conocimiento, a elevarse al conocimiento de Dios⁴⁹.

O, como diría Joshu Sasaki: “Ustedes tienen cuanto necesitan. Vívanlo”.

⁴⁹ GUILLERMO DE SAINT THIERRY, *op. cit.*, nn. 185-187, pp.152-153.