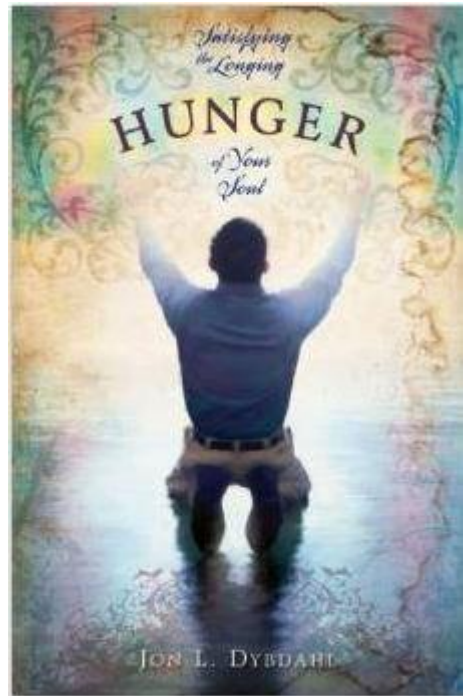


## Cómo satisfacer el hambre del alma: Análisis crítico del libro *Hunger*

*pastor John Witcombe*

Autumn House Publishing, subsidiaria de Review and Herald, publicó un libro titulado '*Hunger: Satisfying the Longing of Your Soul*' (Hambre: Satisfaciendo el anhelo de tu alma), del que Jon Dybdahl es autor. El libro aborda la creciente y vital necesidad de un pueblo que continúa vagando en un estado de glotonería laodicense, a pesar de lo cual sigue hambriento. La intención de Dybdahl es conducir al lector a lo largo de un viaje que satisfaga el anhelo del alma. Contiene algunas ideas bien fundadas en la Biblia, de indudable valor.

Sin embargo, la sugerencia que hace Dybdahl consistente en que aspectos de la meditación oriental son una ayuda inestimable para la adoración cristiana, suscita varias cuestiones. Apreciamos positivamente la distinción que hace entre la meditación oriental y la verdadera adoración, debido a la diferente naturaleza del Dios que se adora, pero ¿de qué manera se beneficia la adoración cristiana de algunas de las "posturas y acciones" propias de la Nueva Era? Así expone el tema el autor:



La creciente popularidad de las religiones orientales y del tipo Nueva Era en Estados Unidos y Europa ha suscitado un cuestionamiento creciente a propósito de la meditación. Algo que muchos cristianos podían antes simplemente negar, lo temen ahora como una forma sutil de introducir una enseñanza falsa en la iglesia.

Mi respuesta es que la meditación es como la música: una poderosa herramienta; sea para el bien, o para el mal. Puede ser un medio de crecimiento e inspiración empleado por Dios, o puede ser un instrumento del diablo para traer engaño y destrucción. Veamos, pues, las diferencias entre la meditación oriental/Nueva Era, y la verdadera meditación cristiana. Las diferencias se basan en conceptos opuestos acerca de Dios...

Ocasionalmente será posible observar semejanzas entre la meditación oriental y la occidental. Ambas pueden beneficiarse de ciertas posturas y acciones (*Hunger*, 61).

Ese abordaje y esas expresiones evocan lo que se ha venido a conocer como "espiritualidad emergente". Sus principales promotores reclaman abiertamente una fusión entre las formas orientales y occidentales de meditación. Las actividades a fusionar incluyen los siguientes términos y patrones: estaciones de oración, Taizé, el silencio, estancia sagrada, oración milenaria, dirección espiritual, concentración puntual, oración centrada, luz interior, más allá de las palabras, disciplinas espirituales, oraciones laberínticas, estancias de oración, oración contemplativa, oración de Jesús, *lectio divina* y oración respirada. A todas esas disciplinas se las considera como la respuesta al hambre espiritual del hombre

moderno. Algunas de esas prácticas, cuyas raíces remontan a las religiones de la antigüedad y que fueron repudiadas por el protestantismo, son ahora objeto de entusiasta acogida por parte del protestantismo moderno, que siente un cierto hartazgo de las manifestaciones exteriores del movimiento carismático. Resultan además igualmente atractivas para los conservadores que no conocieron más que una vivencia intelectual de su religión. En este análisis crítico consideraremos si ciertas prácticas recomendadas en *Hunger* constituyen la respuesta de Dios al alma hambrienta del hombre moderno.

Jesús prometió satisfacer el hambre de nuestras almas si venimos a él y llevamos su yugo - si obramos junto a él en su misión de salvar a la humanidad en obediencia al Padre. ¿Armonizan las prácticas propuestas en *Hunger* con el método de Cristo para satisfacer el hambre del alma?

**Oraciones respiradas** (*Breath Prayers*). ¿Nos conectan realmente con Dios?

Otro método simple de orar es mediante la propia respiración. Se lo conoce comúnmente como oración respirada. Dado que la practican la mayoría de las tradiciones religiosas, ¿podemos considerarla cristiana? -Sí, si su contenido y contexto son cristianos. La forma en que yo practico esa oración es pidiendo ser lleno del Espíritu Santo. Al inspirar, digo sencillamente: “Espíritu del Dios viviente”; y al espirar: “Desciende sobre mí”. Encuentro muy poderosa la combinación de esas palabras con mi respiración, especialmente al recordar que “espíritu” significa “soplo” o “aliento”. Podemos emplear no importa qué palabras de la Escritura. De hecho, se trata de una versión abreviada de la oración de Jesús. Sencillamente inhala: “Señor Jesucristo”, y exhala: “ten piedad de mí (pecador)” (*Hunger*, 52).

Los promotores cristianos de esa práctica aseguran que la “oración respirada” tuvo su origen en los Padres del Desierto, un grupo monástico que asentó en Egipto entre los siglos tercero y cuarto (William Gaultiere, Ph.D., “*Spiritual disciplines for the Soul: Breath Prayers*”, Christian Soul Care, 2006, <http://www.christiansoulcare.com/spiritualdiscipline/spiritualdisciplinebreathprayers.htm>). Pero lo cierto es que otras religiones la han venido practicando desde la antigüedad, si bien con diferentes palabras (Ray Yungen, *A Time of Departing* -Silverton, OR: Lighthouse Trails Publishing, 2006-, 75. Por ejemplo, forma parte del yoga: “En cierta ocasión expliqué el método de la oración respirada de Foster a una ex-devota de la Nueva Era, quien afirmó la conexión al exclamar sorprendida: ‘¡Eso es lo que yo practicaba en el Ashtanga Yoga!’”).

Aparentemente las palabras elegidas importan bien poco, o nada. En su modalidad cristiana se les supone el efecto de “silenciar la mente”, de forma que el espíritu se pueda comunicar directamente con Dios (Brian Flynn, *Running Against the Wind* -Silverton, OR: Lighthouse Trails Publishing, 2005-, 199. “La oración respirada se emplea o describe como una técnica para silenciar la mente o para supuestamente ‘practicar la presencia’. Richard Foster promueve también la oración respirada con idéntico propósito. Obsérvese que es la repetición lo que lleva a un estado alterado de consciencia. La oración respirada no es más que otro método que recurre a la repetición vana con el fin de lograr ese estado alterado. Quienes la practican creen sentirse más cerca de Dios mediante este método”).

De esa forma está relacionada con la glosolalia, en la que se dice que el espíritu entra en comunicación directa con Dios en “el lenguaje del cielo”, sin participación de la mente.

Se afirma que la modalidad cristiana de la oración respirada está basada en el ejemplo de Jesús en la cruz, cuando oró: “Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu” (Luc. 23:46), y cuando sopló sobre los discípulos, diciéndoles: “Tomad el Espíritu Santo” (Juan 20:22). Muchas presentaciones y tutoriales sobre la oración respirada tienen una apariencia espiritual y bíblica hasta analizarlas en mayor profundidad.

El problema que tienen en común, incluso hasta en las descripciones más favorables de esa práctica, es la implicación de que el beneficio se consigue mediante la repetición de una palabra simple o frase breve. También está implícito que hay un beneficio asociado a cierta estructura particular en la oración. Eso armoniza con la teología católica -recuérdese el rezo del rosario-, pero no con la adventista, pues creemos que “orar es abrir nuestro corazón a Dios como a un amigo” (Ellen G. White, “*The Power of Prayer*” Signs of the Times -29 enero 1902-). “Orar es abrir nuestro corazón a Dios como a un amigo. En el lugar secreto de oración, allí donde ningún ojo excepto el de Dios puede ver; donde ningún oído excepto el de Dios puede oír, podemos derramar nuestros deseos y anhelos más profundos al Padre de piedad infinita. Y en la calma y el silencio del alma hablará a nuestros corazones esa voz que jamás dejó de responder al clamor de la necesidad humana”).

Algunos de sus promotores admiten sin ambages la semejanza de las prácticas cristianas con la meditación oriental. El vocalista John Michael Talbot escribió:

Una herramienta poderosa en la meditación es la oración respirada. Muchos de nosotros asociamos ese método exclusivamente con las religiones orientales. Pero es también un antiguo método venerable utilizado en la meditación cristiana. Tiene semejanzas con los métodos orientales a nivel físico y psicológico, pero desde una perspectiva teológica y mística tiene un aroma peculiar y tenor cristiano propios...

En el hinduismo y budismo es fundamental la unión de la meditación con la respiración. Es una forma de dar al cuerpo y a la mente algo que hacer, sin distraerlos con complicaciones. Lentifica también los ritmos corporales, las emociones y los pensamientos, permitiendo así que todos ellos se centren en la meditación. Centrarse en la respiración suele ser la primera parte de la meditación...

Tanto en su expresión cristiana como no-cristiana se recomienda cierta postura corporal que permita a quien la practica permanecer en relativa quietud y silencio durante un largo período de tiempo, digamos veinte o treinta minutos.

¿Cómo lo realizamos? -Yo enseño que debemos procurar primeramente un lugar tranquilo, relativamente libre de intromisiones mientras dure la meditación. A continuación nos sentamos en la postura tradicional de piernas cruzadas, o bien en una silla común de respaldo recto, con ambos pies apoyados en el suelo... (John Michael Talbot, “*Breath Prayer*”, Living Water, sin fecha, <http://www.johnmichaeltalbot.com/Reflections/index.asp?id=145>).

Si seguimos prácticas similares a las de la meditación oriental, ¿no es de esperar que obtengamos sus mismos resultados? Sean las palabras pronunciadas cristianas o hindúes, la repetición obsesiva de una palabra o frase corta suele tener por resultado un estado alterado de la consciencia, que es lo que ciertos practicantes específicamente buscan e interpretan como siendo un encuentro con Dios. ¿Es eso a lo que se refirió E. White cuando escribió en *El ministerio de curación*: “Que cada respiración sea una oración”? (Ellen G. White, *The Ministry of Healing* -Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association, 1905-, 510).

Los que promueven la oración respirada se apoyan también en el consejo de Pablo: “orad sin cesar” (1 Tes. 5:17). Sin embargo la mayor parte de los cristianos -adventistas incluidos- comprenden el consejo que Pablo nos da en términos de mantener una actitud constante de oración, de tal forma que nuestras mentes se vuelvan en gratitud y alabanza a Dios de forma natural cuando experimentamos cosas buenas, y se vuelvan también a él en busca de apoyo cuando enfrentamos reveses. La oración cristiana es una forma de alistarnos activamente en el servicio de nuestro Maestro. Al comenzar el día con oración, poniendo a sus pies todos nuestros planes, mantenemos todo el día frescos en la mente los ruegos que le hemos presentado, estando prestos a responder a la conducción providencial de Dios (Ellen White, *Steps to Christ* -Battle Creek, MI: Review and Herald Publishing Association, 1892-, 70. “Consagraos a Dios por la mañana; sea esta vuestra primera obra. Sea vuestra oración: ‘Tómame, oh Señor, hazme enteramente tuyo. Pongo todos mis planes a tus pies. Úsame hoy en tu servicio. Mora conmigo, y que toda mi obra sea hecha en ti’. Es una labor diaria. Consagraos a Dios cada mañana para el día. Someted a él todos vuestros planes de forma que los llevéis a cabo, o bien renunciéis a ellos según indique su providencia. De ese modo podéis confiar vuestra vida en las manos de Dios, y esta puede ser moldeada cada vez más según la vida de Cristo”).

E. White nos invita a “cultivar el hábito de hablar con el Salvador cuando estamos solos, cuando caminamos y cuando estamos ocupados en las labores diarias. Que el corazón se eleve continuamente en petición silenciosa por ayuda, luz, fortaleza y sabiduría. Que cada respiración sea una oración” (*Ministry of Healing*, 510).

Dios nos pide también que vengamos y *razonemos* con él (Isaías 1:18: “Venid luego, dirá Jehová, y estemos a cuenta: si vuestros pecados fueren como la grana, como la nieve serán emblanquecidos: si fueren rojos como el carmesí, vendrán a ser como blanca lana”).

Dios quiere que *hablemos* con él tal como haríamos con un amigo. La oración respirada, en contraste, sugiere un Dios diferente: uno con quien es posible conectar mediante la sobre-repetición. Sugiere que no es necesaria la participación de la mente para “experimentar” a Dios. Cae, por lo tanto, en la categoría de lo mágico, más bien que en la de una auténtica comunicación. Resulta no ser más que otro sustituto de la genuina experiencia con Dios, sustituto que no es muy distinto del que ofrece la glosolalia.

Es inquietante pensar que los lectores de *Hunger* van a ser inducidos a aceptar esa falsificación de la oración, en lugar de la genuina comunicación con Dios.

*Hunger* promueve también una disciplina espiritual conocida como ***lectio divina***.

Existen multitud de métodos potenciales para la meditación, pero quisiera bosquejar dos posibilidades destacadas a modo de ejemplo de lo que es posible hacer. Ambas las puedes modificar, adaptándolas a tu preferencia y necesidad particulares.

La primera es una variante del antiguo método cristiano llamado *lectio divina*, o lectura sagrada/divina. Una razón por la que la empleo es por adaptarse bien al individuo, tanto como al grupo. He comprobado que las personas están más inclinadas a practicar individualmente la meditación si han tenido previamente una buena experiencia en grupo. En clase la he practicado frecuentemente como un medio para introducir la meditación, y como una ayuda para que todos aprecien los valores de esas disciplinas (*Hunger*, 62).

Desgraciadamente Dybdahl no define específicamente en qué consiste la *lectio divina*, ni explica en qué se diferencia lo que él promueve, de algunas de las fuentes a las que recurre. ¿Es la *lectio divina* inofensiva?, ¿o deberían alertarnos sus peligros potenciales? Esto es lo que afirma uno de los defensores cristianos de esa práctica:

*Lectio divina* significa 'lectura divina' en latín. Es lectura espiritual, o lectura santa, y representa un método de oración y lectura de la Palabra que tiene por fin la comunión con Dios, así como proveer vislumbres espirituales especiales. Los principios de la *lectio divina* fueron expuestos alrededor del año 220 de la era cristiana. Los practicaron los monjes católicos, especialmente las órdenes monásticas de San Pacomio, Agustín, Basilio y Benedicto.

La práctica de la *lectio divina* es actualmente muy popular entre católicos y gnósticos, y está ganando aceptación en la Iglesia Emergente como parte integral de sus prácticas devocionales. El papa Benedicto XVI dijo en una prédica en 2005: "Quisiera destacar en particular y recomendar la antigua tradición de la *lectio divina*: La lectura diligente de las Sagradas Escrituras acompañada de oración trae ese diálogo íntimo en el que el lector oye la voz de Dios que habla, y orando, le responde confiadamente con el corazón dispuesto". *Se dice también que la lectio divina se adapta a personas de fes diferentes, en la lectura de sus escrituras -se trate de Bhagavad Gita, de la Torá o del Corán. Los no cristianos pueden sencillamente hacer las modificaciones pertinentes a este método, adaptándolo a las tradiciones seculares* [original con cursivas]. Además, los cuatro principios de la *lectio divina* se pueden igualmente adaptar a los cuatro principios psicológicos de Jung: sensaciones, pensamiento, intuición y sentimiento.

La práctica de la *lectio divina* comienza con un tiempo de relajación en el que uno se coloca en una posición confortable, despejando la mente de pensamientos y preocupaciones mundanales. A algunos practicantes de la *lectio* les ayuda concentrarse mediante respiraciones profundas y purificadoras mientras recitan una y otra vez una palabra o frase escogidas con el fin de ayudar a que la mente se libere.

Por supuesto, se debe fomentar de todo punto la asociación de lectura bíblica con oración. Deberían ir siempre juntas. Sin embargo debieran considerarse cuidadosamente los peligros inherentes a la práctica de la *lectio divina* dada su asombrosa similitud con la meditación trascendental y otros rituales peligrosos. Tiene el potencial de convertirse, y se convierte frecuentemente, en la búsqueda de una experiencia mística en la que el fin perseguido es vaciar y liberar la mente, así como el refuerzo de uno mismo. El cristiano, por contraste, lee la Escritura en procura de conocimiento de Dios, sabiduría y santidad a través del significado objetivo del texto, siendo su propósito la transformación de la mente en conformidad con la verdad. Dios declaró que su "pueblo fue destruido porque le faltó conocimiento" (Oseas 4:6), no porque le faltaran encuentros personales místicos con él ("What is Lectio Divina?" Got Questions?org, sin fecha, <http://www.gotquestions.org/lectio-divina.html>). Para más información sobre *lectio divina*, visitar [http://www.inplainsite.org/html/lectio\\_divina.html](http://www.inplainsite.org/html/lectio_divina.html) o bien <http://www.contemplativeoutreach.org/lectio/lectio.htm>).

Según una disertación dada en 2002 en Pacifica Graduate Institute, la práctica de la *lectio divina* tiene sus raíces en la antigüedad greco-romana.

Este estudio teórico sugiere que la *lectio divina*, una antigua forma cristiana de oración contemplativa, alcanza la finalidad realmente psicológica de iluminar el material inconsciente. Desde sus orígenes en la antigüedad greco-romana, pasando por la apropiación que hizo de ella Filón en el primer siglo antes de Cristo, hasta su total desarrollo en la tradición monástica benedictina en el sexto siglo, la *lectio divina* ha dado lugar a una actitud contemplativa, un resultado de la cual podría ser la profunda vislumbre psicológica que a menudo surge del inconsciente. El estudio provee un fundamento para el estudio interdisciplinar, al centrarse en algunos puntos importantes de intersección entre la teoría de Jung, la práctica, los deseables resultados terapéuticos y la *lectio divina* (D. Baker, "*Lectio divina: Toward a Psychology of Contemplation*," -disertación doctoral, Pacifica Graduate Institute, 2002-, [http://www.online.pacifica.edu/pgl/stories/storyReader\\$719](http://www.online.pacifica.edu/pgl/stories/storyReader$719)).

Es interesante observar que el judío Filón estableció un sistema de pensamiento que algunos de los primeros Padres del Desierto adoptaron, y preparó el camino para los cambios que llevarían a Jesús a advertir así a la iglesia de Éfeso: "Pero tengo contra ti que has dejado tu primer amor" -Apoc. 2:4-. La escuela de Alejandría adoptó con posterioridad ese sistema de pensamiento, y su método alegórico de interpretar la Biblia sentó el fundamento para las herejías de la Iglesia Católica Romana (Kees Waaijman, John Vriend, *Spirituality: Forms, Foundations, Methods* -Peeters-).

¿Debiéramos recurrir a las cisternas rotas de la antigua Grecia y Roma, a fin de saber cómo obtener el conocimiento de Dios contenido en la Biblia? Esas prácticas llevan a una actitud monástica que nos retrotrae del mundo. En contraste, Jesús nos envía al mundo.

E. White nos anima a hacer una aplicación personal, cuando leemos y meditamos en la Palabra de Dios:

El estudio de la Palabra de Dios requiere el esfuerzo más diligente y el pensamiento más perseverante. De igual forma en que el minero cava en busca del preciado tesoro oculto en la tierra, así debiéramos, con diligencia y persistencia, buscar el tesoro de la Palabra de Dios. En el estudio diario, el método de versículo a versículo es a menudo el de más ayuda. Tome el estudiante un versículo y concentre la mente en averiguar cuál es el significado que Dios ha puesto para él en ese versículo. Aférrese entonces a ese pensamiento hasta convertirlo en el suyo propio. Un texto estudiado hasta que su significado sea claro, será de más valor que la lectura superficial de muchos capítulos sin un propósito definido ni obtención de instrucción positiva alguna (*Education*, 189. E. White, Oakland, CA: Pacific Press Publishing Association, 1903).

*Hunger* promueve un tipo de oración conocido como la "**Oración de Jesús**" (*Jesus Prayer*).

Un buen ejemplo de oración corta es la oración de Jesús. Popularizada en la tradición Ortodoxa Rusa, se ha extendido ampliamente en la cristiandad gracias al libro: *El camino del peregrino*. Dicha oración está basada en la Biblia (ver Luc. 18:38), y dice simplemente: "Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador". Se la puede abreviar todavía más de diversas maneras, tales como: "Jesús, ten piedad de mí", o "Apíadate de mí". La tradición ortodoxa repite la oración -en voz alta o mentalmente- una y otra vez hasta que finalmente se traslada de la

mente para venir a ser la melodía continua del corazón, afectando a todas las áreas de la vida.

Se dice que Francisco de Asís oraba toda la noche, repitiendo simplemente: “Jesús, Jesús mío” (*Hunger*, 52).

La sobre-repetición de una frase sencilla hasta que se traslada de la mente al corazón tiene un problema: como es ampliamente reconocido, dicha repetición constituye una puerta abierta a la autohipnosis. Es desafortunado que *Hunger* no explique si las técnicas que propone son diferentes de las que promueven los autores que recomienda. Si una técnica es peligrosa, no basta con cambiar el nombre de un dios por otro, ni tampoco con sostener una cosmovisión diferente a la de otros que la practican, como los budistas o hinduistas.

Por ejemplo, en *El camino del peregrino* al que *Hunger* hace referencia, encontramos estas instrucciones:

La continua oración interna de Jesús es un llamado constante e ininterrumpido al Nombre divino de Jesús formulado con los labios, desde el espíritu, desde el corazón; mientras se forma una imagen mental de su presencia constante y se implora su gracia en toda labor, en todo tiempo y lugar, incluso mientras se duerme. El llamado se expresa en estos términos: “Señor Jesucristo, apiádate de mí”. Quien se acostumbra a este llamado, experimenta como resultado un profundo consuelo y una necesidad tan grande de ofrecer siempre la oración, que ya no puede vivir sin ella: ésta continuará por sí misma pronunciándose en él. ¡Ahora comprendes lo que significa orar sin cesar!...

Ves un rosario ante ti: tómalo, y para empezar repite la oración tres mil veces por día. Sea que estés de pie o sentado, caminando o acostado, repite continuamente: “Señor Jesús, apiádate de mí”. Dílo quedamente y sin prisa, pero sin cesar, exactamente tres mil veces al día sin incrementar o disminuir conscientemente el número. Dios te ayudará... (Anónimo -traducido por R. M. French-, *The Way of a Pilgrim and the Pilgrim Continues His Way* -New York, NY: HarperOne, 1991-, 7-8, 13, [http://landru.i-link-2.net/shnyves/Prayer\\_without\\_Ceasing.html](http://landru.i-link-2.net/shnyves/Prayer_without_Ceasing.html)).

La llamada “oración de Jesús” no difiere esencialmente de la “oración respirada”, excepto por las palabras específicamente pronunciadas. Ambas recurren a la repetición iterativa de una combinación de palabras bajo la asunción de que dicha repetición conlleva cierta eficacia espiritual. Insistimos en que eso concuerda más con las enseñanzas católicas que con las protestantes. Además, la continua repetición del nombre de Jesús llevará inevitablemente a un menoscabo en la reverencia hacia Dios. E. White señaló la inconveniencia de emplear repetitivamente el nombre de Dios: “Incluso hasta en la oración se debe evitar su repetición frecuente e innecesaria. ‘Santo y terrible es su nombre’ (Sal. 111:9). Cuando los ángeles lo pronuncian, velan sus rostros. ¡Con cuánta reverencia debieran pronunciarlo nuestros labios, caídos y pecaminosos como somos!” (*Education*, 243).

También sus orígenes son preocupantes, tal como documenta *Zondervan Handbook to the History of Christianity*:



El hesicasmo se desarrolló, en parte, a partir de la búsqueda de la *apatheia* (apatía o falta de pasión)... Los monjes buscaban alcanzar ese estado mediante el dominio de ambos: la mente y el cuerpo, concebidos como una unidad. *Empleaban técnicas respiradas y oraciones repetitivas para alcanzar un estado de autohipnosis en el que la mente quedara liberada de cualquier pensamiento y, según creían, capacitada para ver a Dios.* Se empleaba un tipo de oración denominado “oración de Jesús” (descrita por primera vez por John Climacus), que en su formato básico era simplemente: “Jesús, Hijo de Dios, ten piedad de mí, pecador”. *Las palabras variaban, y en ocasiones se reducían al nombre “Jesús” repetido vez tras vez. Cantada al ritmo de la propia respiración de los monjes, la plegaria perdía casi totalmente el significado -pero ese era precisamente el fin buscado, ya que aspiraban a alcanzar un estado mental libre de todo pensamiento, en el cual Dios se pudiera mover.* Si bien sus raíces son muy anteriores, el hesicasmo se convirtió en algo especialmente popular y bien conocido en los siglos trece y catorce [original con cursivas]” (Jonathan Hill, *Zondervan Handbook to the History of Christianity* -Oxford, England: Lion Hudson, 2006- 137-138. Véase un extracto en [http://www.zondervan.com/media/samples/pdf/0310262704\\_samptxt.pdf](http://www.zondervan.com/media/samples/pdf/0310262704_samptxt.pdf)).

La mencionada autohipnosis consiste en un estado alterado de la consciencia que sus practicantes interpretan como la presencia de Dios. Diversas religiones no cristianas practican técnicas similares de repetición de frases, o bien del nombre de dioses (Luis S. R. Vas, “*The Path of Japa*”, May 2004, [http://www.lifepositive.com/Spirit/Rituals/The\\_Path\\_of\\_Japa52004.asp](http://www.lifepositive.com/Spirit/Rituals/The_Path_of_Japa52004.asp). “La repetición de cualquier mantra o nombre del Señor se denomina Japa. Budistas, musulmanes, cristianos y sufistas la tienen como una de las formas más valiosas de oración en muchas tradiciones espirituales... La práctica del Japa -murmullo es uno de sus significados en sánscrito- es quizá el principal factor común espiritual en todas las tradiciones religiosas. Es una disciplina que implica la invocación -silenciosa, musitada o cantada en voz alta- de una palabra o frase, habitualmente referida a lo divino, que en ocasiones se denomina mantra. Los hindús la practican -en todos los ámbitos, desde los vedantistas hasta los seguidores de Sri Ramdas en Anand Ashram in Kerala-. También budistas, sufistas y cristianos por igual. A pesar de su simplicidad se la considera una de las formas más valiosas de oración en todas esas tradiciones... La espiritualidad Japa no es tampoco desconocida para los cristianos, si bien es más prevalente entre los cristianos ortodoxos, y menos entre católicos y protestantes. Una oración favorita cristiana ortodoxa es la conocida como ‘oración de Jesús’, u ‘oración del corazón’, y dice: ‘Señor Jesucristo, apiádate de mí’”).

(Basil Pennington, *Centering Prayer* -Garden City, NY: Doubleday, 1980-, 32-33, [http://www.kyrie.com/cp/a\\_gift\\_from\\_the\\_desert.htm](http://www.kyrie.com/cp/a_gift_from_the_desert.htm). “La tradición del desierto a partir de la cual evolucionó esta enseñanza de la oración de John Cassian, la nube de lo desconocido y la oración centrada, es la misma de la que provino la oración de Jesús. Sin embargo, mientras que el abad Isaac dio a San Juan una frase de los salmos ‘Oh Dios, asísteme; Oh Dios, se pronto en ayudarme’, la corriente oriental halló su fuente en dos pasajes del Nuevo Testamento: el del ciego Bartimeo y el del publicano, para conformar su bien conocida oración: ‘Señor Jesucristo, Hijo del Dios viviente, ten piedad de mí, pecador’. Pasando el tiempo, especialmente en la dominación musulmana, la tradición oriental cristiana resultó enriquecida o modificada por otras influencias de Oriente. Por consiguiente, la expresión actual ‘oración de Jesús’ es un término general que abarca toda una variedad de métodos. La expresión psicósomática más desarrollada de la oración de Jesús, introducida por Nesíforo de Jerusalem y San Gregorio de Sinaí -en realidad la aprendieron en Creta y la trajeron al monte santo- en el siglo catorce, y San Gregorio Palamas en el siglo siguiente, reproduce hasta los detalles el método dhikr propio de los sufistas del siglo trece. Por supuesto el nombre empleado por los sufistas era ‘Alá’, mientras que el de los ortodoxos cristianos era ‘Jesús’. A su vez, ese método dhikr reproduce al detalle el método nembutsu de meditación que los budistas empleaban en el siglo



doce. No hay que suponer necesariamente una interdependencia. Podría deberse a que maestros espirituales procedentes de culturas relacionadas desarrollaron métodos similares”).

Aunque muchos puedan no haberse dado cuenta, hay varios peligros asociados a las diversas prácticas que engloba lo que se conoce como oración contemplativa.

Uno de los autores objeto de recomendación en *Hunger* advierte a propósito de que en esas prácticas uno puede encontrarse con un tipo muy diferente de espíritu. Richard Foster alertó en relación con la oración contemplativa, matizando que es para los creyentes más maduros, que “nos estamos adentrando profundamente en el reino espiritual”, pudiendo encontrar “seres espirituales” que no están de parte de Dios. Sugirió elevar una oración de protección, en la que uno se rodea de “la luz de Cristo”, diciendo: “huyan ahora todos los espíritus del mal y las tinieblas” y otras palabras para mantener a raya a los malignos (Richard Foster, *Prayer: Finding the Heart's True Home* -New York, NY: Harper Collins, 1992-, 156-157).

Foster escribió en otro libro: “De forma que no resultemos extraviados. Sin embargo, debemos comprender que no estamos participando en una actividad frívola. No es a un don-nadie cósmico a quien estamos invocando. Se trata de un asunto serio, incluso peligroso” (Richard Foster, *Celebration of Discipline*, -San Francisco, CA: Harper and Row, 1978-, 16).

También *Hunger* se refiere a la necesidad de orar por protección antes de meditar:

Empieza con una breve oración que pida la presencia, conducción y protección de Dios ante toda influencia impía. Cuando alcanzamos el estado de tranquilidad y apertura ante Dios, queremos tener la seguridad de que todo cuanto suceda sea bajo la dirección de Jesús. La oración ayuda a aquietar a las personas y a crear el entorno para una meditación significativa (*Hunger*, 63).

En vista de que los autores precedentes ponen en guardia ante la posibilidad de encontrarse con espíritus malignos mediante la práctica contemplativa, ¿cómo podríamos recomendar esas técnicas a quienes tienen verdadera “hambre” de una relación profunda con Dios?

*Hunger* recomienda la técnica denominada “**concentración puntual**” (*Centering Down*).

Ayuda a que las personas comiencen a entrar en situación, en preparación para oír la voz de Dios. Denominada a veces “*concentración puntual*”, busca minimizar la distracción y permite hasta donde sea posible la concentración en la Palabra de Dios. Por ejemplo, sugerid que cierren los ojos. Yo les pido también que relajen sus cuerpos de forma consciente y que sometan toda tensión física a Jesús. La zona cervical y los hombros suelen estar en especial necesidad de distenderse. Las personas debieran efectuar de vez en cuando respiraciones lentas y profundas, o bien ser conscientes de su respiración” (*Hunger*, 23).

Analicemos qué significa “concentración puntual” para quienes emplean esa terminología:

Hay muchos más usos y consideraciones relativas a la concentración puntual, pero consiste esencialmente en el proceso de concentrarse en la Presencia del Señor en

ti. Se la enseña en mayor o menor grado en todas las comunidades mayoritarias de fe: Judíos, cristianos, musulmanes, hindúes y budistas.

Por desgracia no se la enseña ampliamente en nuestra fe, y muchos cristianos que no han oído de ella piensan que es de la “Nueva Era” ¡o incluso “demoníaca”! Los anteriores son términos empleados frecuentemente para desacreditar técnicas que el tiempo ha consagrado, y de las que el lanzador de epítetos no es más que un ignorante (John W. Price, “Centering Prayer,” actualizado 15 septiembre, 2002, <http://www.frjohnwprice.org/Centering.html>).

La **oración centrada** (Centering Prayer) es un proceso en dos etapas.

La primera parte consiste en entrar en el silencio y tomar conciencia de la presencia de Dios. Los cuáqueros la denominan concentración puntual. Significa entrar en situación mediante el aquietamiento de la mente, dejar ir los problemas y liberarse de distracciones.

Busca un lugar tranquilo, y haz saber a los miembros de la familia que no quieres que te interrumpen. Toma asiento confortablemente. Comienza a repetir una frase o palabra sagrada: por ejemplo, *paz*, *Señor*, *amor*, o bien *Dios es amor*. Eso ayuda a aquietar el diálogo interior y a centrarse más en Dios. Repite relajadamente la frase sagrada, en quietud, hasta que alcances un estado de calma. No te concentres ni te esfuerces en ello, sino repítelo distendidamente (Christine N. Karcher, “*Spiritual Relationship Help & Building Self Esteem*”, Relationships of Grace, 2003, [http://www.relationshipsofgrace.com/spiritual\\_relationship\\_help\\_article\\_centering\\_prayer.htm](http://www.relationshipsofgrace.com/spiritual_relationship_help_article_centering_prayer.htm))

Puesto que la “concentración puntual es la primera fase del proceso en dos partes de que se compone la oración centrada”, nos hemos de preguntar en qué consiste dicha oración centrada (Thomas Keating describe los orígenes de la oración centrada en los siguientes sitios: <http://www.centeringprayer.com/intimacy/intimacy01a.htm> y <http://www.centeringprayer.com/wklyart.htm>).

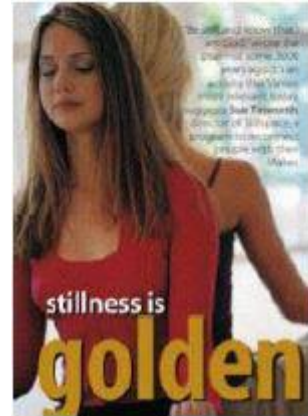
John Dreher caracteriza así la “oración centrada”:

La oración centrada es en esencia una forma de autohipnosis. Recurre a una “mantra”: una palabra repetida una y otra vez con la finalidad de enfocar la mente a medida que se procura penetrar profundamente dentro de uno mismo. Los efectos consisten en un estado semejante a la hipnosis: concentración en una cosa, desconexión para otros estímulos, una gran apertura ante cualquier sugestión, una condición psicológica y fisiológica que exteriormente parece sueño, pero en la que la consciencia está interiorizada y la mente sensible a la sugestión. Después de examinar una descripción publicada sobre la oración centrada, un profesor de psicología afirmó: “La pregunta es: ¿se trata de hipnotismo? -Sí. Sin ninguna duda”. Afirmó que ese estado se puede verificar fisiológicamente por el descenso de la presión arterial, de la frecuencia respiratoria, del nivel sanguíneo de ácido láctico y de la conductividad galvánica de la piel (John D. Dreher, “*The Danger of Centering Prayer*”, This Rock, Vol. 8, No. 11 -November 1997-, <http://www.saintmike.org/occult/CenteringPrayer.asp>).

Nuestra revista *Signs of the Times* publicó un artículo que alienta la práctica de la oración centrada:

**SIGNS**  
OF THE TIMES

La contemplación es en esencia algo exento de palabras, pero su clamor central es: “Consiento en tu presencia y en tu acción en mí” (Ver Sal. 139:1-4; Rom. 8:26 y 27). Siente tu hambre por conectarte con lo Divino, y expresa tu adoración. Dios está esperando conectar contigo (Apoc. 3:20), pero enfocarte te puede llevar un tiempo. Si los pensamientos te distraen, déjalos que floten sin hacerles caso. Un método, llamado *oración “centrada”* [cursivas y comillas en original] te anima a re-enfocarte en Dios, pronunciando en tu interior uno de los nombres del Dios con quien te relacionas. Eso puede ayudarte a estar de nuevo presente con Dios (“*Stillness Is Golden*”, *Signs of the Times -Australia/New Zealand*, Vol. 119 -November 2004-, <http://www.signsofthetimes.org.au/archives/2004/november/article5.shtml>).



Obsérvese el contraste entre el tipo de contemplación que E. White recomienda, y el de la autora de “*Stillness is Golden*” (la quietud es oro).

Sería bueno que cada día dedicásemos una hora de reflexión a la contemplación de la vida de Cristo. Debiéramos tomarla punto por punto, y dejar que la imaginación se poseione de cada escena, especialmente de las finales. Y mientras nos espaciemos así en su gran sacrificio por nosotros, nuestra confianza en él será más constante, se reavivará nuestro amor, y quedaremos más imbuidos de su Espíritu. Si queremos ser salvos al fin, debemos aprender la lección de penitencia y humillación al pie de la cruz (*El Deseado*, 63).

*Signs of the Times* propone en ese artículo: “Si los pensamientos te distraen, déjalos que floten sin hacerles caso”. Es decir, recomienda vaciar la mente y evitar que se active el pensamiento. Por el contrario, E. White recomienda fijar la mente en la vida de Cristo, lo que implica un uso activo de la imaginación. Se trata de dos tipos muy diferentes de contemplación. Vaciar la mente es típico de la meditación oriental.

El silencio que E. White recomienda -un silencio y soledad que son esenciales a fin de oír la voz de Dios-, no es el “silencio” que se produce como consecuencia de la repetición de palabras a modo de mantra:

Todos los que están bajo la instrucción de Dios necesitan un tiempo tranquilo para la comunión con sus propios corazones, con la naturaleza y con Dios. En ellos tiene que manifestarse una vida que no está en armonía con el mundo, sus costumbres o sus prácticas; necesitan una experiencia personal en adquirir el conocimiento de la voluntad de Dios. Debemos oír individualmente la voz de Dios hablando al corazón. Cuando toda otra voz calla, y en quietud esperamos ante él, el silencio del alma hace más perceptible la voz de Dios. Él nos dice: “Estad quietos, y conoced que yo soy Dios” (Sal. 46:10). Esta es la preparación eficaz para toda labor efectuada para Dios. En medio de la muchedumbre apresurada y de la presión de las actividades intensas de la vida, el que resulta refrescado de ese modo se encontrará en una atmósfera de luz y paz. Recibirá una nueva dotación de fortaleza física y mental. Su

vida exhalará una fragancia, y manifestará un poder divino que alcanzará a los corazones de los hombres (*Ministry of Healing, 58*).

## Resumen

Si bien el autor de *Hunger* se esfuerza en enseñar métodos para satisfacer el hambre del alma, algunos de los recomendados están en directa oposición con las instrucciones de la Inspiración. Por lo tanto, a lo único que pueden llevar es a una falsa experiencia espiritual. La práctica meditativa de la oración respirada, la *lectio divina* y la “oración de Jesús”, forman parte de una tradición mística que abarca muchas formas de espiritualidad, siendo todas ellas incompatibles con la comprensión adventista de la naturaleza de Dios y la forma en que él se nos da a conocer.

Las prácticas citadas se originaron en las religiones paganas de Oriente; fueron adoptadas por los padres del desierto de la iglesia católica, y ahora están siendo traídas a la comunidad protestante. Si bien es encomiable el deseo de alcanzar una espiritualidad más elevada, el método está viciado. Es mediante la obediencia santificada a la Palabra de Dios como se experimenta la más profunda espiritualidad.

Es vano el esfuerzo por cristianizar prácticas de origen pagano, tales como la oración respirada, la *lectio divina* y la “oración de Jesús”, pretendiendo incorporarlas a la adoración a Dios. No podemos emplear prácticas que están basadas en una concepción de Dios intrínsecamente falsa con el fin de adorar a nuestro Creador, quien desea la comunión íntima con nosotros. No podemos esperar que Dios responda mediante esas técnicas por más que le pidamos que así lo haga, más de lo que podemos esperar que nos responda cuando se lo pedimos en oración inclinados ante una mesa de Ouija, “porque ¿qué compañía tiene la justicia con la injusticia? ¿y qué comunión la luz con las tinieblas? ¿y qué concordia Cristo con Belial? ¿ó qué parte el fiel con el infiel? ¿y qué concierto el templo de Dios con los ídolos? Porque vosotros sois el templo del Dios viviente, como Dios dijo: Habitaré y andaré en ellos; y seré el Dios de ellos, y ellos serán mi pueblo. Por lo cual, salid de en medio de ellos, y apartaos, dice el Señor, y no toquéis lo inmundo; y yo os recibiré” (2 Cor. 6:14-17).

Nos vemos obligados a concluir que, lejos de ser métodos para acercarnos a Cristo, las prácticas meditativas de estilo oriental logran solamente que las personas se *sientan* espirituales. Pero no son una ayuda para la verdadera comunión con Cristo en su obra en este mundo -una obra que está enfocada hacia el exterior, y no hacia lo introspectivo. Por lo tanto, la espiritualidad que fomenta la meditación y oración de estilo oriental es una falsificación seductora de lo genuino. Es desafortunado que recomendaciones de ese tipo figuren en un libro que se puede adquirir en nuestras librerías adventistas.

Lo experimentado en lo pasado se repetirá. En lo por venir las supersticiones satánicas cobrarán formas nuevas. El error será presentado de un modo agradable y halagüeño. Falsas teorías, revestidas de luz, serán presentadas al pueblo de Dios. Así procurará Satanás engañar a los mismos escogidos, si fuere posible. Se ejercerán influencias extremadamente seductoras; se hipnotizarán las mentes.

Para cautivarlas, se introducirán todas las formas de corrupción similares a las que existieron entre los antediluvianos. La exaltación de la naturaleza como Dios, la desenfrenada licencia de la voluntad humana, los consejos de los impíos, son instrumentos de Satanás para alcanzar ciertos fines. Se valdrá del poder de la mente sobre la mente para ejecutar sus planes. Lo más triste de todo es que, colocados bajo esa influencia engañosa, los hombres tendrán una apariencia de piedad sin estar en verdadera comunión con Dios. Como Adán y Eva, que comieron del fruto del árbol del conocimiento del bien y del mal, muchos se alimentan ahora de los frutos del error.

Los agentes satánicos revisten las falsas teorías de un vestido atractivo, así como en el huerto de Edén Satanás ocultó su identidad a nuestros primeros padres, hablándoles por intermedio de la serpiente. Esos agentes hacen penetrar en la mente humana lo que en realidad es un error mortal. La influencia hipnótica de Satanás se ejercerá sobre quienes se apartan de la palabra de Dios para aceptar fábulas agradables.

A aquellos que han tenido más luz es a quienes Satanás trata con mayor empeño de seducir. Sabe que si puede engañarlos, ellos, bajo su dirección, habrán de revestir el pecado de ropas de justicia, y así extraviarán a muchos.

A todos digo: Estad apercebidos porque, semejante a un ángel de luz, Satanás entra en cada reunión de obreros cristianos y en cada iglesia, para tratar de atraer los miembros a su lado. Se me ha ordenado que transmita al pueblo de Dios la amonestación: "No os engaños; Dios no puede ser burlado (Gál. 6:7)" (*Joyas de los testimonios* vol. 3, 271-272).

### **Autores recomendados en *Hunger***

Es inquietante que el autor de *Hunger* recomiende, no sólo ciertos libros cuyos autores promueven aspectos místicos de la vida espiritual, sino también algunos que animan específicamente el estudio de autores no cristianos (paganos).

**Thomas R. Kelly:** "En lo profundo de cada uno de nosotros hay un increíble santuario del alma, un lugar santo, un centro Divino, una Voz que habla, a la cual podemos remitirnos continuamente... Se trata de una Luz Interior que ilumina el rostro de Dios y arroja nuevas sombras y nuevas glorias al rostro humano... Aquí está el Cristo durmiente, animando a que se lo despierte para convertirse en el alma que revestimos en una forma y acción terrenas. Y Él está en el interior de todos nosotros... La Luz Interior, el Cristo interior, no es mera doctrina propiedad de una pequeña comunidad religiosa, susceptible de ser aceptada o rechazada como mera creencia. Es el Centro de Referencia viviente para todos los grupos cristianos. Sí, y así mismo para los no cristianos que se aplican con seriedad a morar en el lugar santo del Altísimo" (*A Testament of Devotion* -Harper San Francisco-, 1996, 3).

**Henry J. M. Nouwen:** “La repetición sosegada de una sola palabra nos puede ayudar a descender con la mente al corazón... Este sencillo tipo de oración... nos abre a la presencia activa de Dios” (*The Way of the Heart* -San Francisco, CA: Harper, 1991-, 81).

**Richard J. Foster:** “Hemos de aprestarnos a descender a los silencios re-creadores, al mundo interior de la contemplación. En sus escritos, todos los maestros de la meditación se esfuerzan por despertarnos al hecho de que el universo es mucho más grande de lo que sabemos, que hay vastas regiones interiores inexploradas, que son tan reales como el mundo físico que tan bien conocemos” (*Celebration of Discipline: The Path to Spiritual Growth* -New York, NY: Harper Collins-, 1980, 13).

“Thomas Merton ha hecho probablemente más que ninguna otra figura del siglo XX para hacer la vida de oración ampliamente conocida y comprendida... su interés en la contemplación lo llevó a investigar formas de oración en las religiones orientales... es un maestro dotado” (*Renovare*, Richard J. Foster, Emilie Griffin, *Spiritual Classics* -New York, NY: Harper Collins, 2000-, 17).

**Thomas Merton:** “Si solamente pudieran verse a sí mismos tal como realmente son... probablemente el gran problema sería que caeríamos postrados y nos adoraríamos unos a otros... En el centro de nuestro ser hay un punto vacío que no ha sido afectado por el pecado ni por las apariencias, un punto de verdad pura... ese pequeño punto... es la pura gloria de Dios en nosotros. Está en cada uno” (*Conjectures of a Guilty Bystander* -Garden City, NY: Doubleday, 1989-, 157, 158).

**Morton Kelsey:** “Es posible encontrar la mayoría de las prácticas de la Nueva Era en lo profundo del cristianismo [en la tradición de la iglesia cristiana]” (*In the Spirit of Early Christians*, Common Boundary magazine, ene/feb 1992-, 19).

**Tilden Edwards:** “Esta corriente mística [la oración contemplativa] es el puente desde Occidente hasta la espiritualidad del lejano Oriente” (*Spiritual Friend: Reclaiming the Gift of Spiritual Direction* -Mahwah, NJ: Paulist Press, 1980-, 18 y 19).

**Thomas Keating:** Monje trapense que comenzó a enseñar una forma de meditación cristiana que desembocó en el fenómeno mundial conocido como oración centrada. Dos veces al día, durante veinte minutos, sus practicantes buscan un lugar tranquilo donde sentarse con los ojos cerrados y someter sus mentes a “Dios”.

“Mi conocimiento de los métodos orientales de meditación me ha convencido de que... tanto en las disciplinas espirituales orientales como occidentales hay formas de serenar la mente.

... muchos que buscan seriamente la verdad estudian las religiones orientales” (*Open Mind Open Heart: The Contemplative Dimension of the Gospel* -Warwick, NY: Amity House, 1986-, 37).

“No debemos dudar en tomar el fruto de la sabiduría milenaria de Oriente y “capturarla” para Cristo. Verdaderamente, aquellos de entre nosotros que estamos dedicados al ministerio debiéramos hacer todo esfuerzo para familiarizarnos con tantas de esas técnicas orientales como sea posible... Muchos cristianos que se toman en serio su vida de oración han sido grandemente bendecidos por el yoga, el zen, la meditación trascendental y



prácticas similares...” (M. Basil Pennington, Thomas F. Clarke, *Finding Grace at the Center: The Beginning of Centering Prayer* -Still River, MA: St. Bede Publications, 1978-, 5, 6).

“Si eres consciente de que no tienes pensamientos, estás siendo consciente de algo, y eso es ya un pensamiento... Si en este punto eres capaz de perder la consciencia de darte cuenta de que no tienes pensamientos, estarás entrando en la consciencia pura... Un quinto tipo de pensamiento proviene del hecho de que mediante la práctica regular de la oración contemplativa se pone en funcionamiento el dinamismo de la purificación interna. Ese dinamismo es una especie de psicoterapia divina planeada orgánicamente para cada uno de nosotros, para vaciar nuestro inconsciente...” (*Foundations for Centering Prayer and the Christian Contemplative Life* - Continuum International Publishing Group, 2002-, 64, 82).

**M. Scott Peck:** “Dado que el inconsciente es siempre Dios, podemos definir la meta del crecimiento espiritual como la consecución de la Divinidad por parte del yo consciente. Para el individuo significa venir a ser Dios, totalmente, plenamente” (*The Road Less Traveled* - New York: Simon and Schuster, 1978-, 283).

“El zen budista debiera enseñarse en América en todas las clases de 5º grado” (*Further Along the Road Less Traveled* -Simon and Schuster Audioworks, 1992).

“El gran pecado de la cristiandad es pensar que las otras religiones no están salvas” (*Further Along the Road Less Traveled* -Simon and Schuster Audioworks, 1992).

“Si la Nueva Era es capaz de reformar la sociedad más bien que desafiarla negativamente, entonces puede ser extremadamente santa y desesperadamente necesaria” (*Further Along the Road Less Traveled* -Simon and Schuster Audioworks, 1992).

Traducción:

[www.libros1888.com](http://www.libros1888.com)



Descárgalo en tu celular / móvil