



EXTENSIÓN CONTEMPLATIVA INTERNACIONAL

UNIDOS EN ORACIÓN CENTRANTE

La Ciencia del Amor



Le pido (al Señor) que, conforme a la riqueza de su gloria, su Espíritu los llene de fuerza y energía hasta lo más íntimo del ser. Que Cristo habite, por medio de la fe, en el centro de su vida y que el amor les sirva de cimiento y de raíz. Serán así capaces de entender, en unión con todos los creyentes, cuán largo y ancho, cuán alto y profundo es el amor de Cristo; un amor que desborda toda ciencia humana y los colma de la plenitud misma de Dios. (Efesios 3: 16-19)

Oro para que, com as suas gloriosas riquezas, ele os fortaleça no íntimo do seu ser com poder, por meio do seu Espírito, 17 para que Cristo habite no coração de vocês mediante a fé; e oro para que, estando arraigados e alicerçados em amor, 18 vocês possam, juntamente com todos os santos, compreender a largura, o comprimento, a altura e a profundidade, 19 e conhecer o amor de Cristo que excede todo conhecimento, para que vocês sejam cheios de toda a plenitude de Deus.

Para el Padre Thomas Keating, la “ciencia del amor” no es una ciencia en el sentido técnico del término, sino una forma profunda y transformadora de conocer a Dios a través del amor vivido y experimentado.

El Padre Thomas retoma una tradición contemplativa cristiana (especialmente la de San Juan de la Cruz) donde “ciencia” significa **conocimiento directo, por experiencia**, no solo intelectual.

En ese sentido,

- Es un **conocimiento que nace del amor**, no del razonamiento.
- Se adquiere en el **silencio, la contemplación y la entrega interior**.
- Es una forma de “saber” que **transforma** a la persona, no solo la informa.

Algunos puntos clave para el Padre Thomas son los siguientes:

- **Dios es amor que se comunica.** No nos aproximamos a la Realidad Última pensando, sino **dejándonos amar**.
- **El camino es el silencio y el servicio que surge de éste.** Prácticas como la Oración Centrante poco a poco nos conducen a ir más allá del pensamiento discursivo.
- **El amor purifica.** El proceso espiritual implica soltar el ego, las falsas seguridades e integrar y trascender las heridas emocionales.
- **Conocer = amar.** En esta “ciencia,” conocer a Dios y amar a Dios son lo mismo. En otras palabras, la ciencia del amor, para el Padre Thomas, es *aprender a percibir la realidad desde el corazón transformado por el amor de Dios, más allá de ideas y conceptos. No es una teoría, es una experiencia vivida.*

Para o Padre Thomas Keating, a “ciência do amor” não é uma ciência no sentido técnico do termo, mas uma forma profunda e transformadora de conhecer Deus por meio do amor vivido e experimentado.

O Padre Thomas retoma uma tradição contemplativa cristã (especialmente a de São João da Cruz) na qual “ciência” significa conhecimento direto, por experiência, e não apenas intelectual.

Nesse sentido:

- É um conhecimento que nasce do amor, e não do raciocínio.
- É adquirido no silêncio, na contemplação e na entrega interior.
- É uma forma de “saber” que transforma a pessoa, não apenas a informa.

Alguns pontos-chave para o Padre Thomas são os seguintes:

- Deus é amor que se comunica. Não nos aproximamos da Realidade Última pensando, mas deixando-nos amar.
- O caminho é o silêncio e o serviço que dele brota. Práticas como a Oração Centrante, pouco a pouco, conduzem-nos além do pensamento discursivo.
- O amor purifica. O processo espiritual implica soltar o ego, as falsas seguranças e integrar e transcender as feridas emocionais.
- Conhecer = amar. Nesta “ciência”, conhecer Deus e amar Deus são a mesma coisa.

Em outras palavras, a ciência do amor, para o Padre Thomas, é aprender a perceber a realidade a partir do coração transformado pelo amor de Deus, para além de ideias e conceitos. Não é uma teoria, é uma experiência vivida.

Thomas Keating, *Reflexiones sobre lo insondable*, cap. 2, “La ciencia del amor.” Disponible en la página web de ECI.

“Jesucristo en sus enseñanzas parece menos interesado en elevarnos a estados iluminado de conciencia que en hacerse uno con nosotros en los eventos y experiencias ordinarias de la vida cotidiana. Revivir los sagrados misterios de su vida terrenal en cada uno de nosotros es su plan y deseo; compartir cada momento de nuestras vidas con él es la vivencia práctica de la unión divina. Su presencia en nosotros es nuestro ser más profundo, manifestándose en cada acción, sin importar lo trivial que ésta pueda ser desde nuestro punto de vista. Somos invitados a no tener movimiento del cuerpo, la mente y el corazón excepto desde el Espíritu, que desea inspirar todos nuestros pensamientos, palabras y acciones.

Si nos sentimos aburridos en la meditación, que no estamos a la altura de una tarea, que somos débiles enfrentando la tentación, distraídos en la oración o atormentados por emociones aflictivas; si nos sentimos impotentes para practicar cualquier virtud, abandonados por Dios, que estamos “sin piso firme” interiormente y nos sentimos infinitamente culpables, es Jesús *en* nosotros y *como* nosotros quién está sufriendo todo. Él vive nuestras vidas todo el tiempo, si consentimos a ser quienes realmente somos... El Espíritu hará los cambios. Los esfuerzos por hacernos aceptables a Dios no tendrán éxito...

Cristo está regresando al Padre en toda circunstancia, no importa lo horrenda, inhumana, o pecaminosa que sea. Querer regresar a periodos de unión sentida con Dios y de consuelo espiritual es algo natural para nosotros, pero usualmente está basado en un apego egoico a alguna experiencia espiritual del pasado.

Esperar algo mejor en el futuro no es la virtud teologal de la esperanza. La esperanza teologal se basa solo en Dios, que es a la vez infinitamente misericordioso e infinitamente poderoso en *este preciso momento.*”

“Jesus Cristo, em seus ensinamentos, parece menos interessado em nos elevar a estados iluminados de consciência do que em se fazer um conosco nos eventos e experiências ordinárias da vida cotidiana. Reviver os sagrados mistérios de sua vida terrena em cada um de nós é o seu plano e desejo; compartilhar cada momento de nossas vidas com ele é a vivência prática da união divina. Sua presença em nós é o nosso ser mais profundo, manifestando-se em cada ação, não importa o quão trivial ela possa parecer do nosso ponto de vista. Somos convidados a não ter nenhum movimento do corpo, da mente e do coração que não venha do Espírito, que deseja inspirar todos os nossos pensamentos, palavras e ações.

Se nos sentimos entediados na meditação, que não estamos à altura de uma tarefa, que somos fracos ao enfrentar a tentação, distraídos na oração ou atormentados por emoções aflitivas; se nos sentimos impotentes para praticar qualquer virtude, abandonados por Deus, que estamos “sem chão firme” interiormente e nos sentimos infinitamente culpados, é Jesus em nós e como nós quem está sofrendo tudo isso. Ele vive nossas vidas o tempo todo, se consentirmos em ser quem realmente somos... O Espírito fará as mudanças. Os esforços para nos tornarmos aceitáveis a Deus não terão êxito...

Cristo está retornando ao Pai em toda circunstância, não importa quão horrenda, desumana ou pecaminosa seja. Querer voltar a períodos de união sentida com Deus e de consolo espiritual é algo natural para nós, mas geralmente está baseado em um apego egoico a alguma experiência espiritual do passado.

Esperar algo melhor no futuro não é a virtude teológica da esperança. A esperança teológica baseia-se somente em Deus, que é ao mesmo tempo infinitamente misericordioso e infinitamente poderoso neste preciso momento.”

“He aquí una fórmula para profundizar y promover la virtud teologal de la esperanza con su ilimitada confianza en Dios. Permite que todo lo que esté ocurriendo ocurra y siga ocurriendo. Dale la bienvenida, sea lo que sea. Entrégate al momento presente abandonándote a su contenido. Podemos pedir ayuda, pero no es necesario. Dios siempre está ansioso de sanar el sufrimiento innecesario y de sostenernos en nuestra debilidad.

Las energías divinas se están precipitándose hacia nosotros en cada nanosegundo de tiempo. ¿Por qué no estirar la mano y atraparlas con actos continuos de auto entrega y confianza en Dios? La respuesta apropiada a la abundancia de Dios es consentir a su presencia y rendirnos a su acción en nosotros.

Deja que Cristo viva en tu interior *como tú*. Ésta es la resurrección---lo que Jesús llama (en sus palabras a Marta) “la resurrección y la vida” (Juan 11:25) ...

La libertad interior es la fuente de la mayor creatividad. Dios está gradualmente confiándonos el futuro de la especie a nosotros, al mismo tiempo que permanece siendo nuestro socio y compañero. De esta forma Dios nos hace (en un sentido real) igual a él mismo: cocreadores y corredentores...

No se necesita esfuerzo alguno para recibir el aliento divino. Respirar es inherente a la naturaleza humana, tanto a nivel físico como espiritual. Ocurre continuamente. Nuestro mejor esfuerzo consiste en no esforzarnos: en simplemente recibir intencionalmente –es decir, con total consentimiento, la continua comunicación divina...”.

(Reflexiones sobre lo Insondable, cap. 2, cont.)

Eis aqui uma fórmula para aprofundar e promover a virtude teologal da esperança com sua confiança ilimitada em Deus. Permita que tudo o que estiver acontecendo aconteça e continue acontecendo. Dê-lhe boas-vindas, seja o que for. Entregue-se ao momento presente, abandonando-se ao seu conteúdo. Podemos pedir ajuda, mas não é necessário. Deus está sempre desejoso de curar o sofrimento desnecessário e de nos sustentar em nossa fraqueza.

As energias divinas estão se precipitando sobre nós a cada nanossegundo do tempo. Por que não estender a mão e captá-las com atos contínuos de autoentrega e confiança em Deus? A resposta apropriada à abundância de Deus é consentir à sua presença e render-nos à sua ação em nós.

Deixe que Cristo viva em seu interior como você. Esta é a ressurreição — o que Jesus chama (em suas palavras a Marta) “a ressurreição e a vida” (João 11:25)...

A liberdade interior é a fonte da maior criatividade. Deus está gradualmente confiando a nós o futuro da espécie, ao mesmo tempo em que continua sendo nosso parceiro e companheiro. Dessa forma, Deus nos torna (em um sentido real) iguais a Ele mesmo: cocriadores e corredutores...

Não é necessário esforço algum para receber o sopro divino. Respirar é inerente à natureza humana, tanto no nível físico quanto no espiritual. Isso acontece continuamente. Nosso melhor esforço consiste em não nos esforçarmos: simplesmente receber intencionalmente — isto é, com pleno consentimento — a contínua comunicação divina...