

## 17 - Del 'caos' al 'reposo'

*La meditación es toda una antropología que nos relaciona con nosotros mismos. La oración es toda una relación de amor que nos levanta sobre nosotros mismos. En ella se recupera a Dios; se recupera el alma y la armonía de la persona 'entera'*

El siguiente gráfico señala el camino por el que se va desde el 'caos' hasta el reposo en Dios. Es todo un camino de realización, al mismo tiempo que de interiorización y descubrimiento progresivo del rostro de Dios.

En la base, en el primer momento de nuestro intento por caminar, advertimos el caos interior que es ya parte de nuestra cultura. Y, a partir de ahí, se nos propone un ascenso, una subida, una entrada, un perfeccionamiento progresivo:

REPOSAR EN DIOS		
Transcender la PERSONALIDAD	↑	Oración abandono
Transcender el EGO	↑	Ascesis: renuncia, desapego, meditación
Transcender el CAOS	↑	Calma serenidad

Es esencial la enseñanza y el aprendizaje de la serenidad, de la calma. Devolver la paz a nuestros nervios, cerebro, músculos, mente, afectividad.

Después la lenta destrucción del 'ego' del que frecuentemente no se tiene idea de la impresionante fuerza destructora que implica.

“... en los congresos organizados por educadores, directores espirituales o superiores, los programas vienen ricos en teología, ascética, historia, espiritualidad, moral, normas especiales, modelos más o menos, puestos al día. Programas que nutren el cerebro, pero dejan sin tratar los instintos, las tendencias, los hábitos, los mecanismos de defensa. Y esto, aunque todos saben (deberían saberlo) que el dinamismo que mayormente incide en nuestra conducta está constituido por estas fuerzas extrañas, bastante más que por el cerebro” .

El afán por aprender doctrinas y nociones no significa ser discípulo. Frecuentemente engorda el ego y crecen las barreras para la entrega, que siempre ocurre en esa pobreza insondable de quien se ha liberado de las barreras profundas de su mala organización mental, emocional y aun corporal; que destruyen la sencillez de la fe y la serena seguridad de quien se deja en manos del Amor.

Tiene que aprender la ascesis, la renuncia, el desapego, la meditación. Sólo se progresa en la medida

en que se renuncia, se desapega.

La meditación es toda una antropología que nos relaciona con nosotros mismos. La oración es toda una relación de amor que nos levanta sobre nosotros mismos. En ella se recupera a Dios; se recupera el alma y la armonía de la persona 'entera'.

Para aprender a meditar y a orar tiene que aprenderse previamente un nuevo modelo de aprendizaje, enraizado en la gran tradición de las espiritualidades y de nuestros grandes místicos.

El caminante tiene que ser transformado y no sólo cambiado. Pero el hombre no puede formarse hasta transformarse. La transformación es un valor, una realidad que nos llega de forma gratuita cuando se crean determinadas disposiciones de receptividad y de sosiego.

Nicolás de Ma. Caballero, cmf – IRIS DE PAZ

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/17-del-caos-al-reposo](http://www.ciudadredonda.org/articulo/17-del-caos-al-reposo)