

Jorge Waxemberg

ASCÉTICA DE LA RENUNCIA

Edición 2019

© 2015 CAFH

Todos los derechos reservados

Indice

<i>INTRODUCCIÓN</i>	3
LA VOCACIÓN	8
EL HÁBITO DEL SILENCIO	11
SILENCIO INTERIOR	13
PRESENCIA.....	16
FIDELIDAD	17
ESTUDIO Y ENSEÑANZA.....	21
EL TRABAJO.....	23
EXPANSIÓN ESTÁTICA Y DINÁMICA.....	26
OBEDIENCIA.....	27
RUTINA.....	31
PARTICIPACIÓN	34
ADAPTABILIDAD	36
REVERSIBILIDAD	38
RENUNCIA EN LA ORIENTACIÓN ESPIRITUAL...42	
UNIÓN SUBSTANCIAL	43
HOLOCAUSTO	45

Introducción

Dedicamos este trabajo a quienes anhelan desenvolverse espiritualmente. Ese anhelo no es exclusivo de quienes desean una vida espiritual, ¿quién no quisiera desenvolverse, no sólo por lo que desea obtener para su familia y la sociedad, sino para lograr una plenitud interior que de sentido a sus esfuerzos y las penas que tiene que enfrentar a lo largo de su vida? De una manera u otra, a sabiendas o no, todos buscamos una vía que nos oriente hacia una paz y plenitud reales no solo para nosotros, sino también para todos los seres humanos.

En este momento, en el que las más primitivas pasiones se expresan sin mayores trabas, en el que la violencia, el despojo y la injusticia parecieran ser las constantes de la sociedad humana, algunos de los estados interiores descritos en este texto pueden hacer pensar que sólo serían posibles en seres ideales, extraños a nuestra época. Pero el egoísmo, la agresión y la indiferencia son sólo una cara de la condición humana. No somos únicamente carne, instinto y violencia; nuestros anhelos y los ideales que compartimos nos muestran que, por encima de todo, procuramos un bien que nos trasciende.

Cuanto indagamos en nosotros mismos, intuimos que en la medida en que podamos expandir nuestro estado de conciencia lograremos mayor comprensión de nosotros mismos y de nuestra situación en el mundo. De acuerdo con nuestra intención y nuestra determinación, cada uno de nosotros puede lograr esa expansión de diferentes maneras, pero siempre necesitará seguir un método de trabajo interior; es decir, una ascética.

Entendemos que las etapas del desarrollo espiritual son universales. La historia nos muestra que quienes han recorrido el sendero espiritual han pasado por los mismos hitos interiores. Sin embargo, el mundo ha cambiado; también hemos cambiado nosotros y la visión que tenemos de nosotros mismos, de la vida y del mundo en que vivimos. Esto nos obliga a retomar el concepto de ascética mística para que ésta tenga un sentido asequible y actualizado.

La realización espiritual ha sido interpretada a veces como la ilusión o la aspiración de quienes no se adaptan al vaivén y las exigencias de la vida corriente. Pensamos que no es así, que este anhelo está latente en todo ser humano. Necesitamos, entonces, revisar nuestras ideas sobre la realización espiritual, los prejuicios acerca del sendero espiritual, la desconfianza sobre las experiencias interiores.

Con la palabra ascética nos referimos a nuestros esfuerzos para desenvolvernos espiritualmente. Usamos la palabra mística para referirnos al proceso de expansión de la conciencia; también la podemos entender como la unión interior que, a lo largo de ese proceso, logramos con quienes nos rodean con la intención de unirnos a todos ellos y aún más allá. Podemos decir, entonces, que la ascética mística es el proceso a través del cual expandimos nuestra conciencia al incluir progresivamente más ámbitos de realidad en nuestra noción de ser y de participar.

La ascética no puede separarse de la mística, ya que una es la causa de la otra. Sin embargo, en este trabajo trataremos sólo el tema de la ascética de la renuncia. Si bien en algunas ocasiones hacemos referencia a estados interiores que caben dentro de la mística, ese tema excede los límites que damos a este trabajo.

La expresión "ascética de la renuncia" indica el objeto del trabajo ascético. Si bien la palabra renuncia no es nueva, la acepción que deseamos darle está más allá de la connotación negativa que generalmente la asocia con una negación del mundo, la vida y las cosas. En el contexto de este trabajo entendemos la renuncia como un proceso en el cual tomamos una conciencia cada vez más amplia de nosotros mismos y de nuestra situación en el mundo y en la vida.

La ascética de la renuncia, como toda ascética, requiere dominio sobre nosotros mismos. Sin embargo, es corriente que confundamos el autodominio con una represión que no sería buena para nosotros, que lo importante es ser espontáneos. Pero muchas veces la espontaneidad da lugar a un fluir emociones y pensamientos que surgen sin que tomemos conciencia de ellos. El autodominio de la ascética se basa en mantenernos conscientes de lo que hacemos; es la espontaneidad que parte de nuestro discernimiento.

La ascética fue generalmente asimilada a la práctica de ejercicios especiales que requerían tiempo, dedicación, ambiente. Esto hizo que se la entendiera como una disciplina aislada de nuestra vida normal, envueltos como estamos en el prosaico esfuerzo para subsistir. Si olvidamos esa acepción de la ascética y la extendemos a la totalidad de nuestros esfuerzos para vivir y adelantar, expandimos el significado que damos a nuestros trabajos.

La lucha por subsistir nos ata a una actividad que nos atrapa de tal modo que terminamos por olvidar qué perseguimos realmente; podemos alcanzar esa conciencia en la medida en que ubiquemos nuestros esfuerzos dentro de un proceso de desenvolvimiento interior, espiritual.

Por otra parte, cuando decimos que necesitamos una acética para desenvolvernos podemos imaginar que, una vez que sigamos ciertas normas y practiquemos ejercicios obtendremos una realización espiritual. Si bien hay ejercicios que estimulan nuestro desenvolvimiento, éste no resulta de simples prácticas, es nuestra conciencia la que ha de expandirse; para lograrlo tenemos que trabajar sobre nosotros mismos. No hacemos esto sólo con ejercicios; nuestro estado de conciencia depende de nuestra actitud general frente a la vida y el mundo, como también de nuestra ubicación respecto de los valores que aspiramos realizar.

Algunos caminos nos vuelcan hacia el mundo exterior. Otros nos abstraen de la vida de la sociedad humana, con sus angustias y sus problemas. Pero es evidente que somos nosotros quienes damos validez al mundo y la vida. No podemos huir de la vida y el mundo; al contrario, necesitamos aprender a ubicarnos de manera que nuestro modo de vivir nos libere en vez de encadenarnos a una rueda de experiencias dolorosas. Si bien a veces la vida nos llena de incertidumbre e interrogantes, las respuestas no pueden surgir de ninguna otra parte que no sea dentro de esa vida; particularmente, de nuestra vida.

Una ascética que prescinda de los demás seres y sus problemas aísla la vida espiritual de las angustias de la sociedad y, en cierta manera, pone una barrera entre nosotros y la realidad humana. Por otra parte, una

ascética de acción sólo exterior nos priva de nuestras posibilidades espirituales y de la riqueza de la vida interior.

Quizá, si persiste en nosotros la idea de que la ascética es algo específico que tenemos que hacer, nos parezca que el texto no ofrece una ascética definida. Como la ascética de la renuncia es interior, no es fácil de explicar. Pero por ser interior es apta para todos, ya que es una ascética de vida.

No es difícil tener ciertas experiencias interiores; con imágenes y sonidos podemos intentar salir del campo de las percepciones habituales para olvidar por un momento los sufrimientos de la vida corriente. Algunos ejercicios ascéticos de la tradición oriental apuntan también a esa liberación interior. Quienes siguen esas disciplinas no lo hacen por sentirse pecadores, como ha sido frecuente en la ascética cristiana, sino para alcanzar una experiencia liberadora.

A nuestro entender, una experiencia —o varias— que nos hagan sentir liberados no es la liberación espiritual que anhelamos. Evadirnos momentáneamente del campo de conciencia habitual es una aventura atractiva, pero suele atarnos al deseo de nuevas experiencias que terminan enajenándonos de otra manera, más sutil quizá, pero no por eso menos limitada.

La expansión espiritual es un estado de conciencia al que llegamos desarrollándonos y no a través de experiencias sensibles. Para lograr ese estado necesitamos recorrer un sendero inverso, el de renunciar a la cadena de experiencias sensibles que exaltan el goce por los sentidos, para poder despertar en nosotros una plenitud que no depende de lo que ocurre sino de nuestra percepción de qué somos y para qué vivimos.

Si buscáramos experiencias sensibles mostraríamos un interés extremo en nosotros mismos, un afán de goce creciente y de una felicidad particular que poco a poco nos aislaría del mundo de los demás tanto como puede hacerlo emprender la carrera competitiva de posesiones y éxito exteriores.

Hoy ya no nos importa tanto discutir tras de qué corremos, sino saber por qué corremos. Podemos escapar de muchos lugares, pero no podemos huir de nosotros mismos.

J. W.

Octubre, 2019

La Vocación

Cuando sentimos con intensidad que queremos hacer sólo una de entre todas las actividades que podríamos efectuar y tenemos aptitudes para llevarla a cabo, decimos que tenemos vocación para ella. Sin embargo, por más fuerte que sea la vocación de hacer algo, tenemos una vocación que la trasciende y que no siempre reconocemos: la de desarrollarnos. Esta vocación es inherente a nosotros, ¿quién no ha sentido en algún momento el anhelo de crecer por dentro, de ser más desarrollado no sólo como persona social sino como ser humano? Podemos no responder en forma inmediata o completa a esa aspiración, pero no podemos borrarla. Permanece en nosotros y nos acucia de tal manera que no nos sentimos plenos hasta que respondemos a ella.

La conciencia de nuestra vocación de desarrollarnos —vocación espiritual— puede asumir diversos matices y grados de profundidad. La forma en que respondemos a esa vocación varía de acuerdo con nuestra actitud hacia ella. Puede ir desde el deseo de mejorar lo que hacemos, ampliar nuestra visión de la vida y el mundo, hacer prácticas espirituales, hasta el de consagrar nuestra vida para bien de todos los seres. Tras esta vocación espiritual hay aún otra más profunda, una que implica nuestra relación con la existencia. La llamamos vocación de renuncia.

¿Por qué este nombre? Porque si nos atrevemos a reconocer lo que es obvio en la vida, tenemos que aceptar que ésta es renuncia, al menos para nosotros, seres humanos. El fluir del tiempo nos obliga a renunciar continuamente; el presente fluye sin cesar sin que podamos detener su flujo. Nada podemos atesorar; la felicidad del momento no pasa de ser un instante que se sume en la bruma del pasado. Además, la muerte ineludible es el trasfondo que acapara nuestra vida, para no mencionar la angustia que sentimos ante lo que pueda suceder. Todos sabemos esto, pero no siempre queremos saberlo o recordarlo. Pero de nada nos vale escapar de la realidad, necesitamos aprender a relacionarnos con ella para que nuestra vida realmente tenga un sentido.

Para lograr una relación con la existencia no esperamos a que la vida nos arrebate lo que no podemos retener sino renunciamos a ello en forma deliberada. Esta renuncia no implica dejar lo que tenemos o desechar lo que hacemos, sino establecer una relación consciente con la transitoriedad implícita en el devenir y expandir nuestra conciencia para abarcar la realidad que percibimos.

La necesidad de ampliar nuestra conciencia es inherente a nosotros. El niño desarrolla su estado de conciencia hasta lograr el del adulto. Esa expansión no continúa luego en forma espontánea, porque cuando creemos que ya sabemos lo que tenemos que saber y formamos nuestras opiniones sobre la vida y el mundo nos quedamos en ese estado de conciencia, asidos a la seguridad de creer que ya sabemos cómo son las cosas. A menos que nos empeñemos en forma deliberada y perseverante en continuar ampliando nuestro estado de conciencia seguimos viviendo el estado de conciencia que consolidamos en algún momento. En nuestra conciencia está el mundo en el que crecimos y aprendimos lo que creemos saber —el mundo de ayer— mientras nuestros hijos y nietos abren su conciencia a un mundo del cual sólo somos tímidos espectadores.

La vocación de renuncia aparece en nosotros como una toma de conciencia, una necesidad de responder a la vida y al mundo con una actitud vital. Para cumplirla tenemos que responder a ella en forma consecuente y realmente responsable.

¿Por qué decimos que ha de ser responsable? Porque el concepto corriente de responsabilidad se presta a innumerables interpretaciones. Nuestras responsabilidades comunes son compromisos relativos que dependen de las circunstancias. Los deseos que habitualmente nos impulsan a actuar nos comprometen sólo en algunos aspectos; por ejemplo, nuestro tiempo o nuestros recursos. La vocación de renuncia nos compromete en forma total, porque se trata de tomar conciencia; no entra en el juego de lo que puede o no ser cumplido o postergado. Por eso, cuando sentimos vocación de renuncia comprendemos que nuestra responsabilidad está enraizada en nuestra vida y compromete todo nuestro ser; mente, corazón y actitud ante a la vida.

Expresamos esa respuesta en una ascética de renuncia. Nuestra manera de vivir, nuestras actitudes y valores son consecuencia de nuestra vocación y no dependen del lugar que ocupamos ni del papel que desempeñamos en la sociedad.

No podemos comparar la vocación de renuncia con la de tener vocación para una actividad o una profesión. La vocación de renuncia va mucho más allá de lo que uno hace. Por un lado, incluye la manera de sentir, pensar, expresarse, desenvolverse; por otro, implica una responsabilidad interior, personal, social, histórica y espiritual.

Es una responsabilidad interior, porque tenemos conciencia de nuestras posibilidades interiores y estamos comprometidos a realizarlas.

Es una responsabilidad personal, porque la manera en que vivimos tiene influye en nuestro entorno, tanto en forma positiva como negativa, sobre aquellos con quienes interactuamos.

Es una responsabilidad social, porque nuestra conciencia nos une interiormente con todos los seres humanos y nos mueve a comprometernos y dedicar nuestros esfuerzos al bien y adelanto de todos ellos.

Es una responsabilidad histórica, porque sabemos que nuestra actitud, conducta y desenvolvimiento no pueden desglosarse del proceso del desenvolvimiento humano. Comprendemos las consecuencias que tiene sobre la humanidad la forma en que respondemos a nuestra vocación.

Es una responsabilidad espiritual, porque ampliamos nuestra conciencia hasta el punto en que todos los seres están incluidos en nuestra noción de ser y nos acompañan en el camino del desenvolvimiento humano.

El Hábito del Silencio

El silencio es cada vez más difícil de alcanzar en la sociedad de hoy. Estamos tan habituados a la falta de silencio que no nos damos cuenta de los frutos que podríamos obtener del silencio, especialmente en nuestra vida interior. Para descubrir esos frutos hay que tratar de conseguir cierto silencio; mucho podemos lograr en este sentido si revisamos los hábitos que tenemos para huir del silencio.

El primer hábito suele ser el de hablar por cualquier motivo, aun cuando no tengamos algo significativo para comunicar.

El segundo hábito puede ser el de buscar con quien hablar cuando no necesitamos hacer algo determinado, sin que nos importe sobre qué vamos a conversar.

El tercer hábito puede ser el de cubrir el silencio con imágenes, voces, música, llamadas, textos para leer o enviar, sin que tengamos necesidad o urgencia para hacerlo.

Vale la pena descubrir por qué escapamos del silencio o por qué le tememos. La forma de llegar a saberlo es comenzar a practicarlo. Descubrimos así que el silencio no depende exclusivamente del medio en que vivimos, ya que podemos hacer silencio en cualquier circunstancia.

Por otra parte, para alcanzar una comprensión más profunda de nosotros mismos, como también del mundo y de la vida tenemos que abrirnos a la existencia. Esta apertura comienza cuando terminamos de hablar continuamente. Es importante, entonces, aprender a callar. Comenzamos por medir las palabras y controlar la tendencia a hablar de nosotros mismos, de lo que fuimos, lo que somos, lo que nos ocurre, lo que deseamos ser o conseguir, hasta hacerlo un hábito. Este hábito aquieta los movimientos de la mente y del corazón y nos ayuda a mantener paz interior.

El hábito de silencio también nos ayuda a dominar nuestros impulsos y a darnos cuenta de que son movimientos inconscientes. De este modo podemos tomar conciencia del sentido que damos a nuestra vida y comprobar si coincide o no con el que quisiéramos darle.

El hábito de silencio influye gradualmente en todos los aspectos de nuestra vida: nuestras posturas, la manera en que nos movemos y vestimos, como también en lo que creemos necesitar y aun en nuestras aspiraciones.

El hábito de silencio nos ayuda a cortar las vías de escape. Por ejemplo, enseña a no quejarnos. La queja y la protesta son reacciones contra la vida o contra otros y nos impiden conocer la realidad de la vida y de esas personas. También muestran el temor a reconocer lo contingente de la vida, tal como es en nuestro mundo.

Si nos quejamos por lo que no conseguimos o por lo que nos pasa no podemos tomar conciencia de lo que producimos con nuestra conducta. En cambio, si actuamos sin estar pendientes de lo que conseguimos con ello, comprendemos que no tenemos motivo de lamento. Aún más, al atender en forma imparcial a las consecuencias de lo que hacemos, aprendemos sobre nosotros mismos. Y al atender con serenidad a lo que nos ocurre, podemos comprender mejor las leyes de la vida y de la convivencia. Es así como el hábito de silencio transforma las reacciones que podríamos tener en movimientos interiores de aceptación y aprendizaje.

El hábito de silencio enseña sencillez. La búsqueda de la comodidad excesiva, del ocio, del halago y el hartazgo, son también parte del aturdimiento con el que la sociedad de nuestra época cubre nuestros anhelos de libertad interior.

Por otra parte, el silencio enseña a controlar la curiosidad vana. Al quitar a los sentidos de los objetos de su apetito, realizamos la percepción que tenemos de nuestro mundo interior y descubrimos las posibilidades que tenemos en él.

Si bien podemos decir más sobre el hábito de silencio, lo cierto es que no lo adquirimos con facilidad; supone un trabajo de autodomínio, autoobservación y aceptación del vacío que podríamos sentir cuando no oímos lo que estamos habituados a escuchar o del temor cuando no oímos ningún sonido.

El hábito de silencio es el primer paso de la ascética de la renuncia.

Silencio Interior

El hábito de hacer silencio adquiere sentido cuando lo buscamos por el anhelo de lograr silencio interior.

Una práctica tanto puede ser una mera costumbre como una ascética mística, todo depende de la intención que mueve a hacerla. El simple hecho de callar no indica que realmente busquemos silencio. Si solo controláramos nuestras palabras podríamos dejarnos llevar pensamientos y sentimientos fuera de nuestro control, ya que tener dominio sobre lo que decimos no implica tenerlo sobre lo que pensamos y sentimos al callar. Esto podría hacer que nuestros impulsos y arrebatos tomen fuerza y nos dominen. Para que eso no ocurra, necesitamos acompañar el hábito de callar con el esfuerzo para lograr silencio interior.

Cuando comenzamos a trabajar en nuestro desenvolvimiento espiritual, como aún no nos conocemos bien necesitamos imágenes, razonamientos y palabras para decirnos lo que somos, lo que queremos, lo que sentimos; es un diálogo con nosotros mismos. Nuestras emociones se desdoblán en pensamientos y sentimientos que se multiplican, alimentados por nuestros deseos.

Esa confusión de imágenes y pensamientos, desmenuzados en múltiples tendencias, no nos permite reconocer el estado en que estamos. Al principio, nuestro esfuerzo por callar aumenta el relieve de esos movimientos interiores. Pero cuando el silencio se nos hace hábito y se extiende a los pensamientos y sentimientos, nuestro mundo interior comienza a quietarse.

El silencio interior, entonces, no se logra sólo con el silencio exterior. Es la consecuencia de un modo de vida, de la limitación de las necesidades, del sacrificio del corazón, del dominio de la mente y de la práctica de la oración.

El silencio interior es consecuencia de un modo de vida porque la vida simple y sencilla revela la ilusión de pensar que si tendríamos más de lo que realmente necesitamos seríamos más felices, o la fantasía de que

cuanto más tenemos, más somos como individuos. Si viviéramos persiguiendo esas quimeras nos alejaríamos de nosotros mismos y nos envolveríamos en madejas de ilusiones.

Al decir que las posesiones son vanas no las calificamos de irreales. Tanto las posesiones como los valores temporales tienen una realidad limitada, comienzan y terminan. Quien busca desenvolverse interiormente persigue un valor que está más allá de esos valores. Frente a la eternidad del valor espiritual, los valores temporales no tienen una realidad trascendente. Llamamos valores temporales a los que, en la mentalidad corriente, son símbolos de éxito o triunfo, como lo son la riqueza desmedida, la fama y los bienes u objetivos que imaginamos nos darán felicidad.

El silencio interior es consecuencia de la limitación de las necesidades. La idea de necesidad supone queremos apropiarnos de algo; también supone un deseo y una espera. En muchos casos es una ilusión, una fantasía, un sueño. No sabemos lo que realmente necesitamos hasta que aprendemos a prescindir de lo que creíamos indispensable.

El silencio interior es consecuencia del sacrificio del corazón. Si nos aferráramos a los objetos de nuestro amor perderíamos el amor mismo. Cuando nuestros sentimientos dejan de ser un lazo que nos ata con lo que amamos, profundizamos nuestro amor.

El silencio interior es consecuencia del dominio de la mente. Cuando nuestra mente divaga diluye nuestra voluntad y obstruye el camino que anhelamos recorrer a lo largo de la vida.

El silencio interior es consecuencia de la simplificación de los deseos. Trabajamos, entonces, para simplificar nuestros deseos de manera que lo que nos mueve a hacer lo que hacemos es nuestra vocación de desenvolvimiento. Al mismo tiempo, nos mantenemos alertas de que esa simplificación esté sostenida por la intención de darle un sentido trascendente; si no fuera así, daría lugar a que nos sintiéramos orgullosos por poder ostentar cuán sencillamente vivimos.

El dominio de los deseos no es un fin en sí mismo ni necesariamente produce nuestro adelanto espiritual, puede ser solo un medio para obtener algo específico, como aumentar recursos, reservar tiempo para vacaciones. Pero cuando resulta de nuestra intención de lograr libertad interior, expande nuestra conciencia. Es como si nos limpiáramos por dentro, ya que al poder el dominar nuestros deseos ganamos discernimiento.

El silencio interior es consecuencia de la práctica de la oración. Nos sería muy difícil elevarnos interiormente si nuestra mente estuviera enturbiada por temores, inquietudes y querer. El dominio de los deseos es uno de los medios para lograr un estado de silencio que nos lleve hacia una oración cada vez más profunda.

En muchos casos no adelantamos en el aprendizaje de la oración porque no podemos ir más allá de la barrera creada por nuestros deseos. El "no pasarás" está determinado, en esta etapa, por nuestra capacidad de trocar muchos deseos por un solo anhelo.

En resumen, el hábito de silencio simplifica la manera de pensar y de sentir, lo que alivia la carga de nuestras imágenes y emociones habituales. Al mismo tiempo, el hábito de silencio simplifica nuestra manera de orar, hasta que nuestra oración no depende más ni de palabras ni de figuras, tampoco del deseo de lograr algo, ya que no esperamos nada de ella. Podríamos decir que en ese punto la oración es nuestro modo de estar en silencio, y que ese silencio es nuestra manera de ser y de amar.

Presencia

La práctica de la renuncia ayuda a fijarnos en nuestro interior, como si estuviéramos inmóviles por dentro. Nos expresamos con pensamientos, sentimientos y acciones según sea necesario, pero esos movimientos no nos apartan de lo que podríamos llamar nuestro centro interior. Desde este punto de vista, podemos decir que esa fijación es el estado de oración de quien nada espera ni busca porque nada está fuera de él. También podemos decir que es un estado de contemplación.

Es corriente considerar a la contemplación como un fenómeno espiritual no compatible con las actividades de la vida común. Esta idea es correcta cuando se aplica a experiencias que ocurren a través de prácticas de oración. En cambio, la fijación interior que describimos aquí no depende de las oraciones que podamos efectuar. Se trata de un estado en el que la conciencia de ser reposa, por decirlo así, en lo profundo de nuestro interior mientras mantenemos nuestras actividades habituales. Este estado se podría llamar de contemplación estática, pero preferimos llamarlo Presencia, para no confundirlo con los significados ya asignados a los estados de contemplación.

Es prudente no confundir la inmovilidad interior con pasividad, ya que esta última conduce a la apatía, la indiferencia y el desinterés, contrarios al desenvolvimiento espiritual.

La ascética de la renuncia enseña a no buscar estados emocionales intensos. No nos desenvolvemos a través de arrebatos de la imaginación y la emoción, o por afán de lograr algo. Si nos esforzáramos por la esperanza de alguna recompensa nos sería difícil comprender la ascética de la renuncia, ya que no promete nada. Pero cuando no esperamos nada por nuestros esfuerzos podemos experimentar una alegría y un entusiasmo más profundos y estables que si lográramos algún objetivo particular.

La plenitud interior se produce por la libertad que nos da no depender de resultados. Si bien los primeros pasos de nuestro desenvolvimiento

espiritual pudieron estar cargados de emotividad y cada renuncia nos exigía gran determinación y energía, cuando la renuncia se nos hace un hábito nuestros sentimientos se hacen más estables y no nos mueven de nuestro centro interior. Como ya no vamos tras las emociones, nuestra vida interior es como un sentir simple que, poco a poco, nos fija interiormente.

Presencia termina con la ilusión de alcanzar y poseer, como también trasciende los cambios y el tiempo. Si bien estamos sujetos al tiempo y a los cambios, interiormente permanecemos estables. Esa estabilidad y serenidad nos abre camino hacia la sabiduría.

Como el estado de Presencia nos mantiene conscientes de lo que somos y de nuestro destino trascendente, no nos confundimos con objetivos y valores contingentes. Actuamos con diligencia y eficacia mientras permanecemos centrados en nuestro interior.

El estado de Presencia expresa equilibrio entre conciencia y voluntad. Por nuestro estado de conciencia, mantenemos paz en nuestro interior mientras aplicamos la voluntad hacia objetivos y obras que redunden en bien para nosotros y para todos los seres humanos.

Fidelidad

Los seres humanos sabemos ser fieles mientras dura nuestro interés y nuestro entusiasmo. Elegimos nuestros objetivos según lo que esperamos obtener a través de ellos, especialmente si al realizarlos nos destacamos sobre los demás.

Quien tiene vocación de renuncia sabe que no se saciará obteniendo esto o aquello, ni tampoco con momentos esporádicos de felicidad. Tampoco elige la renuncia porque le pueda dar más beneficios que otros objetivos. Es su fidelidad lo que lo mantiene en la senda que ha elegido. Cumple sus propósitos y sus responsabilidades porque es fiel a sí mismo, a su aspiración más profunda, al sentir que permanece inmutable en su interior, más allá de las variaciones de sus sentimientos y pensamientos habituales.

En el camino de la renuncia, la práctica de la fidelidad enseña a no repetir.

Por nuestra naturaleza humana tendemos a volver a vivir lo vivido, a resucitar experiencias terminadas. Solemos mirar hacia atrás para no contemplar un presente que nos oprime, para refugiarnos en ilusiones o para recriminarnos por lo que hicimos o no hicimos. Recordar emocionalmente un error es como equivocarnos de nuevo, deleitarnos en el recuerdo de un acierto esconde la inseguridad de no saber si se podremos triunfar de nuevo. Y repetir experiencias terminadas muestra que no aprendemos de ellas.

La fidelidad a la vocación de renuncia nos enseña a no volver a atar lazos ya cortados, a aprovechar la enseñanza que encierra cada experiencia sin involucrarnos emocionalmente en su recuerdo. Fidelidad es también honestidad en la manera de sentir y de pensar. Por eso, nos da discernimiento para distinguir entre una opción originada en una debilidad, un deseo o una fantasía y la que promueve nuestro desenvolvimiento y el de otros.

La fidelidad permite sostenernos sólo en nuestra vocación. Cuando nos fallan las fuerzas, cuando nuestra mente no entiende y nuestras emociones desbordan, cuando sentimos que no tenemos dónde asirnos, la fidelidad nos mantiene en la senda que hemos elegido. Si somos fieles no necesitamos otros apoyos; tampoco nos confundimos tanto como para no distinguir nuestro camino.

La fidelidad enseña a prescindir de apoyos que nos dan la ilusión de seguridad mientras contamos con ellos, pero que nos dejan indefensos cuando desaparecen.

La fidelidad da seguridad interior. Cuando tenemos aridez, sólo la fidelidad puede impulsarnos. Cuando ya el mundo no nos engaña con sus luces ilusorias y la oscuridad interior es tal que hasta lo trascendente parece no existir, nos queda sólo la fidelidad como compañera. No nos estimulamos con nuestros triunfos ni nos deprimimos en la espera de algo más; la fidelidad nos alimenta con la fuerza del amor que no pide ni llora sino que nos impulsa a mantenernos en el sendero que hemos elegido.

Sin embargo, aunque no procuremos logros inmediatos no siempre es fácil mantenernos en la renuncia escueta ya que, si no hemos renunciado a todo, nuestras renunciaciones no nos dan los frutos que quizá esperábamos obtener. Recién cuando comprendemos que esperamos algo sabemos lo que nos falta dejar.

La mente es una compañera peligrosa. Cuando nos dejamos llevar por pensamientos confusos aparece en nosotros la incertidumbre, la duda y el miedo; abrumados, ya no sabemos qué creer ni cómo amar. En esos momentos la fidelidad es nuestro único apoyo.

Mas la fidelidad se gana con un trabajo interior permanente. Cuando hemos hecho de la renuncia un hábito no necesitamos apoyos ni logros gratificantes. Sabemos que, en la opción, lo que prevalece es el hábito.

La fidelidad se practica manteniendo un discernimiento sereno, para tener a raya las ilusiones. En los momentos del entusiasmo y el fervor, cuando se nos muestran muchas posibilidades, una sola es la que hemos de seguir, la que responde a nuestra vocación de renuncia.

La fidelidad se acrecienta en las horas dulces con el fervor, pero se fortalece en la prueba y el dolor. No es fácil ser fiel a la vocación de renuncia, las flores del camino son tentadoras y ofrecen recompensas inmediatas. Sólo el tiempo y las pruebas muestran quiénes se apoyan solo en su fidelidad interior.

Quien es fiel es tenaz y resistente. Aprendió que la sensibilidad es engañosa y que el amor se conquista por la perseverancia en la adversidad. Aún en las pruebas más duras y en los momentos de mayor oscuridad interior, quien es fiel siempre sabe lo que debe hacer; es consciente de su momento de prueba y de las consecuencias que tendrían lo que podría hacer.

La ascética de la renuncia enseña a despojarse de los estímulos producidos por los logros espirituales. Toda acción da sus frutos; la ascética de la renuncia también da sus frutos. Si bien quien renuncia no puede evitarlos, los deja de lado.

La ascética de la renuncia enseña a no complacernos con los bienes espirituales que pudimos lograr, que el único valor permanente es la expansión de conciencia que hemos logrado al renunciar.

Estudio y Enseñanza

Si bien el estudio nos permite obtener los conocimientos que recibimos de la cultura en que vivimos, anhelamos un saber que está más allá del meramente intelectual, uno que sacie nuestra sed de plenitud interior; anhelamos la Enseñanza. Cuando la buscamos en los textos de enseñanza encontramos sólo conceptos intelectuales sobre conceptos trascendentes. Es cierto que el estudio nos ayuda a interpretarlos, pero la percepción profunda de sus significados proviene de nuestro interior. Las enseñanzas cobran vida en nosotros a medida que nos desenvolvemos por la práctica de la renuncia.

Quien percibe la Enseñanza no puede explicarla más que a través de conceptos racionales. Aunque esto ayuda a comprenderla, los textos de enseñanzas sólo alcanzan a mostrar aspectos contingentes de la Enseñanza, adaptados al momento y las circunstancias.

La capacidad de transmitir la Enseñanza por medio de conceptos relativos y conocimientos aplicados es posible cuando aprendemos a distinguir el saber que hemos internalizado de aquél que se basa solo en el recuerdo de conceptos que han pasado por el tamiz de nuestras ideas preconcebidas.

La ascética de la renuncia enseña a estudiar la Enseñanza en la propia vida, a experimentar sus propuestas, a hacer de uno mismo el laboratorio de ensayos, como si fuéramos un prototipo en el que se dan todas las pruebas y se abren todas las posibilidades. Adquirimos sabiduría cuando estamos dispuestos a discernir la verdad del error por nuestra propia experiencia y no por lo que otros nos dicen. Esa sabiduría no es una mera construcción intelectual ni una serie articulada de creencias, ya que tiene la profundidad de nuestra experiencia, desligada de pre-conceptos y de la pretensión de saberlo todo.

Cuando queremos adelantar en nuestro desenvolvimiento espiritual lo único que nos sirve es el saber que logramos con nuestro esfuerzo y sacrificio. La enseñanza que se graba en nosotros con la fuerza de las

pruebas y la claridad del buen discernimiento es la que perdura y promueve nuestro desenvolvimiento.

Comprendemos así que cuando nos limitamos a la investigación teórica de la Enseñanza nos quedamos sólo con las letras. Además, en el sendero espiritual no hay verdades personales. Uno no "aprende" la Enseñanza, sólo puede percibirla cuando toma conciencia del saber que cree tener a través de ellas.

La vida nos habla a través de nuestra percepción y de nuestras experiencias, pero no tomamos conciencia de todo lo que nos dice. Repetimos nuestras teorías e interpretaciones sin darnos cuenta que podemos saltar sobre ellas para internalizar la enseñanza que recibimos. Cuando podemos lograrlo, logramos un saber que es fuente de orientación y paz para nosotros y para otros.

La enseñanza que internalizamos nos protege de caer en un intelecto infatuado por conocimientos que no aplicamos. Es muy fácil juzgar a otros sin ver las propias carencias. Quien realmente sabe es humilde y no juzga a nadie, porque sabe muy bien cuán arduo es ser consecuente en la vida con lo que percibe al estudiar la Enseñanza.

Cada uno de nosotros es como un espejo de todos los seres, de la vida, de lo trascendente. En nosotros están las verdades, pero solo se nos revelan cuando no tememos hacer de nosotros mismos el libro abierto de la Enseñanza; esto es, tomar conciencia de lo que percibimos y aprendemos.

El Trabajo

En sociedades en las que el trabajo físico queda a cargo de máquinas automáticas, se tiende a considerar el trabajo manual como una curiosidad histórica o como un entretenimiento. Sin embargo, las máquinas aún no nos han liberado de trabajar; nos han impuesto, en cambio, su propio ritmo y sus controles inmisericordes. Pasamos a depender de máquinas que, si bien trabajan por nosotros, nos han hecho perder el don de usar las manos en labores útiles y creadoras. Sin contar las que bien podríamos hacer para ahorrar recursos o ayudar a otros.

Por otra parte, quienes estamos acostumbrados a los trabajos intelectuales perdemos de vista la labor de quienes hacen labores manuales indispensables para todos, como las de quienes llamamos obreros. Habitados a contraponer el intelecto o el arte al trabajo, no siempre comprendemos que intelecto, arte y trabajo se unen cuando responden a lo necesitamos hacer u otros necesitan que hagamos.

Hasta ahora, el trabajo ha sostenido nuestra vida, especialmente el trabajo manual. Sin embargo, todavía solemos rechazarlo o sentirlo casi como un castigo cuando debemos efectuarlo. Además, son muchos los que sueñan con vivir sin trabajar, a pesar de que más de un quinto de la población mundial vive en extrema pobreza y no tiene mejor alternativa que trabajar en condiciones degradantes y mal pagas. La vocación de renuncia mueve a reconocer esta realidad y a amar el trabajo, de cualquier clase que sea.

Por más alto que nos remontemos hacia el cielo del espíritu, sólo nos arraigamos en la vida a través del trabajo. La ascética de la renuncia enseña que no hay tareas elevadas ni trabajos innobles. Todos los trabajos son dignos, y cada uno cumple su función en la trama de la vida.

El trabajo, principalmente el manual, nos permite participar con todos los seres humanos. Quizá es consolador soñar con sociedades perfectas en las que reine el amor, pero quien ama a todos sacude la pereza del cuerpo y trabaja con sus manos. Hay tanta distancia entre la labor de

aquéllos que sienten un amor ideal y la de quienes, por amor, doblan sus cinturas y trabajan, que no hay lenguaje que pueda transmitir a unos la participación y el amor de los otros.

En el trabajo se comprenden los problemas, las angustias y las necesidades de la mayoría de los seres humanos. También se comprende el amor que se encarna en el esfuerzo, el cansancio físico, las heridas del cuerpo.

El trabajo esclaviza cuando quien trabaja es tratado como si fuera una máquina, mero instrumento productor, anulando sus otras posibilidades. Esclaviza más aún cuando por más que la persona trabaje, lo que gana no le alcanza para vivir, o cuando se la encadena a líneas de producción para separarla como desecho y sin protección una vez que se le ha extraído lo mejor de su vida.

Hay quienes oponen el desenvolvimiento espiritual a la vida material y sus trabajos, como si el trabajo fuera enemigo del espíritu. Pero esto sería un desequilibrio en la vida y una desfiguración de valores. Al contrario, el trabajo da equilibrio a la vida espiritual.

Algunas doctrinas místicas y caminos ascéticos olvidan el valor del trabajo como medio de transmutación, equilibrio y arraigo. Al considerar sólo algunas de nuestras posibilidades, se separan del camino que recorremos todos los seres humanos. Insistir en una espiritualidad separada y a veces opuesta a la realidad del ser humano en el mundo, hace de la virtud un concepto ideal, que muchas veces se desmorona en la vida diaria.

La ascética de la renuncia es un camino apto para todos. Muestra que la vida del ser humano, así como es, es una sólida base para su desenvolvimiento. Nos enseña a hacer del trabajo eficiente la más querida de nuestras herramientas ascéticas. También nos enseña a concentrar nuestras capacidades en lo que hacemos. De esa manera nuestro trabajo no solo es eficiente, sino también es muestra de creación y belleza.

Nada equilibra más nuestro trabajo interior que el trabajo, de cualquier tipo que sea. En él se expresa nuestra dedicación y concentración, como también nuestra facultad creadora, especialmente cuando tratamos de

hacer cada vez mejor lo que hacemos. Ese trabajo es fuente de alegría y satisfacción, porque a través de nuestras manos vemos, renovado, el milagro de la creación, sea como sea lo que hagamos.

En el camino de la renuncia no se buscan ejercicios extraordinarios de liberación interior; en cambio, se limpia la mente de pensamientos inútiles y fantasías vanas, se abraza el trabajo cotidiano como el instrumento concreto de trabajo espiritual y se hace algo provechoso para el mundo. Quienes transitan ese camino no buscan prerrogativas ni se esfuerzan solo para sí mismos; sin embargo, trabajan como los más esforzados y encuentran en ello su plenitud interior.

En el camino de la renuncia no hay distingos entre un trabajo y otro. Uno trabaja porque consume, y entiende que no usar su capacidad productiva es estafar la buena voluntad de los demás. Ser eficiente es un compromiso moral; perder el tiempo sería una falta con la humanidad. Además, uno trabaja con alegría aun en las condiciones más duras, porque sabe que es un don poder hacerlo mientras es útil para otros.

La ascética de la renuncia enseña que el trabajo es el mejor de los ejercicios ascéticos exteriores, ya que es el medio más sencillo para olvidarse de uno mismo y para arraigar las teorías en la realidad concreta de quien trabaja para vivir.

El trabajo hace de la participación ideal una unión real, y enseña a amar a otros a través del sacrificio y el cansancio del cuerpo. Y cuando hacemos del trabajo una oración operativa, aprendemos a ser humildes y efectivos en nuestra respuesta a las necesidades de los seres humanos y a los problemas del mundo.

Expansión Estática y Dinámica

La expansión espiritual tiene dos aspectos, el estático y el dinámico.

La expansión estática no requiere hacer algo sino fijarnos interiormente para darnos cuenta de que no todo lo que sabemos forma parte de nuestro estado de conciencia. Por ejemplo, sabemos que somos muchos en el mundo pero, en nuestra conciencia, el mundo de muchos se reduce a pocas personas.

La fijación interior disipa las barreras interiores que solemos poner entre nosotros y otros y expande nuestro amor como una onda que se extiende hasta incluir a todos los seres, sin esperar algo a cambio. Este proceso va unido al de participación y al de expansión de la conciencia.

Está unido al proceso de participación porque desarrolla empatía; está unido al de expansión de la conciencia porque abre puertas en los límites con que la confinamos.

Quienes logran expandir su conciencia sufren por los dolores y necesidades de todos los seres y se consagran a trabajar para ellos, mientras permanecen fijos interiormente para alimentar, con su amor, las obras que impulsan el adelanto humano.

La expansión dinámica se expresa, entonces, en el amor que mueve a efectuar obras de bien.

Por cierto que son muchos quienes dedican su vida a obras de bien, y hacen falta muchos más. Pero es poco probable que las obras de ayuda puedan solucionar nuestros problemas si no las acompañamos con la expansión de nuestra conciencia. Al fin, es nuestro estado de conciencia el que determina lo que sentimos y hacemos y no tanto lo que recibimos de afuera. Por eso, hay que tener presente que es necesario apoyar esas obras con la labor para expandir nuestra conciencia. Esa expansión es la contribución especial que podemos hacer para el desenvolvimiento humano.

Obediencia

El concepto de obediencia tiene varias acepciones, la más común es la de cumplir lo que se manda o es preceptivo. Se lo suele relacionar con las ideas de subordinación, sometimiento, docilidad y disciplina.

También podemos distinguir tipos de obediencia. Por ejemplo, la obediencia explícita o formal, la preceptiva, la obediencia moral y la obediencia espiritual.

La obediencia explícita responde a los compromisos que tomamos al vivir en sociedad, como son los de cumplir las leyes de la sociedad en que vivimos y las de los trabajos que desempeñamos en ella. Aun cuando trabajemos para nosotros mismos, necesitamos seguir ciertas normas para hacer bien ese trabajo, por simple que sea lo que hagamos.

Obediencia formal es la que asumimos cuando tomamos compromisos ante testigos, como ocurre al formar una familia y al emitir votos. Esos testigos pueden alertarnos o reclamarnos si no los cumplimos.

Obediencia preceptiva es la obligación de cumplir mandatos superiores, como son los preceptos de los credos y las religiones.

En cuando a conceptos asociados con la obediencia explícita, el más general es el de subordinación y sometimiento: ser dóciles y dejarnos llevar por quien nos manda, con poco discernimiento de lo que vamos a hacer. Es similar a la obediencia debida, que nos exime de responsabilidad por lo que hagamos al obedecer.

No siempre nos damos cuenta de que este tipo de obediencia nos hace descargar sobre quienes nos mandan la responsabilidad de las consecuencias de lo que hacemos, mientras nos lavamos las manos como si no nos importara lo que producimos con nuestra obediencia. Si deseamos trabajar unidos y en equipo con quienes nos dirigen tenemos la obligación moral de expresar nuestra opinión sobre lo que nos dicen que hagamos, especialmente cuando pensamos que no daría los resultados esperados o que habría mejores opciones. Lo que de ninguna manera hemos de hacer es seguir indicaciones que no respondan a lo que nos

dicen nuestra conciencia y nuestra ética, o permitir que alguien, apelando a la obediencia, ponga límites a nuestra libertad para pensar, tomar decisiones, expresarnos y comunicarnos con quienes queramos hacerlo.

La obediencia implícita es la que no podemos eludir, como son las leyes de la naturaleza y las consecuencias de nuestras acciones. No solo lo que hacemos genera consecuencias, sino también lo que sentimos y pensamos, ya que determinan lo que vamos a hacer y lo que producen nuestras acciones en los demás, en nuestro contexto y en el mundo. Por poca influencia que tengamos sobre otros siempre ejercemos alguna que, por pequeña que sea, influye sobre todo lo demás.

La diferencia entre la obediencia implícita y la explícita es que, en esta última, creemos que tenemos libertad para elegir cómo obedecerla. Lo evidencian las diferentes maneras en que solemos eludir la ley y, en ciertos casos, hasta desconocer la responsabilidad que tenemos con nuestra familia y con la sociedad. Hasta podríamos imaginar que podemos eludir la ley de la naturaleza, como la del instinto que mueve a los animales a cuidar de sus crías, al no ocuparnos de nuestros hijos y actuar como si no los tuviéramos. Pero no podemos evitar ni ignorar las consecuencias de que producimos en ellos, en nuestra familia y en nuestro entorno.

Además de las leyes naturales y las otras que tenemos que cumplir, tenemos la ley moral, que también nos demanda obediencia.

La obediencia moral parte de nuestra conciencia. La forma en que respondemos a nuestros compromisos evidencia nuestro grado de conciencia. Por eso, es bueno que periódicamente revisemos la conciencia que tenemos de nuestras responsabilidades a través de un análisis objetivo de nuestra conducta respecto de ellas.

La obediencia espiritual se relaciona con la vocación de renuncia. Ella nos demanda responder a los valores más altos para regir nuestra vida y nuestra relación con los demás. La ascética de la renuncia nos ayuda a responder a esos valores en la vida cotidiana.

Es bueno recordar que quienes emiten un voto de renunciación son referentes para quienes desean adelantar en su desenvolvimiento espiritual. La responsabilidad espiritual de un referente es inmensa. Por supuesto que puede fallar en sus propósitos de vivir según sus valores — como todos los seres humanos, el referente también necesita desarrollar su conciencia— pero esas fallas son subsanadas si tiene humildad suficiente como para reconocer públicamente sus errores. Para quienes confían en el referente, ese reconocimiento puede ser hasta un impulso mayor que el del buen ejemplo que pueda dar, porque los alienta a perseverar a pesar de sus fallas respecto del ideal que los guía. Reconocer las propias faltas es la base para consolidar la enseñanza que cada uno da con su vida.

Cada uno es responsable de lo que elige y hace con su vida. Es cierto que, cuando necesitamos alguna ayuda, podemos recurrir al consejo de un mentor o un orientador espiritual, pero esa persona solo puede ser un espejo que nos ayude a reconocer cómo somos y lo que buscamos en la vida.

El orientador espiritual no puede dirigir la vida de otros ni decirles lo que tendrían que hacer en algún caso, aunque se lo preguntasen. Cada uno tiene su propia vida con sus características, sus posibilidades, sus ideales y su disposición particular para realizarlos. Por eso, el orientador espiritual tampoco puede decir cómo uno tiene que ser ni cómo hay que ser; en la orientación espiritual no tiene sentido presentar modelos ideales como patrones de conducta.

En la relación con el orientador espiritual no hay obediencia. A lo sumo, través de algunas preguntas bien elegidas, él puede ayudar a otros a reconocer sus opciones y a anticipar los que podría ocurrir si optaran por alguna. Solo da consejo cuando se lo piden en forma clara y expresa, pero su consejo no obliga a seguirlo, como tampoco obliga a adherirse a sus opiniones o creencias.

Cada uno es responsable de su vida y ha de tener carácter y honestidad para reconocerlo, sin descargar sobre otros la parte que le toca respecto de lo que le ocurre o podría sucederle. También el orientador espiritual ha de reconocer su propia responsabilidad.

En suma, la obediencia espiritual obliga a quien tiene vocación de renuncia a vivir según sus más altos valores. Si no lo hiciera, sería responsable de las dolorosas consecuencias que sufrirían quienes lo tienen como referencia para sus vidas. La ascética de la renuncia ayuda a desarrollar la conciencia de la alta responsabilidad de quienes han dedicado su vida a cumplir su vocación de renuncia.

Rutina

Por más que tratemos de distraernos no podemos eludir la rutina, ya que es básica en la ley de la vida. Tanto los astros como nuestro cuerpo siguen una rutina. Así también transcurre nuestra vida. Aunque tratemos de distraernos y romper la rutina es inevitable que volveremos a ella. Esto nos dice que, en vez de rechazarla porque quizá nos aburre o disgusta, vale la pena descubrir la manera de usarla para promover nuestro desenvolvimiento.

Es cierto que podemos sentirnos cansados de hacer siempre lo mismo todos los días, pero si nos damos cuenta de que la vida se mantiene por rutina, podemos comprender que gracias a ella nos mantenemos vivos. Mantenemos la salud del cuerpo porque cada una de sus partes, aún las minúsculas, siguen una rutina. Cuando eso no ocurre nos sentimos mal y hacemos lo posible para que el cuerpo retorne a la rutina que llamamos buena salud.

Por rutina recibimos con regularidad los servicios que esperamos. Las escuelas, los negocios, los trabajos y todo el engranaje social siguen una rutina, o tendrían que seguirla si no la cumplieran.

La rutina ayuda a hacer cada vez mejor lo que hay que hacer, como ocurre con la práctica rutinaria que necesitan los músicos para dominar sus instrumentos. Podemos emular esa intención cuando hacemos nuestras labores, ya que aun las que parecen de poca importancia se hacen un arte cuando las ejecutamos bien.

La ascética de la renuncia enseña a hacer de la rutina un medio para desarrollar la atención. Este desarrollo tiene importancia porque la conciencia que tenemos de nosotros mismos y de nuestra situación en el mundo depende en gran medida de nuestra atención, especialmente la que prestamos a cada uno de los momentos que vivimos. En otras palabras, es atención al presente.

Cada momento tiene algo para enseñarnos, vale la pena descubrirlo. La práctica que nos ayuda a lograrlo es prestar gran atención a todo lo que

hacemos, por insignificante que parezca, como ir de un lado a otro, sentarnos en algún lugar, incluso la forma en que nos movemos. Y, por supuesto, prestar atención a cómo actuamos, tanto al relacionarnos como al trabajar.

Podríamos decir que este ejercicio consiste en transformar la rutina de lo que ocurre en atender a lo que ocurre.

El hábito de atender nos ayuda a poner límites a los escapes habituales de la mente y a concentrarnos en lo que hacemos. También nos ayuda a tomar conciencia de nuestros pensamientos y emociones. Decimos tomar conciencia porque no siempre nos damos cuenta de lo que nos producen y producimos con ellos. Además, atender a lo que sentimos y pensamos desarrolla autodominio, tan esencial para orientar nuestra vida tal como deseamos hacerlo.

Por otra parte, hacer una rutina de prestar atención hace que todos los momentos de nuestra vida sean provechosos. Aun los de descanso se enriquecen con la atención que les prestamos; por ejemplo, quizá imaginamos que estamos relajados sin darnos cuenta de la tensión que tienen algunos de nuestros músculos.

Un aspecto de la rutina es el método con que vivimos. Por más desordenados que seamos, aún en ese desorden seguimos una rutina. Por eso, es bueno revisar nuestras rutinas para discernir si contribuyen a nuestra salud, a nuestra tranquilidad y al propósito que damos a nuestra vida. Cuando nos habituamos a vivir con un método apropiado no nos resulta penoso seguirlo; por el contrario, hasta nuestro cuerpo siente cuando lo alteramos.

La rutina nos revela la ilusión que implica vivir pendientes de los cambios que podríamos esperar. Esperar que algo ocurra es una manera de escapar del tiempo, de desear que se consuma para que llegue el momento deseado; no nos damos cuenta de que gastar inútilmente el tiempo es gastar así nuestra vida. La rutina, en cambio, enseña a aceptar el ritmo de la vida y a aprender de cada experiencia todo lo que ella pueda enseñar.

La ascética de la renuncia nos enseña a darnos cuenta de que no es gran virtud aceptar las pequeñas mortificaciones diarias porque son inherentes a la vida, no hay quien no las tenga, incluso los que tienen todo lo que creen necesitar. Aceptar esas mortificaciones es el primer paso para tomar conciencia de que tanto lo que nos agrada como nos disgusta son las dos caras de nuestra relación con la vida. Aprender de ambas es el camino para tomar conciencia de qué es vivir.

Además, aceptar el dolor que nos producen las penosas situaciones que sufren otros nos ayuda a desarrollar conciencia y participación. Para lograrlo no necesitamos esfuerzos extraordinarios ni hacer alardes de virtud, basta con que cumplamos en forma continua y responsable nuestro trabajo rutinario y que nos mantengamos atentos no solo a nuestra situación en la vida sino también a la de tantos otros, especialmente las de aquellos que tienen rutinas más tediosas que las nuestras y las de quienes sufren mayores males que los nuestros.

Por otra parte, la rutina ahorra el tiempo y la energía que podríamos gastar si tuviéramos el hábito de tomar una y otra vez decisiones triviales, o el de decidir si vamos a responder o no a las obligaciones que sabemos tenemos que cumplir.

La rutina en la práctica de un buen método de vida es fuente de salud física y mental; además, da ritmo a nuestra vida y mantiene nuestra paz interior.

La ascética de la renuncia se apoya y sostiene en la rutina. Cuando renunciar se nos hace rutina no hay altos y bajos en nuestro esfuerzo para desenvolvernos.

Participación

Participar es formar parte de algo; si bien puede ser solo exterior, como formar parte de un equipo, desde el punto de vista espiritual importa que esa participación también sea interior, incluso cuando no somos parte en una labor.

Llamamos participación interior al estado de conciencia que tenemos cuando incluimos en él lo que piensan, sienten y experimentan otras personas, sin discriminar entre ellas. La ascética de la renuncia enseña a desarrollar esa participación. Si no fuera así, se reduciría a ejercicios y actos de desprendimiento con los que podríamos fortalecer la personalidad que quisiéramos trascender o a sentirnos superiores por nuestros renunciamientos.

La participación parte de la intención que nos mueve a renunciar. Si buscáramos solo una realización personal, nuestras renuncias no nos liberarían del egoísmo, pero si renunciamos para el bien de todas las almas, nuestras renuncias ampliarían nuestro amor y desarrollaríamos estados de participación en forma espontánea.

Para quien tiene vocación de renuncia, amar es participar como actitud y como conducta.

Como actitud, participar pone límites a nuestros deseos y necesidades, ya que sería una contradicción satisfacer nuestros deseos cuando somos conscientes de que gran parte de la humanidad no tiene lo indispensable. Como conducta, nos lleva a asumir responsabilidades y a actuar de acuerdo con lo que otros puedan necesitar de nosotros o los pueda beneficiar.

Quien tiene vocación de renuncia no busca su propia felicidad; si bien respeta a quienes procuran su felicidad particular, no concibe una felicidad para sí mismo. Al contrario, vive interiormente la vida de todas las almas, sus angustias, sus necesidades y sus dolores.

Participar desarrolla tal sensibilidad que no ya se piensa en una felicidad separada de la condición de los demás. Buscar una salida personal que prometa nuestra porción de felicidad sería rechazar el evidente dolor

que nos rodea y dar la espalda a un mundo que, si bien es imperfecto, es nuestro mundo.

La ascética de la renuncia enseña que la felicidad que podamos sentir no es completa mientras no incluyéramos en ella a quienes están lejos de lograr alguna felicidad. Esto nos mueve a participar con los dolores de todas las almas y a volcar interiormente sobre ellas la paz que podamos lograr en nosotros.

A primera vista, el hecho de renunciar puede parecer un rechazo de la vida y del mundo. Sin embargo, la participación interior nace de un amor profundo a la vida y al mundo. No se renuncia a la vida sino a los sueños generados por la ignorancia y la ilusión. No se renuncia al mundo sino a la carrera por prevalecer, por ganar algo solo para uno mismo.

La participación interior compromete con la vida y las necesidades de los seres humanos. Cuando se hacen propios sus dolores y alegrías se vive de acuerdo con la conciencia de estar unidos con todos ellos, especialmente con quienes más sufren.

Quien participa no cambia su modo de vivir ni sus necesidades aunque tenga a su alcance todo lo que podría apetecer. También rechaza los privilegios que podría obtener, para vivir siempre con lo indispensable. No hace esto para ser más santo y perfecto, sino porque su conciencia le impide disfrutar de bienes y posibilidades que muy pocos pueden tener.

Quien tiene vocación de renuncia siente que hablar de realización espiritual y de dones trascendentes mientras se da la espalda a quienes no tienen medios para atender a sus necesidades más elementales sería una burla cruel, y que el amor a lo divino no sería tal si se asentara sobre la indiferencia hacia la condición y el dolor de los seres humanos.

La ascética de la renuncia enseña que para que la ascética promueva el desenvolvimiento espiritual ha de conducir a la unión interior con todas las almas a través de la participación, porque solo así puede estimular la expansión del estado de conciencia.

Adaptabilidad

Para realizar nuestras posibilidades necesitamos adaptarnos a las condiciones del medio y la situación en que vivimos, pero no siempre nos resulta fácil hacerlo. La práctica de la ascética de la renuncia nos ayuda en ese sentido, porque nos da fortaleza interior para lograr lo mejor en las condiciones en que nos encontremos, como también a tener la paz y la alegría que no dependen de la variación de los acontecimientos.

La ascética de la renuncia enseña, entonces, a adaptarnos a las condiciones de vida, incluso a las difíciles, y a transformarlas en medios provechosos para el desenvolvimiento espiritual y la eficiencia material. La capacidad de adaptación permite descubrir recursos donde parece haber residuos y transforma en riqueza lo que otros descartan. Muestra así que la riqueza no depende tanto del monto de lo que se posee sino de cómo se utiliza lo que se tiene.

El afán de poseer nos hace esclavos de lo que tenemos y de lo que deseamos. En cambio el uso desinteresado, económico y creativo de lo que está a nuestro alcance, por poco que sea, nos permite hacer, con lo que disponemos, lo mejor que podamos hacer con ello. Además, como no esperamos tener una vida sin dificultades, no separamos lo que nos agrada de lo que puede mortificarnos y vivimos en paz.

La adaptabilidad enseña, entonces, que podemos aprovechar cualquier medio y circunstancia para promover nuestro desenvolvimiento y el de los demás.

Para lograr adaptabilidad tenemos que aprender a no reaccionar con temor o resentimiento contra las dificultades que se nos presentan, porque esas reacciones no nos permiten ver las posibilidades que existen en las diferentes situaciones que ocurren en la vida. La experiencia muestra que si bien el ambiente es un factor importante, no es determinante. En condiciones extremas, mientras algunas personas se abandonan y degradan, otras avanzan en su desarrollo moral y en su capacidad creativa.

La ascética de la renuncia también nos enseña a prestar atención a lo que podemos hacer para mejorar el medio en que estamos aunque podamos adaptarnos a él, ya que así podríamos beneficiar a quienes dependen de las condiciones de ese medio.

La ascética de la renuncia no rechaza la comodidad y el placer porque los considere malos, sino enseña a no desear lo que no necesitamos y a simplificar nuestras necesidades y nuestra vida.

Si bien todos tenemos derecho a satisfacer nuestras necesidades, cada uno tiene su manera de interpretarlas. Por eso es bueno distinguir las necesidades reales de las que podemos crear por nuestros deseos, pasiones, ambición, egoísmo o ignorancia. La manera de descubrirlas es restringirlas al mínimo. Esto también nos ayuda a no desperdiciar tiempo y energía en tratar de conseguir lo que no necesitamos y a concentrarnos en hacer lo que sea bueno para nosotros y para el mundo.

Al distinguir las necesidades reales de las ilusorias nos adaptamos a las circunstancias y disfrutamos la sana alegría de vivir de acuerdo con nuestros valores.

Reversibilidad

Los seres humanos adelantamos a través de nuestra voluntad para esforzarnos. Cada conquista nos lleva hacia un nuevo desafío, un nuevo esfuerzo y una victoria que se añade a las anteriores. Sin embargo, los adelantos que logramos no nos salvado de las dificultades y los sufrimientos de la vida. El uso de la voluntad, tan útil para dominar a la naturaleza y lograr dominio interior, no nos basta para alcanzar felicidad y paz interiores. Para lograrlas necesitamos un esfuerzo aparentemente opuesto al de la fuerza de voluntad: una renuncia interior.

Los apuntes de enseñanzas llaman La Renuncia al estado de conciencia propio de la unión substancial del alma con la Divina Madre, el aspecto creador de lo divino desconocido; se logra ese estado por medio de renunciaciones.¹

Según el diccionario, renunciar significa privarse de algo, de alguien o de algún derecho. Desde el punto de vista religioso se ha entendido el renunciamiento como dejar posesiones, apartarse de personas amadas y mortificar los sentidos. Las renunciaciones que conducen a La Renuncia se basan, en cambio, en el buen uso del esfuerzo positivo y en dejar de lado el afán de lograr y poseer.

La ascética de la renuncia llama esfuerzo positivo al uso de la voluntad para lograr un objetivo. Por ejemplo, el trabajo metódico y persistente para vivir y adelantar, la ejercitación mental para dominar los pensamientos, el entrenamiento del deportista para superar una marca o del músico para dominar su instrumento.

Renunciar en forma positiva significa desprenderse de algo para alcanzar algo cosa mejor. Por ejemplo, un deportista renuncia a un paseo para entrenarse para un campeonato, un estudiante renuncia a un tiempo de vacaciones para prepararse para un examen. Las renunciaciones

¹ Ver los cursos La Renuncia y De la Renuncia

positivas son inseparables del esfuerzo positivo. Para progresar se renuncia al ocio, para alcanzar dominio mental se renuncia a divagar con la mente.

La ascética de la renuncia llama negativo al esfuerzo que requiere una renuncia interior.

Desde este punto de vista, estado positivo es el que tenemos al identificarnos con nuestros objetivos y logros; estado negativo es el producido por renunciar a identificarnos con lo que obtenemos con nuestros esfuerzos.

La ascética de la renuncia se asienta sobre la reversibilidad que implica, por un lado, el esfuerzo para lograr objetivos; por otro, algo aparentemente opuesto: renunciar de antemano a lo que podamos obtener por esos logros.

Renunciar al fruto de los objetivos por los que tanto hemos trabajado pareciera un contrasentido; sería como volvernos contra nuestras esperanzas y nuestra capacidad de realizar lo que nos proponemos. Pero si no invertimos el sentido de lo que nos impulsa a lograr nuestros objetivos, nos identificamos de tal manera con lo que obtenemos **que** perdemos conciencia en esa carrera por poseer, prevalecer, ser más. Eso nos lleva, tarde o temprano, a luchar por sobresalir, lo que aumenta la división que ya tenemos entre unos y otros. En otras palabras, nos conduce a mayor sufrimiento.

Comentado [JW1]:

Los logros personales, por más notables que sean, no son más que pasos en la senda de conquistas exteriores a nosotros: bienes, prestigio, incluso un conocimiento que será obsoleto al poco tiempo. Para lograr adelanto espiritual es preciso revertir el esfuerzo positivo. Trabajamos en lo exterior en forma continua y eficiente, como si nuestros objetivos fueran lo más importante para nosotros. Pero no nos sentimos triunfadores cuando los logramos ni fracasados si así no fuera. Nuestros esfuerzos, triunfos y fracasos, son solo medios para aprender y realizar lo que es necesario para nosotros y para otros.

No identificarnos con lo que logramos nos ayuda a descubrir el valor relativo de los objetivos, a desatar los lazos que nos limitan y a distinguir

los nuevos que podríamos estar formando. No estar sujetos al afán de triunfar o al temor el fracaso da la libertad interior necesaria para hacer de la vida una enseñanza permanente.

Renunciar en forma sistemática enseña a trabajar con el esfuerzo negativo y el positivo en forma simultánea. Aplicamos la voluntad para realizar un propósito mientras se renunciamos a lo que tratamos de conseguir. Cuando así lo hacemos se extiende nuestro horizonte, se amplía nuestra responsabilidad y nuestros trabajos benefician a todos.

Cuando uno renuncia a la seguridad que da el dogmatismo y, al mismo tiempo, estudia los altos principios ha elegido, comprende puntos de vista que hasta entonces podría haber rechazado.

Cuando cuidamos nuestro hogar y, al mismo tiempo, renunciamos interiormente a la tranquilidad de nuestro refugio, se extiende nuestra participación hacia el contexto de la sociedad humana.

Cuando renunciamos a limitar nuestro amor y respetamos a quienes nos rodean, logramos un amor mayor. Desde este punto de vista, podríamos decir que renunciar es un estado de reversibilidad.

La reversibilidad se expresa tanto respecto de los esfuerzos como en otros aspectos de la vida. Por ejemplo:

El proceso de crecimiento también es de declinación. Cuanto más adelante una persona en la vida, más cerca está de su muerte. El momento de apogeo de una civilización marca el comienzo de su decadencia. No hay triunfos positivos completos, porque ninguna conquista es definitiva. Con el transcurso del tiempo los logros se hacen historia, el poder alcanzado se desvanece ante los nuevos desafíos, los triunfos quedan atrás o se transforman en derrotas. Un campeón es suplantado por otro que lo sucede; la riqueza material, tan codiciada, cambia de manos. Cuando hemos realizado nuestros objetivos y queremos disfrutar de nuestras victorias, ha pasado lo mejor de nuestra vida.

La manera de hacer permanente un logro temporario es transformar, a través de renunciaciones, la conquista positiva en un bien interior, intrínseco.

La realización del amor, por ejemplo, no consiste en obtener algo a través del amor, sino en la capacidad de amar. El objeto de un amor puede desaparecer, pero la capacidad de amar es permanente.

Al renunciar a un amor limitado se descubren grados más elevados de amor.

Al renunciar a una felicidad particular se pueden lograr paz y plenitud interiores.

Al renunciar a la ambición de poseer, nada es extraño ni ajeno.

Al renunciar a logros para uno mismo se despierta un interés sano y fructífero, como el del niño que aprende continuamente.

Al renunciar a entenderlo todo se profundiza la fe.

Al renunciar a soñar con actos heroicos de abnegación y desprendimiento se aprende a perseverar en la rutina humilde de un método simple de desenvolvimiento.

Si nos afirmáramos en nuestros esfuerzos positivos, la reversibilidad se nos mostraría como una crueldad de la vida, que al fin nos quita todo. Pero cuando renunciamos en forma consciente y perseverante, la reversibilidad se expresa en nosotros como libertad interior.

Renuncia en la Orientación Espiritual

Quienes aman a todos los seres renuncian a todo para servirles. Sus vidas son testimonio de la renuncia que exige la labor de asistencia.

Ellos no interesan como personas, por eso no interponen sus dificultades en su labor con otros. Saben controlarse para que sus errores no enturbien su misión y hacen de sus debilidades un medio para mantenerse en la humildad, virtud básica de quienes solo anhelan servir. No muestran su erudición ni sus logros personales o espirituales, pero recuerdan sus confusiones para ayudar a otros a no caer en ellas.

Quienes dan consejo y orientación espiritual impulsan a ir más allá de donde han llegado. Saben muy bien que no son guías para quienes quieran seguirlos, sino solo compañeros de camino. Su mensaje es su renuncia; su ejemplo ayuda a que cada uno recuerde el propósito que da a su vida y los estimula a realizarlo. Como no cargan su misión con sus problemas particulares, no dañan su labor de asistir a quienes recurren a ellos.

Quienes asisten a otros en su labor para desenvolverse son conscientes de que su función no es de intermediarios entre ellos y lo divino, tampoco es un camino para su realización particular ni les da privilegios. Su misión es de servicio.

Unión Substancial

Quienes aspiran a lograr la unión con lo divino suelen buscar técnicas que produzcan experiencias de liberación; por ejemplo, estados de felicidad, de raptó místico. Si bien podemos lograr estados interiores más amplios que el habitual en nosotros, esas experiencias son temporarias y resaltan el contraste entre nuestros anhelos y la realidad de nuestra vida cotidiana.

Llamamos Unión Substancial al estado de conciencia de unión interior con aquello que nos trasciende; en términos espirituales la llamamos unión con la Divina Madre. Como es un estado es de participación no es de beatitud permanente, ajeno al dolor presente en el mundo.

La Unión substancial se expresa en forma dual y aparentemente contradictoria. Por un lado, como fijación interior; por otro, como adaptación a la vida exterior con su demanda de actividad y rendimiento. Llamamos fijación interior a no dejarnos mover emocionalmente por los estímulos producidos por nuestra interacción con el medio ni por nuestras experiencias. La adaptación se expresa en responsabilidad, sensatez y eficiencia en los trabajos y armonía en nuestras relaciones. Esto produce en nosotros un paz que se irradia dondequiera estemos y en cualquier circunstancia.

No hay ejercicios para lograr la Unión Substancial, pero esa unión nos exige adecuar a ese fin todos los aspectos nuestra vida; la ascética de la renuncia ayuda a lograrlo. Esta ascética, si bien contiene ejercicios beneficiosos para nuestro desenvolvimiento, no se limita a ejercicios ni a un cierto número de renunciaciones. Como ya hemos visto, la ascética de la renuncia es el hábito de renunciar en forma sistemática y a no dejarnos llevar interiormente por lo que nos ocurre, tanto en lo exterior como en nuestro interior. Esto desarrolla un estado de conciencia estable de paz y estabilidad permanentes, independiente de la actividad y las situaciones que se presenten. A ese estado no llegan los embates del placer y el sufrimiento, de las expectativas y las angustias. Comprendemos así que no se llega a la felicidad con arrebatos emotivos, y

también que la unión con lo divino está más allá de los momentos de éxtasis y exaltación.

A medida que se avanza hacia el estado de renuncia se desarrolla la percepción y la sensibilidad. Se experimentan los problemas y los sufrimientos de otros como si fueran propios, hasta que se comprende que, en realidad, son propios, que nada está separado o aislado de nosotros.

La unión substancial es un estado de participación; implica integrar a nuestro estado de conciencia a todos los seres y a todo lo que podamos percibir.

Para diferenciar la unión substancial de las experiencias de éxtasis, también se la llama unión estática con lo divino.

Holocausto

A medida que nos desenvolvemos profundizamos la conciencia que tenemos de nuestra situación en la vida y también la situación de todos los seres humanos. Ya no nos preocupa sólo nuestra vida sino también la vida de todos. La felicidad que por la que durante tiempo nos esforzamos no nos atrae como antes. Nuestro mundo ya no está aislado del mundo; no podríamos tener una felicidad independiente de la de todos los demás. Nuestro estado de conciencia se expande hasta incluirlo todo. Comprendemos que es una ilusión pretender escapar del dolor de la vida, que la única forma de vencerlo es a través del amor.

A esta altura amar es sacrificio, un verdadero holocausto². Así como los padres no piensan en su propio bienestar cuando sus hijos padecen, así también ocurre a quien participa interiormente con todos los seres humanos; no puede apartar de su corazón la ignorancia y el dolor de la condición humana. Si bien no puede vivir todo lo que otros sufren, no busca privilegios que lo eximan. Su vida es la vida de la humanidad, con sus miserias y sus triunfos. Su realización es ese estado de participación, y su amor envuelve a todas las almas como una bendición liberadora.

Es bueno mantenernos alertas para poder lograr ese grado de amor, ya que cuando logramos momentos de gran expansión interior tendemos a querer repetirlos y, si nos fuera posible, disfrutar siempre de ellos. No siempre nos percatamos de la ignorancia que implica pensar que podemos optar entre egoísmo y amor. No se trasciende el dolor huyendo de él sino abrazando el dolor. Los problemas se trascienden resolviéndolos, y un amor limitado se trasciende realizando más altos grados de amor, hasta llegar a aquél en el que sacrificio y amor se confunden en un estado de participación.

² Holocausto: Sacrificio que hace una persona en beneficio de otras