

# HOREB EKUMENE

**Diálogo y testimonio**

**Bertran Russell: recuerdo  
de un escéptico apasionado**

**El diálogo intra-religioso, respuesta  
a una llamada de Dios**

**La Eucaristía como contemplación**

**Misión en África:**

**desafíos y esperanzas**

**Sacralizar el mundo es posible.**

**La contemplación.**

**El desierto y el hermano**

**Carlos de Foucauld**



# EN ESTE NÚMERO

Editorial

**03** Diálogo y testimonio.

Por *Youssef Nava*

Ciencia y fe

**5** Bertrand Russell: recuerdo de un escéptico apasionado.

Por *Maurizio Schoepflin*

Diálogo Interreligioso

**10** El diálogo intra-religioso, respuesta a una llamada de Dios.

Por *José Luis Navarro*

Iglesia

**14** La Eucaristía como contemplación.

Por *Francisco Clemente*

Mundo misionero

**17** Misión en África: desafíos y esperanzas.

Por *Pontian Kawesa*

Hecho religioso

**20** Sacralizar el mundo es posible.

Por *Bilal Didac*

Lo que dicen las religiones

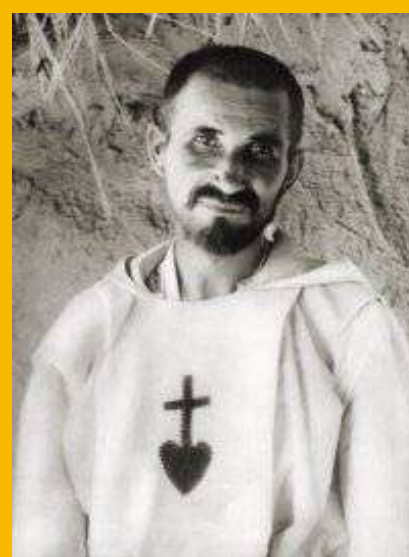
**23** La contemplación

Por *José Luis Vázquez Borau*

Espiritualidad foucauldiana

**28** El desierto y el hermano Carlos de Foucauld.

Por *Anónimo*



## FAMILIA ESPIRITUAL:

Argentina: Ecos del Encuentro Nacional de la Fraternidad Secular, Pág. 31

Encuentro de los delegados de la Familia Carlos de Foucauld, Pág. 32

**TEXTOS DE CARLOS DE FOUCAULD**, Pág. 33

**DESDE LA ERMITA**. Por Emili M. Boïls. Pág 35

**LIBROS**, La felicidad asequible y sostenible, Pág. 36

## REVISTA HOREB EKUMENE

ISSN 2605 - 3691 - Marzo 2020- Año III - No 18

Comunidad Ecuménica Horeb Carlos de Foucauld

Director: Youssef Nava | Director Adjunto: Pablo Martínez

Consejo de Redacción: Francisco Martínez, Miguel Ángel

Delfino, Fernando Rubén Ocampo Ferreres, Germán

Calderón Calderón, Valentí Vázquez.

La Comunidad Ecuménica Horeb Carlos de Foucauld y la dirección de la revista no asumen necesariamente las opiniones y puntos de vista expresados en los artículos y noticias publicadas.

Fotografías: Salvo otra indicación, las fotografías son de reproducción libre y están obtenidas del banco de imágenes PIXABAY.

Los artículos son de libre reproducción, citando la procedencia.

Publicación gratuita. Valladolid (España)

<https://issuu.com/horeb.ecumene>

Imagen portada: Robert Cheaib. PIXABAY

## NOTA DE LA REDACCIÓN

Colaboraciones: HOREB EKUMENE agradece el envío de artículos, noticias, comentarios,...

Email de Redacción:

[horeb.ecumene@outlook.com](mailto:horeb.ecumene@outlook.com)

## DIÁLOGO Y TESTIMONIO



Un recorrido no muy largo, apenas dos años y dieciocho números publicados; pero sí una labor intensa que se gesta en el seno de la Comunidad Ecuménica Horeb Carlos de Foucauld: editar una revista mensual gratuita en Internet para ofrecer a miembros, simpatizantes y público en general un panorama accesible a los dos ejes que constituyen la base del carisma de Carlos de Foucauld, esto es, el diálogo permanente y sin protagonismos con otras realidades religiosas –en su caso el islam- y el testimonio de la vocación cristiana enmarcada en la espiritualidad eremítica. Una forma de vida que sorprendió a las tribus beduinas del Sahara y que encajó perfectamente en una cosmovisión y cultura completamente diferentes del cristianismo europeo.

Desde esta perspectiva la revista “Horeb Ekumene” ofrece en sus páginas el repaso sosegado y amplio a los temas que vertebran nuestra experiencia religiosa: el diálogo, en sus dimensiones ecuménica e interreligiosa, pues cada hermana y hermano que formamos parte de la comunidad vivimos realidades geográficas y sociales muy diferentes, algunos ubicados en distintos países latinoamericanos, otros en tierras europeas y otros en tierras del Magreb, precisamente en ambiente similar al vivido por el beato Carlos de Foucauld. Así, “Horeb Ekumene” recoge testimonios, noticias y artículos sobre ese diálogo que debe ser continuo, incesante, con la única finalidad de ampliar y consolidar espacios de hermanamiento que afiancen en esa diversidad religiosa el fundamente de la convivencia, única forma real de erradicar los fundamentalismos que tanto daño han hecho y hacen a toda la humanidad. De ese diálogo fecundo surge el conocimiento del otro, de su pensamiento, de su cotidianidad, de sus inquietudes y problemas, en suma, de su vida, de ese ser humano que en sus diferencias culturales y étnicas es

tan semejante. Dialogar despierta el amor. Tiene que ser siempre un acto de amor. Lo contrario sería debatir, enfrentar, acordar y consensuar con intereses, en gran medida ajenos al amor, sin caridad, sin acogida real, sin compromiso eficaz, sin amor pleno.

Además, este diálogo no debe quedarse solo en los aspectos religiosos sino que tiene que abarcar otras cuestiones importantes en el mundo actual, como son el desarrollo científico y tecnológico; es decir, el diálogo impulsado desde la fe hacia las ciencias, las artes, las culturas, intentando establecer líneas convergentes de reflexión, encuentros y proximidad. Puesto que la civilización científico técnica necesita de este contraste y reflexión.

El segundo eje del carisma del beato Foucauld es el testimonio callado, silencioso; pero no por ello menos eficaz. Carlos de Foucauld no trató de ´evangelizar` según el criterio común en la Iglesia de entonces, sino de ofrecer su “modus vivendi” como ejemplo para los demás, sabiendo que esos ´demás` eran musulmanes con una rica tradición religiosa. En esa confluencia de dos identidades religiosas diferentes, nació la admiración hacia un hombre considerado ´santo` por las tribus tuareg, un ´morabito`, en expresión magrebí, un hombre que divulgó con su vida el mensaje de Jesús de Nazaret, “sello de la santidad” -así definido por el murciano sufí Ibn Arabí-, profeta de importancia vital para los musulmanes, tal como se atestigua en el Sagrado Corán.

La acción evangélica de Foucauld consistió precisamente en la “no acción”, esto es, no tratar de convencer, no tratar de ejercer influencia, no tratar de imponer... solo estar, y desde su estancia en el desierto, desde su abandono en la Providencia, dejar hacer al buen Dios. En definitiva, Foucauld se anticipó a los criterios misioneros que se empezaron a divulgar después del Concilio Vaticano II, donde la predicación del Evangelio queda subsumida en un ámbito relacional de diálogo y encuentro, tal como hemos referido más arriba.

El testimonio de vida según el criterio expuesto es el otro eje que caracteriza también nuestro peregrinar por el mundo y, por consiguiente, queda reflejado en la revista. Así, publicamos experiencias en el “Nazaret de cada uno”. Ya hemos referido la diversidad de culturas en las que los miembros de la Comunidad Ecu­ménica Horeb Carlos de Foucauld nos encontramos presentes. De ahí que la revista ofrezca aproximaciones a esas realidades socio culturales, con el único ánimo de ofrecer un camino lleno de posibilidades.

*Youssef Nava*  
Director

<https://issuu.com/horeb.ecumene>

## Bertrand Russell: recuerdo de un escéptico apasionado

*Maurizio Schoepflin. Filósofo y ensayista.*



Hace cincuenta años, el 2 de febrero de 1970, con casi noventa y ocho años, Bertrand Russell murió, uno de los intelectuales más famosos, populares e influyentes del siglo XX, premio Nobel de literatura en 1950. Sus estudios abarcaron varios campos y muy significativos. También fue activista social. A este respecto, no es accidental que Albert Einstein quisiera confiarle su testamento espiritual, basado en denunciar el riesgo de una guerra nuclear irreparable y en un consiguiente llamado a la paz; No fue accidental, dije, porque en Russell el compromiso más exquisitamente científico y especulativo se fusionó con el social y filantrópico. En comparación con Voltaire por la crítica mordaz de la religión, el conformismo cultural y todas las formas de dogmatismo y autoritarismo,

Russell nació el 18 de mayo de 1872 en el pueblo galés de Trellech, en una prestigiosa familia de la aristocracia británica. Pronto se convirtió en un huérfano de ambos padres, fue educado en un ambiente muy ligado a la tradición puritana y al mismo tiempo impregnado de ideales progresistas. Ya en la adolescencia comenzó a someter la fe religiosa, en particular la fe cristiana, a una fuerte crítica: esta seguirá siendo una de las características más destacadas de su cultura, y volveremos sobre ella más adelante. Pronto se interesó por las matemáticas y la lógica y, cuando comenzó sus estudios

en el Trinity College de Cambridge, se hizo amigo de académicos como el filósofo anti-idealista George Moore y el matemático Alfred Whitehead, abordando las posiciones de realismo vinculadas a la evidencia. sentido común En 1895 hizo un viaje a Berlín para conocer directamente la socialdemocracia alemana, expresando ese interés en la vida social y política que lo acompañaría durante toda su vida. Cuando, en 1898, comenzó su carrera docente, dedicó sus primeros cursos a los grandes protagonistas de la historia de las matemáticas y la lógica. Luego, sus esfuerzos se dirigieron a la construcción de una lógica de relaciones, a partir de la cual podemos deducir los fundamentos de las matemáticas: el resultado más importante de este compromiso está representado por "*Principios de la matemática*", una obra muy compleja escrita junto con Whitehead en los años 1910-13. Mientras tanto, sus ideas políticas basadas en el pacifismo, el progresismo y el trabajo también se consolidaron. El intento de crear una escuela donde educar a los niños a estos ideales no tuvo éxito y dos divorcios marcaron su camino existencial: sobre el matrimonio escribió un libro, en el que apoyaba ideas no convencionales que fueron muy controvertidas, especialmente en los Estados Unidos, donde se había establecido durante la Segunda Guerra Mundial. En los años siguientes, Russell tomó posiciones muy críticas tanto hacia la Unión Soviética como hacia los países occidentales, madurando convicciones cada vez más radicales que no le permitieron compartir ni la política comunista de la URSS, ni, sobre todo, la hostilidad estadounidense hacia otros países, cuestión que llevó a juicio, creando un tribunal internacional para condenar los crímenes cometidos por los estadounidenses en el sudeste asiático. El empirismo, que fue una de las figuras fundamentales de su pensamiento filosófico-científico, también caracterizó sus concepciones éticas y políticas y, como se mencionó, lo mantuvo alejado del marxismo, mimado en sus ojos por una coloración metafísica heredada del hegelismo... Además, su aprecio por la Ilustración y los ideales liberales lo hicieron inclinarse hacia un individualismo que, sin embargo, trató de disolver en una especie de socialismo humanitario y no violento.

Al principio, Russell afirmó la existencia de valores éticos objetivos, pero luego cambió de opinión y estaba convencido de la imposibilidad de fundar la moral sobre una base científica: en su opinión, las elecciones éticas solo pueden responder a evaluaciones individuales relacionadas con el universo de emociones. Por tanto, Russell se presenta como un relativista que no acepta la existencia de valores universales, en particular los inspirados por la fe cristiana, y llega a posiciones libertarias que, sin embargo, a su juicio, no necesariamente habrían implicado una total anarquía incontrolable de comportamiento. Precisamente con respecto al cristianismo, Russell tomó una posición clara y el 6 de marzo de 1927 pronunció un discurso en Londres titulado "*Por qué no soy cristiano*", que se ha mantenido famoso y

que constituye el título de un volumen que recopila quince ensayos sobre fe y moral, y representa una de sus obras más conocidas, en la que expresa, en una forma muy controvertida, su pensamiento vigorosamente adverso a cada dogma y toda forma de renuncia. El volumen produjo inmediatamente un eco significativo en los círculos intelectuales europeos y, debido a la estatura científica de su autor, ejerció una influencia considerable entre los hombres de ciencia, así como en su forma de juzgar las relaciones con la religión, la cristiana en particular. El trabajo contiene varios ensayos en los cuales el autor presenta muchas de sus creencias en asuntos religiosos y discute críticamente las verdades del cristianismo. Él no cree en la posibilidad de demostrar la existencia de Dios y cree que la adhesión a la religión es a menudo el resultado de la emoción y el miedo. Russell hace muchas otras acusaciones contra la Iglesia, y entre ellas destacan las del oscurantismo y la sexofobia. También desafía la creencia en la vida más allá de la muerte, considerándola el resultado de la irracionalidad y el miedo, mientras cree que es necesario que el hombre también siga los dictados de la ciencia en el campo de la vida interior. A los ojos del pensador inglés, la religión siempre requiere una actitud de sumisión desmotivada hacia Dios y la Iglesia. En el libro también hay una crítica cercana y constante de toda moral basada en la fe religiosa, considerada triste y persecutoria, especialmente en lo que respecta a la vida sexual.

No es difícil identificar, al menos en sus líneas generales, la tradición filosófica que forma el telón de fondo del trabajo de Bertrand Russell que se tiene en cuenta aquí: esta tradición es la del escepticismo que, en conjunción con el empirismo, del cual representa el resultado casi obligado, ha experimentado un éxito considerable, especialmente en Inglaterra; Los nombres de William de Ockham, Francesco Bacon, John Locke y, sobre todo, David Hume parecen extremadamente elocuentes a este respecto. De una parte de la tradición escéptica, Russell hereda el tono deliberadamente ligero, pero no menos destructivo del llamado sentido común y la actitud crítica aparentemente fundada en el sentido común y la sabiduría del hombre de la calle. De hecho, todo esto a menudo lleva a nuestro autor a tomar posiciones vagas y superficiales. Junto al escepticismo, es fácil ver el la influencia del positivismo del siglo XIX, intérprete de una visión emancipadora del progreso científico, capaz de sacar al hombre de la infancia y la fase mitológica, debido, respectivamente, al papel de la religión y la metafísica. Es por el progreso científico y las fuerzas de la razón, a menudo combinadas con una visión instintiva y reductiva del hombre, por lo que se debe confiar la tarea de guiar a la humanidad hacia un futuro más feliz. La confianza ilimitada en la racionalidad de la ciencia no le ha permitido a Russell considerar con el debido cuidado y el debido respeto algunos componentes fundamentales de la experiencia humana, en primer lugar el religioso. Esto le pareció solo el resultado del atraso y la superstición: Como

no soy cristiano, la profanación y la provocación casi siempre reemplazan una crítica bien construida y debidamente argumentada. Por lo tanto, la ética de Russell contiene solo una apelación humanitaria y filantrópica genérica a la convivencia basada en la tolerancia y el respeto por el prójimo (sus sinceras convicciones pacifistas despertaron un gran interés), sin que esta apelación se justifique sobre la base de criterios válidos universal y objetivamente...

El hombre de ciencia, en particular, que coloca la lógica en la base de las formulaciones y el lenguaje riguroso, por lo tanto también de lo que afirma o niega que podemos hablar de Dios, ciertamente no está obligado a seguir, a permanecer fiel a su método.

### **Los pasos de Russell en la crítica de la religión.**

Wittgenstein ofrecerá una demostración detallada de esto, que, a partir del mismo contexto científico, llegará, especialmente en el "segundo período", en conclusiones muy diferentes de las propuestas por el matemático inglés. Para Wittgenstein, la lógica puede llegar a tener un fuerte valor ético-existencial, incluso abriéndose a la revelación de la Trascendencia y al sentido que va más allá de la sintaxis de la lógica, en contra de lo que dicta la actitud secular y neutral de Russell y los neo-positivistas. Volviendo a la dimensión más decididamente teórica de la filosofía de Russell, debe reiterarse que la contribución más importante presente en ella es la relacionada con la formalización lógica de las matemáticas, realizada a raíz de Frege, en colaboración con Whitehead. La mentalidad de Russell era la de un positivista crítico de la metafísica: en realidad, cambió sus convicciones varias veces, pero siempre permaneció sustancialmente fiel al empirismo y el realismo adquirido en su juventud, aunque constantemente los repensó y los modificó en varias ocasiones.

### **¿Qué puede sugerirnos esta mirada retrospectiva de la vida y el pensamiento de Russell hoy, 50 años después de su muerte?**

Compartimos lo que un contemporáneo suyo, Alan Wood, escribió hace años: "Bertrand Russell es un filósofo sin filosofía". Lo mismo podría decirse diciendo que es un filósofo de todas las filosofías. Es poco probable que haya hoy un punto de vista filosófico de cierta importancia que no pueda reflejarse en sus escritos de algún período [...]. A pesar de todas las declaraciones visiblemente contradictorias encontradas en el total de escritos filosóficos de Russell y a pesar del número de casos en los que defiende diferentes opiniones en diferentes momentos, existe una coherencia de propósito y dirección y una consistencia del método. "Quería



certeza - Russell escribió en un examen retrospectivo - de la misma manera que la gente quiere fe religiosa".

Creo que el propósito latente de todo el trabajo de Russell era una pasión casi religiosa por una verdad que era más que humana, independiente de las mentes de los hombres y también de su existencia". (A. Wood, Russell's Philosophy, Apéndice de B. Russell, My Philosophical Development, G. Allen y Unwin, Londres 1959, p. 260).

Un "escéptico apasionado", por tanto, como Wood lo definió una vez más en otro de sus volúmenes. Aunque vinculada a su crítica inflexible, la pasión es el legado más importante que Russell nos deja. Los grandes temas de la vida no pueden abordarse con indiferencia o superficialidad, sino solo con pasión. Cualquiera sea el resultado, el humano se mide por la sinceridad de esta investigación.

COMUNIDAD ECUMÉNICA HOREB  
CARLOS DE FOUCAULD



# DIALOGO INTERRELIGIOSO

## El diálogo intra-religioso, respuesta a una llamada de Dios

*José Luis Navarro, monje cisterciense. Marruecos.*



Marrakech. Marruecos.

El Sopro del Espíritu sopla desde donde quiere...

La palabra “viento” en el Nuevo testamento, significa también “espíritu”. Por lo cual, podemos decir con algunas traducciones: “El Espíritu sopla donde quiere, y aunque oyes su voz, no sabes desde dónde viene ni hacia dónde va” (Jn 3,8). Y esa es la Voluntad divina, que podemos oírla, entreverla y hasta creer oír su voz. Pero no podemos controlarla, ni siquiera explicarla, definirla, ... No podemos presumir de que la conocemos, que conocemos la Voluntad de Dios. Es un atrevimiento de la “valor” que da la ignorancia.

Ya nos lo dice el libro de Job: “¡He aquí, que Dios es grande, y nosotros no le conocemos!” (36:26). Siempre nos supera, se nos escapa. El Soplo divino actúa dónde quiere, y siempre nos sorprenderá pues ignoramos de “dónde viene y a dónde va”. A este soplo del Espíritu, el maestro del diálogo, Raimon Panikkar, lo llamaba Cristofanía. Puesto que el Espíritu Santo que sopla donde quiere es siempre el de Cristo. Como nos lo presenta Karl Rahner en el «Tratado Fundamental de la Fe»: el Espíritu Santo presente en los no cristianos es el Espíritu de Cristo». Este fue el leitmotiv de Karl Rahner en el Tratado Fundamental de la Fe, en la parte dedicada a la presencia de Jesucristo en las religiones no cristianas. Si «el Espíritu Santo está presente y actúa no sólo en las personas, sino también en las culturas, en las sociedades, la historia y en las religiones», es porque el Misterio de Cristo habita el mundo. Como escribió Juan Pablo II en *Redemptoris Missio*.

Vista esa voluntad divina en el soplo del Espíritu, los que nos llamamos cristianos estamos llamados a ser responsables de la encarnación de Cristo para el mundo. Si no podemos anunciarlo explícitamente, podemos «mostrarlo» y mostrarlo como Cristo lo hizo. Sólo una visión trinitaria, que supere un monoteísmo cerrado (separado del mundo y de la vida humana) puede llevarnos a un diálogo entre las religiones y a un conocimiento más alto de la realidad. Porque hay que convencerse de que “para ser religiosos hoy, hay que ser interreligiosos”. Vivimos en un mundo de gran pluralismo religioso y necesitamos tender puentes de escucha y diálogo, buscando ese Cristo escondido que hay en todos.

Porque Cristo es el Verbo recapitulador; Recapitula en él a toda la humanidad. Se une a cada hombre, a todos los hombres. Por el misterio de la encarnación, tomó en sí a toda la humanidad, cristianos o no cristianos. Vivió por ellos, los llevó consigo a la Cruz, todos murieron con él y todos resucitaron con él. Un cristiano no puede ser un extraño a sus hermanos de otras religiones. Con la enciclica *Mystici Corporis Christi* de Pio XII, podemos decir que, en todos los hombres, de otras religiones hay una grandeza cristiana, un contenido cristiano... un parentesco carnal con Cristo, por su encarnación. Son nuestros hermanos en la carne. Toda la humanidad es crística... Tanto los más cercanos de las religiones abrahámicas... como los más alejados... o los increyentes. Y toda la humanidad es crística, porque Cristo asumió la condición humana y por ello puede recapitular toda la humanidad. Por ello, el cristiano que se abre al otro, lo acoge en su nombre. Podemos resumirlo con una afirmación de Javier Melloni: “Cristo no es un límite para el diálogo interreligioso sino el umbral” (J. Melloni).

Ese diálogo viendo en el otro a Cristo, prescindiendo de sus creencias particulares, nos lo muestra en su Testamento el padre Christian de Chergé,

beato mártir de Tibhirine. El veía en el otro a un hermano, participe de la gloria de Cristo, prescindiendo de su creencia, en este caso islámica. El p. Christian en su testamento lo expresa así: “Argelia y el Islam, para mí son otra cosa, es un cuerpo y un alma. Lo he proclamado bastante, creo, conociendo bien todo lo que de ellos he recibido, encontrando muy a menudo en ellos el hilo conductor del Evangelio”. Y más adelante nos presenta que el Islam existe en el plan de Dios. Concretamente dice así: “Pero estos tienen que saber que por fin será liberada mi más punzante curiosidad. Entonces podré, si Dios así lo quiere, hundir mi mirada en la del Padre para contemplar con Él a Sus hijos del Islam tal como Él los ve, enteramente iluminados por la gloria de Cristo, frutos de Su Pasión, inundados por el Don del Espíritu, cuyo gozo secreto será siempre, el de establecer la comunión y restablecer la semejanza, jugando con las diferencias.”

Es hermoso como nos presenta el padre Christian el Don del Espíritu. Esa debe ser la meta de todo el diálogo interreligioso, dejarse “inundar por el Espíritu, para establecer la comunión y restablecer la semejanza, jugando con las diferencias.”

Como cristianos no podemos desentendernos de nuestros hermanos en humanidad. Nuestro mundo necesita del diálogo y el encuentro entre las religiones, para que la “humanidad sea más humana”. Las religiones ya no pueden ser fuente de conflictos, tenemos que tender puentes de diálogo, pues a todos nos une el deseo de la búsqueda de lo Transcendente, del Misterio de Dios.

De todo ello podemos afirmar que el diálogo interreligioso nace como respuesta a una llamada de Dios. No surge del antojo personal sino de una aspiración profunda a la que respondemos. Es por tanto un acto de fe. Debe partir de una verdadera experiencia de fe, de una vida interior, además de un buen conocimiento de la propia tradición.

No solo estamos llamados al diálogo Interreligioso, entre religiones, como realidades externas, sino de un diálogo Intra-religioso. Ir descubriendo en nuestros corazones, el espacio que las personas de otros credos tienen en él, y así continuar caminando juntos en esta búsqueda de Misterio de Dios, que lleve a un diálogo en el interior de nuestra vida religiosa, que cada creyente debe realizar en el interior de su propia experiencia para abrirse a la de los otros y así recibir unos de otros algo significativo con relación al misterio que anima todas las cosas y a todas las personas.

Se trata, por lo tanto, diálogo abierto y acogedor que pretende conciliar arraigo y apertura, sin miedo a perder posiciones propias, e incluso con el

convencimiento de que estas se verán enriquecidas con las aportaciones de los otros. Esto implica la toma de consciencia de una interacción entre dos coherencias religiosas y espirituales en el interior de la propia vida espiritual. Para concluir, dejar aquí una notable contribución de Raimon Panikkar a esa actitud de buena voluntad intercultural e interreligiosa. Le han definido como “El Sermón de la montaña en el diálogo intra-religioso”:

- o Cuando entres en un diálogo intra-religioso, no pienses por adelantado en lo que tú debes creer.
- o Cuando des testimonio de tu fe, no te defiendas a ti mismo ni defiendes tus intereses concretos, por sagrados que éstos puedan parecer. Haz como los pájaros del cielo, que cantan y vuelan y no defienden ni su música ni su belleza.
- o Cuando dialogues con alguien, observa a tu interlocutor como si se tratara de una experiencia reveladora, como mirarías o deberías mirar a los lirios del campo.
- o Cuando inicies un diálogo intra-religioso, busca quitar primero la viga de tu ojo antes de sacar la paja de tu vecino.
- o Bienaventurado seas cuando no te sientas autosuficiente mientras estás dialogando.
- o Bienaventurado seas cuando confías en el otro porque confías en mí.
- o Bienaventurado seas cuando afrontas incomprendimientos de tu propia comunidad o de otros por causa de tu fidelidad a la Verdad.
- o Bienaventurado seas cuando mantienes tus convicciones y sin embargo no las presentas como normas absolutas.
- o ¡Ay de vosotros, teólogos y académicos, que despreciáis lo que otros dicen porque lo consideráis embarazoso o no suficientemente “científico”!
- o ¡Ay de vosotros, profesionales de las religiones, si no escucháis el grito de los pequeños!
- o ¡Ay de vosotras, autoridades religiosas, porque impedís el cambio y la re-conversión!
- o ¡Ay de vosotros, gente religiosa, porque monopolizáis la religión y sofocáis el Espíritu que sopla donde quiere y como quiere!”

[Panikkar, Raimon: La nueva inocencia (EVD, Navarra 1993) pp. 307-308]

Sigamos escuchando el Don del Espíritu con humildad, sabiéndonos instrumentos en sus manos, abriéndonos al otro y sabiendo compartir la experiencia espiritual de ambos, enriqueciéndonos así mutuamente, con la convicción de que el otro y yo somos amados de Dios.

(Fuente: <https://www.iglesiaenaragon.com/el-dialogo-intra-religioso-respuesta-a-una-llamada-de-dios>)

## La Eucaristía como contemplación

*Francisco Clemente*



*Este testimonio, narrado sin ningún ropaje de grandilocuencia humana, viene como el eco siempre resonante en la Iglesia del extraordinario valor contemplativo que encierra la celebración eucarística. Así lo testimoniaron los santos de todas las épocas cristianas. Y si hoy se ha podido decir que la Eucaristía es la fuente y cumbre de toda vida cristiana, ello es, y muy principalmente, por qué en la celebración de la Misa vivimos aquel deseo de Jesús de que los suyos estemos con Él, en presencia de Amistad, con trato del corazón, allí donde Él ha querido estar con nosotros y para nosotros. Cada lector debería escribir su experiencia en este mismo sentido.*

De cualquiera de estas maneras la Eucaristía como contemplación o la contemplación en la Eucaristía – podríamos titular esta breve exposición sobre una experiencia personal, por qué cuando celebro este misterio de

muerte y resurrección, puedo contemplar la pasión de amor de Jesús de Nazaret , que llamamos Eucaristía.

Cada vez que celebro este misterio descubro con más claridad que, “las cosas” de Dios son así. Esa cosa que dice el libro de los hechos que “empezó en Galilea “. Al principio no se comprende, por qué las razones humanas se estrellan contra los pensamientos de Dios, los cuales van más allá de nuestros razonamientos.

Dios es tan simple que nos cuesta entender que pueda hablarnos de manera tan sencilla. Pero siempre ha sido así. Desde que Jesús nació en un establo, quiso hacernos comprender que solo lo pequeño, lo débil, lo sencillo, lo que apenas vale, lo que no cuenta, lo que nadie quiere, lo que los hombres desprecian, es la fuerza de Dios capaz de conmover el corazón más insensible, de fortalecer el espíritu más débil y de refrescar la memoria más árida.

“Haced esto en memoria mía”: Cada vez que pronuncio estas palabras cubro la sencillez de Dios que con un poco de pan y vino, con un pequeño gesto de su Hijo, ha sido capaz de devolvernos la confianza en los hombres y de hacernos descubrir el sentido de la vida, entregando la suya. Para comprender esto, sobran las palabras y la sabiduría humana. Solo el corazón que ama, que siente ansias de Dios, es capaz, no de comprender sino de contemplar este misterio de Amor, en el que Jesús nos enseña, con la más sencilla catequesis, el sentido de la entrega y del servicio, del perdón y del amor, de la acción de gracias. (p.24).

Jesús conoce el corazón del hombre y por eso quiere refrescarnos continuamente la memoria con el recuerdo de la suya:

- Él sabía de mi debilidad, que muchas veces me hace remiso para la entrega y el servicio a los hombres. Por ello cuando contemplo este misterio me siento como empujado a realizar lo que El hizo.

- Él conocía cómo nos cuesta comprender, perdonar y amar; y era necesario que con su gesto humilde tocara las fibras más sensibles de mi ser con el testimonio permanente de su vida, para moverme al perdón y a la tarea de dar la vida por los hermanos.

- Él tenía presente en nuestro olvido, y por eso habría de enseñarme cómo dar gracias por todo, si quería tener audiencia ante el Padre.

Creo que para contemplar en la Eucaristía no hace falta demasiado, sino escuchar desde el silencio, mirar desde el corazón, porque este es un misterio que la mente humana no puede comprender. Por eso, la Eucaristía, vivida en contemplación me ayuda a descubrir la pequeñez del hombre y la grandeza de Dios. Desde este misterio el amor se agiganta y crece la

generosidad del hombre. ¡Cuántas veces al celebrar la eucaristía he llegado a ella decepcionado de los hombres, cansado de la vida, y he salido con ansias renovadas de amar, comprender a los hombres, de servirles y dar la vida por ellos!

Contemplar en la Eucaristía es amar desde la verdad, desde la realidad de la muerte del Hijo del Hombre que devuelve el sentido a la vida. Pues solo el que muere por amor es capaz de ayudarnos a afirmar la vida, a mirarla con ojos nuevos, y a ver a los hombres con ojos limpios y serenos, descubriendo toda su grandeza por encima de nuestras limitaciones y miserias. Pues en la Eucaristía es posible contemplar la misericordia de Dios con el hombre al que ama y perdona, eleva y transforma desde su realidad.

Desde la Eucaristía descubro el misterio del amor y el amor en el misterio. Pero esto es difícil razonarlo y expresarlo con palabras, porque Dios no tiene razones al modo del hombre, ya que sus pensamientos distan mucho de los nuestros.

Esto es difícil comentarlo, solo es posible contemplarlo para llevarlo a la vida, y en cierto modo hay que vivirlo para poder interiorizarlo y pues, manifestarlo en silencio, sin palabras, en la expresividad de una vida sencilla en la que el compartir continuamente, el comunicar sin cansarse, y empezar siempre, como si antes no lo hubiéramos hecho, se convierte en una "rutina". Este es su lenguaje.

Finalmente, creo que no es posible contemplar en la Eucaristía ni vivirla como contemplación, si no sabemos contemplar al hombre. Es ésta una realidad que con cierta frecuencia olvidamos, quizás porque también olvidamos que Cristo asumió la vida, toda nuestra vida.

En la Eucaristía Cristo asume (p.25) todo el amor y el dolor de la humanidad; los gozos y las penas; las alegrías y las esperanzas de hombre. Por eso no es posible contemplar cuándo hay indiferencia o disociación de los problemas del hombre y de la vida toda.

Esta es mi pobre experiencia, aquella que da sentido a mi vida y me hace sentir cada Eucaristía como nueva y distinta. Es una experiencia que me hace vivir silenciosamente, calladamente, en una espera ilusionada ;a veces, las más como el que no ve ni entiende, pero que en secreto intuye que " la cosa " es por ahí; que la identidad de Dios y del hombre se confunden secretamente, silenciosamente, en este misterio de Amor que, solo por una gracia de Dios es posible contemplar sin comprender. Solo porque Él lo ha dicho.

(Artículo original publicado en el nº 1 del Boletín Iesus Cáritas (enero / febrero 1979).



## Misión en África: desafíos y esperanzas

*Pontian Kawesa, Director Nacional de PMS de Uganda.*



La misión de evangelización en África ha pasado de ser demasiado dependiente de los misioneros extranjeros de la "Iglesia más antigua de Europa y Canadá" a un clero indígena bien entrenado, los religiosos (hombres y mujeres), así como líderes laicos y catequistas. La adhesión africana a los valores familiares y comunitarios es un fuerte apoyo que ancla las estructuras oficiales de la iglesia.

Por "misión" se entiende la acción de ser enviado, salir a anunciar el Evangelio, la Buena Noticia de salvación que está incrustada en el Misterio Pascual de Jesucristo. En África, esta misión que en diferentes etapas fue iniciada por diferentes misioneros europeos en las diferentes partes y culturas de este alguna vez llamado "continente oscuro" está en curso. La promoción de esta misión ha pasado de ser demasiado dependiente de los misioneros extranjeros de la "Iglesia más antigua de Europa y Canadá" a un clero indígena bien entrenado, los religiosos (hombres y mujeres) y líderes laicos que llamamos Catequistas. La adhesión africana a los valores de la familia y la comunidad es un fuerte apoyo que ancla las estructuras oficiales de la iglesia: diócesis, parroquias, subparroquias o subestaciones que ahora se extienden a lo largo y ancho de África y Madagascar. Así tenemos SECAM: Simposio de Conferencias Episcopales de África y Madagascar. Es dentro de este amplio alcance, con diversidades étnicas y culturales ricas y vibrantes que la misión *ad intra* y *ad gentes* continúa teniendo lugar. Esta misión en África no solo ha llevado a misioneros africanos a otros africanos,

así como a otras tierras misioneras, nuevas y antiguas, sino también a través de la sangre de los mártires africanos, los del norte de África en épocas anteriores y los de tiempos más recientes.

La idea del Papa Benedicto XV en su Carta Apostólica, *Maximum Illud* (30 de noviembre de 1919) de contar con obispos indígenas, sacerdotes, religiosos y religiosas, así como líderes laicos o misioneros, encontró una resonancia en la profecía del Papa San Pablo VI cuando dijo que los africanos deben convertirse en misioneros para sí mismos (julio de 1969 cuando lanzó SECAM). Ahora África tiene muchas vocaciones al sacerdocio y la vida religiosa. Los seminarios y las casas de formación están llenos en muchos países. Por tanto, hay esperanza para una misión continua en África.

Los desafíos para la misión en África son muchos, pero podemos mencionar los siguientes:

1) El mensaje del evangelio no ha ido lo suficientemente lejos ni penetrado lo suficiente en las culturas, prácticas y corazones de algunas personas en África; hay más necesidad, por un lado, de proclamar auténticamente las Buenas Nuevas y, por otro lado, de asimilarlas auténticamente. Los católicos practicantes son menos que los católicos bautizados.

2) Algunas personas y sus culturas se adhieren a sus creencias y dioses paganos tradicionales y están encerrados en sí mismos; no están abiertos a la luz de Cristo contenida en la misión de la Iglesia.

3) Si bien el pentecostalismo y el evangelismo parecen tener estrategias buenas y prácticas para su misión y atraen a muchas personas (y lamentablemente, a los católicos caídos), algunas de sus doctrinas y prácticas están en marcado contraste con lo que la Iglesia Católica practica y enseña. Esto ha llevado a una mayor confusión sobre la misión de Cristo y nuestra misión. El crecimiento de estas iglesias pentecostales y evangélicas es un obstáculo para llevar a cabo la misión en el entendimiento católico. ¿Por qué muchos católicos van a estas iglesias y se quedan?

4) Se debe hacer todo lo posible para garantizar la plena evangelización de la cultura, especialmente en esta época en la que el Papa Francisco ha calificado el presente como la "cultura del descarte". Algunas culturas y prácticas africanas necesitan el mensaje y la luz de Cristo. El diálogo y la inculturación también deben ser líneas de compromiso.

5) En África, la Iglesia aún no se ha opuesto al hecho de que Mision es *Capital Intensivo*. Hay tantas actividades de la Iglesia en el apostolado que necesitan mucho financiamiento. Los africanos deben aprender a dar no solo de sí mismos sino también recursos para promover el trabajo de la misión. Por mucho que reciban, también deben dar. También necesitamos hacer más instrucción en la Cooperación y Animación de la Misión de acuerdo con el espíritu de San Pablo (2 Cor. 8: 1ff).

6) Migración debido a muchos factores como guerras, dificultades económicas y desempleo.

7) Otros desafíos incluyen problemas de inmigración, refugiados, guerras, VIH / SIDA, hambruna, religiones radicalizadas, terrorismo y secuestro, que no solo desplazan a las personas sino que también complican la misión que es tan crucial en tales circunstancias.

Las esperanzas para el futuro de la evangelización en África son:

1) La Iglesia en África se considera joven y vibrante y aún atractiva. Continuará creciendo a medida que la misión se entienda y se lleve a cabo.

2) Las pequeñas comunidades cristianas continuarán siendo la base de la evangelización. La formación continua para el clero, hombres y mujeres religiosos y la formación de catequistas y todos los bautizados recorrerán un largo camino para hacer que la misión de la Iglesia en África se renueve y establezca evangélicamente en un estado de misión permanente. Esto es lo que el Papa Francisco, en la Exhortación apostólica *Evangelii gaudium*, nos exhorta a hacer, para llevar a cabo una "conversión misionera" dentro de nosotros que surge del corazón del Evangelio.

3) La Iglesia como familia de Dios en África continuará recibiendo su inspiración y ardor de la familia natural que continúa siendo la cuna del don de la vida en África.

4) La reconciliación y la paz deben ser la nueva norma garantizada por la auténtica misión de Jesús, quien es el Rey de la Paz por excelencia.

**Comunidad Ecuménica Horeb**  
**Carlos de Foucaud**



<https://horebfoucauld.wordpress.com/>

## Sacralizar el mundo es posible

*Bilal Dídac P. Lagarriga,*  
Mbacke, Senegal.

*Mezquita de pescador. Dakar. Senegal*



¿Qué nos conmueve? ¿Qué nos empuja a movernos? Cheikh Ibra Fall (1855-1930), erudito y gran conocedor del Corán y de las ciencias religiosas del islam, tenía sed. Sed de maestro, sed de Dios. Un sueño le anunció que el maestro anhelado no era una quimera, ni siquiera andaba lejos, así que salió a buscarlo. Cuando se cumplían veinte días de aquel mes de ramadán de 1883, Ibra Fall dio con Cheikh Ahmadou Bamba Mbacke (1853-1927), por aquel entonces ya un maestro de renombre rodeado de discípulos. Cuenta la tradición que, de su primera mirada, bajo un árbol en la aldea de Mbacké Cayor, brotó una luz que todavía no se ha apagado.

Turbulencias, pruebas, recompensas, sacrificios y bendiciones a cada momento, en una espiral de sensaciones, han fundamentado desde entonces este vínculo maestro-discípulo cimentado en el amor incondicional

y la entrega absoluta. De esos dos nombres, nació una comunidad, llamada literalmente la anhelante (muridiya). Y, de ese anhelo, sus frutos.

A pocos kilómetros de Mbacké Cayor, lugar del pacto primordial entre la pareja que cambiaría radicalmente la historia no solo de Senegal, sino de gran parte de África y, también, del islam contemporáneo, se encuentra la ciudad de Touba, foco de la comunidad, “*ciudad santa*” en su denominación popular. Lugar, además, donde están enterrados tanto Bamba como Ibra Fall, cuyas resonancias perviven y, desde ese centro, las irradian de forma concéntrica mucho más allá de cualquier frontera política.

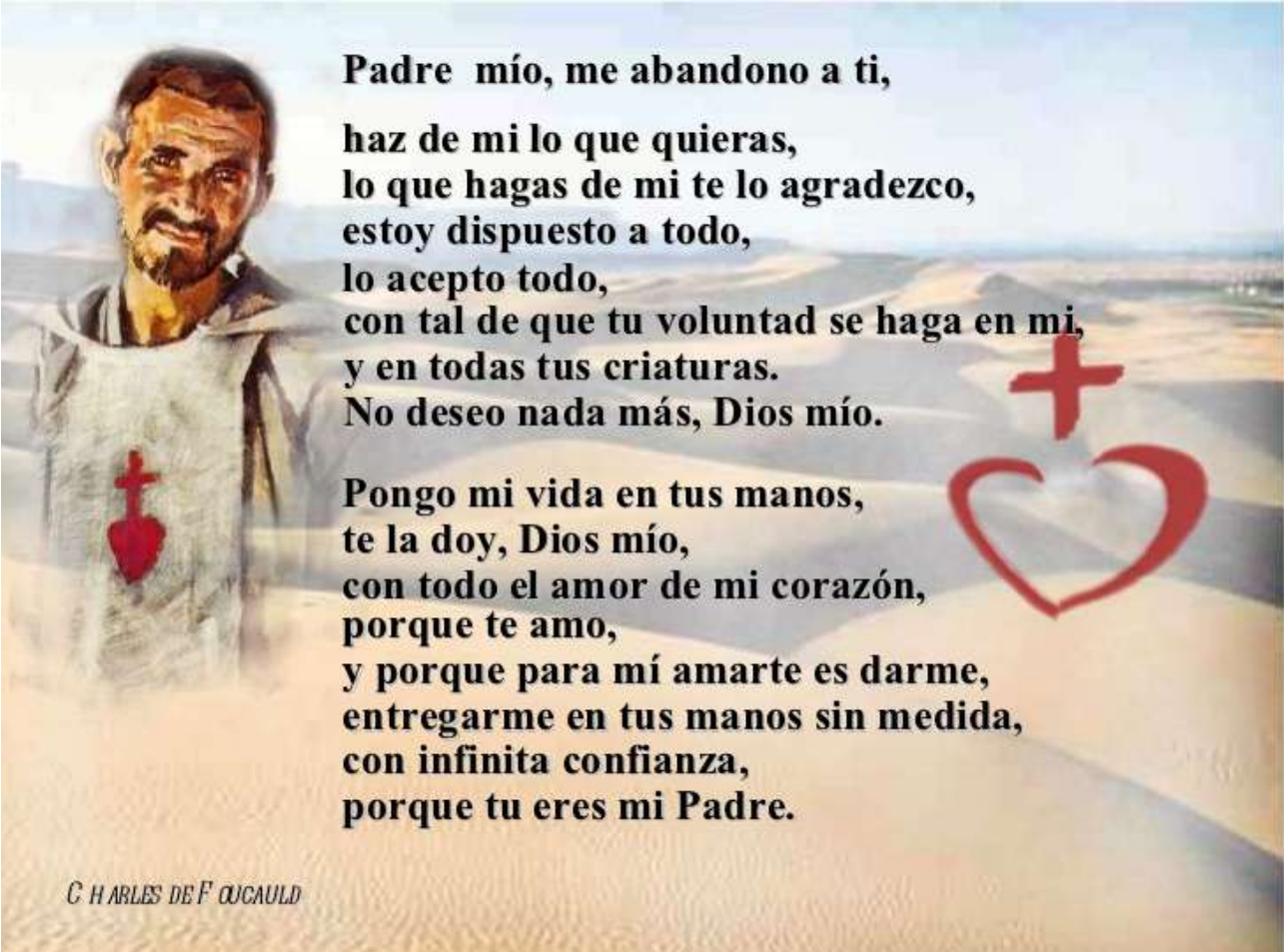
Hoy, su legado continua despertando admiración, aunque también críticas, las mismas críticas con las que los colonos franceses intentaron desacreditar la iniciativa de Bamba y su comunidad. “Fanáticos” es un adjetivo recurrente en los archivos coloniales. “Fanático” es, todavía, un insulto vigente para desacreditar un modo de vida que desafía los imperativos de un Sistema globalizado y criminal.

Imperturbables, sin embargo, los miembros de esta comunidad anhelante (murid) formada por varios millones de personas, prosiguen con su misión, descrita a menudo como la mística del trabajo, y que no es más que agrupar en una práctica espiritual los beneficios de la práctica material y viceversa. Un servicio a Dios que se vuelve servicio a los demás. Un servicio a los demás que se vuelve servicio a Dios. Actos y palabras sin fisuras, de la mano.

Una de las principales características de los y las murids es su capacidad de autogestión y ayuda mutua. La gran mezquita de Touba, magno esfuerzo colectivo, tanto económico como laboral que costó tres décadas en completarse (de 1932 a 1963), reluce como ejemplo de este empeño colectivo. Pero son muchas más las obras que constantemente desarrolla la comunidad. Una de las últimas ha empezado a finales de enero del 2020 en el lugar donde había el estadio de fútbol de Mbacke, muy cercano al emplazamiento donde nació Cheikh Ahmadou Bamba. La orden recibida fue clara: dignificar el espacio, 4000 metros cuadrados. La comunidad Baye Fall, subgrupo dentro de la muridiya que siguen las enseñanzas de Cheikh Ibra Fall, se encarga de ello, con el derribo del estadio y la construcción de dos daaras -centros pedagógicos- para 192 y 144 alumnos respectivamente, de entre 7 y 17 años, junto a una mezquita.

Desaparece, de este modo, un templo pagano, el estadio de fútbol (lugar de esfuerzos vanos, promesas efímeras y sueños vacíos) y germina un centro de aprendizaje y plegaria. Volver a sacralizar la tierra es algo poco común en este mundo desacralizado y, por ello, deshumanizado.

Hombres y mujeres, familias enteras, grupos de niños, estudiantes, ancianos, dedican de forma voluntaria su tiempo, dinero y esfuerzo físico para esta obra, cuya previsión es que dure algunos meses. Pasar tiempo allí es empaparse de la vibración de un trabajo sin miras a un objetivo egoísta, es nadar en un mar de cánticos y polvo, letanías divinas que toman forma de una pared, una zanja o una canalización. Ajetreo y coordinación que rompen con muchos de los tópicos que aparecen sólo con pronunciar “África”.



**Padre mío, me abandono a ti,  
haz de mi lo que quieras,  
lo que hagas de mi te lo agradezco,  
estoy dispuesto a todo,  
lo acepto todo,  
con tal de que tu voluntad se haga en mi,  
y en todas tus criaturas.  
No deseo nada más, Dios mío.**

**Pongo mi vida en tus manos,  
te la doy, Dios mío,  
con todo el amor de mi corazón,  
porque te amo,  
y porque para mí amarte es darme,  
entregarme en tus manos sin medida,  
con infinita confianza,  
porque tu eres mi Padre.**

*C H A R L E S D E F O U C A U L D*

# LO QUE DICEN LAS RELIGIONES

## La contemplación

*José Luis Vázquez Borau*



Los neurocientíficos ateos, al no admitir la existencia de Dios, ni que el hombre sea un ser dotado de inteligencia espiritual, se ven obligados a una interpretación sesgada de los hechos que trascienden la materia: tienen que explicar las experiencias religiosas y el estado místico o contemplativo como simple actividad del cerebro. Para ellos son los que meditan y los místicos quienes, a partir de unos simples fenómenos neurobiológicos, crean a Dios. Al admitir como única realidad la materia, toman a los que, además de lo físico piensan que existe lo metafísico, como acientíficos. De ahí que titulen algunos trabajos como: Dios en el cerebro, o Dios parte del cerebro, y que mencionen este tipo de estudios como Neuroteología.

La contemplación proviene de las palabras latinas cum templum “como en un templo”. Dentro de la Cristiandad Occidental, la contemplación está relacionada con la mística y expresada por los místicos Santa Teresa de Ávila y San Juan de la Cruz. Formas de contemplación diversas las podemos encontrar en diferentes culturas y épocas de la

humanidad, desde los chamanes, hasta los tiempos actuales como los sufíes, los monjes tibetanos, los maestros zen, los gurus de la India, etc.

### **Los orígenes del chamanismo se pierden en el tiempo.**

En ocasiones el término se utiliza de manera ambigua y muchas veces sus características no se precisan. El término llega a designar al brujo, al hechicero, al mago, al hombre-médico y al clarividente, entre otros. La palabra chamán viene de sha-man, vocablo del tungus, que es una lengua de los pueblos siberianos. El fenómeno del chamanismo se encuentra bastante extendido entre los pueblos uro-altáicos del Asia septentrional, aunque se le descubre en todo el mundo, de ahí que pueda observarse tanto en los pueblos asiáticos mencionados, como en los esquimales, en los aborígenes de Australia y de América, en el este y norte de Europa y en el sur de África.

El chamán presenta en su iniciación los rasgos que son propios de la vida mística: Vocación, retiro a la soledad, aprendizaje junto al maestro, ritual simbólico de la muerte y de la resurrección, así como un lenguaje secreto. Características propias del chamán son también la adquisición de uno o varios espíritus familiares, así como posibilidades de realizar vuelos mágicos a través de los cuales su alma recorre grandes distancias. Cuando ya se encuentra en pleno desempeño de su profesión sale, en esos vuelos, a la búsqueda del alma de un enfermo, asegurar la cacería, las cosechas o el buen tiempo, a hacer profecías y a anunciar cambios atmosféricos e incluso a practicar el mal, variando esto último de sociedad en sociedad. Para lograr su objetivo el chamán requiere, muchas veces, de la ayuda de espíritus auxiliares, quienes por lo regular, lo acompañan durante el viaje.

Es distintivo de un chamán que la realización de este vuelo mágico se lleve a cabo en estado de trance, logrado a través del éxtasis. Utiliza para dichos fines, en ocasiones un tambor, sonaja y cantos especiales en ceremonias que por lo general son nocturnas y en las cuales participa su comunidad. La ingestión de alucinógenos, alcohol y tabaco es práctica común para alcanzar este estado. No obstante, la utilización de sustancias para provocar el trance es una degeneración del éxtasis chamánico original.

### **De la inteligencia a la sabiduría.**

Aunque las manifestaciones de la “sabiduría del Antiguo Testamento” son propiamente humanas, sin embargo, en la estimación religiosa de Israel tenía su origen en el mismo Dios. Dada la concepción teocéntrica y teocrática de la vida, todas las cosas aparecen directamente vinculadas con lo divino. Por eso no es fácil deslindar los conceptos de una “sabiduría” profana y religiosa. Los griegos, con sus disquisiciones filosóficas, buscaban ante todo la relación de causa a efecto en el ámbito natural. Los hebreos, como los semitas en general, dan explicaciones teológicas a todos los fenómenos: todo ocurre porque Dios lo quiere, sin buscar las influencias inmediatas de las causas segundas, y menos las repercusiones dentro de un proceso causal. Por ello, no se puede hablar de filosofía en las antiguas culturas orientales: lo mítico y lo religioso sustituyen al esfuerzo mental del pensador; todo ocurre porque una fuerza superior lo quiere. En la tradición israelita, esta fuerza superior es un Ser único personal y trascendente, del que todo depende, pues su providencia universal se extiende a lo más profundo y particular de las acciones humanas.



1:2 Vanidad de vanidades, dijo el Predicador; vanidad de vanidades, todo es vanidad.  
1:3 ¿Qué provecho tiene el hombre de todo su trabajo con que se afana debajo del sol?  
1:4 Generación va, y generación viene; mas la tierra siempre permanece.  
1:5 Sale el sol, y se pone el sol, y se apresura a volver al lugar de donde se levanta.  
1:6 El viento tira hacia el sur, y rodea al norte; va girando de continuo, y a sus giros vuelve el viento de nuevo.  
1:7 Los ríos todos van al mar, y el mar no se llena; al lugar de donde los ríos vinieron, allí vuelven para correr de nuevo.  
1:8 Todas las cosas son fatigosas más de lo que el hombre puede expresar; nunca se sacia el ojo de ver, ni el oído de oír.  
1:9 ¿Qué es lo que fue? Lo mismo que será. ¿Qué es lo que ha sido hecho? Lo mismo que se hará; y nada hay nuevo debajo del sol.  
1:10 ¿Hay algo de que se puede decir: He aquí esto es nuevo? Ya fue en los siglos que nos han precedido.  
1:11 No hay memoria de lo que precedió, ni tampoco de lo que sucederá habrá memoria en los que serán después. (Eclesiastés, 1,2-11)

### **Camino que recorre la mente hacia Dios.**

Según San Pablo la persona espiritual es la que está orientada hacia Dios y habitada por el Espíritu divino.

Dejemos atrás todas nuestras inquietudes y problemas y dejémonos conducir por el Espíritu:

*En efecto, todos los que se dejan guiar por el Espíritu de Dios son hijos de Dios. Y vosotros no habéis recibido un espíritu de esclavos para recaer en el temor; antes bien, habéis recibido un espíritu de hijos adoptivos que nos hace exclamar: ¡Abba, Padre! El Espíritu mismo se une a nuestro espíritu para dar testimonio de que somos hijos de Dios. Y, si hijos también herederos: herederos de Dios y coherederos de Cristo, si compartimos sus sufrimientos, para ser también con él glorificados (Rm 8,14-17).*

Para san Buenaventura, la contemplación o sabiduría es el itinerario que recorre la mente hacia Dios. Se trata de un desprendimiento de las cosas terrenas, de la purificación, por el ejercicio de la virtud, hasta alcanzar a Dios y gozar de la paz estática. A la realización de este ideal debe contribuir la "filosofía, sabiendo que, si el conocimiento no nos hace mejores como personas, es inútil. San Buenaventura refleja el mensaje de san Francisco de Asís señalando la primacía del amor como clave del universo. El proyecto de Dios es un plan de amor, más que el conocimiento del mismo. Se trata de vivir en el amor. Por eso su planteamiento filosófico es vitalista.

Para el franciscano Buenaventura la perfección cristiana no consiste en la pobreza, según las discusiones de su tiempo o en el dominio de técnicas de contemplación, según nuestras discusiones, sino en el amor, que es lo que nos diviniza. El amor es a un tiempo «raíz, forma y fin de las virtudes: raíz en cuanto las impera y las mueve; forma en cuanto las perfecciona y decora; y fin en cuanto las termina y consume, reduciéndolas a Dios y tornándolas aceptables a sus divinos ojos». El amor en la potencia afectiva del alma, que es la voluntad, como hábito infuso o principio inagotable de operaciones multiformes, es vida, y como vida del alma, se halla sujeta a la ley del crecimiento. Según va creciendo en grados, se purifica, se simplifica y se asemeja más a Dios.

El amor es fermento que transforma, fuego que consume y calor que comunica vida, dirección y movimiento. Todo esto expresa actividad y movimiento. Así, el amor, que es esa purísima llama encendida por el Espíritu Santo en la potencia afectiva del alma, transmite pujanza vital a todo el conjunto de obras virtuosas, habilitándolas para sublimarse a lo alto en el seno de la Trinidad, que es el Amor.

La danza sufi hacia la verdad

Los Derviches giradores es una orden derviche (tariqa) de Turquía, fundada por los discípulos del gran poeta Sufí Jalal al-Din Muhammad Rumi en el siglo XIII. El centro de la orden está en Konya (Turquía). Se les conoce también como Derviches giróvagos o giradores porque tienen una ceremonia de danza-meditación, llamada Sema, que consiste en una danza masculina acompañada por música de flauta y tambores. Los danzantes, giran sobre sí mismos con los brazos extendidos, simbolizando "la ascendencia espiritual hacia la verdad, acompañados por el amor y liberados totalmente del ego". Se alcanza el éxtasis místico en virtud de la danza, símbolo del baile de los planetas. Los derviches giran sobre sí mismos hasta conseguir el éxtasis. La danza es acompañada de flautas, atabales, tamboriles, una especie de violines y laúdes de mástil largo.

### **Los monjes tibetanos y los valores espirituales.**

Según los monjes tibetanos, el perfecto equilibrio entre lo material y lo espiritual es el camino para encontrar la paz interior y que ésta se proyecte al exterior; es decir, cuando el ser humano ha cubierto sus necesidades básicas para vivir, es el momento indicado para trascender espiritualmente.

El desapego no significa renunciar a lo material, más bien significa no depender de lo externo para encontrar la paz, el ser humano requiere de vestido y sustento, lo cual en ningún modo es negativo, pero se debe encontrar el equilibrio entre el yo interno y el externo.

Para los monjes tibetanos la mente tiene dos proyecciones una que es la innata, que es pura y clara y la segunda es una mente en donde la educación egocéntrica nos hace realizar proyecciones equivocadas de la realidad y de ahí nacen los celos, el racismo, la discriminación y la violencia.

¿Cómo puede un ser humano dejar una percepción equivocada? Amando a los demás y cambiando la mente que nos produce proyecciones equivocadas, transformándola por la mente pura que se encuentra en nuestro interior. Este es el camino. Un proceso interior en el seno de cada persona que posteriormente producen beneficios en la sociedad.

### **El camino hacia "la sala del silencio total".**

*Maestro ¿qué es el zen?*

*- El zen es zazen.*

Con esta famosa frase, repetida a lo largo de los siglos, los maestros han insistido en que la verdadera comprensión de los aspectos y conceptos del zen se alcanza mediante el ejercicio constante de la práctica del zazen, la postura corporal justa, la atención plena, el

shikantazá. Asumiéndose de este modo, resultará insuficiente la comprensión teórica de dichas ideas.

La "sala del silencio total" simbólicamente es el corazón y solo se alcanza trascendiendo a nuestro ego. El zen es una enseñanza práctica que ayuda a dirigir la atención a nuestros procesos mentales. Tranquiliza la mente y nos ayuda a detener nuestro incesante diálogo interno. Al detener este diálogo trascendemos nuestro ego y encontramos un espacio amplio de silencio sin limitaciones y de completa libertad. Tomamos conciencia de nuestra verdadera realidad y sentimos una gran paz. Es esa la función de todos los caminos místicos: Entrar en el Gran Silencio, y salir con la mente, el corazón y los sentidos transformados. Entonces se comunica el amor incondicional, se habla de un conocimiento que es unidad sin dualidad de ningún tipo, y se hace con formas de decir que son comprensibles a quienes escuchan y que son capaces de sugerir la inmensidad de la riqueza y de la cualidad de lo que se ha vivido.

Cada sistema practicado (Zen, Contemplación, Sufismo...) es un reflejo de la Luz, la Luz no está en ellos; la Luz está allá donde ellos apuntan y a lo que se llega cuando se los deja atrás y se trasciende nuestro ego.



# ESPIRITUALIDAD FOUCAULDIANA

## El desierto y el hermano Carlos de Foucauld

*Anónimo*



El atractivo por el desierto se manifestó espontáneamente en el P. de Foucauld desde antes de su conversión, en la medida en que se iba acercando a Dios. Este atractivo se desarrolló en él, para responder a una necesidad existente, cada vez más urgente, de vivir con Dios solo. Sin embargo, jamás sintió en su interior una llamada para retirarse definitivamente al desierto, lejos de las relaciones humanas: su vocación sigue siendo la vocación de Nazaret.

El destino del Hermano Carlos le conducía, sin embargo, a vivir habitualmente en el desierto, sin que esta elección aparezca por lo mismo motivada por un deseo de huir de los hombres.

Cada vez que se interna más adelante en la inmensidad del Sahara, es siempre con miras a ponerse en contacto con unos pueblos más abandonados. Beni-Abbés, Tamanrasset, el Ase-Krem, revestirán siempre el significado simultáneo del desierto y de la presencia entre los hombres.

Alternativamente el Hermano Carlos busca el contacto con los hombres o bien se interna en el desierto como el lugar de encuentro con su Dios.

Hay en él una evolución, desde la redacción de las primeras Reglas en 1896, en que concibe la vida de sus hermanos como “Ermitaños” por “el gran recogimiento en que deben vivir, aún cuando estén varios juntos”, hasta su experiencia de Beni-Abbés y Tamanrasset, donde buscará la soledad a intervalos, bien sea en su ermita, bien sea en el curso de sus viajes a través del desierto.

Pero es un mismo espíritu el que empuja al Hermano Carlos a mezclarse con la muchedumbre de los hombres a subir a la montaña solo, frente al Dios que salva. Es siempre una exigencia del amor. Un amor que se deriva de tomar a su cargo, casi pastoralmente, a los hombres con quienes él vive. Es, como en Jesús, un estado extremo de oración.

Y también, como Jesús, este amor que a veces le lleva al desierto y otras a vivir entre los hombres, le hará desear terminar su vida con el martirio, último desierto hacia la tierra prometida. “Los sufrimientos... son la cosa más preciosa que podemos ofrecer a Dios... Nuestro anonadamiento es el medio más poderoso que tenemos para unirnos a Jesús y hacer bien a los hombres... Cuando se puede sufrir y amar... se puede lo más que se puede en este mundo...”

### **Los hermanitos y hermanitas y el desierto.**

También los Hermanitos están llamados, a causa de su vocación para la vida de Nazaret, a vivir periódicamente en el desierto.

Para quienes comienzan la vida de Hermanitos, con el fin de iniciarse en la oración contemplativa dentro del marco de una vida de Nazaret más solitaria; para todos los demás, para realizar la vida de adoración y de intercesión, cuya intensidad requiere como de sí misma lo absoluto del desierto.

La llamada al desierto no procede pues, de una vocación permanente de solitario, que lleva tras de sí la separación de los hombres como elemento esencial y permanente para el logro de la santidad, sino de su vocación de adoración e intercesión, nacida de la exigencia de amor a Dios y a los hombres.

Es precisamente en el sentido de esta oración desnuda y solitaria de aquel que esta comprometido por vocación en el misterio de la Redención de los

hombres, donde se sitúa la llamada sentida por un Hermanito para la oración solitaria en el desierto.

Se trata aquí de una verdadera consumación de su vocación apostólica, suponiendo la muerte de sí mismo y una gran disponibilidad interior para la caridad de Jesús, de suerte que toda la vida esté como dominada por la inquietud de la salvación de los hombres.

Un Hermanito generosamente fiel a la gracia de su vocación, experimentará, por tanto, en cierto momentos, la necesidad de una oración pura de intercesión, a la manera de Jesús en su vida pública, bien sea que experimente la angustia de la salvación de tal o cual hombre o la de aquellos a quienes es enviado, bien sea que tenga conciencia de que el mal es tan grande y la acción, aún evangélica, tan impotente, que sólo la oración pura pueda llevarle ventaja: “Ese linaje, con nada puede salir si ni es con oración y ayuno”.

### **Las fraternidades sacerdotales y seculares y el desierto.**

“Lo que digo sobre el desierto en la vida de los Hermanitos, es igualmente cierto que los seculares y sacerdotes, en la medida en que Dios les hizo tener conciencia de esta posibilidad de acción contemplativa, consecuencia normal de la vocación al amor de todo miembro del Cuerpo místico de Jesús” dice el P. Voillaume.

La experiencia de desierto es, en cualquiera de sus dimensiones, un dato importante en el camino espiritual de los miembros de las Fraternidades.

Situados en “el corazón de la Iglesia”, madurados en esa vocación, presentes entre los últimos y buscando a Dios con todo ardor.

El desierto inicia y madura la dimensión contemplativa. La oración pura de fe, tiene un marco ideal en el desierto. En él se descubre y crece.

La búsqueda de soledad es una necesidad acuciante de quien es movido sólo por el amor. ¿Es posible crecer contemplativamente, sin tener experiencias de soledad?

También nuestra preocupación por los hombres y la cercanía a sus sufrimientos, nos llevará algunas veces al desierto a gritarle a Dios a favor de ellos: “El desierto es un estado extremo de oración”.

El desierto nos purifica a niveles profundos, nos suelta de nuestros miedos, de nuestras falsas defensas, va ayudando a emerger nuestro verdadero yo.

Por eso es una gran miedo para lograr unos encuentros fraternales cada vez más veraces. ¡Cuántas veces nuestra vida fraternal se ve falseada o impedida por no ser verdaderamente nosotros...!

Por eso la experiencia mensual de desierto es algo que hay que tomarse muy en serio, como el clima previo imprescindible a nuestra revisión de vida mensual. ¡Cuánta diferencia hay entre la revisión de vida que brota después de una jornada de desierto y aquella no preparada con él...!

El desierto forma parte de la fisonomía de las Fraternidades. Es un medio rudo, pero derecho. Posiblemente sin él, Carlos de Foucauld no sería quien es. ¿Podemos decir que sin él tampoco nosotros llegaremos a ser quienes estamos invitados a ser?

### **Desierto y revisión de vida.**

“La Revisión de Vida se prepara preferiblemente en el desierto, siempre en la oración y si es posible por escrito. Mejor es no hacerla que improvisarla. Supone un clima de oración, escucha de la Palabra de Dios, atención de unos para con otros. No hay que temer los momentos de silencio. Hay que tener el valor de interrogarse mutuamente, con delicadeza, pero con franqueza, sin miedo a las tensiones y a los posibles enfrentamientos” (Directorio Fraternidad Sacerdotal).

## **FAMILIA CARLOS DE FOUCAULD**



### **Argentina: Ecos del Encuentro Nacional de la Fraternidad Secular.**

*El Encuentro fue una Experiencia muy buena para todas y todos los que participamos... Fue también una experiencia de "desierto" por las características del lugar*

Queridas/os amigos/as. Ya ha terminado nuestro Encuentro Nacional 2020 y queremos compartir con todos ustedes algunas experiencias y fotos.

Como les habíamos comunicado el Encuentro esta vez fue en Tumbaya, Quebrada de Humahuaca, provincia de Jujuy. Algunos llegamos unos días antes y comenzamos a vivir los preparativos del Encuentro en la casa de Juan Bosco y su familia ¡fue una experiencia inolvidable!!!, ¡cuanta hospitalidad!!!! ¡cuanto amor compartido!!!!....

El 19 a la mañana partimos hacia Tumbaya y nos

alojamos en la Casa Parroquial... Todo fue muy fraterno...Siempre un clima de colaboración...

Este año se sumó a nuestro Encuentro un fraterno de Ecuador ¡la experiencia de compartir con él fue muy enriquecedora, y sus aportes invaluable!!!!. Hemos conversado y reflexionado mucho sobre nuestra América Latina...

Consideramos que el momento más fuerte del Encuentro fue la visita a Milagro Sala y a tres de sus compañeras que como ella tienen arresto domiciliario. Milagro nos dijo que ella siempre tiene visitas, pero sus compañeras no. Así que nos fuimos a visitarlas. Cada una contó su historia. Alguna se emocionó hasta las lágrimas por la visita del grupo... Llegamos a ir a tres casas después de estar con Milagro... En cada casa un encuentro, una mateada, cantos de Teresa Parodi y Silvio Rodríguez... llanto y risas...

Antes habíamos tenido un día dedicado al Hermano Carlos de Foucauld y nuestra vocación en la Fraternidad. Visitar a las compañeras de Milagro fue poner en práctica este llamado... Nosotres, como Fraternidad, teníamos que visitar a las que están más olvidadas...

Todo el Encuentro fue una Experiencia muy buena para todas y todos los que participamos... Fue también una experiencia de "desierto" por las características del lugar, y porque en Tumbaya no tuvimos señal en los teléfonos. La Oración en la pequeña capilla, la vida en fraternidad, las tareas compartidas, los cantos animados por Alicia en la guitarra...

Es difícil poner en palabras todo lo que nos regaló Jesús en una semana...!!!!

Publicado por Familia Carlos de Foucauld en España

.....

**2020/03/06: Encuentro de los delegados de la Familia Carlos de Foucauld en España. Estos encuentros sirven para orar y reflexionar juntos sobre el carisma común.**

Del 6 al 8 de Marzo de 2.020

Tarrés, Lérida

Reunión de los Delegados de la Asociación Familia Espiritual Carlos de Foucauld en España

Los distintos grupos que forman la familia espiritual de Carlos de Foucauld en España tienen ya un largo camino común de encuentros nacionales de Delegados. En los últimos años este encuentro coincide con la Asamblea de la Asociación Familia espiritual Carlos de Foucauld en España.

Estos encuentros sirven para orar y reflexionar juntos sobre el carisma común, revisar el trabajo de las distintas comisiones (Difusión y Boletín) y organizar la Asamblea interfamiliar.

Más información:

<http://www.carlosdefoucauld.es/Familia/Asociacion/Delegados.htm>

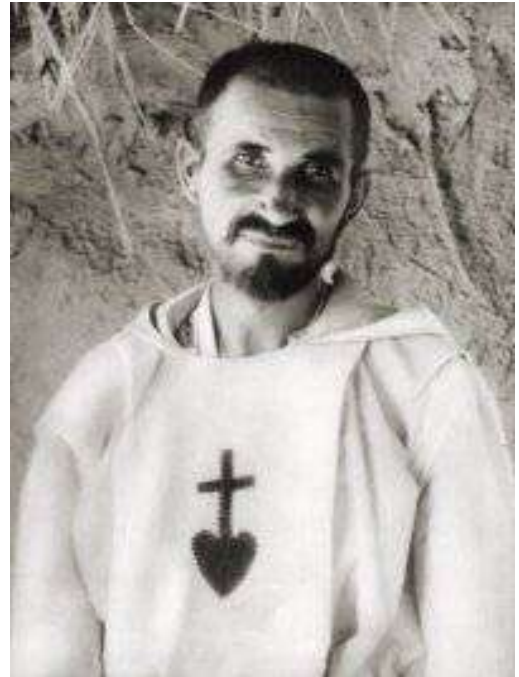


# TEXTOS DE CARLOS DE FOUCAULD

## TRABAJO MANUAL

Dios mío, inspiradme lo que queréis de mí a propósito de los trabajos manuales...

—Para esto, como para la abyección y la pobreza, quiero de ti lo que Yo he querido de Mí... Tú tienes una dichosa vocación, ¡hijo mío, qué feliz eres!... Tómame sencillamente como modelo; haz lo que pienses que Yo hacía, lo que Yo haría; no hagas lo contrario... Imítame... Trabaja lo suficiente para ganar el pan cotidiano, pero menos que los obreros ordinarios. Estos trabajan para ganar lo más posible; pero Yo y tú trabajamos para ganar una alimentación extremadamente frugal, vestido y alojamiento extremadamente pobres y además para hacer pequeñas limosnas... No trabajamos más porque nuestro desasimiento de las cosas materiales y el amor de la penitencia hacen que no queramos tener más que vestidos, alimento y aposento tan viles como sea posible y solamente lo estrictamente necesario... Trabajamos menos que los demás obreros, porque por una parte tenemos menos necesidades materiales, y por otro lado tenemos más espirituales; debemos guardar el mayor tiempo para la oración, la lectura, pues así se hacía en la Santa Casa de Nazaret...



—¿Cómo trabajar?

—Mirándome sin cesar, hijo mío, pensando sin parar que trabajas conmigo y por Mí, entre Mí, María y José, Santa Magdalena y nuestros ángeles, contemplándome sin cesar con ellos...

## RETIRO

Dios mío, ayudadme, asistidme, inspiradme, pues cuanto más mi pequeño retiro avanza, más me siento impotente y vacío, más siento que es necesario que todo venga de Vos... Decidme, Dios mío, ¿en qué soledad debo yo vivir?

—En aquella en que Yo he vivido durante mi vida oculta, hijo mío; ni más ni menos... Mi vida era muy retirada... No pienses que lo habitual en mi Madre y Yo fuera ir a las bodas... Acuérdate que mi Madre y San José habían abrazado los dos el camino perfecto, los dos la virginidad, y que ellos vivían en el mundo como si no estuvieran en él... Eran dos obreros, pero ¿eran dos obreros corrientes? Si Judith había sabido vivir como fuera del mundo en su morada, ¡cuánto más ellos! Si cualquier persona que comienza a amarme se aleja del mundo en seguida y vive en un retiro, cada vez mayor, a medida que su amor por Mí crece, ¿en qué retiro debían vivir mis santos Padres? Cuando Yo entré en la vida, entré en este interior divinizando, donde los días se pasaban en contemplación continua,

en el ayuno, la oración y el trabajo acompañado de oraciones: almas que habían hecho esta vida, que no respiraban más que por Dios, pues toda la conversación estaba en los cielos, que eran la una para la otra como hermanos y no esposos, habían sabido hacerse una vida tan solitaria y retirada en este pequeño Nazaret... Yo entré en esta vida y ella vino a ser la mía. Mi presencia estrechó todos los lazos que unían a María y José: Para estar siempre con Dios estaban siempre juntos; pero más que nada les pesaba todo lo que no fuera Dios, a quien tenían la dicha de ver... Teniendo tal tesoro, lo escondían entre ellos; no lo mostraban sin necesidad a los profanos que no le conocían y trataban a su Dios como a un hombre... Yo, que he dicho «Yo no soy del mundo»; Yo, que les había inspirado ese amor de la soledad, y que lo inspiro siempre a todas las almas, desde que ellas se acercan a Mí, no tuve el cuidado de escoger otra vida: Yo entré en su vida escondida, retirada, solitaria y me sumergí con ellos...

Cualquiera que ama, ama la soledad en compañía del ser amado... Cualquiera que ama a Dios, ama la soledad a los pies de Dios... Todos los santos, sin excepción, han amado la soledad, pues todos me han amado, y desde que se me ama se desea necesariamente vivir íntimamente... Debe amarse mi bien, mi consolación, mi gloria más que todo, más que la alegría de estar conmigo; así desde que mi Voluntad llama aquí o allá, es necesario correr, volar, dejar la soledad, mezclarse con los hombres; pero desde que mi voluntad y mi conveniencia no ordenan que se esté mezclado con los hombres es necesario obedecer a la ley del amor y volver a la soledad, y cuanto más se me ama, más sed se tiene de estar solo conmigo, más se es capaz de quedarse largo tiempo en mi compañía, más se hace una vida de oración solitaria...

En tanto que Dios no nos mande predicar, quedemos en nuestra soledad... No te figures, pues, una vida de familia, rodeada del cariño, las visitas de numerosos amigos y parientes...; no, nada de esto; sino la vida de dos o tres religiosos unidos en Dios para llevar juntos, en una casita solitaria, una vida de recogimiento, de oración continua, de gran penitencia, santas lecturas, continua contemplación, una vida de silencio, la vida de las almas que no están en la tierra, pues toda su conversación está en los cielos. He aquí lo que fue mi vida de Nazaret: soledad... He aquí lo que debe ser la tuya... Recogimiento, silencio, paz, conversación con Dios durante todos los momentos del día y a ser posible durante la noche; salir de casa lo más raramente posible y solamente para las cosas indispensables; estar fuera lo menos posible, saludar a todos los que se conocen, poner cara amable a todos; no hablar a nadie, o, si es necesario, hacerlo con las menos palabras posibles, pero siempre llenas de bondad y diciendo algo que haga pensar en Dios y conduzca a Él...

(Fuente: "*Escritos espirituales de Charles de Foucauld*". Prefacio de RENÉ BAZIN  
De la Academia Francesa. Traducción del francés por un miembro de la Fraternidad Laica de los Hermanos de Jesús, 1964)



# DESDE LA ERMITA

Reflexiones del Hno. Emili M. Boïls,  
ermitaño, escritor y poeta.

Solo orando se puede llegar a incrementar el amor, el amor a Dios, en este caso, culmen más que resumen de todo amor. Y el amor a uno mismo y al resto del prójimo.

Es obvio que vale la pena descubrir lo que es el amor.

Apliquémonos, pues, a descubrir la oración  
Y, ¡pobre de mí!, ya os puedo prometer que  
no encontraréis mejor Amigo,  
no tomaréis mejor Camino,  
no gozaréis de mejor Vida,  
no conoceréis ningún mejor Hombre,  
no manifestaréis mejor Verdad,  
no os enamoraréis de otro Amor mejor,  
no tendréis ninguna certeza más absoluta que

ésta:

que Dios es Dios,  
y que no hay mejor dios que Dios.

Dios es la gran remembranza del hombre, y nuestro corazón no estará jamás en paz, inquieto como es y está, hasta que no repose en Él (San Agustín).

Dios es el gran ausente... que mora dentro de nosotros.

El gran Vacío que está pidiendo y deseando ser llenado por todo hombre.  
Ardientemente. Incendiariamente.

*“La nostalgia de la Verdad es lo último que desaparece en todo hombre”.* Karl Bliëkast

*“La ley de la oración es la unidad. Dios exige la totalidad del hombre y no solamente una sola parte suya. La oración pide entregar el corazón entero, porque si se le da sólo una parte, no se obtiene nada. No se puede ni se debe estar dividido. Y sabed que nada nos es tan necesario, sino Dios solamente. A la vez que con todos nuestros hermanos. Encontrar a Dios, recoger en Él nuestras potencias y sentidos, he aquí lo único necesario, la única cosa que nos puede hacer entender qué es Dios...”* mediante la oración. Beata Ángela de Foligno.





## LA FELICIDAD ASEQUIBLE Y SOSTENIBLE

Enrique Pallarés Molíns

Mensajero, Bilbao 2018, 252 pág.

La felicidad, que resulta alcanzable (asequible) y que se puede mantener (sostenible), el máximo deseo del ser humano, constituye el tema de este libro del Doctor en Psicología Enrique Pallarés Molíns, profesor emérito y consultor psicológico de la Universidad de Deusto. Los capítulos que componen este libro ofrecen un panorama de la felicidad a partir principalmente de los estudios realizados por la Psicología, pero con la colaboración de la Filosofía, la Sociología, la Economía o la Neurociencia. El libro consta de veinte capítulos. En los dos primeros se aclaran algunos conceptos sin entrar en tecnicismos, se ofrecen unos rasgos de la historia de la felicidad en el mundo occidental y se presenta también brevemente la polémica contra y a favor de la felicidad. Así, por ejemplo, se destaca lo que para Aristóteles consiste la felicidad: “caminar y progresar hacia la excelencia y desarrollar el propio

potencial de persona” (pág. 21), y se constata que “las personas más felices son también más activas, creativas, orientadas hacia los demás y altruistas, así como con relaciones sociales más satisfactorias y gozan de mejor salud mental” (pág. 27). Concluyendo, por tanto, que “la forma más compleja de vida feliz es la vida con sentido, que equivale a hacer las cosas que trascienden al individuo” (pág. 38). En el capítulo tercero aborda el autor la compleja cuestión de cómo medir la felicidad, base para el establecimiento de comparaciones, de las cuales se ofrecen algunos datos en los capítulos siguientes: felicidad y relaciones sociales, ya que “no supone ninguna novedad el asociar felicidad con amor y, en general con relaciones positivas con otras personas. Es más, asociamos las estrategias para el fomento y conservación de las relaciones con el aumento de la felicidad” (pág. 58); felicidad y características de la persona (rasgos de la personalidad, autoestima, atractivo físico, inteligencia, salud, religiosidad, etc), señalando que “la felicidad de las personas religiosas procede de la intensidad de sus creencias y no de los beneficios tangibles asociados al hecho de ser miembro de esa religión” (pág. 87); la felicidad a lo largo del ciclo vital y las diferencias según el género, así como la relación de la felicidad con los bienes materiales, señalando el autor que “el dinero parece que es importante en relación con la felicidad, pero menos de lo que con frecuencia se piensa” (pág. 97), ya que “por lo general se experimenta mayor felicidad cuando se gasta en experiencias que cuando se gasta en cosas materiales” (pág. 100).

En el capítulo octavo, prosigue el Dr. Pallarés Molíns con algunas informaciones sobre la correspondencia entre felicidad y el funcionamiento biológico, así, “parece probado que los mecanismos cerebrales implicados en los placeres básicos (comida y sexo) se solapan con los placeres más elevados, como son los derivados de la contemplación artística, audición musical, o de los valores trascendentes” (pág. 110). En

los capítulos noveno y décimo se plantea la cuestión de los factores que determinan la felicidad y la cuestión de si es posible aumentarla o desarrollarla de forma estable, teniendo en cuenta, de un modo científico, las catorce directrices que nos ofrece Michael Fordyce:

1. Mantenerse ocupado y ser más activo;
2. Dedicar más tiempo a las relaciones sociales;
3. Ser productivo en un trabajo significativo;
4. Ser más organizado y planificar las cosas;
5. Detener o cortar las preocupaciones;
6. Rebajar las expectativas y aspiraciones;
7. Desarrollar un estilo de pensamiento positivo y optimista;
8. Orientarse al presente;
9. Cultivar una personalidad sana;
10. Desarrollar una personalidad sociable;
11. Ser uno mismo;
12. Eliminar los sentimientos negativos y los problemas;
13. Tener bien en cuenta que las relaciones cercanas son la fuente primera de felicidad; y,
14. Conceder a la felicidad la máxima prioridad.

Los capítulos siguientes recogen los fundamentos de varias líneas de intervención para mejorar la felicidad de forma estable, en áreas significativas como las relaciones sociales, el trabajo, la percepción y gestión del tiempo, la mejora de la forma física y mental, el pensamiento, las emociones, el sentido de la vida, etc. Así, el autor señala que “no importa tanto la cantidad como la calidad de la relación. Las amistades no comienzan y se mantienen sin hacer nada, sino que son el resultado de un cultivo cuidadoso” (pág. 147), o bien que “el bienestar subjetivo general influye de forma potente en la satisfacción en el trabajo, aunque también la satisfacción en el trabajo influye en el bienestar general” (pág. 156).

En la parte final del libro, el autor señala también una vía complementaria o alternativa para la felicidad, que es tener experiencias óptimas (flow), que es “un estado subjetivo que las personas experimentan cuando están totalmente implicadas en una actividad o experiencia, hasta el punto de perder la noción del tiempo, no sentir la fatiga ni advertir lo que le rodea, salvo la actividad misma que realiza” (pág. 209). En definitiva, en todos los capítulos de este útil libro se pueden extraer pautas o estrategias para caminar y enseñar a caminar hacia esa felicidad asequible y sostenible, que constituye el gran anhelo de la humanidad.

*(J.L. Vázquez Borau)*

# COMUNIDAD ECUMÉNICA HOREB CARLOS DE FOUCAULD EN INTERNET

<http://horeb-foucauld.webs.com>

<https://horebfoucauld.wordpress.com>

<http://www.bubok.es/autores/HorebFoucauld>

<https://www.facebook.com/horeb.foucauld>

<https://issuu.com/horeb.ecumene>



## ORACIÓN DEL HOREB

**Señor, ayúdame a encontrarte en lo más profundo de mi ser.**

**Que capte, Señor, tu promesa,**

**el proyecto que desde siempre has pensado para mí,**

**en tu entrañable amor para conmigo y en favor de mis hermanos.**

**Que me deje llevar por tu Espíritu en la realización de tu plan,**

**tanto en los momentos de gozo,**

**como en el sufrimiento que esto pueda comportar.**

**Dame la gracia de poder vivir todo esto**

**en una comunidad que viva ya ahora**

**la alegría de sentirse salvada por ti; la comunice al mundo entero**

**y prepare con su esfuerzo, el Reino de Justicia,**

**Amor y Paz que tú nos has prometido.**