

## ¿Por qué la Escuela de Meditación .S.A.L.M.O.S.?

La creciente cultura de ruido, dispersión y superficialidad de la vida urbana ha hecho olvidar a muchas personas su ser esencial, las ha descentrado de su alma y las ha llevado al punto de desconocer su propia dignidad. Las notables formas de masificación, individualismo y virtualidad las han conducido a vivir en un mundo ilusorio, que tiende a desarraigar a las personas de su espíritu y su sentido solidario.

Los reclamos de mayor espiritualidad entre los creyentes cristianos, la urgencia de una mayor adhesión a Jesucristo y la necesidad de una mayor vivencia de la fe cristiana en medio de la cultura urbana secular, se convierten en retos para que como discípulos misioneros y ciudadanos encontremos respuestas profundas.

La pérdida de la dimensión mística de la persona humana y el reclamo hecho por importantes teólogos y maestros de espiritualidad cristiana sobre el carácter místico del cristiano en el siglo XXI, no pueden pasar desapercibidos ni podrán ser atendidos con una religiosidad superficial, devocional o popular. Es necesario volver a escuchar la profunda voz de los místicos cristianos.

Nada de esto puede ser atendido sin integrarse a un Proyecto Personal de Vida bien estructurado, que incluya todas las dimensiones de la personalidad y los reclamos de la sociedad actual para creyentes y no creyentes. Proyecto de vida que incluya a la persona humana como parte integral y responsable del cuidado de la creación.

Para esto es necesario atender a la luz que brinda una la lectura contemplativa de la Palabra de Dios. La lectura racional y discursiva cumple una importante tarea, pero la *Lectio Divina* (lectura divina) incluye la contemplación, que va más allá de las palabras, los sentimientos y los criterios humanos. La Contemplación es reclamada una y otra vez por el papa Francisco.

Para esto existen diversas propuestas, ofertas y reflexiones de santos, místicos y maestros de espiritualidad a lo largo de la historia de la Iglesia que no se pueden desdeñar, que por el contrario, se han convertido en un valioso tesoro olvidado para el encuentro personal con Jesucristo, la vida en el Espíritu y la vivencia de la misericordia.

La Iglesia misma ha escrito un documento sobre la importancia de la Meditación Cristiana y ha hecho alusión a algunas de sus prácticas, que al vivirse como una escuela de espiritualidad, dan a las personas, en medio de la cultura urbana, un nuevo carácter a la vivencia de su fe. Ya existen algunas propuestas muy válidas en muchas partes del mundo. En nuestro país se destacan los talleres de *Lectio Divina* promovida por los Benedictinos, los grupos de espiritualidad carmelitana y los “Talleres de Oración y Vida”, entre otros, orientan hacia una necesaria práctica contemplativa.

De otra parte, la encíclica “*Laudato Sii*” es una llamada profética del papa Francisco a la vivencia de una Ecología Integral de todo ciudadano, en medio de unas condiciones ambientales que cada vez han de encontrar en los creyentes respuestas concretas y efectivas en el desarrollo de su Proyecto Personal de Vida. La Arquidiócesis de Bogotá lo señala, además, como una de las misiones del discípulo misionero en el Nuevo Paradigma de Evangelización del Plan E.

Un asunto que atrae interés es el de la proliferación de escuelas con enseñanza de origen oriental, que no siempre son fieles a esas venerables y muy respetables Tradiciones Espirituales, a las que la Iglesia ha considerado siempre como un tesoro en las que el Espíritu Santo se manifiesta. Más bien se han convertido en espacios de mercadeo de lo exótico, del snob y de objetos importados, con poca o ninguna referencia al corazón que originó esas enseñanzas y que han de impulsar a una vida compasiva por el más débil. En ese sentido las reflexiones del Dicasterio de Cultura y diálogo interreligioso sobre la *Nueva Era*, hace serios aportes que vale la pena considerar.

La Meditación Cristiana es una práctica que, por desconocimiento de muchos, tiende a confundirse con toda clase de ofertas orientalistas, cuando en verdad, es un tesoro de la Iglesia, en la Iglesia y para la

Iglesia y el mundo. La verdad sobre ella está en la Sagrada Escritura y en los escritos de los místicos. Maestros espirituales de la importancia de Teresa de Jesús, Juan de la Cruz, Eckhart, Ricardo de san Víctor, Francisco de Asís, San Ignacio de Loyola, san Benito, la Madre Laura Montoya, etc. a quienes se ha de volver la mirada. Ellos confirman que todo esto ha hecho parte de nuestra tradición cristiana, con recientes actualizaciones como las del monje trapense Thomas Merton o la del cardenal Hans Urs Von Balthasar.

En la actualidad y en diversas partes del mundo se practica la Meditación Cristiana y existen varios centros construidos para su enseñanza. Los padres benedictinos P. John Main y Laurence Freeman; el Jesuita Hugo Lassalle, El trapense Thomas Merton, el padre Alois Mager, el P. Larrañaga, etc. nos hablan de estas prácticas. En muchas partes de Latinoamérica se practica y hay personas reponsables de su difusión. Sin embargo hasta ahora no ha habido entre nosotros un Centro exclusivamente para la enseñanza, difusión y acompañamiento de estas prácticas de espiritualidad.

La Divina Providencia ha permitido la conjunción de varias posibilidades, que han facilitado la construcción de la sede rural de la Escuela .S.A.L.M.O.S., que viene ofreciendo, charlas informativas, prácticas semanales, retiros introductorios, retiros de práctica intensiva, seminarios sobre la mística y los místicos, así como dirección espiritual para la contemplación. Es el Centro de Meditación que se inaugura en el día de hoy.



## Proyecto Escuela .S.A.L.M.O.S.

### Propósito

Integrar algunas propuestas eclesiales, relacionadas con las nuevas búsquedas espirituales, el Proyecto Personal de Vida y la Ecología Integral, en un camino ya experimentado, práctico y coherente con la vida cristiana.

### Objetivo

Aportar una respuesta a los reclamos, peticiones y búsquedas de espiritualidad, proyecto personal de vida y ecología integral, en un itinerario práctico y coherente con la vida cristiana.



### Misión

.S.A.L.M.O.S. es una escuela de meditación, oración y contemplación, para quienes anhelan fundamentar su proyecto personal de vida con una espiritualidad ecológica integral, siguiendo la senda de los santos, místicos y maestros espirituales cristianos de oriente y occidente, con espíritu abierto, ecuménico e interreligioso.

### Visión

En 2020, la Escuela .S.A.L.M.O.S. será un referente de espiritualidad con ecología integral, al servicio del proyecto personal de vida de los habitantes del territorio de la Arquidiócesis de Bogotá.

### Valores

En la Escuela .S.A.L.M.O.S. creemos que

- El cielo y la tierra están llenos de la manifestación gloriosa de Dios.
- La Persona Humana es la más alta manifestación divina de la creación.
- Cristo es el Camino, la Verdad y la Vida, en Quien descubrimos nuestro ser esencial.
- La Meditación, la Oración y la Contemplación, son prácticas espirituales para vivir la plena libertad de los hijos de Dios.
- La unión con Dios es auténtica cuando transforma a la persona y despierta su conciencia misericordiosa, social y ecológica.

## EL NOMBRE DE LA ESCUELA “.S.A.L.M.O.S.”

Somos una escuela de prácticas espirituales, que se recorre como itinerario. Santa Teresa lo llamó *Camino de Perfección*, aquí, simbolizado en los siete puntos que entrelazan las letras:

**S –sentarse** “En la oración, el hombre entero debe entrar en relación con Dios y, por consiguiente, también su cuerpo debe adoptar la postura más propicia al recogimiento. Tal posición puede expresar simbólicamente la misma oración, variando según las culturas y la sensibilidad personal. La meditación cristiana de Oriente ha valorizado el simbolismo psicofísico, que a menudo falta en la oración de Occidente. Este simbolismo puede ir desde una determinada actitud corporal hasta las funciones vitales fundamentales, como la respiración o el latido cardíaco”. (Congregación para la Doctrina de la Fe).

**A -atenta presencia** La atención plena nos ayuda a recuperar nuestro equilibrio interno, atendiendo de forma integral nuestras dimensiones: cuerpo, alma y espíritu. Practicando la atenta presencia desarrollamos una mayor capacidad de discernimiento y de compasión. Santa Teresa la llamó “consideración”, abre la puerta al encuentro consciente con la presencia Divina, nos trae al aquí y al ahora, nos invita a vivir con la invitación bíblica “un tiempo para cada cosa”.

**L –liberación (y lectura)** El falso “yo”, cargado de deseos, apegos, dependencias, ansiedades y esquemas mentales, facilitan la ira, la vanidad y la avaricia, ocultando el tesoro de amor, paz y felicidad que Dios ha puesto en cada persona. “Para ser libres Cristo nos ha liberado”. Es necesario abandonarse en Él, mediante un movimiento amoroso hacia su Presencia; abandono que se convierte en liberación de cuanto no se es hasta llegar a la “libertad de los hijos de Dios”, por el don del Espíritu Santo. Entendemos por “liberación” el estado progresivo, continuo e integral del itinerante como una forma de “distancia interior” de toda creatura, pensamiento o deseo ilusorio. Al sentarse y practicar la Atenta Presencia, el itinerante abandona conscientemente cualquier búsqueda personal.

**M –meditación** La meditación, se basa en el ejercicio de la razón y los sentidos, abierta al entendimiento que conceda el Espíritu Santo, principalmente sobre un texto bíblico. De allí que es necesario el discurrir mental y afectivo, manteniendo activas las potencias del alma (memoria, entendimiento y voluntad). Quien medita, mantiene protagonismo e incluso implica un ejercicio físico, como el de escribir o hablar con otros.

**O –oración del corazón** Es un diálogo amoroso, entre el ejercitante y Dios. En la Escuela .S.A.L.M.O.S., no se enseña la oración discursiva; se ha optado por la enseñanza y práctica de la llamada “Oración del Corazón”, de la que se habla en la mística de la Iglesia Oriental. También llamada “Oración Centrante”, mediante frases cortas y repetitivas se llega a un silencio cada vez más profundo, del cual el cuerpo se hace partícipe mediante la respiración. Algunas palabras, o expresiones bíblicas, se convierten en verdaderas ayudas para adentrarse en esta oración silente; por ejemplo: “Abbá”, “Ven, Señor”, “Señor mío y Dios mío”, “Shalom”, “Nada me falta”.

**S – silencio contemplativo** En la contemplación, llamada también, Oración Perfecta, el ejercitante cede su protagonismo sumergiéndose en la presencia Divina que le habita. Se crea un diálogo silente, de modo incomprensible para la razón e imperceptible para los sentidos. Es oración sin objeto (sin tema elegido; sin palabras, imágenes o sentimientos). Es un reto para la persona de ciudad, acostumbrada al protagonismo. “Para llegar a la contemplación perfecta, el espíritu necesita pasar por la purificación. El entendimiento está purificado cuando prescinde de todas las imágenes sensoriales; más purificado aún cuando está libre de las imágenes de la fantasía, y está perfectamente purificado cuando también está libre de los discursos filosóficos”. (San Buenaventura).

Toda práctica espiritual debe ayudar al itinerante a despertar, para encontrar la presencia de Dios en la existencia:...**Servicio, Amor, Libertad, Misericordia, Ofrenda de sí, Solidaridad**, son algunas de las consecuencias de una auténtica experiencia espiritual.

## MAESTROS, PATRONOS Y MODELOS DE VIDA DE LA ESCUELA .S.A.L.M.O.S.

Jesucristo, Señor de la historia, ha suscitado en la Iglesia discípulos, que permiten a los fieles irse encaminando hasta la plenitud, mediante el ejemplo de sus vidas, la doctrina de sus enseñanzas y sus itinerarios espirituales. La Escuela .S.A.L.M.O.S., desde su inicio ha reconocido en algunos de ellos a sus maestros de espiritualidad, patronos y modelos de vida:

### Maestro Eckhart



Eckhart de Hochheim (Turingia, c. 1260 – c. 1328), más conocido como *Maestro Eckhart*, fue un dominico alemán, conocido por su obra como teólogo y filósofo y por sus escritos que dieron forma a una especie de misticismo especulativo, que más tarde sería conocido como mística renana. Es llamado *Meister*, en reconocimiento a los títulos académicos obtenidos durante su estancia en la Universidad de París.

Donde fue maestro de teología en diversos períodos y ocupó varios cargos de gobierno en su Orden, mostrándose especialmente eficiente en su asistencia espiritual a la rama femenina dominica. Creó un lenguaje para la teología mística de la esencia, elevado y profundo. Incomprendido, fue denunciado y sometido a un proceso por sospecha de herejía y condenadas algunas proposiciones de su obra por Juan XXII. En 1992 el cardenal Ratzinger manifestó que no necesitaba de rehabilitación, que su doctrina era católica y su teología era digna de ser conocida en la Iglesia.

### Santa Teresa de Jesús

Teresa de Cepeda y Ahumada, más conocida como santa Teresa de Jesús o simplemente Teresa de Ávila (Gotarrendura o Ávila, 28 de marzo de 1515-Alba de Tormes, 4 de octubre de 1582), fue una

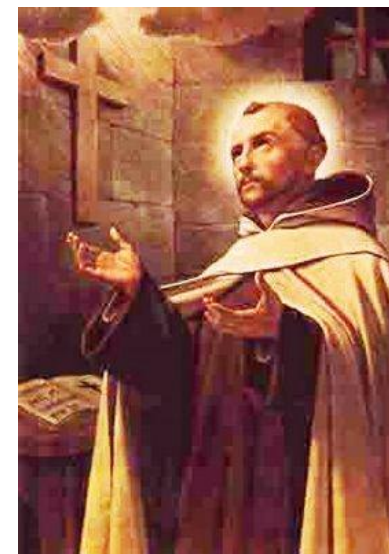


religiosa, fundadora de las carmelitas descalzas, rama de la Orden de Nuestra Señora del Monte Carmelo (o carmelitas), mística y escritora española. Canonizada a poco menos de cuarenta años de su muerte, fue proclamada Doctora de la Iglesia católica en 1970 por Pablo VI. Junto con san Juan de la Cruz, se considera a santa Teresa de Jesús la cumbre

de la mística cristiana, y una de las grandes maestras de la vida espiritual en la historia de la Iglesia. En sus escritos, *Libro de la Vida*, *Camino de Perfección*, *Las Moradas*, *Las Fundaciones*, epistolario y poesías deja plasmados los itinerarios del alma a la unión mística esponsal del alma humana con el Amado, que es Cristo.

### San Juan de la Cruz

Juan de Yepes Álvarez, (Fontiveros, Ávila, España, 24 de junio de 1542 – Úbeda, Jaén, 14 de diciembre de 1591). Reformador de la Orden de Nuestra Señora del Monte Carmelo y cofundador de la Orden de los Carmelitas Descalzos con Santa Teresa de Jesús. Perseguido por su hermanos de Orden, murió abandonado y despreciado, como era su deseo. En sus libros *Subida del Monte Carmelo*, *Noche Oscura*, *Cántico Espiritual*, *Llama de Amor Viva* y su estela de poesías, nos ha dejado una pedagogía del camino interior para la unión del alma con Dios. Logra un encuentro entre la mística de la esencia y la esponsal.





### San Francisco de Asís

Nacido Giovanni di Pietro Bernardone (Asís, 1181, fallecido el 3 de octubre de 1226), santo italiano, fundador de la Orden Franciscana, de una segunda orden conocida como Hermanas Clarisas y una tercera conocida como tercera orden seglar.

De ser hijo de un rico comerciante de la ciudad en su juventud, pasó a vivir bajo la más estricta pobreza y observancia de los Evangelios. En Egipto, abrió el camino del diálogo con los musulmanes. Su vida religiosa fue austera y simple. Tal forma de vivir no fue aceptada por algunos de los nuevos miembros de la orden mientras ésta crecía; aun así, Francisco no fue reticente a una reorganización. Fue canonizado 1228. Su estilo de vida simple en medio de la naturaleza y su comunión con ella lo hacen un referente obligado para quienes trabajan por la ecología, de todos los credos y culturas.



### Ricardo de San Víctor

1110; Escocia - † 1173; Abadía de San Víctor, París. Filósofo, teólogo y místico escocés, alumno de Hugo de San Víctor. Fue electo viceprior en 1157, luego sucedió en el priorato de la comunidad monacal de San Víctor en París a su maestro Hugo, cargo que ocupó desde 1162 hasta su muerte. Sus obras conocidas y más importantes fueron:

*De trinitate*, obra dogmática acerca de la misterio de la Trinidad, pero también expone su pensamiento sobre la naturaleza y existencia de Dios.



*Liber exercitationum*, resumen del Didascalion de Hugo de San Víctor. *De preparatione animi ad contemplationem*, obra mística, conocida como *Benjamin minor* por comenzar con el texto bíblico del Salmo 68, 28.

*De gratia contemplationis*, mística conocida como *Benjamin major*. *Expositio cantica canticorum*, comentario sobre el libro bíblico del Cantar de los Cantares.

Dante, lo cita en la Divina Comedia, compartiendo en el cielo como aquel que fue “*más que hombre*”.

### Santa Laura Montoya

María Laura de Jesús Montoya Upegui (Jericó, 26 de mayo de 1874 - Medellín, 21 de octubre 1949), mejor conocida como Madre Laura, fue una educadora y misionera fundadora de la Congregación de las Misioneras de María Inmaculada y de Santa Catalina de Siena.

Se dedicó a formar jóvenes dentro de la fe cristiana y católica en diferentes escuelas públicas del departamento de Antioquia. Encontró oposición a su obra, por ser mujer, adentrarse en tareas varoniles, vivir con los indígenas y buscar establecer un estilo de vida que no gustó a gobernantes y eclesiásticos, en medio de conflictos civiles, políticos e ideológicos.

Mientras desarrollaba su carrera pedagógica, cultivó la mística profunda y la oración contemplativa. El papa Francisco inscribió su nombre en el libro de los santos el 12 de mayo de 2013.



Durante los retiros, cursos y encuentros de la Escuela .S.A.L.M.O.S., se hace referencia también a otros grandes místicos de la Iglesia, porque es un mismo Espíritu el que los guió y el que se ha de seguir para responder al a obligación de ser místicos para el siglo XXI. Se ha preferido promover la lectura y el cultivo de sus virtudes, como la mejor forma de devoción.

## ALGUNOS DATOS SOBRE LA SEDE RURAL DE LA ESCUELA .S.A.L.M.O.S.

- a. Finca “La Mística”, con un terreno de 27.000 mts<sup>2</sup>.
- b. Área de la construcción principal 1.000 mts<sup>2</sup>.
- c. Área construida 600 mts<sup>2</sup>.
- d. Altura máxima 5,50 mts.
- e. Capacidad hospedaje: 50 personas

### **Tipo de construcción:**

Construcción ecológica de tres estructuras colindantes, en guadua esterillada y revocada en cemento, sobre una placa en concreto, con vigas de amarre y sostenida en pilotes.

### **Materiales principales:**

Guadua, esterilla de guadua, cemento, concreto reforzado con acero, madera, tableta de barro, piso de pino chileno, MDF, vidrio, acero inoxidable, entre otros.

### Partes y lugares

- a. Parqueadero,
- b. Camino peatonal de acceso
- c. Atrio
- d. Torre de acceso
- e. Coro
- f. Pasillo hacia áreas de servicio
- g. Oratorio
- h. Servicios para mujeres y para hombres
- i. Comedor - Salón de conferencias
- j. Cocina
- k. Taller
- l. Servicios exteriores
- m. Jardín memorial
- n. Prados

### **Simbología oculta y evidente de la construcción:**

Siguiendo la tradición de muchos lugares sagrados, la simbología bíblica de los números y de la naturaleza ha quedado plasmada en la

construcción del Centro de Meditación. Algunos de ellos que fueron surgiendo en el proceso de construcción:

**UNO:** Hay una sola vía de acceso a “La Mística”, como Cristo el único Camino hacia el Padre. Así como también, una roca indivisa, simboliza la Unidad Divina en el Altar del Coro.

**DOS:** Todos los accesos a los diferentes lugares tienen puertas de dos hojas o dos puertas, simbolizando las dos naturalezas de Cristo, y la condición eterna y temporal de los hijos de Dios.

**TRES:** Evocando la Trinidad presente en toda la construcción, cuyas partes autónomas colindan: El Coro, el Oratorio con pasillo y el área Común; tres las campanas; las partes de la ventana del altar y las ventanas del coro al atrio. Pero también tres ventanas en el frontis, que sirve de logo de la Escuela, simbolizando las dimensiones de la persona humana: cuerpo, alma y espíritu. El taller, lugar de las labores, tiene forma triangular.

**CUATRO:** Al igual que los Evangelios, son las ventanas que iluminan el coro por el norte y las secciones de madera sobre la puerta amplia del comedor.

**SIETE:** La oración como camino de perfección al que se refiere santa Teresa, simbolizado en los siete tramos que componen el sendero de acceso desde el parqueadero hasta la construcción, y de regreso, la subida al Monte Carmelo de san Juan de la Cruz. Las siete puertas del comedor que simbolizan los siete sellos del cual Cristo es el culmen, con la cruz gravada en la puerta, como siete los sacramentos: Cristo es la Puerta.

**DOCE:** El Coro, como construcción principal está sostenida por doce pilastros, que simbolizan a los doce apóstoles. El atrio, que es el lugar de actos comunitarios, de encuentro fraterno mide 12 x 12, el Pueblo de Dios.

**OCHO por DOCE:** Son las mediadas del lugar para la meditación: simbolizan con el octavo día, la Vida nueva de Cristo, a la que está llamado el Pueblo de Dios, simbolizado por los 12 metros de largo.

Además, el ingreso es descalzo, siguiendo la tradición de los sagrados lugares y recordando las palabras de Dios a Moisés: “quítate el calzado de tus pies, porque el lugar que pisas es sagrado” (Éxodo 3,5)