



Extensión Contemplativa Internacional
Unidos en Oración Centrante
Integrando lo negativo

Nuestras familias son maestras

“Nossas famílias são mestres”.



www.istockphoto.com/photo/unhappy-girl-gm1087107712

Integrando lo negativo

Mirabai Starr, Ordinary Mysticism. Compartido en los envíos diarios del Center for Action and Contemplation (CAC), del 21-Ene 2025.

Es difícil renunciar a nuestras fantasías de una vida donde la belleza está incorporada y no tenemos que esforzarnos por encontrarla. Es fácil reconocer la presencia de lo sagrado en el capellán de un hospicio santo que convierte el lecho de muerte de tu madre en un templo... Pero ¿qué pasa con tu trabajo aburrido, tu pareja adicta, tu ciudad natal que se siente más como un centro comercial que como una comunidad? ¿Qué pasa con tu mesa de comedor a la hora de la cena?

Una de las cosas que significa ser un místico ordinario es inclinarse ante los pies de tu existencia cotidiana, con sus decepciones y dramas, sus mañanas pacíficas y noches luminosas, y honrarte a ti mismo tal como eres... Un místico encuentra la magia en medio de lo cotidiano, la olla de salsa de espagueti costrosa en el fregadero y el azafrán asomando de una nevada primaveral, los papeles de divorcio sin firmar en la mesa de la cocina y los resultados de tu último análisis de sangre en la pantalla de tu computadora.

Sé que no siempre es fácil. Continuamente me desafía dejar de discutir con la realidad y, en cambio, suavizarme en lo que es. Por ejemplo, mis estudiantes pueden pensar que soy sabia, pero mis hijos parecen pensar que soy una tonta. No me encanta esta desconexión. Como tú, tal vez, me preparé con una serie de nociones preconcebidas sobre el tipo de familia que me gustaría formar, y luego me castigo cuando las cosas no salen como imaginé.

É difícil renunciar a nossas fantasias de uma vida onde a beleza está incorporada e não precisamos trabalhar muito para encontrá-la. É fácil reconhecer a presença do sagrado num capelão do hospital santo que transforma o leito de morte da sua mãe em um templo... Mas o que acontece com seu trabalho chato, o seu parceiro viciado, a sua cidade natal que mais parece um shopping center do que uma comunidade? O que acontece com sua mesa de comida na hora do jantar?

Uma das coisas que significa ser um místico comum é curvar-se aos pés de sua existência cotidiana, com suas decepções e dramas, suas manhãs pacíficas e noites brilhantes, e honrar-se tal como você é... Um místico encontra magia no meio do dia a dia, o pote de molho de espaguete crocante na pia e o açafraão espreitando de uma nevasca de primavera, os papéis do divórcio não assinados na mesa da cozinha e os resultados do seu último exame de sangue na tela do seu computador.

Eu sei que nem sempre é fácil. Isso me desafia continuamente a parar de discutir com a realidade e, em vez disso, suavizar-me no que é. Por exemplo, meus alunos podem pensar que sou sábia, mas meus filhos parecem pensar que sou uma boba. Eu não amo essa desconexão. Assim como você, talvez, eu me preparei com um conjunto de noções preconcebidas sobre o tipo de família que gostaria de ter, e depois me culpo quando as coisas não saem como imaginei.

A través de la aceptación de la realidad, encontramos una mayor capacidad para amar lo que es.

Con el tiempo, aprendí a dejar ir mi fantasía de la familia perfecta y a encontrar belleza, significado y plenitud en el corazón de la realidad. Realidad impredecible, siempre cambiante, humillante y humilladora.

...

Lo más probable es que, si eres padre, ya sea adoptivo o biológico, tú también hayas experimentado el colapso de tus fantasías de crianza. También has recibido una invitación abierta para aceptar a los hijos que tienes y perdonar al padre que eres, con un grado de humildad que roza la humillación y una pizca de humor que a veces puede tener matices maníacos...

Esta es la condición humana. Y en el mismo centro de tu propio sueño destrozado, el rostro de lo sagrado destella y brilla. El desastre sagrado es una llamada. Ven. Entra en el fuego del amor y deja que te rehaga una y otra vez. Ser un místico ordinario y cotidiano es tomar tu lugar legítimo en el trono de lo que es.

Através da aceitação da realidade, encontramos uma maior capacidade de amar o que é.

Com o tempo, aprendi a abandonar minha fantasia da família perfeita e a encontrar beleza, significado e plenitude no coração da realidade. Realidade imprevisível, em constante mudança, humilhante e ´humilhadora´.

...

Provavelmente, se você é pai, seja adotivo ou biológico, também já passou pelo colapso de suas fantasias parentais. Você também recebeu um convite aberto para aceitar os filhos que tem e perdoar o pai que é, com um grau de humildade que beira a humilhação e uma pitada de humor que às vezes pode ter conotações maníacas...

Esta é a condição humana. E bem no centro do seu próprio sonho despedaçado, o rosto do sagrado brilha e cintila. O desastre sagrado é um chamado. Vem. Entre no fogo do amor e deixe-o que te refaça continuamente. Ser um místico comum e cotidiano é ocupar o seu lugar legítimo no trono do que é.

En una vida contemplativa, el tiempo debe experimentarse de una manera nueva.

Debemos abordar toda la cuestión del tiempo de una forma diferente. El tiempo y el lugar son importantes, pero el tiempo es lo más importante. Tenemos que dejar de obsesionarnos con el tiempo. Debemos deshacernos de esta manía del tiempo, de esta visión frenética del tiempo que es un problema para nuestra sociedad y adoptar una perspectiva completamente distinta del tiempo.

Se trata, en realidad, de desacelerar. Si reducimos nuestra velocidad a algo así como 145 kilómetros por hora en lugar de 483,000 kilómetros por hora, comenzaremos a tener tiempo para escuchar lo que está sucediendo.

Thomas Merton, Thomas Merton in California, 2024, cap. 13

Numa vida contemplativa, o tempo deve ser vivenciado de uma nova maneira.

Devemos abordar toda a questão do tempo de uma maneira diferente. O tempo e o lugar são importantes, mas o tempo é o mais importante. Temos que parar de ficar obcecados com o tempo. Temos de nos livrar desta mania do tempo, desta visão frenética do tempo que é um problema para a nossa sociedade e adoptar uma perspectiva completamente distinta sobre o tempo.

Na verdade, trata-se de desacelerar. Se reduzirmos a nossa velocidade para algo como 145 quilómetros por hora em vez de 483 mil quilómetros por hora, começaremos a ter tempo para escutar o que está acontecendo.

Thomas Merton, Thomas Merton na California, 2024, cap. 13

