

Mi experiencia en la Escuela de Sabiduría, “El Camino del Corazón” en Colombia.

Esta es la primera vez que formo parte de un equipo para liderizar un evento de esta naturaleza. El equipo hispano se formó a finales del 2021 y yo me integré a mediados de Mayo del siguiente año, siendo la primera vez que trabajo de voluntaria para personas en mi lengua materna. La gran mayoría de nuestros encuentros y mi participación han sido virtuales hasta que en Agosto del 2023 tuve la oportunidad de conocernos en persona y comenzar a planear este evento donde podría interactuar directamente.

Mi interés en este evento fue alimentado por muchas razones. La oportunidad de poder manejar un material que me ha interesado desde hace muchos años, el despertar de nuestro órgano de percepción que en la tradición cristiana es llamado el camino del corazón. La oportunidad de poder dirigirme a un grupo de habla hispana directamente; el haber podido volver a Colombia y poder experimentar la cultura de este pueblo tan similar a mi patria querida, Venezuela, después de casi 30 años. Y por último, lograr trabajar en conjunto con el grupo organizador, 6 personas con una preparación extremadamente variada, creo que mejor podríamos decir, ecléctica, y poder llevar en forma ordenada y coherente durante 5 días, las fundaciones del camino de la sabiduría.

La llegada a la finca se realizó con 2 días de anticipación de manera de poder ambientarnos y poder preparar los últimos detalles del programa. Mi impresionó el lugar por las dimensiones de la casa y jardines con árboles de eucalipto centenarios, la organización de las personas que nos apoyaron, como dirían las personas que están detrás de los bastidores, y la colaboración de amigos y de familiares del dueño de la finca para que se realizara el evento sin ningún contratiempo.

Los participantes fueron llegando el miércoles y para el mediodía almorzamos todos juntos para dar comienzo al programa. Se hizo un breve introducción sobre el concepto de Sabiduría y las diversas prácticas que usaríamos para afinar el ritmo del corazón. Se presentó el ritmo de la escuela, Ora et Labora, y el papel que jugaría la tarea interna de cada uno de los días y se procedió a dividir a los participantes en grupos con el liderazgo de uno de nosotros que organizábamos el evento. Estos grupos se mantendrían durante cada una de las actividades grupales que se fueran hacer. El objetivo primordial fue el poder brindar soporte y la oportunidad de poder tener diálogo.

Nuestro día empezaba a las 7:30 am donde nos reuníamos para tener un período de movimientos breves del cuerpo, canto, y el primer período de Oración Centrante. Manteniendo silencio, procedíamos a desayunar y luego nos reuníamos en una sala para el comienzo del programa de la mañana donde introducíamos la tarea interior del día, se tenía unos breves ejercicios de atención, la presentación que correspondía a la mañana, el trabajo grupal que podía ser como la de limpieza de áreas del jardín, vidrios de la casa, trabajo en la cocina, entre otros. Durante este trabajo grupal practicábamos una pausa cada 10 minutos aproximadamente para recordar a los participantes la tarea interior que se estaba llevando a cabo. Al finalizar esta actividad dedicábamos un tiempo para reflexionar sobre los efectos de

nuestra oportunidad de trabajo tanto exterior como interior. Al final de la mañana, teníamos un periodo de Lectio Divina. Almorzábamos y luego se tenía un periodo de tiempo personal y luego nos re-encontrábamos para continuar con ejercicios de atención, seguido por el segundo periodo de Oración Centrante y la segunda presentación del día, actividades varias tales como canto o tambores, la cena y finalmente la liturgia de cosecha de gracias y canto para cerrar el día. Desde este momento entrabamos en el gran silencio hasta el día siguiente después del desayuno.

Con respecto a mi experiencia personal de estos días de la Escuela, me gustaría señalar que ha sido el experimentar con el grupo la dificultad que todos tenemos del poder integrar las capacidades de nuestra perspectiva humana, que podríamos colocar en una órbita inferior y las capacidades divinas, en una órbita superior. En general, noté como nos quedamos cautivos de nuestras emociones y que muchas de ellas se basaban en miedos que inmediatamente detonan el proceso de separación. Me di cuenta, más y más, de la necesidad de desarrollar la forma de estar más consciente y poder lograr aceptar nuestra vulnerabilidad, aprender a sentir y lograr dejar ir estos sentimientos en vez de reaccionar y actuar en forma defensiva.

Estar consciente es el primer paso sin embargo dejar ir es más difícil. ¿Qué es lo que hace posible ir más allá para que logremos aceptar aquellas partes de uno mismo y de los demás que no nos gustan? ¿Cómo dejar de lado el dominio de las emociones sobre nosotros mismos? Aquí entra en juego la consciencia y una plena confianza y abundancia de un amor incondicional; la guía y el apoyo de una sabiduría que le podríamos llamar Dios o Realidad Ultima, que va mucho más allá de la comprensión humana que hacen posible superar el miedo con la fe de que “el Universo está conspirando a nuestro favor”. Esta perspectiva fundamental nos permite despejar el canal que ha sido bloqueado por nuestras emociones y abrir nuestros corazones a la consciencia de una perspectiva de órbita superior. Cuando aceptamos nuestra humanidad y somos capaces de templarla con la perspectiva que ofrece la apertura de nuestros corazones a las capacidades divinas con las que también estamos dotados, podemos comenzar el proceso de integración que llamamos plenitud. A medida que la integración se afianza, somos capaces de dejar de lado nuestra reactividad emocional y vivir nuestras vidas desde la perspectiva de la percepción del corazón.

Cuando vivimos a partir de la experiencia de plenitud y nos vaciamos de las conductas auto protectoras provocadas por el miedo, el amor fluye para llenar los espacios recién creados. Y es a partir de esta hinchazón de amor que experimentamos la plenitud unitiva de toda la creación que nos permite y nos impulsa naturalmente a amar a nuestro prójimo como a nosotros mismos y actuar en compasión.

Esto es lo que creo que Jesús mismo experimentó y quiso con todas sus fuerzas decirnos que todos podemos experimentar. Es lo que enseñó y modeló en su vida y en su muerte.

Josefina Fernández
Febrero, 2024