

# ITINERARIO HACIA UNA VIDA EN DIOS

*Javier Melloni, sj.*

## PRIMERA PARTE: ITINERARIO HACIA UNA VIDA EN DIOS

1. El monacato interiorizado
2. La zarza ardiendo o la experiencia fundante
3. El camino hacia el Centro. Una topología espiritual
4. La transformación de la pulsión de apropiación
5. La Noche Oscura y las pasividades de disminución

## SEGUNDA PARTE: ITINERARIO HACIA UNA VIDA EN DIOS

1. La búsqueda de la voluntad de Dios
2. El misterio de la persona, del corazón y la vocación personal
3. La llamada a la oración continua
4. El don del discernimiento
5. Los signos de la persona transfigurada
  
6. La transformación del mundo: cuerpo, materia, técnica y justicia

Notas

Bibliografía

---

## **PRIMERA PARTE:**

# ITINERARIO HACIA UNA VIDA EN DIOS

Todas las criaturas buscan la Unidad, Toda la multiplicidad se aplica a conseguirla; La meta universal de toda forma de vida Es siempre esta Unidad. **Johann Tauler**

El contenido de estas páginas es el material reelaborado de unos cursos impartidos a lo largo de tres años en las aulas de la EIDES. Tienen una doble pretensión: por un lado, tratar de percibir y comprender el dinamismo global de la vida humana como un crecimiento hacia Dios y, al mismo tiempo, tener en cuenta los elementos antropológicos que intervienen en ello. En este sentido, esta publicación es el esbozo de una *antropología de la experiencia de Dios*, todavía en gestación. Inicialmente estaba concebida en tres etapas, para hacerla coincidir con a tríada clásica de la vida espiritual: vía *purgativa, iluminativa y unitiva*. Pero la falta de maduración personal de la tercera etapa y el peligro de exponer el proceso espiritual de un modo demasiado lineal ha hecho que finalmente lo presente sólo en dos partes, incorporando ya elementos "unitivos". Insisto en el carácter provisional de esta publicación.

Por otro lado, no es posible hablar en solitario, puesto que cuando reflexionamos, llevamos el bagaje de los siglos que nos preceden. Por ello, a menudo emplearé referencias que pertenecen a la Tradición cristiana de Oriente y de Occidente; en algunos casos, me referiré a otras Tradiciones no cristianas, y estableceré algunos paralelismos con otras disciplinas, sobre todo con la psicología contemporánea. En cuanto al título, el término *Itinerario* podría llevar a alguna persona a asociarlo con la obra clásica de Teología Mística de San Buenaventura (S.XIII), *Itinerarium mentis Deo* ("Itinerario de la mente hacia Dios"). Salvando todas las distancias, la diferencia fundamental es que aquí tratamos de exponer un proceso que sea no sólo de la *mente* (la parte más alta del alma según una cierta antropología), sino de toda la persona y también de su entorno (social y cósmico). Hemos querido hablar y reflexionar sobre un proceso integral e integrador en el que todo está por hacer ("hacia", que sería el acento de Occidente), y, al mismo tiempo, todo ha sido dado ("en", el acento de Oriente). Así mismo lo dijo San Pablo en el Areópago de Atenas: "En Él nos movemos ("itinerario"), somos y existimos" (Hch, 17, 28). El comentario contemporáneo de estas palabras podría ser lo que ha dicho Raimon Panikkar en alguna ocasión: "El cristiano no tiene esperanza del futuro, sino de lo Invisible". Es decir, todo ha sido dado ya desde el principio. Sólo tenemos que *re-conocerlo*.

Distintos signos de nuestro tiempo nos dan a entender que estamos en un momento de síntesis: si bien durante la Modernidad tuvo que negarse la Trascendencia para valorar la Inmanencia de la existencia, hoy intuimos que las dos dimensiones son constitutivas de la realidad. De ahí que se esté redescubriendo el ámbito de la interioridad como dimensión constitutiva del ser humano. En este sentido, la ya casi popular frase de Karl Rahner: "El cristiano del s.XXI será un místico o no será cristiano", tendría que ampliarse y decir: "La persona del s.XXI será mística o no será persona". Por "mística" entendemos aquella persona que ha hecho una experiencia personal de la sacralidad de la vida, es decir, aquella que ha descubierto el fondo incandescente y divino que reside en el corazón de cada persona y de cada cosa. Esta experiencia se despliega en un

proceso que dura toda la vida. De este proceso es de lo que queremos hablar aquí. En la Primera Parte, presentaremos los elementos que están en juego, mientras que en la Segunda Parte describiremos los efectos que deja en la persona una inmersión cada vez más plena en Dios.

## 1. EL MONACATO INTERIORIZADO

El ser humano, en tanto que ser creatural, está constituido como receptáculo; esto lo configura con un *vacío radical* que hace que experimente diferentes carencias: desde la necesidad de respirar el aire, pasando por la necesidad de alimentos, de afecto y de reconocimiento por parte de los otros, hasta la aspiración a lo Otro que trascienda su misma necesidad, ese Otro en el que culmina la aspiración de todo deseo "creatural". Ahora bien, este *vacío radical* puede sostenerse de dos formas muy diferentes: cuando se vive como "voracidad" se convierte en opacidad. Cuando se vive en actitud de ofrenda, se convierte en transparencia y verdadera comunión.

La opacidad deriva de nuestra retención o "pulsión de apropiación", que revienta la comunión porque queremos absorberla.. La "pulsión de apropiación" deriva del instinto de supervivencia de nuestra existencia biológica y de nuestro yo psíquico individualizado. Fue éste, precisamente, el error de los Orígenes: querer ser dioses a costa o al margen de Dios (Gn 3). Los Primeros Padres hablaban de que si bien fuimos creados "a imagen y semejanza de Dios", al dejarnos llevar por la *pulsión de apropiación*, perdimos la *semejanza* (Gn 1,26), pero no la *imagen* (icono), que es la huella -o semilla- divina presente en todo ser humano. La tarea de todo ser humano es la de restaurar la semejanza con Dios: pasar de la *pulsión de apropiación* a la *actitud de donación*. Por otro lado, dice el texto bíblico que "Dios creó al ser humano a imagen suya, lo creó a imagen de Dios, hombre y mujer lo creó (Gn 1, 27). Así, la masculinidad y la femineidad son aspectos de Dios y de la realidad (*animus* et *anima*, el *yin* y el *yang*, actividad y pasividad...) que hay que aprender a armonizar.

Otra forma de hablar de esta restauración de la semejanza es la "cristificación" o "divinización" (Ef 4, 12-13), término este último, poco frecuente en la teología occidental. La divinización implica al mismo tiempo una unificación, que integra tres dimensiones simultáneas: unión con Dios, unión con los otros y unificación interior. Esta tarea no es un lujo reservado a algunos, sino que es camino de humanización indispensable para todo el mundo.

El teólogo ruso Paul Eudokimov se ha referido a esta vocación del hombre contemporáneo con la expresión **monacato interiorizado**. (1) *Monachos* viene de "monos", "uno", "único", en griego. Es decir, "monje" es aquel o aquella que está unificado: unificado con Dios, consigo mismo, con los demás y con el mundo que lo rodea. Pero para estar unido a ellos, al mismo tiempo está "apartado". Se trata de una difícil presencia-distancia respecto de sí mismo, de los demás y del mundo, para vivir sin devorar, sino entregando. *Monacato interiorizado* porque nosotros somos "urbanitas", es decir, habitantes de la ciudad. Nuestro desierto, nuestro monasterio, es la vida hiperurbana. Éste ha de ser el lugar de nuestro encuentro con Dios, porque éste es el escenario de nuestra donación. Se trata de ir alcanzando aquello que dijo San Serafín de Sarov, monje ruso del siglo XIX: "Encuentra la paz y miles de personas a tu alrededor se salvarán".

## 1.1 Sospechas y dificultades ante la tarea de la transformación interior

Para entrar en este camino, hay que superar la dicotomía ética-mística y descubrir que se necesitan mutuamente. Contraponerlas comporta debilitarlas. La ética es la carne de la mística; la mística, el alma de la ética. José María Valverde, para solidarizarse con la expulsión de Aranguren dijo: "*Nulla aesthetica sine ethica*". Nosotros podríamos decir hoy: "*Nulla mystica sine ethica*", pero también: "*Nulla ethica sine mystica*". Porque la solidaridad no puede comerse a la interioridad, del mismo modo que el criterio de verificación de la interioridad es la solidaridad. Ésta no puede concebirse en modo alguno como algo exterior a la experiencia espiritual, sino como algo profundamente interior: la comunión es con todo, puesto que sólo tenemos un corazón.

Pere Casaldàliga es testigo de esta integración:

La vida sobre ruedas o a caballo, Yendo y viniendo de misión cumplida,  
Árbol entre los árboles me callo Y oigo cómo se acerca tu venida.  
Cuanto menos Te encuentro, más te hallo, Libres los dos de nombre y de medida.  
Dueño del miedo que Te doy vasallo, Vivo de la esperanza de Tu vida.  
Al acecho del reino diferente, Voy amando las cosas y la gente, Ciudadano de todo y extranjero.  
Y me llama tu paz como un abismo Mientras cruzo las sombras, guerrillero Del Mundo, de la Iglesia y de mí mismo.

*Sonetos Neobíblicos precisamente* [\(2\)](#)

En la primera estrofa se percibe la agitación del hombre contemporáneo ("la vida sobre ruedas o a caballo/yendo y viniendo de misión cumplida"), pero también su capacidad contemplativa ("árbol entre los árboles me callo/y oigo cómo se acerca tu venida"). Las tres segundas estrofas expresan la búsqueda, la presencia y las ausencias de Dios en el revolucionario y el ermitaño que todos llevamos dentro: "Al acecho del Reino diferente/voy amando las cosas y la gente/ciudadano de todo y extranjero./ Y me llama tu paz como un abismo..."

Precisamente, el otro reto al que tiene que hacer frente la tarea de unificación integral es nuestro desbarajuste, nuestra agitación como "urbanitas" que somos. ¿Cuál es la espiritualidad posible –la vida en el Espíritu- para un habitante de la ciudad? En el denominado *Primer Mundo*, nunca el ser humano había tenido que afrontar tanta dispersión de estímulos, tanta inmediatez de posibilidades de consumo, tanta simultaneidad de ámbitos, tanto anonimato... Todo ello parece incompatible con la vida del Espíritu. Pero al igual que los Padres del Desierto convirtieron el hambre, la falta de sueño y las enfermedades (los elementos adversos de su cultura) en medios espirituales, también nosotros estamos llamados a descubrir cómo transformar los actuales elementos perturbadores. Ésta es precisamente la tarea de la espiritualidad. Tarea que, sin duda, es un combate ("guerrillero de mí mismo", decía el poema de Casaldàliga).

De hecho, se dan dos caminos simultáneos.: la *búsqueda de la interioridad (en-stasis)* en la condición urbana y el *desprendimiento de la solidaridad (ex –stasis)*. Más que nunca, la solidaridad está llamada a ser descubierta como un camino ético y místico al mismo tiempo: dejar que el rostro desfigurado del otro se revele como el "sacramento del hermano". Este desprendimiento (*kenosis*) es camino de libertad, otro nombre para la más que nunca necesaria austeridad en una sociedad esclavizada por el consumo, que

lleva a la divinización (Fil 2,5-9). La estructura de la experiencia mística cristiana pasa por el movimiento: *kenosis-teosis*. Éste es su criterio de verificación.

## 1.2. La tarea de la espiritualidad

Como acabamos de decir, lo propio de la espiritualidad es saber nombrar, identificar, desplegar procesos, desbloquear situaciones, detectar tentaciones... Vivimos muchas cosas que, por no saber identificarlas, no acaban nunca de emerger. Ya lo expresó San Juan de la Cruz en el prólogo a la *Subida del Monte Carmelo*: "Es lástima ver muchas almas a quien Dios da talento y favor para pasar adelante, que, si ellas quisiesen animarse, llegarían a este alto estado, y quédanse en un bajo modo de trato con Dios, por no querer, o no saber, o no las encaminar y enseñar a desasirse de aquellos principios".<sup>(3)</sup>

Trataremos aquí de mostrar el recorrido que trata de hacer el ser humano para dar cauce a su llamada a la divinización, que es, al mismo tiempo, el camino de su plena humanización. Ya hemos mencionado que en el itinerario de la vida en el Espíritu se han distinguido tres grandes etapas: *la vía purificativa, iluminativa y unitiva*. Hallamos esta concepción a partir de los escritos de Orígenes, Evagrio Pónico y Dionisio el Areopagita, y es retomada durante la Edad Media por autores como San Buenaventura, Hugo de Bauma y Henri de Souso. Este esquema concibe la vida espiritual como un proceso que va desde una opacidad inicial hasta una transparencia final, pasando por grados progresivos de iluminación a lo largo del camino.

En cierto modo encontramos también este recorrido a lo largo de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio (EE 10): se empieza por el conocimiento interno de la propia opacidad (Primera Semana); se sigue por el conocimiento interno de Cristo Jesús, modelo de la divina humanidad (Segunda, Tercera y Cuarta Semanas); y se culmina con el conocimiento interno de que todo es don, es decir, que todo es ocasión de unión (*Contemplación para alcanzar amor*). Podemos decir que el esquema de las *tres vías* corresponde a las tres etapas de todo aprendizaje humano, como podría ser el de un idioma, un instrumento musical o de la informática: se empieza por toda clase de obstáculos y dificultades iniciales; sigue una etapa de creciente familiaridad y conocimiento, que permite las primeras creaciones; para llegar a la pericia y virtuosismo finales. Si bien esta comparación puede iluminar el proceso espiritual, es muy indispensable señalar que las *tres vías* no son lineales, sino que el crecimiento se verifica en espiral ( lo que explica las aparentes regresiones) con la confianza en la unidad final. Una unión que, ontológicamente, viene dada desde el principio y que al final se vive conscientemente. Este despliegue se ve atravesado por "noches" y "crisis" (palabra que en chino está compuesta por dos caracteres: *peligro* y *oportunidad*) de las cuales también hablaremos.

Intentemos ver cómo se desencadena el proceso.

## 2. LA ZARZA ARDIENDO O LA EXPERIENCIA FUNDANTE

### 2.1. La experiencia fundante de los orígenes y la vida espiritual como una llamada constante a la conversión

Con mucha frecuencia, lo que está al final se nos ofrece al principio como un estallido, como una anticipación. Casi todos nosotros podemos identificar en nuestra vida este primer momento de irrupción de Dios, que desencadenó en nosotros un movimiento irreversible y que ha marcado un "antes" y un "después". La teología contemporánea denomina a esta irrupción de lo Divino *la Experiencia Fundante* (4). Esta fue la experiencia paradigmática de Moisés en el Sinaí (Ex.3, 1-14) en la que pueden distinguirse tres elementos:

1. Una Teofanía (la zarza ardiendo), que muestra una Alteridad Racional.
2. El descubrimiento de la propia identidad (*enstasis*), que se convierte al mismo tiempo en el despertar de una vocación.
3. El dinamismo de esta vocación que se derrama hacia fuera y que se convierte en Misión (*éxtasis*). Moisés siempre regresará al Monte Horeb. Se trata de su *experiencia fundante*, que le servirá para siempre como punto de referencia en la orientación y sentido de la propia existencia.

De una u otra forma, en algún momento todos hemos experimentado un cierto estallido de luz o de comunión. Desde entonces, nos hemos sentido heridos: "A dónde te escondiste, Amado, y me dejaste con gemido? Como el ciervo huiste, habiéndome herido; salí tras ti clamando, y eras ido. ¡Ay!, ¿quién podrá sanarme?" San Juan de la Cruz, *Cántico Espiritual*, Estrofas 1 y 6.

De estas experiencias fundantes existen muchos testimonios. Sólo podemos recordar aquí algunas: la ilustración del Cardener de San Ignacio, después de la cual "todas las cosas le parecieron nuevas; le parecía como si fuese otro hombre y tuviera otro intelecto distinto al que tenía antes" (*Autobiografía*, 30). Blas Pascal había cosido en la gabardina que siempre llevaba el siguiente escrito: "El año de gracia de 1654, lunes 23 noviembre, día de San Clemente, desde las nueve y media de la noche hasta las doce y media, fuego (...). Alegría, alegría, alegría, lágrimas de alegría". También Paul Claudel tuvo su *experiencia fundante* una Nochebuena en Nôtre Dame, a los dieciocho años; o el filósofo Manuel García Morente, hasta entonces agnóstico (5). En todos ellos se despertó el "yo profundo" al tiempo que se producía en ellos una conversión. En la Tradición Zen, es muy apreciada esta experiencia de iluminación (se conoce con el nombre de *satori*) a partir de la cual el practicante de Zen ya no vuelve a ser el mismo (6).

## **2.2 Características y criterios de discernimiento para percibir la autenticidad de la experiencia fundante de Dios**

1. Se trata de una experiencia "teopática", es decir, ninguna persona tiene la iniciativa o puede provocársela, sino que sólo puede recibirse o "padecerla". Como dice Pascal en boca de Dios, "no me buscarías si no me hubieses hallado".
2. Contiene rasgos paradójicos: a) comporta una conciencia cierta y oscura al mismo tiempo; b) se impone por sí misma, pero al mismo tiempo requiere el consentimiento de la persona; c) es inmediata, pero llega a través de un signo: sacramento, lugar, situación personal, paisaje...

3. Marca un "antes" y un "después". Es una referencia para siempre. "Re-liga" cuando se hace memoria de ella y al mismo tiempo arraiga en el presente.

4. Dinamiza a toda la persona en una dirección determinada, unificándola y abriéndola al mismo tiempo. Es decir, des-centra (*ek-stasis*) y re-centra (*en-stasis*) al mismo tiempo.

Ahora bien, esta experiencia requiere una cierta disposición (7). En principio, no se da en las siguientes circunstancias:

1. La mirada dispersa, perdida en la diversión, distraída de sí misma. Supone una existencia que camina hacia su centro. De ahí la llamada a la unificación.
2. Tampoco en la mirada anónima, propia del hombre masificado. La experiencia de Dios personifica, da un nombre, una identidad propia.
3. Tampoco puede darse en la mirada superficial, que se contenta con el qué y el cómo de las cosas, sino que necesita una apertura de admiración y de búsqueda.
4. Tampoco en la persona dominada por el consumo, el utilitarismo, el afán de lucro, que ha reducido su mundo a su disfrute personal, insensibilizado a las situaciones ajenas. Es necesario un cierto autodomínio, la capacidad de hacerse cargo de los deseos y necesidades de los demás.
5. Tampoco en la mirada dominadora, que hace y deshace según su voluntad de poder. Es necesaria una cierta capacidad de gratuidad. A esta interrelación entre don y disposición la Iglesia de Oriente la denomina *synergeia*, literalmente: "co-operación" – actuar conjuntamente-. Resuena aquí el lema ignaciano: " Haz todas las cosas como si dependiesen sólo de ti, pero sabiendo que dependen sólo de Dios". Algunas corrientes de espiritualidad hablan de *teandrismo* ("theos"(Dios) – "andros"(hombre)).

### **2.3. Salir de la tierra propia: llamados a la metanoia o conversión continua**

Jesús tuvo su *experiencia fundante* después de su bautismo en el Jordán (Lc 3, 21-22). Para poder interiorizarla fue conducido al desierto durante cuarenta días, después de lo cual su primera predicación fue: "Convertíos y creed en el Evangelio" (Mc 1,14; Mt 4,17). La palabra aramea utilizada por Jesús fue "*tob*", "volver" "refluir en Dios". En griego, el término es *metanoia*: "*meta*", "ir más allá", "elevarse más que", y "*noûs*", que es la "mente" en sentido fuerte (la chispa divina para el platonismo). En latín, *conversión* significa "trastocarse", dar un giro de 180 grados. También San Pablo, en dos ocasiones (Ef.4, 21-24; Rm12, 1-2) exhorta con contundencia a esta conversión. Implica, pues, un nuevo estado de conciencia y de atención; de "religamen" también (de aquí procede la palabra *religión*). "*Pecado*" significa textualmente "perder la señal", "tropezar". La conversión constante implica la atención permanente para no "perder la señal", es decir, para no pecar. Esta atención no constituye una tensión, sino un estado espiritual. Esta atención tiene una doble orientación: hacia la propia interioridad (*enstasis*) y, al mismo tiempo, hacia la alteridad (*éxtasis*). Una doble dimensión que es simultánea y que se convierte en criterio de discernimiento de la auténtica experiencia de Dios: cuanto más crece la interioridad, más crece también la apertura hacia la alteridad y viceversa .

Empecemos describiendo esta *interioridad*, hecha de círculos concéntricos inacabables y que conduce hacia el núcleo de nuestra persona.

### 3. EL CAMINO HACIA EL CENTRO. UNA TOPOLOGÍA

#### ESPIRITUAL

##### 3.1. Topología y modelos antropológicos

Hablar de "topología" ( de "topos", *lugar*) es sólo una forma metafórica de situarse en la vida espiritual. El ser humano sigue siendo un misterio. Pero, de alguna manera, tenemos que acercarnos a él. Simplificando, podemos decir que contamos con dos modelos:

-1. El occidental con la díada *cuerpo-alma*. Podemos hallar un hilo conductor que empieza con el hilomorfismo de Aristóteles, que el Cristianismo asumió a través de Santo Tomás y de toda la Escolástica posterior. Se consolida en la filosofía moderna por Descartes (con su distinción entre *res extensa* y *res cogitans*) y perdura, aunque transcendida por reducción, en Freud.

-2. La oriental, con la tríada *cuerpo-alma-espíritu*. Tiene origen platónico y muy probablemente procede del Hinduismo primordial; es asumido por el Neoplatonismo, por la Patrística y por los místicos renanos. Contemporáneamente, volvemos a encontrarlo en Jung.

Los dos modelos tienen razón de ser; y los dos son limitados. Según el modelo que se adopte, los acentos de la vida espiritual serán distintos. Occidente, al considerar sólo dos dimensiones del ser humano (la corporal y la psicológica) puede caer en dos trampas opuestas: la primera es el reduccionismo psicologista, según el cual la experiencia espiritual no es más que una modalidad del alma (*psyché*). El otro peligro es el dualismo, según el cual el alma concentra todo lo espiritual, mientras que el cuerpo se convierte en el ámbito de lo "terrenal". Oriente, en cambio, al considerar un tercer elemento constitutivo del ser humano, subraya la irreductibilidad de la dimensión espiritual, con el peligro, no obstante, de fomentar una interiorización tan apasionada que olvide las leyes del cuerpo y del psiquismo (es decir, de la encarnación y de la historia). A pesar de este peligro, aquí seguiremos este segundo modelo, intentando, sin embargo, incorporar lo mejor del primero.

##### 3.2. La tríada cuerpo-alma-espíritu

La antropología bíblica y patrística es tripartita:

-cuerpo: *basar* (en hebreo), *soma* (en griego), -alma: *nefesh* (en hebreo), *psyché* (en griego), -espíritu: *ruah* (en hebreo), *pneuma* (en griego).

Según el relato del Génesis, Dios modeló primero a Adán con el polvo de la tierra; después "le insufló el aliento de vida (*ruah*), y resultó el hombre un ser viviente" (Gn 2, 7). El polvo simboliza la parte terrena (cuerpo y psiquismo), mientras que *ruah* indica la parte divina. En San Pablo encontramos más explícitamente esta concepción tripartita: "Que Él, el Dios de la paz, os santifique plenamente, y que todo vuestro ser, el *espíritu*, el *alma* y el *cuerpo* se conserven sin mancha hasta la Venida de nuestro Señor

Jesucristo" (1ª Tes 5,23). Volvemos a encontrarla en la Carta a los Hebreos: "La Palabra de Dios es viva y eficaz y más cortante que espada alguna de dos filos. Penetra hasta las fronteras entre el alma y el espíritu, hasta las junturas y médulas; y escruta los sentimientos y pensamientos del corazón" (Heb 4,12). El espíritu humano (*pneuma*) es el que entra en comunión con el Espíritu Santo (Rm 8,16) y transforma el resto de la persona. Podría haber una filtración platónica y posteriormente neoplatónica en esta concepción, con posibles influencias hindúes, en la que este núcleo divino del ser humano se denomina *atman*, que en sánscrito significa etimológicamente "viento" o "aliento", lo mismo que significan *ruah*, *pneuma* y *spiritus* en hebreo, griego y latín respectivamente.

Esta tríada ayuda a comprender mejor la "antropología de la muerte". Del mismo modo que una almendra contiene varias coberturas (la piel exterior, la cáscara, la semilla), que van variando de aspecto a lo largo de su desarrollo hasta llegar a la maduración de la semilla propiamente dicha, así el ser humano contiene diversas "capas" de ser que se van desarrollando a lo largo de su vida. Existe un profundo vínculo entre ellas, pero también una distinción irreductible. Lo que perdura para la eternidad es la semilla, liberada de la cáscara en el momento de la muerte.

### 3.3. El corazón

Ahora bien, según la Tradición de Oriente, el Espíritu no se encuentra desamparado, sino custodiado por un centro unificador: el corazón (*leb* en hebreo, *kardía* en griego). Pero no el corazón entendido como el órgano de la afectividad (esto sólo sería el *timos*, una zona demasiado inconsistente e inestable), sino un ámbito más interno y transparente, que se convierte en "sede" del espíritu. El encuentro con Dios se da en el espíritu a través del corazón; de ahí que la verdadera experiencia espiritual sea unificadora, porque integra y convoca a las diferentes dimensiones de la persona. "El sentido de nuestra vida no es otro que la búsqueda de este *lugar del corazón*", dice Olivier Clément. Es decir, en el centro de nosotros mismos, unificando nuestro ser, está el *corazón*, el "cofre" donde se custodia-oculta el *espíritu* (el *atman* hindú; de hecho, el Hinduismo también conoce la dimensión mística del corazón, a la que denomina *hridaya*). Por ello Jesús daba tanta importancia al corazón: "De lo que rebosa el *corazón*, habla la boca" (Lc 6,45); "Bienaventurados los limpios de *corazón*, porque ellos verán a Dios" (Mt 5,8). En las Cartas del Nuevo Testamento se menciona con frecuencia el corazón: "Que vuestro adorno no esté en el exterior, sino en lo oculto del corazón, en la incorruptibilidad de un espíritu (*pneuma*) dulce y sereno (1P 3,4); "Y la paz de Dios, que supera todo conocimiento, custodiará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús" (Fil 4,7). Se trata, pues, de llegar a la unificación de toda la persona, que integre la afectividad, la sensibilidad, el raciocinio, más allá de la bella expresión de Pascal, que es todavía dualista: "El corazón tiene razones que la razón no conoce". Y es que *hay unos ojos en el corazón* que permiten comprender lo que ni los ojos del cuerpo ni la razón son capaces de percibir: "Ruego a Dios que ilumine *los ojos de vuestro corazón* para que conozcáis cuál es la esperanza a la que habéis sido llamados" (Ef 1,18).

Llegar al *lugar del corazón* es don de Dios: "Les daré un *corazón*, para conocerme; sabrán que yo soy el Señor. Ellos serán mi pueblo y yo seré su Dios; se *convertirán* a mí con todo su *corazón*" (Jer 24,7). El corazón es el lugar de la renovación de la Alianza con Israel: "Pondré mi ley en su interior y sobre sus *corazones* la escribiré, y yo seré su

Dios y ellos serán mi pueblo" (Jer 31, 33). Este vivir desde el corazón es lo que nos hace entrar en comunión: "Les daré a todos un solo corazón y un solo comportamiento, de suerte que me venerarán todos los días, para bien de ellos y de sus hijos después de ellos" (Jer 32, 39). Y también: "Y os daré un *corazón* nuevo, infundiré en vosotros un espíritu nuevo; quitaré de vuestra carne el *corazón* de piedra y os daré un *corazón* de carne" (Ez 36,26).

En palabras de San Serafino de Sarov: "Para poder ver la luz de Cristo hay que introducir el intelecto en el *corazón*, la mente tiene que encontrar su lugar en el *corazón*. Entonces, la luz de Cristo encenderá todo el pequeño templo de vuestra alma con sus rayos divinos, aquella luz que es unión y vida con él (...). El signo de una persona prudente es cuando sumerge en su interior su intelecto y cuando toda su actividad se realiza en su corazón. Cuando la gracia de Dios lo ilumina y todo él se encuentra en un estado pacificado" (8).

En el Monacato Oriental, lo contrario de esta apertura del corazón es la *sklerokardia*, es decir, la "dureza del corazón", que impide la entrada en uno mismo, en los demás y en Dios.

El viaje hacia la propia interioridad, hacia la tierra sagrada del corazón de cada uno, necesita un hábil discernimiento para conocer las trampas y los "enemigos" que aparecen a lo largo del recorrido.

De hecho, el ser humano es muy vulnerable. Según la tradición ignaciana, está sometido a dos polaridades fundamentales: la consolación y la desolación. San Ignacio las define como dos movimientos: la *consolación*, que expande a la persona y la aligera (EE,316) y la *desolación*, que la retiene y la paraliza (EE,317). Tal vez no sea algo muy distinto de lo que Freud identificó como "eros" y "thanatos", es decir, las "pulsiones de vida" y las "pulsiones de muerte" que combaten en el interior del ser humano. La diferencia entre la psicología y la espiritualidad estaría en dónde se identifica el origen de estas fuerzas o pulsiones.

### **3.4. El indispensable arte del discernimiento**

Según Catalina de Siena, "el discernimiento no es otra cosa que el conocimiento verdadero que el alma ha de tener de sí misma y del Yo". Y Teresa de Jesús dice: "Tengo por más gran merced del Señor un día de propio y humilde conocimiento, aunque nos haya costado muchas aflicciones y trabajos, que muchos de oración" (9). Una de las características más indispensables de este autoconocimiento consiste en discernir de cuál de los tres ámbitos de la persona (cuerpo, psiquismo y espíritu) proceden los movimientos de consolación y desolación. Para ello es necesario conocer las leyes del propio cuerpo, del psiquismo y del espíritu.

Para empezar, hay que aprender a escuchar a nuestra corporeidad: el agotamiento físico, la falta de sueño, la mala alimentación, el ritmo de las estaciones, las etapas biológicas de la vida..., todo ello son, al mismo tiempo, causas y consecuencias que se inscriben en el cuerpo. En los últimos años se ha avanzado mucho en la toma de conciencia de las repercusiones somáticas de los desórdenes físicos, psíquicos y espirituales. Se ha llegado a hablar de la enfermedad como camino de autoconocimiento. Y es que en nuestro cuerpo se registran todos los episodios de nuestra vida, como marcas sobre la

cera. Nuestros miembros y nuestros órganos llevan un registro de todo lo que hemos vivido y, si no les escuchamos, acaban pasándonos factura.

En el campo psíquico, también arrastramos actitudes que vienen de muy lejos: episodios o zonas de nuestra vida no asumidos, relaciones no perdonadas, ... todo esto son focos de necrosis que bloquean y paralizan nuestras energías, y que no podemos vencer sólo a base de buena voluntad. De hecho, se da un doble principio: lo que no asumimos, no lo redimimos; y, al mismo tiempo, lo que retenemos o aquello a lo que nos resistimos, persiste y se enquistaba y nos parasita. También debemos tomar conciencia de otras áreas de nuestra personalidad que están en relación con el sentido de la responsabilidad, el miedo a la transgresión, los sentimientos opresivos de culpabilidad,... que tenemos que aprender a desprogramar, porque nos impiden crecer.

En el ámbito del espíritu, no podemos dejar de traer a colación algo que resulta clave en la Tradición: *el discernimiento de espíritus*. Según los maestros, estos espíritus son "fuerzas" que no proceden del interior de nuestro psiquismo, sino del "exterior" de nosotros. Como dice San Ignacio en los Ejercicios: "Presupongo que hay en mí tres pensamientos, a saber, uno mío propio, que surge únicamente de mi libertad y querer; y otros dos que viene de afuera, uno que viene del espíritu bueno y otro del malo" (EE,32). Esta concepción se remonta hasta los Padres del Desierto, para los cuales el psiquismo humano es el "campo de batalla" de las fuerzas del bien con las fuerzas del mal. Esto choca con nuestra mentalidad racional, que tiende a reducir estas fuerzas al mundo del subconsciente. La tradición espiritual dice aún más: "El hombre *psíquico* ("quien se guía por sí mismo") no admite nada que venga del Espíritu de Dios; le parece absurdo. No es capaz de comprenderlo, porque sólo se puede juzgar espiritualmente. En cambio, el que se deja guiar por el Espíritu puede juzgarlo todo" (1 Cor 2, 10-15). No obstante, no podemos ignorar las aportaciones de la psicología contemporánea.

### **3.5. Paralelismos con la psicología contemporánea**

Con Freud, la psicología moderna descubrió el subconsciente, mostrando la unidad físico-psíquica del ser humano. El padre del psicoanálisis se sumergió en el mundo del subconsciente, descubriendo mecanismos sutiles de sublimación y represión, pero con el peligro de reducir la interioridad humana a meras pulsiones orgánicas. Últimamente, en el seno de ciertos círculos psicológicos considerados "académicos" se empieza a hablar del "transconsciente" o del "supraconsciente", lo que apunta a la dimensión que nosotros denominamos *espíritu*.

Esta nueva corriente de la psicología contemporánea se conoce con el nombre de *Psicología Transpersonal* (10). Tiene dos grandes representantes: Stanislav Grof y Ken Wilber. Vale la pena conocer la obra de este último: *Proyecto Atman* (11) en la cual determina que la tríada pre-consciente/consciente/transconsciente marca el crecimiento humano que va de la etapa *pre-personal* (indiferenciación infantil), a la etapa *personal* (llegada a la edad adulta) hasta llegar a la etapa *transpersonal*, que es la dimensión mística de las personas y que empieza a surgir en el momento presente del planeta.

Carl Gustav Jung y Abraham Maslow son los antecedentes de la Psicología Transpersonal. El segundo, padre de la psicología humanista, estableció una jerarquía de necesidades: 1) las fisiológicas; 2) de seguridad; 3) de pertenencia; 4) de autoestima; 5) de realización personal; 6) de trascendencia. Cada necesidad requiere ser satisfecha

antes de poder ser trascendida. De lo contrario, se producen cortocircuitos peligrosos. Pensemos que es este un terreno común y campo fecundo a explorar por parte de diferentes disciplinas y que aquí no hemos hecho más que apuntar [\(12\)](#).

#### **4. LA TRANSFORMACIÓN DE LA PULSIÓN DE APROPIACIÓN EN APERTURA DE COMUNIÓN**

La vida humana, pues, trasciende las pulsiones básicas que exigen satisfacción (tanto las de orden biológico como psíquico), para abrirse a lo que denominamos la *realidad espiritual*, de orden escatológico, irreductible a cualquier otra realidad, y que constituye el campo propio y específico de las Tradiciones Espirituales. El despliegue de esta dimensión es lo que da sentido a la existencia humana y es esta dimensión la que realiza nuestra finalidad última: nuestra transformación en Cristo Jesús, nuestra "divinización por participación".

En definitiva, el ser humano tiene dos alternativas: centrarse en sí mismo, que es lo que Pablo denomina "dejarse llevar por los deseos de la carne" (Gal 5, 19-21), que es cuando el hombre devora al hombre; o bien la donación de sí mismo, de donde surgen los frutos del Espíritu: "amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio de sí" (Gal 5,22). Éste es también el sentido de estas otras palabras: "Los que son de Cristo Jesús han crucificado la carne con sus pasiones y sus apetencias. Si vivimos según el Espíritu, obremos también según el Espíritu" (Gal 5, 24-25). Es decir, vivir en el Espíritu es *descentrarse*. Insistimos en decir que no se trata de una cuestión moral, sino espiritual, es decir, de una actitud, de una disposición que surge de lo más profundo de nuestro ser.

##### **4.1. Las pulsiones del ser humano**

Según los Padres del Desierto, las tres grandes tendencias físico-psíquicas del ser humano son: el deseo (*epithymitikón*), el ardor (*thymitikón*) y la razón (*logistikón*). Tres tendencias básicas que pueden convertirse en vicios o virtudes, según la dirección hacia la que se orienten: hacia uno mismo o hacia el Otro-otros. La primera (vinculada a *eros*, denominada *concupiscencia* por la antropología escolástica) se domina y endereza mediante la templanza; la segunda (vinculada a la *dynamis*, denominada *irascibilidad* por la Escolástica), se endereza mediante el valor; la tercera, por la sabiduría, la cual procede de la contemplación de Dios y lleva a Él. De algún modo, estas tres pulsiones se corresponden con los tres estamentos sociales de la *República* de Platón: los campesinos, artesanos y comerciantes (deseo); los guardianes o soldados (ardor); y los gobernantes (razón). La justicia (el equilibrio) está en que cada parte cumpla bien la tarea que le corresponde, de la misma manera que cada persona tiene que adquirir la sabiduría del autoconocimiento y del dominio de sí misma.

Esta tríada se corresponde también con los tres centros del *Eneagrama*: el centro instintivo (las vísceras), el centro sentimental (el corazón) y el centro del pensamiento (la cabeza). Cada centro puede tener un desarrollo compulsivo o integrado. En su dimensión desintegrada, se puede hallar una correspondencia entre los siete pecados capitales de la tradición moral de Occidente: la pulsión no dominada del deseo conduce a cuatro posibles desórdenes: a la gula (bloqueo en la fase oral), a la lujuria (bloqueo en la fase genital), a la avaricia (bloqueo en la relación con los objetos) o a la envidia (disfunción en la relación con los demás); la pulsión no dominada del ardor se puede

desviar hacia la ira o, en sentido contrario, hacia la pereza; y la pulsión no moderada de la razón, conduce a la soberbia. Se denominan *los pecados* ("errores") "*capitales*" porque se hallan en el origen de todos los demás. Para extirparlos hay que ir a su raíz. Swami Shivananda, un maestro hindú de este siglo dice: "El combate interno contra la mente, los sentidos y las tendencias del subconsciente es más terrible que cualquier batalla externa". Por otro lado, hay que ser conscientes de que, según la Tradición del discernimiento de espíritus, el espíritu malo ataca nuestro lado más débil (EE, 327, decimocuarta ley de discernimiento). De nuevo, aquí, la importancia del autoconocimiento.

### **4.3. El control de los pensamientos**

Una de las maneras de controlar estas pulsiones es tener en cuenta su proceso de gestación. San Nil Sorsky (1433-1508) distingue cinco etapas en la formación de una pasión:

-1. La sugestión: un pensamiento simple y sutil entra en el campo consciente, por ejemplo, las tentaciones de Jesús en el desierto.-2. La frecuentación: se establece un cierto diálogo interno y una cierta complicidad con el pensamiento. Se produce un cierto consentimiento voluntario.-3. El consentimiento propiamente dicho. Se produce el deseo de actuar según dicho pensamiento.-4. La cautividad: se pierde la paz y la calma interiores. La persona pierde la libertad de no pensar en eso.-5. La pasión: la inclinación se ha convertido en un hábito. La pasión anida hace tiempo en el alma y se ha hecho connatural con ella. Sólo puede vencerse con penitencia. Hay que pedir consejo.

Esta progresión también puede servir para comprender la forma de arraigar de las virtudes. Por otro lado, Jesús dirá que determinados "espíritus" sólo pueden vencerse con ayuno y oración (Mc 9,29). Quizás nuestra sociedad está a la merced de tantas pasiones porque hemos perdido el sentido de ayuno. En nuestra sociedad de consumo estamos llamados a recuperar dicha práctica.

### **4.4. El sentido de ayuno**

En la Tradición de los padres del desierto, el ayuno es el medio que utiliza el fiel para crear un espacio vacío en el que repose el Espíritu permitiéndonos distinguir lo esencial de lo superfluo. El ayuno de pensamientos, de ruido o de imágenes es tan importante como abstenerse de comer. El ayuno implica saber pararse, gracias a lo cual, la persona perseverante puede retomar sus energías que vagan medio perdidas, para domarlas y orientarlas hacia su destino original. El ayuno es una mirada vigilante en uno mismo y para sí mismo, una toma de conciencia sincera acompañada de un giro importante. El ayuno permite entrever la propia existencia sin influencias emocionales, intelectuales o ajenas y discernir, en un breve instante, quién soy, para retomar el camino, ahora y aquí, tal como soy, desde lo más profundo de mí mismo. El ayuno pule el espejo del alma que permite percibir, sin manchas, la imagen de la Presencia que llevamos y que se convertirá en el eje de toda existencia. Es la libertad del hombre, su deseo de unión con Dios y con toda la humanidad lo que anima su gesto guerrero. Corresponde a cada uno saber cuáles son los ámbitos en los que le conviene ejercer este ayuno:

*Ascesis* –o ayuno- de la palabra, para aprender a escuchar.*Ascesis* de los pensamientos para vivir en el presente.*Ascesis* en la utilización de los Medios de Comunicación

(diarios, revistas, TV, radio) para poder asimilar tanta información. *Ascesis* en la comida, la ropa... para ser capaces de agradecer tanta diversidad.

Sin estas *ascesis*, hay saturación, banalización y exigencia que nos lleva al endurecimiento del corazón. Este es el reto del denominado "Primer Mundo", en el que se da una relación intrínseca entre la atrofia del sentido de lo Trascendente y la atrofia de la solidaridad. Es urgente fomentar una "cultura de la austeridad" si no queremos deshumanizarnos ni deshumanizar el planeta.

#### **4.5. Las *ascesis* de la solidaridad**

La *ascesis* nos capacita para la solidaridad: la abstención y dominio de nuestros deseos nos permite escuchar los deseos de los demás. La *ascesis* nos da libertad para no ser dependientes de las cosas y vivir con lo esencial. En nuestro país existen grupos que promueven compromisos audaces (Comité Oscar Romero y grupo Kairós): tratar de vivir con el sueldo mínimo interprofesional (unas 60.000 pesetas mensuales) y practicar el comercio justo (adquirir y pagar como es debido los artículos que se hacen en el Tercer Mundo en condiciones de justicia y respetando los derechos humanos, no mediante la explotación). Nuestra vida de urbanitas "solidarios" permite el ejercicio del *Monacato Interiorizado* a través de diversas *ascesis*: las molestias de los espacios pequeños, de los ruidos, de los desplazamientos a la periferia, de no disponer de un tiempo ordenado debido a la disponibilidad de los vecinos...

#### **4.6. El control de los sentidos**

Otro camino fecundo para ejercer el autodomínio es tomar conciencia de cómo nos valemos de nuestros sentidos. Ellos constituyen las cinco aperturas –puertas- a través de las cuales nos relacionamos con la realidad. A través de ellos se produce el intercambio entre lo que es exterior a nosotros y lo que es interno. Podemos relacionarnos con todo lo "otro" de manera posesiva o "respetuosa" ( de "*repiscere*" , que significa mirar en profundidad). Es de suma importancia captar la diferencia entre "sensibilidad" (capacidad perceptiva y receptiva) y "sensualidad" (dependencia del placer que nos proporcionan los objetos). No se trata de privarse de disfrutar, sino de evitar que el disfrutar se convierta en una absorción y en una dependencia. Nuestra sociedad de consumo está construida sobre esta ambigüedad, como puede percibirse en los anuncios de la calle: "Quiérete mucho", dice una publicidad de los helados *Häagen-Dazs*, en el que se ve el rostro de un joven a contraluz, ante un helado-objeto. Muy a menudo, los anuncios de coches identifican el deseo de una marca con el deseo erótico de una mujer, mezclándolo además con el de ostentación social. En un diario, un anuncio de joyas se acompañaba de la frase: "Yo se de uno que se morirá de envidia". Es decir, la publicidad exacerba las pulsiones más primarias y egocéntricas haciéndonos olvidar que nuestra sociedad de consumo vive a costa de la miseria de la mayoría del planeta. La alteridad desaparece en la medida en que las propias pulsiones se exageran. Por el contrario, para entrar en el Reino hay que pasar por la puerta estrecha (Mc10,25), es decir, por el vaciamiento del yo. Esto implica una radical transformación de todas nuestras pulsiones. Una de las formas de empezar es por nuestros sentidos. De ahí la importancia de la estética, palabra que viene de "*aisthesis*", "*sentido*". Recordemos la película de *El festín de Babette*, en la que la atrofia del gusto era signo de una atrofia en las relaciones humanas. Restituyendo el sentido del gusto, se recuperan las relaciones en el seno de la comunidad y con la vida.

#### 4.7. La transformación de los sentidos en la liturgia

Uno de los ámbitos de transformación de los sentidos es la liturgia. En ella se convoca a los cinco sentidos:

La *vista* a través de la presencia de los Iconos, en los que un mínimo de rasgos evocan un máximo de presencia. No se trata de una relación objetual, sino de apertura. No miro, sino que soy mirado. El *oído*, a través de la escucha de la palabra que contiene la Palabra. También por la evocación de la música. No es de extrañar que últimamente se haya redescubierto el Canto gregoriano por su carácter terapéutico. El *olfato*, a través del incienso, que eleva al tiempo que recoge. El *tacto*, en el momento de darnos la paz, sin conocernos, sin intereses, sin retener. El *gusto*, tomando el cuerpo de Cristo. En este caso, se da un mínimo de gusto para un máximo de sustancia.

Así pues, en la Eucaristía vemos, sentimos, olemos, palpamos y gustamos el cosmos transfigurado. Las apariciones de Cristo resucitado son también una pedagogía para los sentidos: se manifestaba dejándose entrever, pero sin dejar que lo cogiesen. "No me toques; deja que vaya al padre", dijo a M. Magdalena (Jn 20,17). Es decir, María tiene que aprender a realizar la Pascua de sus sentidos: pasar de ser órganos de posesión a órganos de comunión. En la Eucaristía, el contraste es máximo: vemos sin ver; gustamos sin gustar; y comiendo, nos dejamos transformar: no es Él quien desaparece en nosotros, sino nosotros quienes quedamos incorporados a Él, en las primicias de un Cielo Nuevo y una Tierra Nueva (Ap 21,19)

#### 4.8. De la pedagogía a la mistagogía del deseo

Corresponde a cada persona encontrar sus ascesis, es decir, hallar las maneras de ir vaciándose, despojando, para dejar espacio a los otros y al Otro y llegar a vivir en *estado de unión*. Se trata de no saturar el deseo, sino de dejarlo abierto, como dinamismo hacia el *Último Deseo*. Cuanto más vivimos en Dios, menos somos nosotros el centro y menos necesitamos las cosas y más receptivos estamos a los demás. De aquí el comentario de San Ignacio a uno de sus compañeros que alababa a otro por ser persona de oración: "Este sí que es una persona de mortificación". Es decir, puesto que era una persona descentrada de sí misma, podía ser verdaderamente persona de oración. Valgan como testimonio de este trabajo sobre uno mismos la palabras de un hombre de oración: el Patriarca de Constantinopla Atenágoras I, uno de los impulsores del diálogo ecuménico y amigo de Pablo VI:

"Hay que hacer la guerra más dura, que es la guerra contra uno mismo. Hay que llegar a desarmarse. Yo he hecho esta guerra durante muchos años. Ha sido terrible. Pero ahora estoy desarmado. Ya no tengo miedo a nada, ya que el Amor destruye el miedo. Estoy desarmado de la voluntad de tener razón, de justificarme descalificando a los demás. No estoy en guardia, celosamente crispado sobre mis *riquezas*. Acojo y comparto. No me aferro a mis ideas ni a mis proyectos. Si me presentan otros mejores, o ni siquiera mejores sino buenos, los acepto sin pesar. He renunciado a hacer comparaciones. Lo que es bueno, verdadero, real, para mí siempre es lo mejor. Por eso ya no tengo miedo. Cuando ya no se tiene nada, ya no se tiene miedo. Si nos desarmamos, si nos desposeemos, si nos abrimos al hombre-Dios que hace nuevas todas las cosas, Él, entonces, borra el pasado malo y nos da un tiempo nuevo en el que todo es posible. ¡Es la Paz!".

## 5. LA NOCHE OSCURA Y LAS PASIVIDADES DE DISMINUCIÓN

### 5.1 "Las nadas " elegidas y no elegidas de San Juan de la Cruz y las "pasividades de crecimiento" y las "pasividades de disminución" de Teilhard de Chardin

Las ascesis que hemos visto son aquellas que podemos elegir o controlar nosotros. Pero hay muchas otras dimensiones de la vida que las "padecemos" sin haberlas elegido.

Por eso, San Juan de la Cruz habla de la *Noche Activa* y de la *Noche Pasiva*, por las cuales han de pasar tanto los sentidos como el espíritu. La *noche activa* está descrita en la *Subida al Monte Carmelo*, mientras que encontramos la *noche pasiva* en *La Noche Oscura*, que es mucho más radical. Se pueden hacer las siguientes correspondencias:

Noche activa de los sentidos – Vía purgativa Noche activa del espíritu – Vía purificativa  
Noche pasiva de los sentidos – Transición hacia la Vía Iluminativa Noche pasiva del espíritu – Transición hacia la Vía Unitiva

Lo importante de esta gradación es que las dos primeras Noches son "activas", es decir, son elegidas, mientras que las dos siguientes son "padecidas", en cuyo caso no hay otra actitud posible que el abandono y la confianza.

Teilhard de Chardin en *El Medio Divino*, utiliza otra terminología: después de hablar de la "divinización de la acción" presenta la "divinización de las pasividades" y distingue entre las *pasividades de crecimiento* (las fuerzas "amigas") y las *pasividades de disminución* (las fuerzas "enemigas").

Las primeras representan la vida que hay en nosotros, que se desarrolla más allá de nuestra percepción (de ahí que las denomine *pasividades*). A través de ellas, entramos en comunión con las fuentes de la vida: el crecimiento de nuestras células, de nuestros órganos, etc. Las segundas (las *pasividades de disminución*) se refieren tanto a los obstáculos exteriores (accidentes, muerte de seres queridos...) ante los cuales no podemos hacer nada, como a las disminuciones interiores (la vejez es el signo de ellas por excelencia). Pero también los fracasos, nuestros defectos, decisiones desafortunadas... Si bien por la *divinización de las actividades* dilatamos al máximo nuestra personalidad, por la *divinización de las pasividades* nos perdemos a nosotros mismos en Dios. En palabras del propio Teilhard:

"O Energía de mi Señor, Fuerza irresistible y viva, puesto que de nosotros dos Tú eres infinitamente el más fuerte, es a Ti a quien pertenece la iniciativa de encenderme en la unión que nos ha de fundir juntos. Concédeme, pues, algo todavía más precioso que la gracia por la que todos los fieles te oran. No basta con que yo muera comulgando. Enséñame a comulgar muriendo" [\(13\)](#).

Así pues, nuestra vida consiste en el arte de aprender a vivir y de aprender a morir. Y esto, permanentemente:

- a. En las *kenosis* de determinadas decisiones que son irreversibles (de pareja, profesionales...)
- b. En ciertos acontecimientos (como accidentes, muerte de una persona muy querida...)
- c. En las propias debilidades, fuente de humildad y de compasión.
- d. En la lenta

disminución de la vejez. En este terreno, nuestra sociedad tiene mucho que recorrer. De hecho, una sociedad que no sabe preparar para morir es una sociedad que no sabe vivir. Porque el arte de vivir no es otro que el arte de aprender a tomar y desprenderse, en el cual, la muerte no es más que la oportunidad de hacer nuestra última y suprema ofrenda.

## **5.2. Intento de explicación de las noches oscuras como crisis de crecimiento**

Las Noches son "heridas luminosas" cuya luz sólo puede percibirse después de haberlas pasado. De lo contrario, no serían *noches*. *Las noches* se convierten en fuente de toda humildad, de toda confianza, de toda ternura. Esto es lo que se le dijo a San Silván después de años de tentación: "Permanece en los infiernos y no desesperes" (14). Poner nombre a su situación es lo que sacó de ella. De esta manera, vamos pasando de círculo en círculo, cada vez más adentro.

Es decir, cada *noche* comporta una *transformación* (y no sólo una "traducción" en la que no se produce ningún cambio de nivel) que repercute tanto en el ámbito de los afectos como en el del conocimiento. Desde la Psicología Transpersonal (15), el crecimiento integral de la persona a través de las "noches" se interpreta así:

1. Surgimiento de una nueva estructura de orden superior, con el dolor y la confusión propios de todo crecimiento.
2. Identificación del Yo profundo con esta nueva estructura.
3. Surgimiento pleno de la nueva estructura.
4. El Yo deja de identificarse con la estructura inferior anterior.
5. La conciencia, trascendiendo la estructura anterior, puede empezar a operar sobre ella.
6. Todos los niveles precedentes pueden integrarse en la nueva conciencia.

Si empleamos el lenguaje teológico, cada noche es participación en la Pascua de Cristo. Lo que hay que hacer es percibir la unidad entre pasión y resurrección. En otras palabras. La máxima desposesión lleva a la máxima plenitud. Este proceso se da simultáneamente con continuidad y discontinuidad. Lo importante es tener la certeza de que estamos "amenazados de resurrección". Después de las "nadas", así acaba el poema de San Juan de la Cruz:

"En esta desnudez halla el alma su quietud y su descanso, porque, no codiciando nada, nada le fatiga hacia arriba y nada le oprime hacia abajo, porque está en el centro de su humildad.

Porque, cuando algo codicia, en eso mismo se fatiga".

### *Subida al Monte Carmelo* (16)

Llegar al centro de la propia humildad y conseguir aquella paz interior que el Monaquismo Oriental denomina *hesiquia*, donde comienza la tierra de libertad, son signos de progreso en el camino espiritual, que es, al mismo tiempo, el camino hacia la plena humanización. Esta humildad produce un fenómeno paradójico: por un lado, nos arraiga en "un lugar en el mundo" muy determinado, sin anhelar nada más, pero, simultáneamente, da una gran receptividad y disponibilidad para cualquier otro servicio o demanda. Dicho de otro modo, la paz interior permite un estado de atención y discernimiento fundamental para poder continuar creciendo en el camino del Espíritu. Esta atención no es una tensión, sino el fruto de la oración constante. Todo esto es lo que desarrollamos en la Segunda Parte del Itinerario.

---

## SEGUNDA PARTE:

# ITINERARIO HACIA UNA VIDA EN DIOS

La primera tarea de toda criatura es la de completar, llevar a su perfección, el icono de la realidad que todos nosotros somos. **Raimon Panikkar**

Si en la primera parte hemos presentado algunos de los elementos antropológicos que hay que tener en cuenta en el proceso de transformación, en esta segunda parte ofrecemos los primeros resultados de esta transformación. Ello nos brinda la posibilidad de comprender de otro modo los conceptos clásicos de nuestra Tradición, al ser iluminados desde la experiencia interna que los nutre.

## 1. LA BÚSQUEDA DE LA VOLUNTAD DE DIOS

### 1.1. Noción de voluntad de Dios

El despliegue y el dinamismo de una vida vivida según el Espíritu se identifica con la búsqueda y unión con lo que la Tradición cristiana ha denominado la Voluntad de Dios. Y la voluntad de Dios sólo es una: "Unir en Cristo todas las cosas, tanto las del cielo como las de la tierra" (Ef 1,10). Es decir, todo lo que es y todo lo que existe tiene un objetivo único, una única razón de ser: dar a la Creación la forma crística, "puesto que todas las cosas fueron creadas por medio de Él (Cristo) y en vistas a Él, y en Él todo tiene su consistencia (Col 1,17). Dicho de otro modo, antes de la fundación del mundo (Ef 1,4; Jn17,24; 1Pe1,20) Dios Padre concibió el plan que en la plenitud de los tiempos (Gal 4,4; Ef 1,10) se ha realizado en Cristo Jesús (1Cor 2,7-10; 2Cor 1,20; Gal 4,4; Col 1,25 y ss; Ef 1,10; 3,3-11; Rm16, 25-26; Heb1,1-4). De ahí que toda la vida de Jesús gire en torno a la realización de la voluntad de su Padre y de llevar a cabo su obra (Jn 4,34; 5,19.30.36; 6,38; 7,28; 8,28; 10,25; 12,49; 13,3; 14,31).

Este plan se prolonga en cada ser humano hasta que "Dios lo sea todo en todos" (1Cor 15,28). Ahora bien, la expresión hacer la voluntad de Dios lleva a muchas confusiones si no se aclara lo que quiere decir. En griego existen tres términos para expresar "voluntad" ("rasah" en hebreo):

1. "Boúloomai", que indica una reflexión consciente, libre de emociones.
2. "Thélema", que se podría traducir por "anhelo", "deseo", "inclinación permanente".
3. "Eudokía", que significa "buena voluntad". Cristo es la "eudokía" del Padre

realizándose entre los hombres y por esto está intercediendo de forma permanente. La voluntad salvífica de Dios se presupone en todo deseo humano y lo sostiene (Rm 9,11-16).

Lo que nos interesa aquí, sobre todo, es distinguir bien entre *boúlomai* y *thélema*, porque confundirlos es causa de angustias y malentendidos. Lo que Dios manifiesta es su deseo, su anhelo (*thélema*) de recapitularlo todo en Cristo, no las maneras concretas de realizarlo. A nosotros nos corresponde discernir y co-crear con Él las maneras concretas de llevar a cabo su "voluntad". Esta diferencia es la que explica, por ejemplo, la confusión de San Francisco de Asís ante el Cristo de San Damián: "Reconstruye mi Iglesia", oyó Francisco, y se puso a restaurar la ermita, interpretando estas palabras como *boúlomai*, sin poder percibir en aquel momento que Dios estaba simplemente invitándolo a dar un impulso de renovación en el cual no había nada preestablecido (*thélema*). Del mismo modo, San Ignacio, al inicio de su conversión, identificó la voluntad de Dios con una consigna precisa (*boúlomai*): peregrinar y quedarse en Jerusalén para siempre. A lo largo de su vida, Ignacio irá descubriendo que la voluntad de Dios es un dinamismo mucho más amplio (*thélema*) que lo que vemos en un primer momento. El *boúlomai* es una forma primaria y todavía inmadura de interpretar la voluntad de Dios, si bien a veces necesitamos empezar a caminar a partir de algo muy concreto para que después lo entendamos con mayor alcance. Así pues, no se trata tanto de estar a la escucha de una consigna precisa por parte de Dios, que sería demasiado extrínseca (*boúlomai*), sino más bien de introducirse en el dinamismo de esta Voluntad (*thélema*) hasta llegar a convertirse en la Voluntad misma.

En otras palabras, la Voluntad de Dios no se trata de un designio fijo, sino de un movimiento, como un río que busca el Océano: lo importante es que el agua llegue al mar; el recorrido del río está por fijar. Por ello hay que desbloquear todo lo que impide que el agua corra, todo lo que obstaculiza esta inmersión que se convertirá en una progresiva transformación de la totalidad de la persona.

La palabra de Dios y la Historia son los lugares donde acoger y discernir esta Voluntad de Dios. Podemos decir que se establece un triángulo entre la Palabra de Dios –una Palabra que expresa y actúa–, los signos de los tiempos y la resonancia que ambos provocan en cada persona. Este triángulo delimita el espacio de la revelación de Dios en cada persona, que habrá que discernir continuamente como despliegue de la vida trinitaria en nosotros.

## **1.2 La economía del Padre, de Hijo y del Espíritu**

Economía viene de "oiko"- "nomos" que, etimológicamente, significa "orden de la casa", de la Casa "trinitaria" en el caso que nos ocupa. Dios es una circularidad (*perichoresis*) de relaciones y de misiones entre un Foco Originante y Originario de Amor (Padre-Madre), un receptáculo infinito (Hijo) que acoge este derramarse incontenible de la Fuente Primordial y una Irradiación cocreadora que provoca este flujo constante de Vida y Amor (el Espíritu). A esta circularidad de relaciones de dar y recibir, de acoger y entregar, toda la Creación está convocada, tal como sugiere la circunferencia abierta del icono de Andrei Rublev. Es más: nosotros entramos de lleno en este movimiento ya que sólo existimos para y en el interior de este plan previsto desde antes de la fundación del mundo.

El Espíritu Santo introduce en nosotros la vida del Padre y del Hijo: "Él nos ha marcado con su sello y nos dio en arras el Espíritu en nuestros corazones" (2 Cor1,22). El Espíritu es la energía divina puesta en nuestros corazones para que alcancemos la santidad, es decir, para que lleguemos a participar plenamente de la vida de Dios. El Espíritu es el que lleva el itinerario de nuestra vida hacia Dios, en Dios. Si no estuviésemos ya en Dios, no podríamos ir hacia Él. El Espíritu es el que nos engendra como hijos de Dios (Rm 8,14, 1 Cor12,13), formando parte del Cuerpo de Cristo (1Cor 12,13.27), nacidos del agua y del espíritu (Jn 3,5).

En Cristo, el Receptáculo divino intratrinitario se hace carne humana y cósmica para que sea esta carne nuestra la que reciba la vida divina. En Él se da el despliegue teoantropocósmico. Dicho de otra manera, Cristo es el espacio original en el que Dios crea y trabaja. Nosotros estamos llamados a reproducir los rasgos de Cristo por acción del Espíritu (1Cor 15,49), hasta constituir el Pleroma de Cristo, "hasta que lleguemos todos a la unidad en la fe y en el conocimiento pleno del hijo de Dios, al estado de hombre perfecto, a la madurez de la plenitud de Cristo" (Ef 4,13).

Cristo es inseparable del Espíritu: Cristo significa precisamente "el Ungido por el Espíritu". El Espíritu está presente en los momentos más importantes de la vida humana del Hijo: en el momento de la encarnación (Lc1,35), del Bautismo (Lc 3,22), a lo largo de toda su vida pública (Lc 4,1.14.18; 10,21). En la Pasión según San Juan se constata una utilización teológica del verbo "*paradidomi*": con el mismo verbo Jesús "fue entregado" a la muerte (Jn 19,16), Jesús "entregó su Espíritu" (Jn 19,30). Es decir, Jesús, entregado del todo, completamente despojado de sí mismo, es el que da el Espíritu al mundo. La Cruz, pues, es el Pentecostés juánico, completada después con la aparición del Resucitado (Jn 20,19-23).

Cristo y el Espíritu son dos principios ("los dos brazos del Padre" en expresión de San Ireneo): uno es el principio de la forma; el espíritu es el principio del dinamismo, de la Energía divina dando forma a la materia informe. Son inseparables y cada cristiano está llamado a recrearlos, a "encarnarlos" La intuición "cosmoteándrica" ("Teo-antropo-cósmica") de Raimon Panikkar es otra forma de hablar de esta "complicidad trinitaria" o de esta "Trinidad Radical" de toda la realidad [\(17\)](#).

Así pues, si por un lado, la voluntad de Dios es algo trascendente a nosotros y al mundo –es decir, nos viene dado "desde afuera"- es al mismo tiempo lo más interior de nosotros mismos. Es lo que configura el sentido de nuestro existir, como semilla y promesa que despliega lo más íntimo de nuestra persona y del mundo: "Nuestra vida está oculta con Cristo en Dios. Cuando aparezca Cristo, vida vuestra, entonces también vosotros apareceréis gloriosos con Él" (Col 3, 3-4). Como ya hemos dicho, este conocimiento y configuración nos es dado por la acción de la vida trinitaria en nosotros: el Padre como origen, el Hijo como Forma, el Espíritu como dinamismo y fuerza. Así se expresa San Juan de la Cruz:

"El estado de esta divina unión consiste en tener el alma según la voluntad con total transformación en la voluntad de Dios, de manera que no haya en ella cosa contraria a la voluntad de Dios, sino que en todo y por todo, su movimiento sea voluntad solamente de Dios" (Subida al Monte Carmelo, I, cap.11).

Esto es lo que va conduciendo a la unión con Dios:

"Por cuanto El allí le da su amor, en el mismo amor le muestra a amarle como de Él el alma es amada. Porque además de enseñar Dios allí a amar pura y libremente sin intereses, como Él nos ama, la hace amar con la que el ama, transformándola en su amor, en lo cual le da su misma fuerza con que pueda amarle, que es como ponerle el instrumento en las manos y decirle cómo lo ha de hacer, haciéndolo juntamente con ella, lo cual es mostrarle a amar y darle habilidad para ello. Hasta llegar a esto no está el alma contenta si no sintiese que ama a Dios tanto cuando de Él es amada". (Cántico Espiritual, canción 38)

Es decir, aquel "hacer la voluntad de Dios" inicial se revela como el vehículo para llegar a la Fuente misma de nuestro ser, participando plenamente de su chorro de vida.

## **2. EL MISTERIO DE LA PERSONA, DEL CORAZÓN Y LA VOCACIÓN PERSONAL**

### **2.1 El misterio de la persona**

Ahora bien, este proceso de unión se produce de una manera única e irrepetible en cada uno. Esto nos lleva a tratar un aspecto clave de la mística cristiana: la noción de Persona. Esta noción es tal vez la que más distinga al Cristianismo de las Religiones Orientales. Se trata de un término derivado de "prosopon", procedente del teatro griego: es el rostro que hay detrás de la máscara. Lo que es más propio de la persona es su misterio: no podemos abarcarlo, delimitarlo, clasificarlo. San Agustín dijo: "No puedo comprender todo lo que soy". Es irreductible a nuestra mirada. Ataño al misterio de nuestra identidad que esta vinculado a la libertad. La libertad es lo más propio de Dios. El amor de Dios es libre. Es un abismo de amor, no de necesidad, es decir, sin intereses propios, radicalmente descentrado.

La noción de persona es contraria a la de personaje y a la de individuo. El personaje es nuestra máscara social, exterior, esclava de la apariencia; el individuo, en cambio, es la afirmación de uno mismo a costa de aislarse de los demás. En la psicología de Jung la "persona" (lo que nosotros denominamos personaje) oculta su sombra, es decir, todo lo que no sabe asumir. Allí ha arrinconado su "animus" y "anima", que habría que integrar para llegar al "sí mismo" ("Selbst") o al "yo profundo". Esto es lo que Jung denomina "proceso de individuación" [\(18\)](#). El "Sí mismo" es la semilla divina que todos llevamos dentro. Jung llega a decir: "El "Sí mismo es como una copa preparada para recibir la gracia divina". Esto no se produce sin crisis. Se trata del lento camino hacia la "séptima morada" del Castillo interior de Santa Teresa.

En la persona, vida y amor coinciden: la persona no muere porque ama y es amada. Sin la comunión del amor, la persona pierde su unicidad, se convierte en algo sin nombre, sin identidad, sin rostro (el individuo). Es cierto que, por un lado, somos una individualidad biológica, porque biológicamente vivimos de la necesidad –las pulsiones–; y, en último término, esta pasión individual nos desintegra. Por la muerte biológica desaparecemos en tanto que individuos. La persona, en cambio, forma parte de la única Naturaleza Humana, como las tres Personas divinas forman parte de la única naturaleza de Dios. Jesucristo es el punto de intersección: por amor nos comunica la naturaleza de Dios, al tiempo que convoca en sí a toda la humanidad (lo que denominamos su Cuerpo Místico).

Cada persona humana puede elegir entre el AMOR (la reciprocidad de dar y recibir) o la NADA (la actitud cerrada de la apropiación). Por otro lado, el valor de cada persona (su unicidad) es algo absoluto. El despertar de este carácter único de cada persona se produce en el santuario de nuestra persona, que es el CORAZÓN, del que ya hemos hablado en la Primera Parte. En el corazón está gravada la imagen divina oculta, "el hombre de corazón oculto" (1P3,4). San Serafín de Sarov lo denomina "el altar de Dios". "Donde tienes tu tesoro, allá está tu corazón" (Mt 6,21). Dicho de otro modo, es el lugar donde se halla el tesoro escondido (Mt 13,44): la revelación de nuestra identidad divina, donde está estampada nuestra imagen y semejanza divinas.

Este carácter sagrado del corazón como lugar de identidad personal y al mismo tiempo de revelación divina está expresado de manera espléndida en un poema de Santa Teresa de Jesús, a propósito de unas palabras que recibió en oración: "Alma, buscarte has en Mí,y a Mí buscarte has en ti" (19). Las dos primeras estrofas desarrollan la primera parte de la frase, es decir, la búsqueda del alma en Dios:

"De tal suerte pudo amor, /Alma, en mí te retratar, Que ningún sabio pintor/ Supiera con tal primor Tal imagen estampar. Fuiste por amor criada/ Hermosa, bella y así En mis entrañas pintada, mi amada, / *Alma, buscarte has en Mí*. Que yo sé que te hallaras/ En mi pecho retratada, Y tan al vivo sacada, / Que si te ves te holgaras Viéndote tan bien pintada. Y las tres estrofas siguientes comentan la segunda parte, es decir, la búsqueda de Dios en la propia alma: "Y si acaso no supieres / Donde me hallarás en Mí, No andes de aquí para allí, / Sinó, si hallarme quisieres *A Mí buscarte has en ti*. Porque tú eres mí aposento, / Eres mi casa y morada, Y así llamo a cualquier tiempo / Si hallo en tu pensamiento Estar la puerta cerrada. Fuera de ti no hay buscarte, / Porque para hallarme a Mí, Bastará sólo llamarme, / Que a ti iré sin tardarme, *Y a Mí buscarte has en ti*."

El poema y su construcción expresan muy bien el nexo íntimo entre la persona y Dios, asta el extremo de que casi llegan a confundirse: "hallar-Te en mí" y "hallar-me en Tí" son dos maneras de acceder al mismo misterio de unión. Es lo que el hinduismo denomina el *advaita*: no somos ni uno ni dos con Dios, sino una inexplicable y paradójica unión en la diferencia (20). Sin embargo, esta unión se realiza a través de una misión específica en la vida. Esta misión, esta tarea íntima, que se desarrolla en el servicio y en la historia, es lo que denominamos la *vocación personal*.

## 2.2. La vocación personal

La *vocación personal* revela "mi lugar en el mundo". Sólo puede percibirse con los "ojos del corazón" (Ef 1,18). Está hecha de unicidad y comunión, es decir, se sostiene en la paradoja de que existe un camino único para cada persona, pero, al mismo tiempo, de que somos Uno con Dios (Jn 17,21). Es decir, mis peculiaridades no me separan de los demás sino que precisamente son las que me hacen entrar en comunión con ellos.

La *vocación personal* está arraigada a un *nombre*, al *nombre* íntimo y último de cada persona. Este *nombre* todavía no lo sabemos: "al vencedor le daré maná escondido; y le daré también una piedrecita blanca, y grabado en la piedrecita un nombre nuevo que nadie conoce, sino el que lo recibe" (Ap 2,17). En las culturas primitivas y en la Biblia, el nombre tiene una importancia capital. Designa la identidad de la persona. A una nueva identidad le corresponde un nombre nuevo: así Ab-ram ("padre excelso") se

transforma en Abraham ("padre de multitudes", *Ab-rab-hamon*); a Jacob, después de luchar con el ángel, se le llama Israel ("Fuerza de Dios"); Moisés ("el que ha sido sacado") lleva el nombre de sus orígenes y de su misión (será él quien sacará a su pueblo de la esclavitud); Juan ("El que ha obtenido el favor de Dios"); Jesús ("Es Dios que salva": lo llamarás Jesús, porque salvará a su pueblo" (Mt 1,21). También Jesús cambia los nombres de los suyos: Simón se convierte en "Pedro"; Juan y Santiago, "Hijos del trueno". Más adelante, Saulo se cambiará por "Paulus", "pequeño"; Iñigo de Loyola se llamará "Ignacio", de "ignus", "fuego", etc.

La *vocación personal* concentra nuestras energías psíquicas y espirituales en una sola dirección. Sabemos que estamos realizando nuestra *vocación personal* cuando nos cansamos pero no nos desgastamos; cuando estamos disponibles, pero sin dispersarnos; dicho de otro modo, cuando percibimos que nuestro hacer no desbarajusta nuestro ser, sino que lo expresa. La *vocación personal* está más allá de las tareas concretas; más allá de las misiones recibidas; es más bien el hilo conductor que las unifica a todas. La *vocación personal* es más íntima que la vocación a la vida religiosa o a la vida laical; es más bien el alma que anima a cualquier otra vocación ulterior desde lo más íntimo de sí misma; es la fuente de todo acto, de todo gesto, de toda palabra personal.

Para aclarar lo que queremos decir, podremos algún ejemplo: la vocación personal de Jesús fue transmitir a los demás su experiencia de Abbà, que fundaba en él un impulso irresistible de fraternidad; la vocación personal de Francisco de Asís fue expresar la ternura universal; la de Juan XXIII, la bondad y la simplicidad (si hubiese querido aparentar otra cosa siendo Papa, habría sido un fracaso; su secreto fue precisamente que se comportó tal como era, tal como sentía que tenía que ser, fuese quien fuese y estuviera con quien estuviese; la vocación de Elisabeth Kübler-Ross, vivir tan apasionadamente la vida que obtuvo el don de acompañar a muchas personas hacia la Otra Vida.

La *vocación personal* tropieza con dos tentaciones contrarias:

-a. Por un lado, la huida, es decir, no querer asumir o aceptar lo que se siente como más íntimo y específico de uno mismo. Podemos pasarnos años huyendo de nuestra llamada más honda, lo cual nos deja dispersos, débiles y con un desasosiego interno que es la forma que tiene nuestro corazón de avisarnos.

-b. En el extremo opuesto puede darse la apropiación, es decir, sentirme "diferente" a causa de esta vocación y ponerme a la defensiva, lo cual se convierte en el origen del autocentramiento y de pérdida de disponibilidad. La verdadera *vocación*, en cambio, arraiga en la inocencia, es decir, en la confianza de que es Dios quien la cuida, sabiendo en todo caso, que las promesas de Dios no siempre coinciden con nuestras expectativas.

Los indicios para discernir la *vocación personal* son sencillos y cercanos: hay que observar las cualidades propias, la inclinación espontánea, la propia historia personal, la repercusión que tienen en mí determinados pasajes de la Palabra de Dios y otros acontecimientos. Otro indicio es lo que los demás vienen a buscar en mí. Todas ellas son pistas que giran en torno a nuestro núcleo fundamental.

Dicho de otro modo, la *vocación personal* introduce en un doble movimiento de "enstasis" (interioridad) y de "éxtasis" (misión) que se convierte en el lugar de

unificación de toda nuestra persona, el camino concreto a través del cual llegar al Océano. Una identidad, pues, que se despliega en la historia, en la historia de cada persona y del mundo, es decir, hacia los demás y con los demás.

Si la *vocación personal* es la forma histórico personal por la cual Dios se revela al mundo a través de cada persona, la oración constante es el alimento que la sostiene.

### 3. LLAMADA A LA ORACIÓN CONTINUA

#### 3.1 Etapas en la vida de oración: De la necesidad al deseo; del deseo al silencio

La oración no es un tiempo, ni una actividad, sino un estado de comunión. Toda comunión supone un "yo" y un "tú". Ahora bien, cuanto más ahondamos en nuestro "yo", más nos adentramos en el "Tú" de Dios, hasta convertirnos Uno. Podemos distinguir tres estadios en la vida de oración:

En la **necesidad**, el centro de gravedad es mi yo, mis exigencias, mis maneras limitadas de ver y de interpretar las presencias y ausencias de Dios...

En el **deseo**, el centro empieza a desplazarse hacia el Tú de Dios, y estoy más atento a lo que se me dice que a lo que yo quiero decir. Para percibir los matices de este desplazamiento, es ilustrativa la distinción que hace Teresa de Jesús entre *contentamientos* y *gustos*. "Los *contentamientos* me parece que son aquellos que adquirimos con nuestra meditación y peticiones a nuestro Señor, y proceden de nuestra naturaleza" (*Cuartas Moradas*, 1,4). Es decir, se trata de una satisfacción que todavía se refiere a uno mismo. "Empiezan de nuestro propio natural, si bien acaban en Dios" (íbid.). Los "gustos", en cambio, son don de Dios y no pueden ser provocados: "Todo nuestro interior se dilata y se engranda, y no se puede expresar todo el bien que resulta de ello" (4M 2,6). El yo va despojándose cada vez más de sí mismo para llegar a otra Orilla: el Silencio.

En el **silencio**, ya no hay "yo" ni "tú", sino una com-unió que va más allá del mero "nosotros". No se trata tampoco de una fusión, si por "fusión" entendemos "disolución" de la propia identidad, sino que es la participación en la comunión trinitaria, en la que se da la unión de Personas sin confusión. Como dice Henri Le Saux, "nunca alcanzaremos verdaderamente a Dios con un pensamiento objetivo, sino en el fondo mismo de la experiencia purificada del mi propio "yo", que es participación del único Yo divino. Para que sea plenamente verdadero, el "Tú" de mi oración tiene que fusionarse con el "Tú" que desde siempre el Hijo le dice al Padre, en aquel Yo-Tú indivisible de la Unitrinidad" (21).

Anthony de Mello tiene una forma todavía más sencilla de hablar de estas diferentes etapas de la oración:

"Primero, yo hablo, Tú escuchas; luego, Tú hablas, yo escucho; más allá, no hablamos ninguno de los dos, los dos escuchamos; al final, ninguno habla, ni escucha: sólo hay SILENCIO." (22)

Además de la oración realizada en tiempos y espacios específicos, existe otra oración que creemos muy propicia para conseguir el *monacato interiorizado* del que

hablábamos. Se trata de la *oración del corazón*, denominada también *la oración continua*.

### 3.2. La oración continua en el corazón, lugar de unificación y de unión

En el libro del Deuteronomio ya encontramos un anticipo de esta oración: "Escucha , Israel. Yahveh nuestro Dios es el único. Amarás a Yahvé tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu fuerza. Queden en tu corazón estas palabras que yo te he dicho hoy. Se las repetirás a tus hijos, les hablarás de ellas tanto si estás en casa como si vas de viaje, así acostado como levantado; las atarás a tu mano como una señal y serán como una insignia entre tus ojos" (Dt 6, 4-8). La piedad judía se transforma en mística cristiana en el Evangelio de Juan: "Permaneced en mí y yo permaneceré en vosotros (...). Vosotros no podéis dar fruto si no estáis en mí (...). El que está en mí y yo en él, ése da mucho fruto, porque sin mí no podéis hacer nada" (Jn15, 4-5). Este "estar" o "permanecer" ("*menein*", en griego) aparece 45 veces en el Evangelio de Juan, y es su verbo teologal por excelencia.

Este permanecer en Dios por el don de la oración continua no es una técnica, sino un estado, es una gota persistente de presencia divina que nos va penetrando y transformando. Es un estado de amor, una tensión sin esfuerzo, un deseo loco hacia Aquel que ya habita plenamente en nosotros.

En diferentes pasajes de los Evangelios encontramos antecedentes remotos de la oración del nombre de Jesús: en Bartimeo, el ciego de Jericó, invocando a Jesús que pasaba por el camino (Mc10,46-52); en los dos ciegos que claman a Jesús (Mt 9,27-31); en los leprosos (Lc17,11-19)...

La fórmula clásica de esta oración es: "Señor Jesús, Hijo de Dios, ten misericordia de mí, pecador".

La primera parte, "*Señor Jesús, Hijo de Dios*", se basa en la importancia bíblica del Nombre, una característica en encontramos también en otras culturas denominadas "primitivas", pero que sería más adecuado llamar "primordiales", porque están más arraigadas en los núcleos primigenios de la realidad. En estas culturas, el nombre de la persona revela su identidad. "Le pondrás por nombre Jesús, porque salvará a su pueblo de sus pecados" (Mt 1,21), se le dice a José. *Iesous* viene de *Je(ho)schouah* (Josué), un nombre poco común que significa : « Dios salva, Dios es salvación". La salvación que nos trae Jesús es liberarnos de cerrarnos en nosotros mismos. Al nombre de Jesús, los demonios de someten (Lc10,17). "Todo lo que pidáis en mi nombre, os lo concederé" (Jn 14,14; 15,16; 16,24). Ahora bien, invocar su nombre no puede confundirse con una fórmula mágica: "en su nombre" significa según su Espíritu (Hch 3, 6.16; 1Cor 12,3), esto es, según su misma actitud de donación y de vaciamiento de sí mismo (Fil 2,7). Su nombre sólo tiene "poder" cuando uno se despoja de todo poder. Sólo así se puede revelar su gloria (Fil 2,9-10).

La segunda parte de la oración ("*ten misericordia de mí, pecador*") abre nuestra pobreza a la gracia, como ocurrió con el publicano (Lc18,13).

La oración del corazón requiere una cierta "técnica físico-psíquica": hay que repetir sin cesar y acompasando la repetición con la respiración. Parece que, en algún momento a

lo largo de su evolución, esta oración recibió la influencia hindú a través de los sufís musulmanes. En el hinduismo, la repetición del nombre de Dios se denomina "*Nama Japa*", práctica que debe distinguirse de la repetición de un *mantra*, que es únicamente un sonido, aunque se trate de un sonido sagrado. Entre los sufís, la repetición del nombre de Allah ritmada con la respiración se denomina *dhikr*.

Primero, hay que repetirla en voz alta. Después se convierte en una especie de eco interior. Así lo expresa el autor anónimo de los *Relatos de un peregrino ruso*:

"Al cabo de poco rato, sentí que la propia oración empezaba a entrar en mi corazón, es decir, que mi corazón, al tiempo que latía con normalidad, recitaba en su interior las palabras de la oración con cada latido, por ejemplo: 1) Señor, 2) Jesu- 3) cristo, etc. Dejé de decir la oración con los labios y puse toda mi atención en escuchar cómo hablaba el corazón (...) Después, empecé a sentir un ligero dolor en el corazón, en el espíritu, tanto amor por Jesucristo que me parecía que, si lo hubiese visto, me habría lanzado a sus pies, los habría abrazado, besándolos dulcemente hasta las lágrimas, agradeciéndole el consuelo que nos da con su nombre, su bondad y su amor hacia la criatura indigna y pecadora" [\(23\)](#).

Y a continuación, otro testimonio extraído de la Filocalia:

"Si la mente invoca continuamente el nombre del Señor y el espíritu presta atención claramente a la invocación del nombre divino, la luz del conocimiento de Dios, como una nube de luz, cubre toda el alma. El amor y la alegría siguen al amor perfecto de Dios" [\(24\)](#).

Tal vez el resumen más bello de lo que genera la oración del corazón sea lo que dijo San Juan Crisóstomo: "El corazón absorbe al Señor, y el Señor absorbe al corazón, y los dos se hacen uno".

Ahora bien, insistimos en decir que la intimidad no es cerrarse, sino todo lo contrario: apertura máxima. Desde el centro del corazón, el orante se abre al corazón de la realidad. La oración es personal, pero nunca individual, es decir, nunca al margen de los demás. En el Monasterio de San Juan Bautista, fundado por el Archimandrita Sophronías, discípulo de San Silván del Monte Athos, la fórmula de la oración de los monjes se recita siempre en plural: "*Jesús, Hijo de Dios, ten misericordia de nosotros, pecadores*", Este *nosotros* incluye a todo el mundo. Porque, de hecho, cuando oramos, nunca oramos solos, sino que lo hacemos en nombre de los que no pueden o no saben orar.

### **3.3. Ordenar la vida, ritmarla**

Corresponde a cada persona encontrar el tipo de oración que más le conviene para mantener la guarda del corazón y la comunión continua con la presencia del Señor. En Japón se considera *religioso* "todo acto simple que pueda repetirse". Así, en estado de atención, muchos de los actos que repetimos cotidianamente podrían convertirse en "religiosos" (en el sentido de "re-ligare"): desde lavarse los dientes, limpiar los zapatos, ducharse, beber la taza de café o de té (huelga mencionar la importancia religiosa que tiene el ritual del té en la cultura japonesa), caminar, realizar un recorrido diario en coche o en metro...

Pero, para conseguir esta "guarda del corazón", hoy más que nunca, tenemos que reservar tiempos y espacios de silencio, y tenemos que ayudarnos comunitariamente a hacerlo. Hay que tener la valentía de buscar el silencio si no queremos vivir "*jornadas kleenex*", es decir, ir consumiendo nuestros días a base de "usar y tirar" en la papelera de nuestra memoria, sin darnos ocasión de agradecer y de interpretar lo que se nos da a vivir. A menudo se oye decir que "lo urgente no nos deja hacer lo importante". Pues bien, el silencio de la oración no sólo pertenece al orden de lo importante, sino a lo esencial, si queremos humanizar y divinizar nuestra existencia, es decir, *personalizarla*. Esto nos lleva a retomar desde otro ángulo el imprescindible ejercicio del discernimiento, rasgo indispensable para avanzar en una vida en el Espíritu.

## 4. EL DON DEL DISCERNIMIENTO

### 4.1 El discernimiento como una cualidad del conocimiento

Si bien en la Primera Parte hemos hablado del *arte del discernimiento*, ahora nos referiremos al *don del discernimiento*. Si entonces hablábamos del necesario conocimiento de sí mismo, ahora nos referimos a lo que ya hemos mencionado al inicio de esta Segunda Parte: que la vida cristiana consiste en aprender a discernir la voluntad de Dios (Rm12,1-2). "Aquí me tienes, Señor, quiero hacer tu voluntad" (Sal 40,9; Heb10,7).

Aprender a discernir, es decir, a interpretar los signos de Dios, podríamos compararlo al aprendizaje de un idioma: al principio sólo se oyen sonidos; poco a poco, cada sonido es portador de un significado. Ahora bien, el discernimiento no es una técnica, sino un estado permanente de atención y de ofrenda de uno mismo. Es la actitud permanente de Jesús, de María... que indica apertura plena y ofrecimiento total. Al final de más de 900 cartas, San Ignacio finaliza de la misma manera: "Que el Señor nos de su gracia para sentir siempre su voluntad y cumplirla en su totalidad".

En la Tradición espiritual, el discernimiento se considera como un *sexto sentido* o un "*sentido interior*". En el Oriente cristiano, la persona que ha hablado de forma más bella y penetrante del discernimiento ha sido tal vez Diádoco de Fótice, un obispo retirado al desierto (S.IV). Sus *Cien consejos espirituales*, recogidos en la *Filocalia*, me parecen una lectura indispensable para completar las reglas ignacianas del discernimiento. Según Diádoco, la luz del verdadero conocimiento consiste en discernir infaliblemente el bien del mal: "Entonces, el camino de la justicia, que lleva hacia el Sol de justicia, lo sitúa en la iluminación infinita del conocimiento, desde el momento en que sólo busca el amor. Para ello, se requiere un corazón sin cólera (...). La palabra espiritual llena de certeza al sentido interior. Esta palabra viene de Dios mediante la energía del amor (...). Hay que esperar continuamente, pero medio de la fe y del amor activo, la iluminación que permite hablar (...). Este conocimiento viene por la oración y por la mucha quietud, en un desprendimiento total (...). Una persona así ya no se conoce a sí misma, sino que es enteramente transformada por el amor de Dios. Cuando se empieza a sentir plenamente el amor de Dios, entonces empieza, por el sentido del Espíritu, a amar a su prójimo" (25). En palabras de William Blake, poeta y místico inglés del S.XVIII, "si las puertas de la percepción estuvieran purificadas, todas las cosas se mostrarían al ser humano tal como son: infinitas".

Esta calidad del conocimiento interno que lleva al olvido de uno mismo y que permite la transparencia de Dios en las cosas también es constatada por San Ignacio: "Las personas que *salen* de sí mismas y *entran* en su Creador y Señor, tienen consejo, atención y consolación frecuentes y sienten como todo nuestro Eterno Bien está en todas las cosas creadas, dando a todas las cosas su ser y conservándolas en Él" (*Carta de San Ignacio a San Francisco de Borja, 1545*). Es decir, el don del discernimiento – del *conocimiento transparente*- se da en este movimiento de salida de sí mismo (*éxtasis*) y de entrada en Dios (*enstasis*), en el cual encontramos el clima trinitario.

La práctica del discernimiento está asociada a una dimensión indispensable en la vida del Espíritu: la *paternidad espiritual*.

## 4.2. La paternidad espiritual

Nadie puede otorgarse a sí mismo esta *paternidad*, sino que son los demás los que la reconocen. Está vinculada a tres características:

- 1) a la penetración en el discernimiento ("diacrisis", que significa, literalmente, "juzgar a través"),
- 2) a la capacidad de conocer y de amar la miseria del otro y de asumir sus sufrimientos (*cardiognosis*),
- 3) al don de transformar a aquellos que se acercan a pedir ayuda.

Como ya hemos hablado del discernimiento o *diacrisis*, paso a comentar las otras dos características.

**1. La *Cardiognosis*:** el Padre espiritual no es un *legislador*, sino un *mistagogo*, es decir, aquel que ayuda a conducir a cada uno desde lo que *todavía no es* hasta lo que *está llamado a ser*. Para ello hay que alcanzar la sexta bienaventuranza: "Felices los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios" (Mt 5,8), es decir, verán a Dios incubándose en el corazón de cada persona, como una semilla de plenitud oculta a los ojos ordinarios. Ahora bien, esta capacidad de "ver" es una carga que pocos son capaces de soportar. Cuenta un relato de los Padres del Desierto que había un Anciano con el don de la *cardiognosis* y que tenía un discípulo ansioso de este mismo don para poder ayudarlo. Al Anciano le parecía que el joven discípulo no estaba aún preparado, pero tanto insistió el discípulo que el Anciano rezó por él y le fue concedido el don. Pocos días después, un hombre se acercó a la ermita para recibir la bendición del venerable Anciano. El joven discípulo lo recibió y quedó escandalizado de los pecados que vio en su interior. Entonces, indignado con aquel hombre, lo echó del recinto, recriminándole que se hubiese atrevido a presentarse en aquel estado moral tan deplorable. Advertido por los gritos, el Anciano salió de su celda y al punto lo comprendió todo. Llamó al joven novicio y le dijo: "¿Te das cuenta de que no estabas preparado para *ver*? Este hombre ha venido a nosotros en busca de misericordia y de ti sólo ha recibido juicio". Parece que el mismo discípulo le pidió que lo liberase de aquella carga que no estaba preparado para llevar.

De hecho, el Padre Espiritual es aquel que sabe mirar como Dios nos mira: desde donde llegaremos a ser. De ahí, el segundo aspecto que quería comentar: la capacidad de ser transformado por el contacto con el Padre Espiritual.

2. Según la Tradición hindú, el *guru* (que etimológicamente significa: "el que desvanece la oscuridad") transforma al discípulo mediante tres herramientas: la *palabra*, la *mirada* y el *tacto*.

La *palabra* del Maestro o del Padre espiritual nace del Silencio y vuelve al Silencio. Él sabe que no es más que un intermediario. No se trata de una palabra precipitada, sino afilada en la paciencia de la acogida y de la oración por el otro. Tampoco es una palabra genérica o anónima, sino que se pronuncia en el momento preciso en que el otro necesita escucharla. A veces es una palabra dulce; otras, puede ser muy enérgica y aparentemente devastadora, para destruir el *ego* de quien lo escucha. Puede ser también una palabra enigmática, para despertar la búsqueda.

La *mirada* silenciosa es la segunda manera de acompañar que tienen los *Maestros*. Explican los primeros compañeros de San Ignacio que les había sucedido con frecuencia acudir a él atribulados a consultarle una cosa y que simplemente por el hecho de encontrarse en su presencia, se calmaba su inquietud y recibían claridad en la mente. Los hindús denominan a este fenómeno "recibir *darshan*", es decir, no se trata de ir a mirar al Maestro, sino de ser mirado por él. Con los iconos pasa algo por el estilo.

Por último, el *tacto*. En nuestra cultura, hemos perdido el sentido de la imposición de manos –ha quedado reducida a un signo sacramental reservado a unos pocos y en un marco casi siempre ritual-. El contacto físico, en cambio, a través de la imposición de manos, es un medio poderoso para transmitir bendición. En algunos momentos de nuestra liturgia perduran todavía algunos restos muy tímidos que valdría la pena recuperar.

Valgan como testimonio de esta paternidad espiritual las palabras de un monje contemporáneo del Monte Athos:

"Padre, ¿de qué color es la luz de tus ojos Para que puedas contemplar cada objeto como si fuese sujeto? ¿Cuál es la fuerza de tu aliento para borrar todas mis heridas en la alegría, de tu boca para esculpir mis entrañas en cáliz? Tú me acompañas allá donde voy.

Por la caricia de tu mirada, silenciosamente, Me conduces a un lugar de descanso. Tú dejas que me escuche a través de tu boca Y que me mire a través de tus ojos. Testimonio vivo, contienes el mundo que te lleva E irradias la Presencia que te habita en cada uno de tus gestos, Indicándome en todo momento una única meta: el Dios vivo [\(26\)](#).

Hay que decir que todos somos *maestros* y *padres-madres espirituales* potenciales de los demás. De hecho, en algún momento todos hemos dado –y podemos dar- una *palabra*, una *mirada*, o un *contacto físico* en un momento determinado que ayude a los que están a nuestro alrededor. Las relaciones humanas están llenas de oportunidades para ello.

## 5. LOS SIGNOS DE LA PERSONA TRANSFIGURADA

*El testimonio anterior nos lleva a tratar uno de los últimos aspectos de nuestro itinerario: la progresiva vida en Dios va transformando a toda la persona, la va transfigurando ya en esta vida. Las virtudes ya son un signo de ello. "Virtud" viene de*

"vir", que significa "fuerza". La virtud es la fuerza de Dios en nosotros. Como dice el teólogo ruso Paul Eudokimov, "el Espíritu es dador de las energías trinitarias divinizantes que actualizan la salvación". La virtud –entendida como fortaleza de la acción de Dios en nosotros- es precisamente uno de los siete dones del Espíritu Santo (Is11,1-4). He elegido cinco signos de esta transformación.

### **5.1. Reconciliados y pacificados**

El escritor de la posguerra alemana, Heinrich Böll, en su novela *Billar a las nueve y media* (1959), distingue la mirada limpia e inocente de los que han comido el *Sacramento del Cordero* en contraposición a la mirada turbia y altiva de los que han comido del *Sacramento del Búfalo*, cómplices del régimen nazi. Dicho de otro modo, la mirada de aquel o aquella que vive sumergido en la presencia de Dios irradia una calidad de existencia que pacifica y transforma a los que son mirados por ellos. La irradiación de esta calidad de existencia es lo que el Monacato de Oriente denomina "*hesiquia*" que integra una conjunción de serenidad, pacificación, plenitud, ternura, etc. En palabras de Isaac el Sirio, un monje del siglo VII, esta *hesiquia* crea "un corazón que arde por toda la creación, por todos los seres humanos, por los pájaros, por los animales, por los demonios, por toda criatura. Cuando piensa en ellos y cuando los ve, sus ojos se llenan de lágrimas. Tan intensa y violenta es su compasión, tan grande su constancia, que su corazón se encoge y no puede soportar sentir o presenciar el mal o la tristeza más pequeña en el seno de la creación. Esa es la razón por la cual, con lágrimas, intercede sin cesar por los animales irracionales, por los enemigos de la verdad y por todos los que lo molestan, para que sean protegidos del mal y perdonados. En la inmensa compasión que se eleva de su corazón, -una compasión sin límites, a imagen de Dios- llega a orar hasta por las serpientes" (27). Estamos más necesitados que nunca de este *amor desarmado* que nos devuelva la inocencia, más allá de la contraposición de víctimas y verdugos, de oprimidos y opresores, porque todos somos Uno y el daño que nos hacemos nos los hacemos todos.

### **5.2 Enraizados y disponibles**

El segundo signo de transformación interior es la capacidad de estar muy convencido de una llamada personal y, al mismo tiempo, de adaptarse a toda persona y a toda situación. Quien está en su centro, no depende de las circunstancias.

Así lo expresa San Juan de la Cruz:

"Las condiciones del pájaro solitario son cinco: la primera, que se va a lo más alto; la segunda, que no sufre compañía, aunque sea de su naturaleza; la tercera, que pone el pico al aire; la cuarta, que no tiene determinado color; la quinta, que canta suavemente. Las cuales ha de tener el alma contemplativa que se ha de subir sobre las cosas transitorias, no haciendo más caso de ellas que si no fuesen, y ha de ser tan amiga de la soledad y silencio, que no sufra compañía de otra criatura; ha de poner el pico al aire del Espíritu Santo, correspondiendo a sus inspiraciones, para que, haciéndolo así, se haga más digna de su compañía; no ha de tener determinado color, no teniendo determinación en ninguna cosa, sino en lo que es voluntad de Dios; ha de cantar suavemente en la contemplación y amor de su Esposo. (*Dichos de luz y amor*, 120)

"El pájaro solitario", es decir, una criatura ligera, que está vinculada a un nido (una Tradición determinada), pero que al mismo tiempo permanece abierta a otras corrientes e interpelaciones, y no las vive como amenaza sino como oportunidad.

1. "*Va a lo más alto*": esta altura es, al mismo tiempo, lo más hondo, el reencuentro con el propio Centro, *el espacio del corazón* del que hemos ido hablando.
2. "*No sufre compañía*", es decir, ni crea dependencias ni se hace dependiente, porque tiene conciencia del carácter sagrado de cada persona y de que nadie puede sustituir la experiencia de Dios del otro.
3. "*Pone el pico al aire*", a saber, expone su deseo a la intemperie y se arriesga con la audacia que da la confianza de saberse en Dios.
4. "*Sin color*", es decir, sin estar aferrado a nada, sino adaptable a cualquier circunstancia y a cualquier situación. Recordemos que, cuando hablábamos de la *vocación personal*, decíamos que va más allá de cualquier concreción, siendo, al mismo tiempo, el alma de toda misión.
5. "*Canta suavemente*", es decir, sabe tener profundas convicciones y hábitos y, al mismo tiempo, sabe respetar los de los demás. Esta es la diferencia entre la sabiduría y las "ideologías", cuya forma más burda son los fundamentalismos.

### 5.3. Interiores y solidarios

El *Pájaro solitario* es también el *Pájaro solidario*. Como hemos intentado mostrar a lo largo del *Itinerario*, la vida interior no discapacita para ser sensibles y solidarios con la pobreza social, sino al contrario, va liberando de los miedos para que podamos intensificar nuestra presencia en medio de ella. La experiencia de Dios va simplificando. Este es uno de los signos de discernimiento. Todas las reformas religiosas empiezan al lado de los pobres y tienen a la pobreza como madre. De hecho, parte de nuestro malestar cultural y religioso viene de la lejanía de los pobres. Se ha llegado a relacionar de manera sugerente "explotación" con "depresión": en los países del Primer Mundo es donde más se sufre la depresión, porque la sorda violencia de la explotación de las colonias va creando un clima de aislamiento, sospechas y soledad en la metrópolis. Todo está en comunión con todo, para bien y para mal.

### 5.4 Contemplativos del misterio del otro

La capacidad de contemplar y de escuchar procede de la capacidad de hacer SILENCIO, es decir, de acoger sin proyectar. Aprender a "mirar" y no sólo a ver; aprender a escuchar, y no sólo a "oír". La oración es el lugar de este aprendizaje, para que lo sea también cada instante. Ya hemos destacado la importancia de vivir en *estado de atención*, lo que en la Tradición ignaciana se propicia mediante el *Examen de conciencia*, que debería llamarse más bien *Examen de lo Consciente*, porque se había convertido en un ejercicio culpabilizador con mucha frecuencia (28).

Se trata de lograr la limpieza de corazón de la sexta bienaventuranza (Mt 5,8) que permite decir a un Padre del desierto: "Una sola alma creada a imagen de Dios es más preciosa a Dios que diez mil mundos y todo lo que puedan contener". Esta capacidad de sorpresa y de admiración, esta mirada de niño, se extiende a todas las cosas, de manera que todo lo agradece, todo lo ama, todo lo venera.

## 5.5. El don más grande, puerta y puerto de todos los anteriores: la humildad

Lo propio de la persona humilde es que su presencia posibilita la existencia de los demás sin que nadie se dé cuenta. Al humilde sólo se le percibe y se le busca cuando no está. Dios es el Humilde por excelencia: nos crea y se retira, para dejarnos ser. Como dice el Maestro Eckhart, "aquella virtud que se llama humildad está arraigada en el fondo de la Divinidad".

El humilde no tiene nada que defender, nada que justificar. Silván, del Monte Athos dice que "el que es humilde ha vencido a todos los enemigos", pero también dice que "estamos completamente endurecidos y no podemos comprender qué es la humildad ni el amor de Cristo. Se necesita mucho esfuerzo y muchas lágrimas para conservar el humilde espíritu de Cristo. Humíllate y verás como tus pruebas se convierten en descanso" (29). Esta última frase da que pensar: muchos de nuestros sufrimientos han sido causados por nuestras resistencias, porque no nos entregamos. De ahí la invitación de Jesús: "Venid a mí los que estáis fatigados y sobrecargados, aprended de mí que soy manso y humilde de corazón" (Mt11,28-29). No es cuestión de "humillarse", sino de "humildarse", de convertirse en "tierra fértil". "Bienaventurados los humildes, porque ellos poseerán la tierra", dice Jesús (Mt 5,5). Poseerán la tierra sin poseerla, porque ellos mismos se habrán transformado en tierra.

San Ignacio, hacia el final de su vida, registra en su *Diario íntimo* un combate de cuarenta días con Dios a propósito de un asunto de pobreza de la Compañía. No lo finaliza hasta que se rinde, rendición que aparece con una peculiar expresión en el *Diario*: la "humildad amorosa". Una humildad que primero se refiere a Dios y que después se extiende a todas las criaturas (*Diario Espiritual*, 178-179.182).

Como se pregunta Isaac el Sirio "¿qué criatura no se deja enternecer por el humilde? El que menosprecia a un humilde, menosprecia a Dios. Cuanto más despreciado es un humilde por los hombres, más amado por el resto de la Creación (...). La humildad es el vestido de Dios. Al hacerse hombre, Dios se ha revestido de ella" (30). Es decir, si la encarnación de Dios pasa por el camino de la *humildación* ("hacerse humilde"), nuestra cristificación es divinización que pasa por el mismo movimiento de abajamiento lo cual pone de manifiesto que la divinización nos reviste de un poder que nos despoja de todo poder.

## 6. LA TRANFIGURACIÓN DEL MUNDO: CUERPO, MATERIA, TÉCNICA Y JUSTICIA

*El camino de transformación personal de cada persona implica también el camino de transformación de la historia del mundo. "El itinerario hacia una vida en Dios" es también el itinerario de toda la Creación, hasta que "Dios sea todo en todos" (1Cor15,28).*

*Esto implica la incorporación de las diferentes dimensiones del cosmos: el plano mineral, biológico, psíquico, mental y espiritual. De hecho, ya los primeros teólogos del Cristianismo concebían al ser humano como un "microcosmos". Lo que queremos subrayar es que el paso progresivo de la "carne" ("sarx") cerrada en sí misma, al espíritu ("pneuma"), que es todo apertura, todo donación, pasando por el psiquismo (1Cor 2,10-15) afecta a toda la Creación.*

## 6.1 Los signos de la transfiguración en el cuerpo

El cuerpo es el "*soma*", no la carne ("*sarx*"). El aparente rechazo de San Pablo al cuerpo no es tal, sino que es contra la *carne*, es decir, contra las pulsiones de apropiación de nuestros instintos, pero no contra los instintos mismos, porque estos, tal como hemos visto en la Primera Parte, son también fuerzas dinamizadoras del espíritu.

Dicho de otro modo, el cuerpo es el "lugar" en el que se produce esta transformación en la dirección de los instintos. El cuerpo está llamado a convertirse en sacramento de la presencia de Dios en la persona: "vuestro cuerpo es el templo del Espíritu Santo; por tanto glorificad a Dios en vuestro cuerpo" (1Cor 6,19-20). No se trata de caer en un "culto" al cuerpo, como tal vez está sucediendo en la cultura contemporánea (aunque esta reacción sea inevitable, debido al olvido que ha sufrido durante generaciones), sino de incorporarlo al proceso de "cristificación". Aquí, la sabiduría de Oriente tiene cosas que aportar: la atención a la respiración, el equilibrio de la dieta, la adecuación de las posturas, etc. De hecho, cada vez somos más conscientes de que es en nuestro cuerpo donde se inscribe el registro del espíritu; a menudo, nuestras enfermedades son signos de nuestro estado psíquico y espiritual, porque somos una unidad en grados y manifestaciones diversas de vibraciones y de energía. De toda nuestra corporeidad, tal vez sea la *mirada* donde más se refleje el estado de nuestra alma. La mirada es aquella luz que hay detrás de los ojos. Cuanto más un ser se vuelve de Luz, más brillo pacífico y profundo transparenta su mirada. Esta mirada luminosa no sólo se dirige a las personas sino también al mundo.

## 6.2. La tarea mística de la justicia

La tarea de la justicia no es otra que la de restablecer las relaciones trinitarias en el corazón del mundo. Es decir, restablecer la reciprocidad plena entre los humanos, donde el *poder* deje de ser *dominación* para convertirse en "*capacitación*" de las potencialidades de los demás. La opción por los pobres es un acto místico, que participa del "amor loco" de Dios. En otras palabras, se trata de participar en la tarea crística de la reconciliación: "En Él reside toda la Plenitud y por Él y para Él se han reconciliado todas las cosas pacificando mediante la sangre de su cruz lo que hay en la tierra y en los cielos" (Col 1, 20). El sentido de nuestro existir es incorporarnos a esta tarea de reconciliación universal. A nosotros, que "antes éramos hijos de la ira (Ef 2,3) "nos ha confiado el ministerio de la reconciliación" (2Cor 5,18).

El trabajo por la justicia tiene que cuidar de no caer en la tentación de la "totalidad": toda organización, todo sistema, corre el peligro de querer dominar el Misterio y poseer la última interpretación, a la que han de someterse todas las personas. Esta ha sido la tentación de los *totalitarismos*. La alternativa a la *Totalidad* es el *Infinito* (E.Lévinas), es decir, la apertura a un dinamismo de relación y de fraternidad en el que el Otro /otro siempre sigue siendo un misterio, es decir, es *espacio sagrado*.

La inspiración mística es necesaria para la tarea política, tal como la mística necesita encarnarse en la política. Tal como ha señalado Leonardo Boff (31), pueden distinguirse tres grados de inspiración en la tarea política: el *terreno técnico*, en donde los diferentes programas sólo se diferencian en la forma de gestionar el bien común; el *terreno ético*, en el que las propuestas políticas empiezan a tener personalidad propia y son capaces de mirar un poco más allá de lo inmediato; y, por último, está la *inspiración mística* que,

cuando está presente, otorga a la propuesta política una dimensión un alcance mucho mayor y tanto más radical. La crisis de las alternativas políticas se debe a la pérdida de la dimensión ética y mística de la política.

### 6.3. La transformación de la materia

La técnica y la ciencia forman parte de esta tarea de cristificación de la materia, Ciencia y religión no están en relación de oposición, sino de complementariedad. Después de siglos de mutuas sospechas y descalificaciones (el tiempo de la Modernidad), vamos descubriendo que nos necesitamos mutuamente: la ciencia escrutando el camino y la religión indicando el Horizonte. De ahí, la ofrenda de Teilhard de Chardin, científico, poeta y místico:

"Mi cáliz y mi patena son las profundidades de una alma ampliamente abierta a todas las fuerzas que, dentro de un instante, se elevarán desde todos los puntos del planeta y convergirán en el Espíritu (...). Todo lo que aumentará en el mundo a lo largo de esta jornada, todo lo que disminuirá es lo que me esfuerzo por recoger en mí para poder ofrecérselo; esta es la materia de mi sacrificio, lo único que Vos deseáis", *La Misa sobre el mundo*).

Desde esta perspectiva, se puede concebir una sucesión de esferas en la evolución del planeta: en primer lugar, la aparición de la *atmósfera*, que permitió el origen de la vida; después, la aparición de la *biosfera*, que desarrolló las diversas formas de especies vivas; con la aparición del ser humano empieza a desarrollarse lo que se ha denominado la *noósfera* (la esfera del pensamiento). Hoy en día, con los medios de comunicación social y con Internet, esta *noósfera* está gestando una nueva etapa en la evolución de la Tierra, cuyo alcance todavía no percibimos. De hecho, el desarrollo actual de la *noósfera* es lo que está posibilitando la conciencia y la realidad creciente de la "Aldea global", que inaugura un nuevo estadio en la historia del planeta. Es una oportunidad para nuestra civilización y como toda oportunidad, no está exenta de riesgos.

Por otro lado, desde otro orden de la realidad, la resurrección de Cristo y de su *cuero espiritual* ("*soma pneumatikós*" 1Cor 15,44)) inauguró lo que podemos denominar *pneumatósfera*. Esta *pneumatósfera* se ha introducido como levadura en la masa de la historia y hace sólo dos mil años que ha empezado a fermentar.

Porque, ¿qué son dos mil años en el conjunto de la evolución? Si tomamos la vida de nuestro planeta (4.500 millones de años) y la comparamos con una jornada de 24 horas, podemos llegar a unas constataciones sorprendentes: la vida aparece a las 5 de la mañana (hace 4.000 millones de años); hasta la ocho de la tarde no aparecen los primeros moluscos (hace unos 1.000 millones de años); hacia las 11 de la noche (hace unos 200 millones de años) aparecen los dinosaurios, que desaparecen a las 12 menos veinte (hace unos 65 millones de años, debido a un enfriamiento del planeta), dejando campo libre para el desarrollo de los mamíferos; nuestros primeros antepasados (el *homo sapiens*) aparecen en los cinco últimos minutos (hace unos 7 millones de años); el cerebro se duplica en el último minuto del día. La encarnación del Hijo de Dios "al llegar la plenitud de los tiempos" (Gal 4,4), tiene lugar en la última décima de segundo del último segundo del día. Así pues, la resurrección de Cristo que inaugura la Semana de la Nueva Creación no ha hecho más que empezar.

Esto nos lleva a enunciar un último aspecto, y que es la relación entre la evolución del cosmos y la historia humana (que no es más que la toma responsable y consciente de esta evolución, su "humanización") con la Escatología.

#### 6.4. Historia y escatología

Ante el misterio de cómo será el fin de los tiempos, existen dos visiones contrapuestas: la llamada *visión apocalíptica*, que concibe la llegada de los Últimos Tiempos como resultado de una polarización extrema entre las Fuerzas del Bien y las Fuerzas del Mal, y la *visión utópica*, que concibe que el progreso humano culminará en la Parusía. Con Teilhard de Chardin, nos inclinamos por esta segunda. No sabemos cómo ni cuándo se producirá esta Plenitud Final, pero parece que, en cualquier caso, se producirá una conjunción entre continuidad y discontinuidad. Es decir, por un lado creemos que el desarrollo ético, científico y tecnológico del planeta saldrá al encuentro de la venida del Señor con la ascensión de la Historia; no obstante, también habrá algún tipo de discontinuidad, como sucede con nuestro cuerpo en el momento de la muerte. Dicho de otro modo, la Parusía –"Ven, Señor Jesús" (Ap 22,20)- será el encuentro de todo el esfuerzo humano con el fracaso de este mismo esfuerzo.

Acabamos nuestro *Itinerario* con unas palabras que le fueron dirigidas a Juliana de Norwich (1343-1416), mística inglesa: "*Todas las cosas, sean las que sean, acabarán bien*". Otra vez se le repitió: "Todo será para bien; tú misma lo verás. Esta es la gran obra ordenada por Nuestro Señor desde toda la Eternidad, Tesoro profundamente oculto en su Seno bendecido y conocido sólo por Él. Con esta Obra *hará que todo acabe bien*, ya que, igual que la Santísima Trinidad creó todas las cosas de la nada, también *hará buenas todas las cosas que no lo son*" [\(32\)](#).

Este "*Todo acabará bien*" de Juliana de Norwich se corresponde con el "Dios que será todo en todos" de San Pablo (1Cor 15,28). En la Iglesia Ortodoxa, la fe en que todo, absolutamente todo será Uno con Dios se denomina *Apokatastasis*, o "restauración de todas las cosas", tal como anunció San Pedro poco después de Pentecostés (Hch 3,21). En San Pablo aparece como "recapitulación (*anakephalaiosis*) de todas las cosas en Cristo (Ef 1,10), Alfa y Omega de la Creación. Esta es nuestra esperanza y alma de la tarea cosmoteándrica que revela que todo es Uno, que todos somos Uno con Dios. El itinerario de cada persona es el itinerario de todo el Cosmos. Regresamos al punto del que habíamos partido, con la diferencia de que si bien en el principio teníamos una existencia indiferenciada en la Eternidad de Dios, al final del recorrido volvemos a encontrarnos en El llenos de experiencia de amor y de conocimiento.

---

## NOTAS

1 Cf. PAUL EUDOKIMOV, *El amor loco de Dios*, Ed.Narcea, Madrid 1990, p.68.

2 PERE CASALDÀLIGA, *Sonetos Neobíblicos precisamente*, Ed. Nueva Utopía, Madrid 1996, p.23

3 *Obras Completas*, Editorial de Espiritualidad, *Subida al Monte Carmelo, prólogo*, 3, p.173.

4 En el ámbito de la psicología transpersonal, se distingue entre un "emerger" y un "surgimiento espiritual". El "emerger" se da como un proceso lento y paulatino, sin causar trastornos psíquicos importantes, mientras que el "surgimiento" espiritual va acompañado de turbulencias psíquicas que pueden ser inquietantes. Cf. CHRISTINA Y STANISLAV GROF, *La tormentosa búsqueda del ser*, Ed. La Liebre de Marzo, Barcelona 1998, pp.57-73

5 Cf. JUAN MARTÍN VELASCO, *La experiencia cristiana de Dios*, Ed. Trotta, Madrid 1996, pp.215-238.

6 H.M.ENOMIYA LASALLE, *Zen y mística cristiana*, Ed. Paulinas, Madrid 1991, pp.78-100 y 336-389.

7 Cf. JUAN MARTÍN VELASCO, *op.cit.*, pp.29-35.

8 IRINA GORAINOV, *Sant Serafí de Sarov*, Col. Grà de Blat, Montserrat 1987, pp.173-179.

9 *Libro de las Fundaciones*, cap. 5, 16.

10 Véanse obras como: ROBERTO ASSAGIOLI, *Ser transpersonal*, Ed. Gaia, Madrid 1996; V.V.A.A., *El poder curativo de las crisis*, Ed. Kairós, Barcelona 1993; V.V.A.A., *La consciencia transpersonal*, Ed. Kairós, Barcelona 1994; STANISLAV GROF, *Psicología Transpersonal*, Ed. Kairós.

11 Ed. Kairós, Barcelona (1980) 1996, 336 pp.

12 Como un buen exponente de este intento de síntesis, véase: JOSEP OTÓN CATALÁN, *El inconsciente ¿morada de Dios?*, Sal Terrae, Cantabria 2000.

13 *El Medi Diví*, Ed. Nova Terra, Barcelona 1964, p100.

14 Cf. ARCHIMANDRITE SOPHRONY, *San Silouan el Athonita*, Ed. Encuentros, Madrid 1996, pp.187-192.

15 Cf. Ken Wilber, *Proyecto Atman*, pp.141-144.

16 San Juan de la Cruz, *Obras Completas*, Editorial de Espiritualidad, Madrid 1993, p.89.

17 Recomendamos la lectura de *La intuición cosmoteándrica*, RAIMON PANIKKAR, Ed. Trotta, Madrid 1999.

18 Cf. CARL G.JUNG, *El hombre y sus símbolos*, Ed. Caralt, Barcelona 1984, pp.157-228.

19 TERESA DE JESÚS, *Obras Completas*, Ed.Monte Carmelo, Burgos 1982, pp.1687-1688.

20 Recomendamos el comentario de RAIMON PANIKKAR a este poema en : *La plenitud del hombre*, Ed. Siruela, Madrid 1999, pp.50-61.

21 *Despertar a sí mismo... Despertar a Dios*, Ed. Mensajero, Bilbao 1989, pp.97-98.

22 *La oración de la rana*, vol.I. Ed. Claret, Barcelona 1997, p.34.

23 ANÓNIMO RUSO, *Relats sincers d' un pelegrí la seu pare espiritual*, Clàssics del Cristianisme, n.2, Barcelona 1988, pp.53.54.

24 TEOLEPT DE FILADELFIA, *Discurs que mostra l' activitat oculta en Crist*, Col. Clàssics del Cristianisme, n.50, vol.II, p.493.

25 *Cent consells espirituals*, 6.7.9.14.15, Col. Horitzonts 3, Ed.Claret, Barcelona 1981.

26 FRÈRE JEAN, *Hommes de Lumière*, Ed. Mame, 1988, p.86.

27 *Oeuvres Spirituelles*,DDD, 1981 Discours 81, p.395.

28 Véase la excelente presentación de esta nueva forma de comprender el Examen clásico de conciencia en: GEORGE A.ASCHENBRENNER, *Examen del Consciente* (1972), Boletín de Espiritualidad (Buenos Aires 1976).pp. 1-16.

29 En ARCHIMANDRITE SOPHRONY, *San Silouán el Athonita*, Ed Encuentro, Madrid 1996, pp.263-265.

30 *Oeuvres Spirituelles*, Discours 20, p.138.

31 Cf LEONARDO BOFF y F.BETTO, *Mística y espiritualidad*, Ed. Trotta, Madrid 1996.

32 *Llibre de les Revelacions, en Dones Místiques. Època medieval*, J.J. de Olañeta, Editor,Palma de Mallorca 1996, pp.76-78.

### **Bibliografía**

BOFF, Leonardo, *El despertar del águila*, Ed. Bonum, Buenos Aires 1999.

CATALÀ, Toni, *Discerniment i vida quotidiana*, Eides n° 22, Barcelona 1997.

CLÉMENT, Olivier, *Questions sur l'homme*, Éd. Anne Sigier, Québec, 1986.

"*Corps de mort et de gloire. Petite introduction à une théopoétique du corps*, Desclée de Brouwer, Paris 1995.

*Aproximación a la oración. Los místicos cristianos de los orígenes*, Ed. Narcea, Madrid, 1986.

CHÉRCOLES, Adolfo, *La afectividad y los deseos*, EIDES nº 6, Barcelona 1995.

*Dones místiques. Època medieval*, J.J. de Olañeta, Editor, Palma de Mallorca 1996.

DÜRCKHEIM, Karlfried Graf, *El Maestro Interior*, Ed. Mensajero, Bilbao 1987.

*Meditar, porqué y cómo*, Ed. Mensajero, Bilbao 1989.

*Práctica del camino interior*, Mensajero.

*Experimentar la Trascendencia*, Ed. Luciérnaga, Barcelona 1992, 193 pp.

EUDOKIMOV, Paul, *El amor loco de Dios*, Narcea, Madrid 1990, 162 pp.

*Les âges de la vie spirituelle*, Desclée de Brouwer, Paris 1964

GROF, Christina i Stanislav, *La tormentosa búsqueda del Ser*, Ed. La Liebre de Marzo, Barcelona 1998.

GRÜN, Anselm, *La mitad de la vida como tarea espiritual*, Ed. Narcea, Madrid 1989, 106 pp.

JOHNSTON, William, *La música callada*, Paulinas, Madrid 1996. "Teología Mística", Ed. Herder, Barcelona 1997.

LAFRANCE, Jean, *La pregària del cor*, col. Gra de Blat, Montserrat (ed. castellana: *La oración del corazón*, Ed. Narcea, Madrid 1996).

"*Morar en Dios*", Paulinas, Madrid 1996.

LELOUP, Jean-Ives i Boff, L., *Terapeutas del desierto*, Sal Terrae, Santander 1999.

MARTIN VELASCO, Juan, *La experiencia cristiana de Dios*, Ed. Trotta, Madrid 1996.

MATTA EL MESKIN, *Consells per a la pregària*, Gra de Blat, Montserrat 1990, 70 pp. (ed. castellana: Narcea, col. Iconos).

OTON, Josep, *El inconsciente, morada de Dios?*, Ed. Sal Terrae, Cantabria 2000.

PANIKKAR, Raimon, *El mundanal Silencio*, Martínez Roca, Barcelona 1999, 174 pp.

*La intuición cosmoteàndrica*, Ed. Trotta, Madrid 1999.

SOPHRONY, Archimandrite *San Silouan el Athonita*, Ed. Encuentro, Madrid, 1996, 434 pp. (*Escritos Espirituals*, col. Grà de Blat, Montserrat 1982, 69 pp.).

TEILHARD DE CHARDIN, P. *El medi diví*, Nova Terra, Barcelona 1964, 179 pp.

WILBER, KEN, *Proyecto Atman*, Ed. Kairós, Barcelona 1996, 337 pp.

WARE, Kallistos, *El Dios del misterio y la oración*, Narcea, Col. Iconos, Madrid 1997, 203 pp