

EL CORAZÓN DE LA MÍSTICA

Teresa de Jesús · Juan de la Cruz
Ignacio de Loyola · Dôgen
Ibn Arabi · Miguel de Molinos

Título: EL CORAZÓN DE LA MÍSTICA

© 2013. Juan Espinosa

© 2013. Ediciones León Alado

Ilustración portada: Simone Casu

I.S.B.N.: 978-84-941286-6-0

Depósito Legal: M-27716-2013

Ediciones León Alado

<http://www.edicionesleonalado.net>

info@edicionesleonalado.net

EL CORAZÓN DE LA MÍSTICA

Teresa de Jesús · Juan de la Cruz
Ignacio de Loyola · Dôgen
Ibn Arabi · Miguel de Molinos



León Alado
Ediciones

CONTENIDO

Presentación	13
Dedicatoria	17
Teresa de Jesús. Experiencias místicas y procedimientos ...	19
Contexto.....	20
Breve biografía	20
Contexto histórico.....	21
Antecedentes de Las Moradas	22
Desarrollo.....	26
Introducción.....	27
Así presenta Teresa de Jesús <i>Las Moradas</i>	27
Sobre el Propósito	28
Sobre la persistencia	28
Sobre la carga afectiva.	28
El Propósito actúa co-presente. Vivir en él, humildad y desasimiento (ataraxia).....	29
Procedimientos	29
Experiencias místicas	34
La entrada a lo profundo con diversas traducciones	34
Experiencias con el guía	40
Experiencias de proyección del espíritu	44
Experiencias con la Luz	45
Resumen.....	46
Síntesis.....	48
La entrada a lo Profundo en Juan de la Cruz.....	51
Contexto.....	52
Breve Biografía	52
Contexto histórico.....	53
Desarrollo.....	54
Nota sobre el lenguaje y el paisaje cultural-religioso	54

Procedimientos	55
Actitudes e intereses.....	55
El vacío.....	56
Entrada.....	59
Propósito.....	61
Un experimento.....	62
La entrada a lo profundo	64
La supresión del yo.....	64
Y el rescate de significados.....	66
Fusión con Dios.....	70
Poesías	72
Más experimentos: Entreme donde no supe	72
Noche Oscura.....	75
Otra poesía: En la quietud de mi mente.....	77
Resumen	80
Síntesis.....	80
Ignacio de Loyola. La vía alegórica para la transformación interna	83
Nota sobre una Psicología Trascendental.....	84
¿Cuál es la vía alegórica?.....	90
Ejemplos.....	91
Experiencia personal.....	95
Autotransferencia.....	95
Proceso transferencial	96
Ignacio de Loyola.....	100
¿Quién fue Ignacio de Loyola?.....	100
Los Ejercicios Espirituales.....	103
Introducción.....	106
Desarrollo	109
Resumiendo	117
La experiencia en Ignacio	117
La clave de la experiencia.....	117
La disponibilidad para el cambio	120
Algunas experiencias	123
Resumen.....	128
Síntesis.....	129
Anexo I - Definición de Alegoría.....	129
A.- De Autoliberación	129
B.- Del Diccionario de la Lengua Española de la RAE.	131

Eihei Dôgen. La entrada de la vía mental en Japón.....	133
Introducción al budismo	134
Introducción al Zen	138
Ejemplos de la Vía Zen	142
La entrada del Zen en Japón	159
Eihei Dôgen	161
Biografía y presentación.....	161
Concepciones (doctrina)	163
Procedimientos	167
Propósito	170
Diversas experiencias y comprensiones	172
Síntesis y un camino.....	174
Maestros posteriores	176
Repercusiones en la cultura japonesa.....	182
Resumen	184
Síntesis.....	185
Glosario.....	186
Ibn Arabi. La mística sufi universalista.....	195
Contexto e Introducción al sufismo	196
Ibn Arabi.....	199
Biografía.....	199
Concepciones (doctrina)	203
Ubicación frente al mundo	208
Lo profundo del ser humano	209
Mirada interna y el velo de la realidad.....	210
Universalismo.....	211
Estilo de vida	213
Acción reflexiva.....	213
Comportamiento moral.....	217
Amor.....	218
Procedimientos	220
Dhikr	220
Propósito y carga afectiva.....	222
Diversas experiencias y comprensiones	224
Significados	227
Paso doce	229
Fanâ	230
La poesía de lo profundo	232
Resumen	234
Síntesis.....	234

Miguel de Molinos. Apuntes sobre el ocaso de la mística europea	235
Explicación del título	236
La mística del siglo XVI y XVII: La gran oleada	237
De dónde venimos. Momentos previos	237
La gran oleada	239
El momento final	242
Publicación de la Guía Espiritual: fenómeno editorial.	243
Apoyos y aproed. BAC.iones.....	244
Cartas	245
Lucha franco-romana y contexto previo del quietismo en Italia.	246
Condenación y escenificación	249
Explicación de la condena	252
Persecución. La vela se apaga	253
Miguel de Molinos y la Guía Espiritual	255
Biografía	255
La Guía. Presentación, aclaraciones, conceptos y destinatario.....	256
Actitud.....	258
Procedimientos	259
Carga afectiva	261
Desapego	262
Dificultades	263
Significados profundos y experiencias.....	264
Epílogo	268
Resumen	272
Síntesis.....	273
Los mitos en momentos de derrumbe social	277
Bibliografía	293

EL CORAZÓN DE LA MÍSTICA

Teresa de Jesús · Juan de la Cruz
Ignacio de Loyola · Dôgen
Ibn Arabi · Miguel de Molinos

PRESENTACIÓN

El presente trabajo tiene por objeto de estudio a los grandes místicos de la historia universal, en cualquier tiempo, en cualquier latitud. Y por Interés, rescatar y reconocer sus experiencias místicas y los procedimientos para producirlas. Encontrar a quienes emprendieron grandes búsquedas espirituales que, aprovechando lo que había en su entorno, llegaron a esas experiencias trascendentes e irradiaron con fuerza influyendo significativamente.

El punto de vista está dado por la luz de mis experiencias personales en el trabajo interno, en la disciplina y en los trabajos de ascesis y entendidas desde el encuadre general de *Psicología IV* de Silo¹ donde se explica el acceso a los niveles profundos de la conciencia. O sea, no es un punto de vista analítico teorizante. Es el punto de vista de un practicante, de un caminante de la senda interna.

En cuanto al encuadre del estudio, cada uno de los seis trabajos tiene su marco particular como particular es la situación que viven y las características de cada uno de los místicos. Así el encuadre se

1 Silo, *Apuntes de psicología*, Ulrica Ediciones, Rosario, Argentina, 2006, pág. 334.

adapta a las circunstancias y al personaje. Esta flexibilidad, sin dejar de priorizar en la experiencia y los procedimientos, nos permite entrever el origen de la alegoría de las moradas del castillo interior en Teresa de Jesús, disfrutar de lo poético en Juan de la Cruz, comprender mejor la vía alegórica en Ignacio de Loyola, impresionarnos por la larga tradición Chan (Zen) y su impacto en Japón con Dôgen, sorprendernos ante el universalismo de Ibn Arabi, arrojar algo de luz en el final de la mística occidental en Miguel de Molinos.

Conexión con mi ascesis. En junio de 2001 llevaba unos dos años en una crisis existencial cuando en un retiro sobre el tema de la Fuerza² algo me pasó. Fue una pequeña experiencia con la Fuerza pero en el vacío interno en el que me encontraba resonó con fuerza y me ayudó a entender que con el trabajo interno diario podría orientar mi vida, que el trabajo interno me ayudaría a encontrar el Sentido. Me comprometí conmigo mismo y desde entonces trabajo internamente todos los días. ¡Qué agradecido estoy a eso que ocurrió y al Mensaje de Silo para que eso ocurriera! Qué agradecido estoy porque permaneciendo en la búsqueda la intención se cumplió, encontré lo que buscaba y me cambió la vida.

2 Sobre estos trabajos se puede consultar los capítulos sobre la Fuerza en Silo, *El Mensaje de Silo*, Edaí, Madrid, 2008 y el seminario sobre la Fuerza y el retiro sobre la Fuerza en el *Manual de Tmas Formativos y Prácticas para los Mensajeros*, en <http://www.elmensajedesilo.net/>

Aunque el trabajo diario ha ido cambiando, el trabajo con la Fuerza ha sido la referencia central y casi permanente. Además emprendí la lectura de los místicos empezando por mi entorno cultural. De esa experiencia y de esa lectura fructifica ahora este libro.

Ahora que insisto en el trabajo interno busco una disponibilidad más profunda para el ascesis, para cambiarme nuevamente, para disponerme otra vez, para dejarme tocar por los mensajes de lo Profundo. Y elevar las cotas del desarrollo espiritual.

Nota.

Este libro consta de seis estudios y una conferencia. Todos ellos fueron presentados entre marzo de 2011 y octubre de 2013 en Parques de Estudio y Reflexión de Toledo, aunque en algunos casos el estudio se inició años atrás. Se han revisado para la presente edición con el objeto de adaptar el lenguaje al medio social. Las modificaciones que han sufrido han sido mínimas. La conferencia añadida, aunque no toca centralmente el tema de la mística, sí habla de la situación social capaz de provocar una nueva mística social, que estamos deseando y esperando, y que sin duda será el caldo de cultivo para el despertar de nuevos y grandes místicos como los hubo en el pasado.

Este libro quizá se continúe en un segundo volumen ya que el presente está exageradamente balanceado hacia Occidente y el cristianismo. La intención es compensar este desnivel sacando a la luz estudios

de místicos del área musulmana, hindú, china, lejano oriente.

Mi agradecimiento a Clara A., Isabel P., Nunci P. y Sara T. Con sus correcciones, comentarios y recomendaciones han elevando el nivel de esta obra.

Juan Espinosa
juanepinosanton@gmail.com
Centro de Estudios, Parques de Estudio
y Reflexión Toledo
www.parquetoledo.org
Primavera de 2013

*A Silo, el Prometeo de la nueva era.
Y a todo aquel, no importa en qué
tiempo y en qué lugar, que haya
comprendido lo espiritual como
lo importante y la unidad interna
como la fuente del Sentido.*

TERESA DE JESÚS
Experiencias místicas
y procedimientos

CONTEXTO

Breve biografía

Teresa de Jesús nace en la ciudad castellana de Ávila el 28 de marzo de 1515. A los dieciocho años declara su vocación mística y a los 20 entra en el convento de la Encarnación de Ávila de la orden de los Carmelitas. El año siguiente toma los hábitos. Dos años después, a los 23, lee *El tercer abecedario espiritual* de Francisco de Osuna e inicia la oración diaria y la búsqueda de “la unión con Dios”. Al año siguiente una grave enfermedad la pone en situación de desahucio y es incluso amortajada. Durante los siguientes 16 años continúa su búsqueda sin resultado como describe ella misma en *Cuentas de conciencia*³. A los 39 años, en 1554, la lectura de *Las confesiones* de San Agustín la incendia interiormente y se produce un fenómeno de conversión. Poco después empiezan las experiencias místicas y dos años después, ante la imagen de un Cristo llagado se produce una nueva conversión. Desde aquí sus experiencias místicas serán cada vez más profundas y

3 Teresa de Jesús. *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 474.

con más comprensión. Paralelamente inicia la tarea de refundar la orden y a la vista de las graves dificultades e incluso denuncias que recibe crea una nueva orden llamada Los Carmelitas Descalzos. En 1562, a los 47 años consigue la fundación del primer convento: San Josef de Ávila. A partir de aquí esta tarea le llevará a fundar, con desparejo éxito, unos 20 conventos. Ese mismo año, 1562, es el del inicio de sus escritos. Durante los siguientes 20 años hasta el momento de su muerte —4 de octubre de 1582, a los 67 años— tiene por tareas la fundación de conventos y la redacción de escritos. A la luz de sus escritos, la intensa búsqueda espiritual estaba en el centro de su estilo de vida.

Contexto histórico

Describir la España del siglo XVI es harto complejo y necesitaría mucho estudio y desarrollo. Pero sí podemos apuntar algunos aspectos. Culturalmente España no es uniforme. En este momento gran parte de la población es musulmana, aproximadamente un tercio (serán expulsados en 1610); y cuenta también con una fuerte influencia de aquellos judíos que prefirieron convertirse y quedarse a raíz de la orden de expulsión de 1492. Además España acusa el choque cultural del descubrimiento de América con la entrada de productos, de riquezas, y la marcha de habitantes que viajan a América.

Es un siglo difícil con la Reforma y la Contrarreforma, con el Humanismo y los aires del Renacimiento

que llegan a las universidades, principalmente a la de Alcalá de Henares. A mitad de siglo, Felipe II ante el temor de que las luchas religiosas del centro de Europa se extiendan a España cierra la Península impidiendo a los estudiantes salir a las universidades europeas, prohibiendo multitud de libros de humanistas europeos que circulaban por los círculos universitarios, y denegando la entrada de estudiantes europeos en España.

Pero desde mi punto de vista, el hecho más llamativo y sorprendente es la efervescencia mística que durante dos siglos y medio inunda España –del 1450 al 1700– y que produce un grupo de grandes místicos además de un sinfín de corrientes espirituales entre las que destacan los alumbrados, espirituales, dejados, recogidos y quietistas. Estos místicos y estas corrientes tuvieron serios problemas con la ortodoxia católica. Se podría decir que lo espiritual, lo místico o la unión con Dios era un tema presente en lo social.

Antecedentes de *Las Moradas*

Aunque he estudiado todos los escritos de Teresa de Jesús –excluidas las 440 cartas que se conservan–, justo es reconocer que su obra principal y de mayor altura espiritual es *Las Moradas del Castillo Interior*. No he hecho un estudio exhaustivo de los antecedentes de esta alegoría porque nos saldríamos del encuadre de la presente monografía. Pero sí he indagado sus raíces buscando estos antecedentes.

La primera referencia a *Las Moradas* que he encontrado la hace Juan Climaco en su libro *Escala al Paraíso*. Este monje escribe en el siglo VII en el monasterio de Santa Catalina en el Monte Sinai:

13. A la impassibilidad se la considera como el palacio celeste del Rey de los Cielos; las numerosas moradas (cf. Jn 14:2) son los diversos estados espirituales que se encuentran allí y el muro de esta Jerusalén celestial es la remisión de los pecados. Corramos, hermanos míos, corramos para entrar en la cámara nupcial de ese palacio. Si nos detiene una carga pesada, una predisposición contraria o la falta de tiempo, ¡qué desastre! Pero, al menos, ocupemos una de esas moradas que se encuentran alrededor de la cámara nupcial. Sin embargo, si nos sentimos demasiado débiles para esto, asegúremonos de todas maneras un lugar en el interior de los muros. Pues quien no entra o no escaló ese muro antes de su muerte, tendrá por morada el desierto de los demonios y de las pasiones. Por eso, alguien decía en su oración: “Con mi Dios escalo la muralla” (Sal 17:30)...⁴

Aunque para los estudiosos y especialistas⁵ las primeras referencias a unas moradas o castillos interiores aparecen en Bagdad en el siglo IX. La primera referencia es Al-Hakim al-Tirmidi quien describe estos castillos resplandecientes en su obra *Gawr al-umu*. Unos pocos años después, uno de los fundadores del su-

4 Juan Climaco. *Escala Espiritual o Escala del Paraíso*. Monte Casino, Zamora, 2004. Cap. XXIX, V. 13, pág. 314.

5 Dos grandes especialistas que han investigado los antecedentes de la mística castellana del siglo XVI en la mística musulmana han sido Miguel Asín Palacios y Luce López-Baralt. Ambos tienen una extensa bibliografía en español sobre este tema.

fismo, Ahman b. Muhammad Abu-l-Hasan al-Bagawi (840-907), llamado Al-Nuri (el lumínico o el luminoso) escribe también en Bagdad el breve libro *Moradas de los corazones*:

Has de saber que Dios –enaltecido sea– ha creado en el corazón del creyente siete castillos con cercos y muros alrededor. Ordenó al creyente que se mantuviera dentro de estos castillos...⁶

Esta alegoría se instala en la mística sufí e islámica y aparece en diversas expresiones durante los siguientes siglos. En el siglo XIII Ibn 'Ata Allah de Alejandría escribe:

Porque las moradas de la certeza mística y la luz que a todas ellas inunda asemejanse a los muros o cercos que rodean la ciudad y a sus castillos. Los muros son las luces y los castillos son las moradas de la certeza mística, que circundan la ciudad del corazón.⁷

Y poco después, Muhama ibn Musa al-Damiri el egipcio (1344-1405) da nuevo vuelo a esta alegoría:

Han de saber que Dios creó siete castillos en el corazón del hombre. El primer castillo es de oro, y es el conocimiento de Dios. Alrededor de él hay un castillo de plata, y es la fe en Él; alrededor hay (...) El creyente está en el interior de estos castillos y el demonio se encuentra afuera ladrando como el perro. Pero el creyente no tiene nada que temer, ya que está defen-

6 Abu-l-Hasan al-Nuri de Bagdad, *Moradas de los Corazones*, Trotta, 1999, Madrid, pág. 90.

7 Asín Palacios, Miguel, “*Símil de los castillos y moradas del alma en la mística islámica y en Santa Teresa*”, *Revista Al-Andalus: revista de las Escuelas de Estudios Árabes de Madrid y Granada*, Año 1946, vol. 11, núm. 2, pág. 263.

*...dido en el interior de estas fortalezas. Es necesario [sin embargo], que el creyente no abandone jamás la disciplina del alma bajo ninguna circunstancia.*⁸

También en la mística hebrea encontramos estas alegorías. Primero en los Hejalot, libros místicos que aparecen a partir del siglo III. Más adelante aparece plenamente desarrollado en *El Zohar*⁹ escrito en Guadalajara hacia 1290 por Moisés ben Shem-Tov de León. Esta es la séptima morada o sala celestial:

*...sin forma visible, es la más elevada y misteriosa de todas, protegida por un velo que la separa de todas las demás esferas y mansiones... Es allí donde todos los espíritus, como luces menores, se funden con la gran luz divina y, penetrando en el velo del Santo de los Santos, se colman de las bendiciones que manan de él, como del agua de una fuente inagotable que siempre fluye. En esta mansión está el gran Misterio de los Misterios, el más interior, el más profundo, más allá de toda comprensión y entendimiento humanos, la Voluntad eterna e infinita.*¹⁰

No se sabe que Teresa de Jesús tuviera contacto con los textos de los místicos hebreos y musulmanes. Su lectura, además, pondría a la mística en serias dificultades, además de las que ya tuvo, con la Inquisición. En cualquier caso, es probable que la simbología de las moradas de los corazones corriese entre los

8 Abu-L-Hasan al-Nuri de Bagdad, *Moradas de los Corazones*, Trotta, 1999, Madrid, pág. 67.

9 *El Zohar* o *Libro del Explendor*, este extenso libro (cinco volúmenes) es la piedra fundamental de la Kábala, para la mística judía un libro canónico de la importancia del Talmud.

10 Green, D., *Gold in the Crucible*, UK, Element, 1989, pág. 92.

místicos de la época que tenían fácil contacto con la cultura hebrea e islámica que todavía estaba caliente en España. Pero también es comprensible que dado el paisaje castellano (Castilla = tierra de Castillos) en el que murallas y castillos abundan se tomara este elemento para facilitar descripciones de estados internos.

También destacar que esta forma alegórica de describir el paisaje interno por el que transita el buscador de verdades trascendentes o de experiencias luminosas no nos es ajena y es descrito de una manera nueva por Silo. En *La mirada interna*¹¹, el Maestro habla de moradas, caminos, posadas, pasadizos, sendas, reinos, refugios, vías de ascensos y escalinatas describiendo con alegorías el mundo interno por el que estamos transitando.

DESARROLLO

Nota sobre los textos. La lengua castellana desde el siglo XVI hasta nuestros días ha sufrido grandes cambios, de ahí que sea a veces un poco difícil comprender los textos de esta época. Hay que tener en cuenta no solo la dificultad del léxico sino también la gran subordinación de las frases, rasgo característico del castellano de los Siglos de Oro y en especial de la sintaxis de Teresa de Jesús. Algunas partes más difíciles llevan comentarios aclaratorios. En la selección de

11 Silo, *El Mensaje de Silo, La Mirada Interna*, Edaf, 2008, Madrid. Cap XIX y XX, págs. 79 a 88.

textos y también en su comprensión y explicación hay una parte interpretativa no pequeña. He resaltado en negrita algunos párrafos o frases que me parecen especialmente significativos.

Introducción

Así presenta Teresa de Jesús *Las moradas*

1. *Estando hoy suplicando a nuestro Señor hablase por mí, porque yo no atinaba a cosa que decir ni cómo comenzar a cumplir esta obediencia, se me ofreció lo que ahora diré, para comenzar con algún fundamento: que es considerar nuestra alma como un castillo todo de un diamante o muy claro cristal, adonde hay muchos aposentos, así como en el cielo hay muchas moradas. Que si bien lo consideramos, hermanas, no es otra cosa el alma del justo sino un paraíso adonde dice El tiene sus deleites. (...)*

3. *Pues consideremos que este castillo tiene –como he dicho– muchas moradas, unas en lo alto, otras embaajo, otras a los lados; y en el centro y mitad de todas éstas tiene la más principal, que es adonde pasan las cosas de mucho secreto entre Dios y el alma.¹²*

5. *Pues tornando a nuestro hermoso y deleitoso castillo, hemos de ver cómo podremos entrar en él. Parece que digo algún disparate; porque si este castillo es el ánima claro está que no hay para qué entrar, pues se es él mismo; como parecería desatino decir a uno que entrase en una pieza estando ya dentro.*

Mas habéis de entender que va mucho de estar a estar; que hay muchas almas que se están en la ronda del cas-

12 Teresa de Jesús. *Moradas del Castillo Interior*, Ed. BAC, Madrid, 1977. *Moradas primeras*, Cap. 1, pág. 365.

*tillo que es adonde están los que le guardan, y que no se les da nada de entrar dentro ni saben qué hay en aquel tan precioso lugar ni quién está dentro ni aun qué piezas tiene. Ya habréis oído en algunos libros de oración aconsejar al alma que entre dentro de sí; pues esto mismo es.*¹³

Sobre el Propósito

Sobre la persistencia

*1. Esta monja ha cuarenta años que tomó el hábito y desde el primero comenzó a pensar en la Pasión de nuestro Señor por los misterios y en sus pecados, sin nunca pensar en cosa que fuese sobrenatural, sino en las criaturas o cosas de que sacaba cuán presto se acaba todo, y en esto gastaba algunos ratos del día sin pasarle por pensamiento desear más, porque se tenía por tal, que aun pensar en Dios veía que no merecía. En esto pasó como veintidós años con grandes sequedades, leyendo también en buenos libros.*¹⁴

Cuando dice “Sacaba cuán presto se acaba todo” parece que expresa el sentimiento, el registro de finitud de la propia vida. Y en “En esto pasó como veintidós años con grandes sequedades” explica que durante 22 años no obtuvo frutos ni experiencias.

Sobre la carga afectiva

7. Porque me he alargado mucho en decir esto en otras partes, no lo diré aquí. Sólo quiero que estéis advertidas que, para aprovechar mucho en este camino y subir a las moradas que deseamos, no está la

13 *Ibíd.*, Moradas primeras, pág. 366.

14 Teresa de Jesús, *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977. pág. 474.

*cosa en pensar mucho, sino en amar mucho; y así lo que más os despertare a amar, eso haced.*¹⁵

El Propósito actúa co-presente. Vivir en él, humildad y desasimiento (ataraxia)

10. Después de hacer lo que los de las moradas pasadas, ¡humildad, humildad! Por ésta se deja vencer el Señor a cuanto de él queremos; y lo primero en que veréis si la tenéis, es en no pensar que merecéis estas mercedes y gustos del Señor ni los habéis de tener en vuestra vida. Diréisme que de esta manera que ¿cómo se han de alcanzar no los procurando? –A esto respondo que no hay otra mejor de la que os he dicho y no los procurar, por estas razones: la primera, porque lo primero que para esto es menester es amar a Dios sin interés;

*Suyas somos, hermanas; haga lo que quisiere de nosotras; llévenos por donde fuere servido. Bien creo que quien de verdad se humillare y desasiere (digo de verdad, porque no ha de ser por nuestros pensamientos, que muchas veces nos engañan, sino que estemos desasidas del todo), que no dejará el Señor de hacernos esta merced y otras muchas que no sabremos desear. Sea por siempre alabado y bendito, amén.*¹⁶

Procedimientos

He encontrado muchas recomendaciones y descripciones de maneras de orar, aunque no un procedimiento claro, paso a paso. Destaco estas.

15 Teresa de Jesús, *Moradas del Castillo Interior*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Cuartas Moradas. Cap. 1, pág. 383.

16 *Ibíd.*, Cuartas Moradas, Cap. 2 pág. 387.

1. *La manera de proceder en la oración que ahora tengo, es la presente; pocas veces son las que estando en oración puedo tener discurso de entendimiento, porque luego comienza a recogerse el alma y estar en quietud o arrobamiento, de tal manera que ninguna cosa puedo usar de los sentidos, tanto que, si no es oír –y eso no para entender–, otra cosa no aprovecha.*¹⁷

1. *Ahora vengamos al desasimiento que hemos de tener, porque en esto está el todo, si va con perfección. Aquí digo está el todo;*¹⁸

2. *Esta es la oración mental, hijas mías, entender estas verdades. Si queréis ir entendiendo esto y rezando vocalmente, muy enhorabuena. No me estéis hablando con Dios y pensando en otras cosas, que esto es lo que hace no entender qué cosa es la oración mental. Creo va dado a entender. No os espante nadie con esos temores. Alabad a Dios, que es poderoso sobre todos y que no os lo pueden quitar; antes la que no pudiere rezar vocalmente con esta atención, sepa que no hace lo que es obligada y que lo está –si quiere rezar con perfección– de procurarlo con todas sus fuerzas, so pena de no hacer lo que debe a esposa de tan gran Rey. Suplicadle, hijas mías, me dé gracia para que lo haga como os lo aconsejo, que me falta mucho. Su majestad lo provea por quien es.*¹⁹

Insiste en la concentración sobre la oración mental y no hacerla pensando en otras cosas. Poner atención y todas las fuerzas en el rezo si se quiere rezar con perfección.

17 Teresa de Jesús, *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 452.

18 Teresa de Jesús, *Camino de Perfección*. Códice El Escorial, Obras Completas. Ed. BAC Madrid, 1977, pág. 222.

19 *Ibíd.*, pág. 267.

1. *Ahora, pues, tornemos a nuestra oración vocal para que se rece de manera que, sin entendernos, nos lo dé Dios todo junto, y para –como he dicho– rezar como es razón, la examinación de la conciencia y decir la confesión y santiguaros, ya se sabe ha de ser lo primero. Procurad luego, hija, pues estáis sola, tener compañía. Pues ¿qué mejor que la del mismo Maestro que enseñó la oración que vais a rezar? Representad al mismo Señor junto con vos y mirad con qué amor y humildad os está enseñando; y creedme, mientras pudierais, no estéis sin tan buen amigo. Si os acostumbráis a traerle cabe vos, y Él ve que lo hacéis con amor y que andáis procurando contentarle, no le podréis –como dicen– echar de vos; no os faltará para siempre; os ayudará en todos vuestros trabajos; le tendréis en todas partes: ¿pensáis que es poco un tal amigo al lado?*²⁰

Aquí recomienda trabajar con el registro de la presencia de Dios al lado de uno: “junto con vos”, también “cabe vos”.

2. *... Por eso, hermanas, por amor del Señor os acostumbréis a rezar con este recogimiento el Paternoster y veréis la ganancia antes de mucho tiempo. Porque es modo de orar que hace tan presto costumbre a no andar el alma perdida y las potencias alborotadas, como el tiempo os lo dirá (solo os ruego lo provéis, aunque os sea algún trabajo, que todo lo que no está en costumbre le da más); mas yo os auguro que antes de mucho os sea gran consuelo entender que sin cansaros a buscar a donde está santo Padre a quien pedís, le hallareis dentro de vos.*²¹

Esta es la vía alegórica donde el practicante se representa a sí mismo siguiendo las escenas y las cargas

20 *Ibíd.*, pág. 273.

21 *Ibíd.*, págs. 285 y 286.

afectivas del Padrenuestro con el interés de producir reconciliaciones y cambios de actitud. Esta vía alegórica, de muy diversas formas, desde el Credo hasta el seguimiento de las imágenes de la Pasión de Cristo, era de uso muy frecuente y la vía principal de Ignacio de Loyola en sus *Ejercicios Espirituales* para producir conversiones en aquellos que querían entrar a formar parte de la Compañía de Jesús. Pero sigamos con Teresa:

1. Los efectos de esta oración son muchos: algunos diré, y primero, otra manera de oración que comienza casi siempre primero que ésta, y por haberla dicho en otras partes, diré poco. Un recogimiento que también me parece sobrenatural, porque no es estar en oscuro ni cerrar los ojos, ni consiste en cosa exterior, puesto que, sin quererlo, se hace esto de cerrar los ojos y desear soledad; y sin artificio, parece que se va labrando el edificio para la oración que queda dicha; porque estos sentidos y cosas exteriores parece que van perdiendo de su derecho porque el alma vaya cobrando el suyo que tenía perdido.

6. La segunda razón es, que estas obras interiores son todas suaves y pacíficas, y hacer cosa penosa, antes daña que aprovecha. Llamo penosa fuerza que nos queramos hacer, como sería pena detener el huelgo; sino dejarse el alma en las manos de Dios, haga lo que quisiere de ella, con el mayor descuido de su provecho que pudiere y mayor resignación a la voluntad de Dios.²²

En este párrafo parece recomendar el no forzarse con penas ni con daños, por ejemplo, detener la respiración –“detener el huelgo”–, sino dejarse en manos

22 Teresa de Jesús. *Moradas del Castillo Interior*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Cuartas Moradas, Cap. 2, pág. 387.

de Dios, o entregarse al Propósito²³ en un lenguaje mas universal Esta cita continúa así:

7. La tercera es, que el mismo cuidado que se pone en no pensar nada quizá despertará el pensamiento a pensar mucho. (...)

Lo que entiendo que más conviene que ha de hacer el alma que ha querido el Señor meter a esta morada es lo dicho, y que sin ninguna fuerza ni ruido procure atajar el discurrir del entendimiento, mas no el suspenderle ni el pensamiento, sino que es bien que se acuerde que está delante de Dios y quién es este Dios. Si lo mismo que siente en sí le embebiere, enhorabuena; mas no procure entender lo que es, porque es dado a la voluntad; déjela gozar sin ninguna industria más de algunas palabras amorosas, que aunque no procuremos aquí estar sin pensar nada, se está muchas veces, aunque muy breve tiempo...²⁴

Aquí está insistiendo en cortar el discurrir, y hacerlo con el registro de la presencia de Dios. Y no intentar comprender.

5. Dije que no era cosa soñada, porque en la morada que queda dicha, hasta que la experiencia es mucha queda el alma dudosa de qué fue aquello: si se le antojó, si estaba dormida, si fue dado de Dios, si se transfiguró el demonio en ángel de luz. Queda con mil sospechas, y es bien que las tenga, porque –como dije– aun el mismo natural nos puede engañar allí

23 En la nota 7 (antigua nota 8) del material “Las Cuatro Disciplinas” (<http://www.parquepuntadevacas.net/>) se habla del cambio de paisaje interno que se puede producir concluido un trabajo disciplinario al organizar una Ascesis con sus pasos de entrada y, principalmente, como esa nota explica, al armar un Propósito.

24 *Ibíd.*, Cuartas Moradas, Cap. 3, pág. 389.

alguna vez; porque aunque no hay tanto lugar para entrar las cosas ponzoñosas, unas lagartijillas sí, que como son agudas por doquiera se meten; y aunque no hacen daño, en especial si no hacen caso de ellas – como dije– porque son pensamientillos que proceden de la imaginación y de lo que queda dicho, importunan muchas veces. Aquí, por ayudas que son las lagartijas, no pueden entrar en esta morada; porque ni hay imaginación, ni memoria ni entendimiento que pueda impedir este bien. Y osaré afirmar que si verdaderamente es unión de Dios, que no puede entrar el demonio ni hacer ningún daño; porque está Su Majestad tan junto y unido con la esencia del alma, que no osará llegar ni aun debe de entender este secreto. Y está claro: pues dicen que no entiende nuestro pensamiento, menos entenderá cosa tan secreta, que aun no la fía Dios de nuestro pensamiento. ¡Oh gran bien, estado adonde este maldito no nos hace mal! Así queda el alma con tan grandes ganancias, por obrar Dios en ella sin que nadie le estorbe, ni nosotros mismos. ¿Qué no dará quien es tan amigo de dar y puede dar todo lo que quiere?²⁵

Experiencias místicas

La entrada a lo profundo con diversas traducciones

6. Tornando al verso, en lo que me puede aprovechar, a mi parecer, para aquí, es en aquel ensanchamiento; que así parece que, como comienza a producir aquella agua celestial de este manantial que digo de lo profundo de nosotros, parece que se va dilatando y ensanchando todo nuestro interior y produciendo unos

25 Ibid., Moradas Quintas, Cap. 1, pág. 393.

bienes que no se pueden decir, ni aun el alma sabe entender qué es lo que se le da allí. Entiende una fragancia –digamos ahora– como si en aquel hondón interior estuviese un brasero adonde se echasen olorosos perfumes; ni se ve la lumbre, ni dónde está; mas el calor y humo oloroso penetra toda el alma y aun hartas veces –como he dicho– participa el cuerpo.

Mirad, entendedme, que ni se siente calor ni se huele olor, que más delicada cosa es que estas cosas; sino para dáoslo a entender. Y entiendan las personas que no han pasado por esto, que es verdad que pasa así y que se entiende, y lo entiende el alma más claro que yo lo digo ahora; que no es esto cosa que se puede antojar, porque por diligencias que hagamos no lo podemos adquirir, y en ello mismo se ve no ser de nuestro mental, sino de aquel purísimo oro de la sabiduría divina. Aquí no están las potencias unidas, a mi parecer, sino embebidas y mirando como espantadas qué es aquello.²⁶

Una experiencia de entrada a lo profundo. Las potencias –sentidos, intelecto– están bloqueadas y no es nuestro intelecto –se ve no ser de nuestro mental– ni se entra por reflexiones –diligencias–.

8. Desde a poco tiempo comenzó Su Majestad, como me lo tenía prometido, a señalar más que era El, creciendo en mí un amor tan grande de Dios, que no sabía quién me le ponía, porque era muy sobrenatural, ni yo le procuraba. Veíame morir con deseo de ver a Dios, y no sabía adónde había de buscar esta vida, si no era con la muerte. Dábanme unos ímpetus grandes de este amor, que, aunque no eran tan insufrideros como los que ya otra vez he dicho ni de tanto valor, yo no sabía qué me hacer; porque nada me satisfacía, ni cabía en mí, sino que verdaderamente

26 *Ibíd.*, Cuartas Moradas, Cap. 2, pág. 386.

*me parecía se me arrancaba el alma. ¡Oh artificio soberano del Señor! ¡Qué industria tan delicada hacíais con vuestra esclava miserable! Escondíaisos de mí y apretábaisme con vuestro amor, con una muerte tan sabrosa que nunca el alma querría salir de ella.*²⁷

En esta experiencia me parece ver una experiencia de arrebató en la que describe una carga afectiva muy grande que no sabía de dónde venía.

*6. Cuando es unión de todas las potencias, es muy diferente, porque ninguna cosa puede obrar; porque el entendimiento está como espantado; la voluntad ama más que entiende, mas ni entiende si ama, ni qué hace, de manera que lo pueda decir; la memoria, a mi parecer, que no hay ninguna, ni pensamiento, ni aun por entonces son los sentidos despiertos, sino como quien los perdió para más emplear el alma en lo que goza, a mi parecer, que por aquel breve espacio se pierden. Pasa presto. En la riqueza que queda en el alma de humildad y otras virtudes y deseos, se entiende el gran bien que le vino de aquella merced; mas no se puede decir lo que es, porque aunque el alma se da a entender, no sabe cómo lo entiende, ni decirlo. A mi parecer, si ésta es verdadera, es la mayor merced que nuestro Señor hace en este camino espiritual, a lo menos de las grandes.*²⁸

Una experiencia de entrada a lo profundo muy bien descrita. No hay entendimiento, ni memoria, ni pensamiento y los sentidos no están despiertos. Pasa por breve espacio, pasa presto. Y queda en el alma una humildad y suavidad tan grandes que no sabe

²⁷ Teresa de Jesús. *El Libro de la Vida*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Cap. 29, pág. 129.

²⁸ Teresa de Jesús. *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 481.

cómo explicarlo, ni decirlo. Es la mayor merced (gracia recibida) en el camino espiritual.

8. *La diferencia que hay de arrobamiento y arrebatamiento, es que el arrobamiento va poco a poco muriéndose a estas cosas exteriores y perdiendo los sentidos y viviendo a Dios. El arrebatamiento viene con una sola noticia que Su Majestad da en lo muy íntimo del alma, con una velocidad que la parece que la arrebatara a lo superior de ella, que, a su parecer, se le va del cuerpo; y así es menester ánimo a los principios para entregarse en los brazos del Señor, llévela a do quiere. Porque, hasta que su Majestad la pone en paz adonde quiere llevarla (digo llevarla, que entienda cosas altas), cierto es menester a los principios estar bien determinada a morir por El; porque la pobre alma no sabe qué ha de ser aquello, digo a los principios.*²⁹

Parece que ella llama arrobamiento a lo que podríamos decir entrada a lo profundo y describe de manera muy parecida el arrebatamiento o arrebatado a como lo describe Silo en *Psicología IV*³⁰ o Luis A. Ammann en *Autoliberación*³¹.

9. *Pues tornando a la señal que digo es la verdadera, ya veis esta alma que la ha hecho Dios boba del todo para imprimir mejor en ella la verdadera sabiduría, que ni ve ni oye ni entiende en el tiempo que está así, que siempre es breve, y aun harto más breve le parece a ella de lo que debe de ser. Fija Dios a sí mismo en lo*

29 *Ibíd.*, pág. 482.

30 Silo, *Apuntes de Psicología*. Ulrica Ediciones, Rosario, Argentina, 2006, pág. 326.

31 Amman, Luis A. *Autoliberación*, Plaza y Valdes, México, 1991, pág. 250.

interior de aquel alma de manera que cuando torna en si en ninguna manera pueda dudar que estuvo en Dios y Dios en ella. Con tanta firmeza le queda esta verdad, que aunque pase años sin tornarle Dios a hacer aquella merced, ni se le olvida ni puede dudar que estuvo. Aun dejemos por los efectos con que queda, que éstos diré después; esto es lo que hace mucho al caso.

10. Pues diréisme: ¿cómo lo vio o cómo lo entendió, si no ve ni entiende? No digo que lo vio entonces, sino que lo ve después claro; y no porque es visión, sino una certidumbre que queda en el alma que sólo Dios la puede poner.³²

Otra experiencia de entrada a lo profundo. Ni ve, ni oye, ni entiende. Es breve y produce registro o sentimiento de certeza. No confundir la traducción de Dios. El fenómeno interno al que ella llama Dios otros lo han llamado Nirvana, Iluminación, el Ser, lo Absoluto.

13. Pues, tornando a lo que decía, manda el Esposo cerrar las puertas de las moradas y aun las del castillo y cerca; que en queriendo arrebatarse esta alma, se le quita el huelgo de manera que aunque duren un poquito más algunas veces los otros sentidos, en ninguna manera puede hablar; aunque otras veces todo se quita de presto y se enfrían las manos y el cuerpo de manera que no parece tiene alma, ni se entiende algunas veces si echa el huelgo. Esto dura poco espacio, digo para estar en un ser; porque quitándose esta gran suspensión un poco, parece que el cuerpo torna algo en sí y alienta para tornarse a morir y dar mayor vida al alma, y con todo no dura mucho este tan gran éstasi.³³

32 Teresa de Jesús. *Moradas del Castillo Interior*. Ed. BAC, Madrid, 1977. *Moradas Quintas*, Cap. 1, pág. 394.

33 *Ibíd.*, Séptimas *Moradas*, Cap. 1, pág. 416.

6. ...*En esto va poco: sea de una manera o de otra, el Señor la junta consigo; mas es haciéndola ciega y muda, como lo quedó San Pablo en su conversión, y quitándola el sentir cómo o de qué manera es aquella merced que goza; porque el gran deleite que entonces siente el alma, es de verse cerca de Dios. Mas cuando la junta consigo, ninguna cosa entiende, que las potencias todas se pierden.*³⁴

11. *Pasa con tanta quietud y tan sin ruido todo lo que el Señor aprovecha aquí al alma y la enseña, que me parece es como en la edificación del templo de Salomón, adonde no se había de oír ningún ruido; así en este templo de Dios, en esta morada suya, sólo El y el alma se gozan con grandísimo silencio. No hay para qué bullir ni buscar nada el entendimiento, que el Señor que le crió le quiere sosegar aquí, y que por una resquicia pequeña mire lo que pasa; porque aunque a tiempos se pierde esta vista y no le dejan mirar, es poquísimo intervalo; porque –a mi parecer– aquí no se pierden las potencias, mas no obran, sino están como espantadas.*³⁵

10. *Estando así el alma buscando a Dios, siente con un deleite grandísimo y suave casi desfallecer toda con una manera de desmayo que le va faltando el huelgo y todas las fuerzas corporales, de manera que, si no es con mucha pena, no puede aun menear las manos; los ojos se le cierran sin quererlos cerrar, o si los tiene abiertos, no ve casi nada; ni, si lee, acierta a decir letra, ni casi atina a conocerla bien; ve que hay letra, mas, como el entendimiento no ayuda, no la sabe leer aunque quiera; oye, mas no entiende lo que oye. Así que de los sentidos no se aprovecha nada, si no es para no la acabar de dejar a su placer; y así*

34 *Ibíd.*, pág. 439.

35 *Ibíd.*, Séptimas Moradas, Cap. 3, pág. 445.

*antes la dañan. Hablar es por demás, que no atina a formar palabra, ni hay fuerza, ya que atinase, para poderla pronunciar; porque toda la fuerza exterior se pierde y se aumenta en las del alma para mejor poder gozar de su gloria. El deleite exterior que se siente es grande y muy conocido.*³⁶

Una muy buena descripción del estado de supresión del yo. Esta descripción nos recuerda y se nos asemeja mucho a la descripción que hace Silo en el apartado “El acceso a los niveles profundos” en *Psicología IV*:

*Ahora bien, si alguien pudiera suspender y luego hacer desaparecer a su yo, perdería todo control estructural de la temporalidad y espacialidad de sus procesos mentales. Se encontraría en una situación anterior a la del aprendizaje de sus primeros pasos infantiles. No podría comunicar entre sí, ni coordinar sus mecanismos de conciencia; no podría apelar a su memoria; no podría relacionarse con el mundo y no podría avanzar en su aprendizaje. No estaríamos en presencia simplemente de un yo disociado en algunos aspectos, como pudiera ocurrir en ciertas afecciones mentales, sino que nos encontraríamos con alguien en un estado parecido al de sueño vegetativo.*³⁷

Experiencias con el guía

En este apartado incluyo experiencias de contacto con presencias o voces reconocidas como no producidas por uno mismo. Son experiencias que tienen

36 Teresa de Jesús. *El Libro de la Vida*. Ed. BAC, Madrid 1977. Cap. 18, pág. 84.

37 Silo, *Apuntes de Psicología*. Ulrica Ediciones, Rosario, Argentina, 2006, pág. 334.

el sabor de la verdad trascendente y producen una transformación inmediata del estado interno. Según el contexto cultural y epocal estas experiencias son comprendidas de diversas maneras. En este caso Teresa de Jesús las atribuye a Dios o a Jesucristo. En cambio Antonio el Grande (280-350 d.n.e.), uno de los padres del desierto y de la vida monástica lo explica así:

62. Cuando cierras la puerta de tu casa y estás solo, debes saber que está contigo el ángel que Dios ha reservado para cada hombre, y que los griegos llaman “numen tutelar”. Este, insomne y no sujeto a engaño, está siempre contigo. Todo lo ve, y las tinieblas no son un obstáculo para él. Debes saber que también está con él Dios, que está en todo lugar. No hay, de hecho, lugar o materia donde Dios no se encuentre, por que Él es superior a todos y a todos encierra en su mano.³⁸

Se conocen muchos relatos, no solo de místicos, en los que personas que en un accidente, ante un peligro grave o en una situación de fuerte necesidad relatan haber escuchado guías o sentido presencias que les indican la salida o la solución. La comunicación con ellos no es la habitual ya que lo que oyen no llega por el sentido del oído sino mentalmente, o las presencias que dicen sentir no las ven con los ojos. Sin embargo, insisten como provenientes de una entidad externa. En diferentes culturas y en diferentes momentos históricos, estos relatos se pueden rescatar. Son interpretados de

38 VV.AA. *Filocalia*, Ed. Lumen, Buenos Aires, 1998. Vol. I, pág. 68.

diversa forma; unos dicen que fue su dios, o Jesucristo, o un ser querido que partió tiempo atrás. Estos son algunos de los que Teresa de Jesús relata que aunque los cuenta en tercera persona se refieren a ella misma:

*22. ...y estando así con aflicción que no se puede decir, con sólo entender esta palabra en lo interior: Yo soy, no tengas miedo, quedaba el alma tan quieta y animosa y confiada, que no podía entender de dónde le había venido tan gran bien; pues no había bastado confesor, ni bastaran muchos letrados con muchas palabras para ponerle aquella paz y quietud que con una se le había puesto, y así otras veces que con alguna visión quedaba fortalecida.*³⁹

*5. Declárome más: está un alma en toda la tribulación y alboroto interior que queda dicho y oscuridad del entendimiento y sequedad; con una palabra de éstas que diga solamente: no tengas pena, queda sosegada y sin ninguna, y con gran luz, quitada toda aquella pena con que le parecía que todo el mundo y letrados que se juntaran a darle razones para que no la tuviese, no la pudieran con cuanto trabajaran quitar de aquella aflicción. Está afligida por haberle dicho su confesor y otros, que es espíritu del demonio el que tiene, y toda llena de temor: y con una palabra que se le diga sólo: Yo soy, no hayas miedo, se le quita del todo y queda consoladísima, y pareciéndole que ninguno bastará a hacerla creer otra cosa. Está con mucha pena de algunos negocios graves, que no sabe cómo han de suceder: entiende, que se sosiegue que todo sucederá bien. Queda con certidumbre y sin pena. Y de esta manera otras muchas cosas.*⁴⁰

39 Teresa de Jesús, *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, ed. Ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 479.

40 Teresa de Jesús, *Moradas del Castillo Interior*. Ed. BAC, Madrid, 1977. *Moradas Sextas*, Cap. 3, pág. 410.

2. *A cabo de dos años que andaba con toda esta oración mía y de otras personas para lo dicho, o que el Señor me llevase por otro camino, o declarase la verdad, porque eran muy continuo las hablas que he dicho me hacía el Señor, me acaeció esto: estando un día del glorioso San Pedro en oración, vi cabe mí o sentí, por mejor decir, que con los ojos del cuerpo ni del alma no vi nada, mas parecíame estaba junto cabe mí Cristo y veía ser El el que me hablaba, a mi parecer. Yo, como estaba ignorantísima de que podía haber semejante visión, diome gran temor al principio, y no hacía sino llorar, aunque, en diciéndome una palabra sola de asegurarme, quedaba como solía, quieta y con regalo y sin ningún temor. Parecíame andar siempre a mi lado Jesucristo, y como no era visión imaginaria, no veía en qué forma; mas estar siempre al lado derecho, sentíalo muy claro, y que era testigo de todo lo que yo hacía, y que ninguna vez que me recogiese un poco o no estuviese muy divertida podía ignorar que estaba cabe mí*^{41, 42}

28. La manera de visión que vuestra merced me preguntó es que no se ve cosa ni interior ni exteriormente, porque no es imaginaria; mas sin verse nada, entiende el alma quién es, y hacia dónde se le representa, más claramente que si lo viese, salvo que no se le representa cosa particular, sino como si una persona sintiese que está otra cabe ella, y porque estuviese a oscuras no la ve, más cierto entiende que está allí, salvo que no es comparación ésta bastante; porque el que está a oscuras, por alguna vía, u oyendo ruido, o habiendo visto antes la persona, entiende que está allí o la conoce de antes. Acá no hay nada de eso, sino que sin palabra exterior ni

41 “*Que estába cabe mí*”, significa que estaba a mi lado.

42 Teresa de Jesús. *El Libro de la Vida*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Cap. 27, pág. 118.

*interior entiende el alma clarísimamente quién es, y hacia qué parte está, y a las veces lo que quiere significar.*⁴³

Experiencias de proyección del espíritu

A estas experiencias se las nombra de diversas formas, entre los chamanes, por ejemplo, viajes extáticos. Suelen venir acompañadas de grandes revelaciones o comprensiones que por vía intelectual o racional no son accesibles. Mircea Eliade en *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis* da buena cuenta de ello. Teresa de Jesús lo relata así:

*7. Pues tornando a este apresurado arrebatarse el espíritu, es de tal manera que verdaderamente parece sale del cuerpo, y por otra parte claro está que no queda esta persona muerta; al menos ella no puede decir si está en el cuerpo o si no, por algunos instantes. Parece que toda junta ha estado en otra región muy diferente de en ésta que vivimos, adonde se le muestra otra luz tan diferente de la de acá, que si toda su vida ella la estuviera fabricando junto con otras cosas, fuera imposible alcanzarlas. Y acaece que en un instante le enseñan tantas cosas juntas que en muchos años que trabajara en ordenarlas con su imaginación y pensamiento no pudiera de mil partes la una. Esto no es visión intelectual, sino imaginaria, que se ve con los ojos del alma muy mejor que acá vemos con los del cuerpo, y sin palabras se le da a entender algunas cosas; digo como si ve algunos santos, los conoce como si los hubiera mucho tratado.*⁴⁴

43 Teresa de Jesús, *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 480.

44 Teresa de Jesús, *Moradas del Castillo Interior*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Moradas Sextas, Cap. 5, pág. 418.

9. *Muchas veces he pensado, si como el sol estándose en el cielo, que sus rayos tienen tanta fuerza que no mudándose él de allí, de presto llegan acá, si el alma y el espíritu, que son una misma cosa como lo es el sol y sus rayos, puede, quedándose ella en su puesto, con la fuerza del calor que le viene del verdadero Sol de Justicia, alguna parte superior salir sobre sí misma. En fin, yo no sé lo que digo. Lo que es verdad, es que con la presteza que sale la pelota de un arcabuz cuando la ponen el fuego, se levanta en el interior un vuelo que yo no sé otro nombre que le poner, que aunque no hace ruido, hace movimiento tan claro que no puede ser antojo en ninguna manera; y muy fuera de sí misma, a todo lo que puede entender, se le muestran grandes cosas; y cuando torna a sentirse en sí, es con tan grandes ganancias y teniendo en tan poco todas las cosas de la tierra para en comparación de las que ha visto, que le parecen basura; y desde ahí adelante vive en ella con harta pena, y no ve cosa de las que le solían parecer bien, que le haga dársele nada de ella. Parece que le ha querido el Señor mostrar algo de la tierra adonde ha de ir, como llevaron señas los que enviaron a la tierra de promisión los del pueblo de Israel, para que pase los trabajos de este camino tan trabajoso, sabiendo adónde ha de ir a descansar.*⁴⁵

Experiencias con la Luz

Como sabemos, es muy frecuente encontrar en místicos, ascetas, maestros y yoghis de todas las culturas descripciones de experiencias de contacto con la Luz. De hecho a muchos de ellos se les llama “iluminados”. Estas experiencias vienen acompañadas de un sentimiento de estar en presencia de algo sagrado

45 Ibid., Moradas Sextas, Cap. 5, pág. 419.

y suele producir fenómenos de conversión y transformación profunda de la propia vida.

5. No es resplandor que deslumbre, sino una blancura suave y el resplandor infuso, que da deleite grandísimo a la vista y no la cansa, ni la claridad que se ve para ver esta hermosura tan divina. Es una luz tan diferente de las de acá, que parece una cosa tan deslustrada la claridad del sol que vemos, en comparación de aquella claridad y luz que se representa a la vista, que no se querrían abrir los ojos después. Es como ver un agua clara, que corre sobre cristal y reverbera en ello el sol, a una muy turbia y con gran nublado y corre por encima de la tierra. No porque se representa sol, ni la luz es como la del sol; parece, en fin, luz natural y estotra cosa artificial. Es luz que no tiene noche, sino que, como siempre es luz, no la turba nada. En fin, es de suerte que, por gran entendimiento que una persona tuviese, en todos los días de su vida podría imaginar cómo es. Y pónela Dios delante tan presto, que aun no hubiera lugar para abrir los ojos, si fuera menester abrirlos; mas no hace más estar abiertos que cerrados, cuando el Señor quiere; que, aunque no queramos, se ve. No hay divertimiento que baste, ni hay poder resistir, ni basta diligencia ni cuidado para ello. Esto tengo yo bien experimentado, como diré.⁴⁶

Resumen

Esta búsqueda en Teresa de Jesús de experiencias místicas y de procedimientos para producirlas ha sido muy fructífero y he encontrado y reconocido multi-

46 Teresa de Jesús. *El Libro de la Vida*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Cap. 28, pág. 124

tud de ellas. En un principio rescaté más de 70 citas válidas, en este trabajo se explicitan las que me parecen más claras y comprensibles.

Respecto a los procedimientos, no he encontrado un procedimiento claro, paso a paso. Sí he encontrado varios tipos de oración como el Padrenuestro o la Oración vocal. Y un tipo de recogimiento u oración de quietud que no queda bien descrito. Además Teresa de Jesús recomienda un trabajo para sentir la presencia de Jesucristo, como un intento de estar en atención, este ejercicio me parece que rompe con las divagaciones.

Sobre el Propósito he encontrado muchas recomendaciones sobre las actitudes, como la humildad. He visto claramente su insistencia en el “desasimiento”. El desasimiento es el acto de desprenderse de las actividades de la conciencia, también llamada ataraxia. Entregarse a manos de él, es dejarse llevar por el Propósito, confiarse a él. Por otro lado he podido comprobar cómo hace hincapié en la carga afectiva, colocándolo como tema principal.

Experiencias he encontrado muchas. Experiencias de éxtasis y arrebato son frecuentes. Pero quizá las más frecuentes son esas experiencias de entrada a lo profundo en las que las potencias y el entendimiento (como ella llama a los sentidos, la memoria, la conciencia) quedan suspendidos (espantados, ausentes) y a la vuelta siente una gran humildad, suavidad y blandura. También he rescatado experiencias con la Luz, con el Guía y proyecciones del espíritu.

Síntesis

Parece indudable el gran nivel de desarrollo interno al que llegó movida por un Propósito muy persistente y un gran fervor místico (carga afectiva). Al leer sus escritos se ve claramente la intención de llevar estas experiencias a otros, facilitándoselas a través de los escritos y de las fundaciones de conventos en los que las monjas pudieran trabajar desapegándose de las actividades del mundo.

Al terminar este trabajo tengo un registro de reconocimiento del esfuerzo de Teresa de Jesús por insistir en sus búsquedas, a pesar de las dificultades muy grandes que encontró por parte de la ortodoxia, por la ignorancia y confusión que sobre estos temas había entre los mismos eclesiásticos, por ser mujer, y por la degradación en la que se encontraba la orden carmelita. Me parece que en esta “persistente envenenada” se puede apreciar el encuentro con lo Absoluto, lo Sagrado, lo Profundo, Dios, el Nirvana o el Ser, en muy difíciles condiciones.

En fin, destacaré esta última cita, muy bella, en la que me parece se puede reconocer una experiencia de arrebató con una fuerte conexión emotiva, una entrada a lo profundo donde, como ella expresa, ni sentidos, ni capacidades, ni memoria, ni entendimiento, ni voluntad están activos:

4. ¡Oh palabras que nunca se habían de olvidar al alma a quien nuestro Señor regala! ¡Oh soberana merced, y que sin poderse merecer, si el Señor no diese caudal para ello! Bien que aun para amar no se halla despier-

ta; mas bienaventurado sueño, dichosa embriaguez, que hace suplir al Esposo lo que el alma no puede, que es dar orden tan maravillosa, que, estando todas las potencias muertas u dormidas, quede el amor vivo, y que, sin entender cómo obra, ordene el Señor que obre tan maravillosamente que esté hecho una cosa con el mesmo Señor del amor, que es Dios, con una limpieza grande; porque no hay quien le estorbe, ni sentidos ni potencias –digo entendimiento y memoria– tampoco la voluntad se entiende.⁴⁷

47 Teresa de Jesús. *Meditaciones sobre los Cantares*. Ed. BAC, Madrid, 1977. Cap. 6, pág. 355.

La entrada a lo Profundo en
JUAN DE LA CRUZ

CONTEXTO

Breve Biografía

Nació en Fontiveros, provincia de Ávila (España), hacia el año 1542. Hay dudas acerca de su mes de nacimiento. De 1559 a 1563 realiza trabajos humildes y estudios de letras y filosofía con los jesuitas. Es durante esos años, en 1560, cuando Teresa de Jesús inicia la fundación de los Carmelitas Descalzos. En 1563 entra en los Carmelitas calzados y cursa tres años de Artes y Teología en Salamanca. En 1567 se une a Teresa de Jesús tras una entrevista personal. Se inicia un entendimiento muy grande entre ambos. En 1568 funda el primer convento masculino de los Carmelitas Descalzos en Duruelo (Ávila). En 1577 es secuestrado en Ávila por los Carmelitas calzados, llevado a Toledo y permanece nueve meses en prisión conventual en los que sufre penalidades. Se evade de la cárcel con un cuaderno lleno de poesías. En 1582 muere Teresa de Jesús. nueve años antes que Juan de la Cruz, que fallece en el año 1591 en Úbeda. En los últimos años se dedicó a escribir y a la fundación de conventos de Carmelitas Descalzos.

Otros aspectos a destacar son su gran conocimiento de la teología y de los textos fundamentales del

cristianismo. Constantemente aparecen citas de la Biblia o de otros padres del cristianismo para apoyar sus afirmaciones. Esto le eleva a un nivel de conocimiento que le permite justificar sus explicaciones sin temor a ser juzgado ya que su nivel es igual o superior al de los letrados de la Inquisición. Además tiene un gran manejo de la lengua castellana. De este manejo y de su gran inspiración han brotado algunas de las poesías más bellas escritas en castellano, tanto es así que ha sido considerado como uno de los mayores poetas de esta lengua. En cualquier caso es un paradigma de la poesía y la literatura.

Contexto histórico

Poco más puedo añadir a lo ya comentado en este punto en la monografía sobre Teresa de Jesús. Solo recalcar ese momento un tanto extraordinario de la historia de Occidente, particularmente de España, en la que la experiencia mística estuvo en boca de todos en las plazas públicas, fue un tema de conversación y de búsqueda individual y social. Por doquier aparecen signos de esto. Gran cantidad multitud de documentos históricos –actas de la Inquisición, estudio de la literatura, cuáles fueron los libros más leídos, etc.¹– que nos hace dudar de si realmente las cosas

1 Por ejemplo, las treinta y cinco ediciones entre 1527 y 1556 de las obras en castellano del místico franciscano Francisco de Osuna. Ver cuadro sinóptico de las publicaciones, Francisco de Osuna, *Tercer Abecedario Espiritual*, pág. 93.

fueron como el gris racionalismo nos ha transmitido. Una visión de la historia que nos ha llegado y que no explica cómo se puede producir este fenómeno de concentración mística tan singular. Este manto de racionalismo plano dejó de lado, olvidó, degradó o tachó de “locuras” esos contactos con lo sagrado, esa mística sublime, esa obsesión existencial que guió las almas de los “pobres de corazón” a la entrada a lo Profundo, ese lugar donde el SER se manifiesta, donde el Nirvana ilumina al peregrino interno, donde el alma se funde con Dios porque, como dice Juan de la Cruz, el alma, en este estado, ES Dios.

DESARROLLO

Nota sobre el lenguaje y el paisaje cultural-religioso

Para entender en profundidad y sin prejuicios estos textos se nos hace necesario hacer un esfuerzo para desapegarse de las palabras e ir más allá de expresiones que nos pueden parecer ajenas o nos pueden despertar desagrado por el choque con el paisaje cristiano que se siente al leer estos textos. Ese esfuerzo nos debe poner en una situación mental, en una actitud, en la que no confundamos a Dios con una imagen o una figura, ni expresiones como “purgación del alma” como hechos

dolorosos, sacrificios o autopunitivos. Estamos en otro paisaje y en otro mundo y no se puede entender este paisaje desde nuestro punto de vista, desde nuestra sensibilidad, desde nuestras creencias, si las tomamos como absolutas. Sabemos muy bien que las creencias, las sensibilidades, los paisajes cambian con los tiempos. Lo que parece que no cambia es esa experiencia con lo Profundo. Tanto es así que no ha resultado muy difícil encontrar y reconocer en otro paisaje y en otro tiempo la misma experiencia, esa que estamos teniendo con los trabajos de Ascesis.

Procedimientos

Actitudes e intereses

2. Por tanto, es suma ignorancia del alma pensar podrá pasar a este alto estado de unión con Dios si primero no vacía el apetito de todas las cosas naturales y sobrenaturales que le pueden impedir, según que adelante declararemos; pues es suma la distancia que hay de ellas a lo que en este estado se da, que es puramente transformación en Dios. Que, por eso, Nuestro Señor, enseñándonos este camino, dijo por san Lucas (14, 33): Qui non renuntiat omnibus quae possidet, non potest meus esse discipulus. Quiere decir: El que no renuncia todas las cosas que con la voluntad posee, no puede ser mi discípulo. Y esto está claro, porque la doctrina que el Hijo de Dios vino a enseñar fue el menosprecio de todas las cosas, para poder recibir el precio del espíritu de Dios en sí; porque, en tanto que de ellas no se deshiciere el alma,

*no tiene capacidad para recibir el espíritu de Dios en pura transformación.*²

Viene a decir, a mi parecer, que llegar a la unión con Dios –la entrada a lo Profundo– debe ser tan importante para uno como para desapegarse de otros temas. Dicho en nuestro lenguaje, se debe poner la Ascesis en el centro del estilo de vida.

*13. En esta desnudez halla el espiritual su quietud y 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.*³

El mismo tema dicho de otra forma. La desnudez es la no codicia, la no expectativa que da paz y libera.

El vacío

2. Y digo que el alma, para conseguir este bien, nunca sobre las cosas claras y distintas que por ella hayan pasado por vía sobrenatural ha de hacer reflexión para conservar en sí las formas y figuras y noticias de aquellas cosas. Porque siempre habemos de llevar este presupuesto: que cuanto el alma más presa hace en alguna aprehensión natural o sobrenatural distinta y clara, menos capacidad y disposición tiene en sí para entrar en el abismo de la fe, donde todo lo demás se absorbe. Porque, como queda dicho, ningunas formas ni noticias sobrenaturales que pueden caer en la memoria son Dios, y de todo lo que no es Dios se ha de vaciar el alma para ir a Dios; luego también la memoria de todas estas

2 Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* (L 1, V, 1). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 267.

3 *Ibíd.*, (L 1, XIII, 13), pág. 291.

formas y noticias se ha de deshacer para unirse con Dios en esperanza, porque toda posesión es contra esperanza, la cual, como dice san Pablo (Hb. 11, 1), es de lo que no se posee. De donde, cuanto más la memoria se desposee, tanto más tiene de esperanza, y cuanto más de esperanza tiene, tanto más tiene de unión de Dios; porque acerca de Dios, cuanto más espera el alma, tanto más alcanza. Y entonces espera más cuando se desposee más; y cuando se hubiere desposeído perfectamente, perfectamente quedará con la posesión de Dios en unión divina. Mas hay muchos que no quieren carecer de la dulzura y sabor de la memoria en las noticias, y por eso no vienen a la suma posesión y entera dulzura; porque el que no renuncia todo lo que posee, no puede ser su discípulo (Lc. 14, 33).⁴

En la primera parte habla de no apegarse a las impresiones que reciba la mente aunque sea por vía sobrenatural. El alma no debe hacer presa, apegarse a nada aunque sea sobrenatural. Si queda desnuda tendrá capacidad de entrar en lo Profundo. De todo se ha de vaciar la memoria para entrar. Dicho de otra forma: *“Yo quisiera, amigos, que se escuchara el Mensaje de lo Profundo. No es un Mensaje estridente, es un mensaje muy quedo que no se puede escuchar cuando se lo quiere atrapar.”⁵*

1. ...Y así el tiempo y caudal del alma, que había de gastar en esto y en entender con ellas, lo puede emplear en otro mejor y más provechoso ejercicio, que es el de la voluntad para con Dios, y en cuidar de buscar la desnudez y pobreza espiritual y sensitiva, que consiste en

4 Ibid., pág. 413.

5 Silo, Charla pública. Parque de Punta de Vacas, Argentina. 4 de mayo de 2004. www.silo.net

*querer de veras carecer de todo arrimo consolatorio y aprehensivo, así interior como exterior. Lo cual se ejercita bien queriendo y procurando desarrimarse de estas formas, pues que de ahí se le seguirá un tan gran provecho, como es allegarse a Dios, que no tiene imagen, ni forma, ni figura, tanto cuanto más se enajenare de todas formas e imágenes y figuras imaginarias.*⁶

Aquí de nuevo habla de no buscar satisfacciones, consolaciones ni experiencias sensitivas. Entonces desapegándose de estas apetencias se puede llegar a Dios (lo Profundo), que no tiene imagen, ni forma, ni representación.

*1. ...Lo que ha de hacer, pues, para vivir en entera y pura esperanza de Dios, es que todas las veces que le ocurrieren noticias, formas e imágenes distintas, sin haber asiento en ellas, vuelva luego el alma a Dios en vacío de todo aquello memorable con afecto amoroso, no pensando ni mirando en aquellas cosas más de lo que le bastan las memorias de ellas para entender (y hacer) lo que es obligado, si ellas fueren de cosa tal. Y esto, sin poner (en ellas) afecto ni gusto, porque no dejen efecto de sí en el alma. Y así, no ha de dejar el hombre de pensar y acordarse de lo que debe hacer y saber, que, como no hay aficiones de propiedad, no le harán daño.*⁷

En este párrafo parece claro que insiste en vaciar de todo lo que viene de memoria, y no atender a imágenes ni registros, e insistir en volver al vacío.

5. Aprenda el espiritual a estarse con advertencia amorosa en Dios, con sosiego de entendimiento, cuando no

6 Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* (L 3, XIII, 1). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 419.

7 *Ibíd.*, (L 3, XV, 1), pág. 424.

puede meditar, aunque le parezca que no hace nada. Porque así, poco a poco, y muy presto, se infundirá en su alma el divino sosiego y paz con admirables y subidas noticias de Dios, envueltas en divino amor. Y no se entremeta en formas, meditaciones e imaginaciones, o algún discurso, porque no desasosiegue al alma y la saque de su contento y paz, en lo cual ella recibe desabrimiento y repugnancia. Y si, como habemos dicho, le hiciere escrúpulo de que no hace nada, advierta que no hace poco en pacificar el alma y ponerla en sosiego y paz, sin alguna obra y apetito, que es lo que Nuestro Señor nos pide por David (Sal. 45, 11), diciendo: Vacate, et videte quoniam ego sum Deus; como si dijera: Aprended a estaros vacíos de todas las cosas, es a saber, interior y exteriormente, y veréis cómo yo soy Dios.⁸

Explica que hay que procurar mantenerse en el vacío. Y aunque parezca que no hace nada, hace todo para llegar.

Entrada

2. Lo cual fue grande dicha y buena ventura para mí; porque, en acabándose de aniquilarse y sosegar las potencias, pasiones, apetitos y afecciones de mi alma, con que bajamente sentía y gustaba de Dios, salí del trato y operación humana mía a operación y trato de Dios, es a saber: Mi entendimiento salió de sí, volviéndose de humano y natural en divino; porque, uniéndose por medio de esta purgación con Dios, ya no entiende por su vigor y luz natural, sino por la divina Sabiduría con que se unió. Y mi voluntad salió de sí, haciéndose divina, porque, unida con el divino amor, ya no ama bajamente con su fuerza natural, sino con fuerza y pureza del Espíritu Santo;

8 *Ibíd.*, (L 2, XV, 5) pág. 336.

*y así la voluntad acerca de Dios no obra humanamente. Y, ni más ni menos, la memoria se ha trocado en aprensiones eternas de gloria. Y, finalmente, todas las fuerzas y afectos del alma, por medio de esta noche y purgación del viejo hombre, todas se renuevan en temples y deleites divinos.*⁹

Una experiencia de entrada donde describe cómo despeja la mente vaciándola. Finalmente entra y rescata significados profundos: “aprensiones –impresiones– eternas de gloria”, y “temples y deleites divinos”. Respecto de “purgación del viejo hombre”, seguramente es una expresión de intercambio entre los místicos, o un contexto dado por algún otro místico. Claramente refleja un significativo cambio interno. Para mí, esta expresión refleja el cambio de paisaje interno que nos sucede con los repetidos intentos de entrada a lo profundo, por las experiencias trascendentes a las que se accede por estos trabajos, por organizar nuestro estilo de vida centrado en el Propósito.

Ahora Juan de la Cruz nos explica este verso de la poesía *Noche Oscura*:

En una noche oscura

1. La oscuridad que aquí dice el alma, ya habemos dicho que es acerca de los apetitos y potencias sensitivas, interiores y espirituales, porque todas se oscurecen de su natural lumbré en esta noche porque, purgándose acerca de ellas, puedan ser ilustradas acerca de lo sobrenatural. Porque los apetitos sensitivos y espirituales están adormecidos y amortigua-

⁹ Juan de la Cruz, *Noche Oscura* (L 2, IV, 2). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 526.

*dos sin poder gustar de cosa ni divina ni humana; las afecciones del alma, oprimidas y apretadas, sin poderse mover a ella ni hallar arrimo en nada; la imaginación, atada, sin poder hacer algún discurso de bien; la memoria, acabada; el entendimiento, entenebrecido, sin poder entender cosa, y de aquí también la voluntad seca y apretada, y todas las potencias vacías e inútiles, y, sobre todo esto, una espesa y pesada nube sobre el alma, que la tiene angustiada y ajenada de Dios. De esta manera a oscuras, dice aquí el alma que iba segura.*¹⁰

Expresa cual es el camino para ir despejando la actividad de la mente, que se siente oscura, pero es el camino seguro.

*4. La tercera y más cierta es si el alma gusta de estar-se a solas con atención amorosa a Dios, sin particular consideración, en paz interior y quietud y descanso y sin actos y ejercicios de las potencias, memoria, entendimiento y voluntad –a lo menos discursivos, que es ir de uno en otro– sino sólo con la atención y noticia general amorosa que decimos, sin particular inteligencia y sin entender sobre qué.*¹¹

De nuevo insiste en vacío de actos y objetos y sin la inteligencia operando.

Propósito

Veamos cómo el propio místico explica este verso del poema *Llama de amor viva*:

10 Juan de la Cruz. *Noche Oscura* (L 2, XVI, 1). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 558.

11 Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* (L 2, XIII, 4). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 327.

de mi alma en el más profundo centro!

13. *Es, pues, de notar que el amor es la inclinación del alma y la fuerza y virtud que tiene para ir a Dios, porque mediante el amor se une el alma con Dios; y así, cuantos más grados de amor tuviere, tanto más profundamente entra en Dios y se concentra con él. De donde podemos decir que cuantos grados de amor de Dios el alma puede tener, tantos centros puede tener en Dios, uno más adentro que otro; porque el amor más fuerte es más unitivo, y de esta manera podemos entender las muchas mansiones que dijo el Hijo de Dios (Jn. 14, 2) haber en la casa de su Padre.*¹²

Aquí está explicando la carga afectiva. Es esa carga afectiva, ese “mediante el amor se une el alma con Dios” el elemento esencial para llegar a lo más Profundo: “así, cuantos más grados de amor tuviere, tanto más profundamente entra en Dios y se concentra con él”.

Un experimento

Ahora vamos a hacer una prueba. Tomaremos un párrafo de Juan de la Cruz y algunas de sus palabras, que se refieren a mecanismos como sentidos o memoria, las sustituiremos por las que usamos nosotros para referirnos a esto. Así quedaría:

4. Comenzando, pues, por las impresiones naturales, digo que señales naturales en la memoria son todas aquellas que puede formar de los objetos de los cinco sentidos corporales, que son: oír, ver, oler, gustar y palpar, y todas las que a este talle ella pudiere traer y formar. Y de todos estos registros e imágenes se ha de

12 Juan de la Cruz. *Llama de amor viva* (C 1, 13). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 923.

desnudar y vaciar [la mente], y procurar desprenderse de ellas, de manera que en ella no le den señales ni rastro de cosa, sino que se quede vacía, como si no hubiese pasado por ella, olvidada y suspendida de todo. Y no puede ser menos sino que acerca de todas las presentaciones se pare la memoria si se ha de ir a lo Profundo. Porque esto no puede ser (si no se desnuda totalmente) de todas las presentaciones, que no son lo Profundo, pues lo Profundo no cae debajo de presentación ni registro alguno distinto, como lo habemos dicho en la noche del entendimiento. Y, pues ninguno puede servir a dos señores, como dice Cristo (Mt. 6, 24), no puede la memoria estar juntamente unida en lo Profundo y en las presentaciones y registros distintos; y como lo Profundo no tiene forma ni imagen que pueda ser comprendida por la memoria, de aquí es que, cuando está fundida en lo Profundo, como también por experiencia se ve cada día, se queda sin presentaciones y sin imagen, perdida la imaginación, embebida la memoria en un sumo bien, en grande olvido, sin acordarse de nada; porque aquella divina unión la vacía la fantasía y barre de todas las imágenes y señales, y la sube a lo sobrenatural.

Así, me parece que se acerca más a un lenguaje actual. Este es el párrafo original:

4. Comenzando, pues, por las noticias naturales, digo que noticias naturales en la memoria son todas aquellas que puede formar de los objetos de los cinco sentidos corporales, que son: oír, ver, oler, gustar y palpar, y todas las que a este talle ella pudiere fabricar y formar. Y de todas estas noticias y formas se ha de desnudar y vaciar, y procurar perder la aprehensión imaginaria de ellas, de manera que en ella no le dejen impresa noticia ni rastro de cosa, sino que se

quede calva y rasa, como si no hubiese pasado por ella, olvidada y suspendida de todo. Y no puede ser menos sino que acerca de todas las formas se aniquile la memoria si se ha de unir con Dios. Porque esto no puede ser (si no se desnuda totalmente) de todas las formas, que no son Dios, pues Dios no cae debajo de forma ni noticia alguna distinta, como lo habemos dicho en la noche del entendimiento. Y, pues ninguno puede servir a dos señores, como dice Cristo (Mt. 6, 24), no puede la memoria estar juntamente unida en Dios y en las formas y noticias distintas; y como Dios no tiene forma ni imagen que pueda ser comprendida de la memoria, de aquí es que, cuando está unida con Dios, como también por experiencia se ve cada día, se queda sin forma y sin figura, perdida la imaginación, embebida la memoria en un sumo bien, en grande olvido, sin acuerdo de nada; porque aquella divina unión la vacía la fantasía y barre de todas las formas y noticias, y la sube a lo sobrenatural.¹³

La entrada a lo profundo

La supresión del yo

Pondremos aquí tres ejemplos que me parecen claros de supresión del yo.

10. De la misma manera acaece acerca de la luz espiritual en la vista del alma, que es el entendimiento, en el cual esta general noticia y luz que vamos diciendo sobrenatural embiste tan pura y sencillamente y tan desnuda ella y ajena de todas las formas inteligibles, que son objetos del entendimiento, que él no

13 Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* (L 3, II, 4). Ed. BAC, Madrid 2005, pág. 403.

la siente ni echa de ver; antes, a veces, que es cuando ella es más pura, le hace tiniebla, porque le enajena de sus acostumbradas luces, de formas y fantasías; y entonces siéntese bien y échase bien de ver la tiniebla. Mas, cuando esta luz divina no embiste con tanta fuerza en el alma, ni siente tiniebla, ni ve luz, ni aprehende nada que ella sepa, de acá ni de allá; y, por tanto, se queda el alma a veces como en un olvido grande, que ni supo dónde se estaba, ni qué se había hecho, ni le parece haber pasado por ella tiempo. De donde puede acaecer, y así es, que se pasen muchas horas en este olvido, y al alma, cuando vuelve en sí, no le parezca un momento o que no estuvo nada.¹⁴

5. Y así, es cosa notable lo que a veces pasa en esto; porque algunas veces, cuando Dios hace estos toques de unión en la memoria, súbitamente le da un vuelco en el cerebro, que es donde ella tiene su asiento, tan sensible que le parece se desvanece toda la cabeza y que se pierde el juicio y el sentido. Y esto, a veces más, a veces menos, según que es más o menos fuerte el toque. Y entonces, a causa de esta unión, se vacía y purga la memoria, como digo, de todas las noticias, y queda olvidada y a veces olvidadísima, que ha menester hacerse gran fuerza y trabajar para acordarse de algo.¹⁵

6. Y de tal manera es a veces este olvido de la memoria y suspensión de la imaginación, por estar la memoria unida con Dios, que se pasa mucho tiempo sin sentirlo ni saber qué se hizo aquel tiempo. Y como está entonces suspensa la imaginativa, aunque entonces le hagan cosas que causen dolor, no lo siente; porque sin imaginación no hay sentimiento. Y para que Dios venga a hacer estos toques de unión, con-

14 *Ibíd.*, (L 2, XIV, 10), pág. 332.

15 *Ibíd.*, (L 3, II, 5), pág. 404.

*viénele al alma desunir la memoria de todas las noticias aprehensibles. Y estas suspensiones es de notar que ya en los perfectos no las hay así (por cuanto hay ya perfecta unión), que son de principio de unión.*¹⁶

Y el rescate de significados

*11. Y la causa de este olvido es la pureza y sencillez de esta noticia, la cual, ocupando al alma, así la pone sencilla y pura y limpia de todas las aprehensiones y formas de los sentidos y de la memoria, por donde el alma obraba en tiempo, y así la deja en olvido y sin tiempo. De donde al alma esta oración, aunque, como decimos, le dure mucho, le parece brevísima, porque ha estado unida en inteligencia pura, que no está en tiempo. Y es la oración breve de que se dice (Ecli. 35, 21) que penetra los cielos, porque es breve, porque no es en tiempo, y penetra los cielos, porque el alma está unida en inteligencia celestial. Y así, esta noticia deja al alma, cuando recuerda, con los efectos que hizo en ella sin que ella los sintiese hacer, que son levantamiento de mente a inteligencia celestial y enajenación y abstracción de todas las cosas, y formas, y figuras, y memorias de ellas.*¹⁷

Aquí explica que estando sin presentaciones de los sentidos ni la memoria (“aprehensiones y formas de los sentidos y de la memoria”) se pierde el sentido del tiempo (no hay tiempo o el tiempo se para o el tiempo es eterno). Y cuando vuelve, trae noticias (significados) sin saber cómo.

6. El efecto que hacen en el alma estas visiones es quietud, iluminación y alegría a manera de gloria,

16 *Ibíd.*, (L 3, II, 6), pág. 404.

17 *Ibíd.*, (L 2, XIV, 11), págs. 332 y 333.

*suavidad, limpieza y amor, humildad e inclinación o elevación del espíritu en Dios; unas veces más, otras menos; unas más en lo uno; otras en lo otro, según el espíritu en que se reciben y Dios quiere.*¹⁸

Aquí está describiendo significados, traducidos en estas palabras. Por experiencia sabemos que cuando se retorna de la supresión uno se siente así, como aquí ha descrito.

*3. De donde es de notar que este género de noticias se distingue en dos maneras de ellas; porque unas acaecen al alma acerca del Criador, otras acerca de las criaturas, como habemos dicho. Y aunque las unas y las otras son muy sabrosas para el alma, pero el deleite que causan en ella estas que son de Dios no hay cosa a qué le poder comparar, ni vocablos ni términos con qué le poder decir, porque son noticias del mismo Dios y deleite del mismo Dios; que, como dice David (Sal. 39, 6), no hay como él cosa alguna. Porque acaecen estas noticias derechamente acerca de Dios, sintiendo altísimamente de algún atributo de Dios, ahora de su omnipotencia, ahora de su fortaleza, ahora de su bondad y dulzura, etc.; y todas las veces que se siente, se pega en el alma aquello que se siente. Que, por cuanto es pura contemplación, ve claro el alma que no hay cómo poder decir algo de ello, si no fuese decir algunos términos generales que la abundancia del deleite y bien que allí sintieron les hace decir a las almas por quien pasa; mas no para que en ellos se pueda acabar de entender lo que allí el alma gustó y sintió.*¹⁹

Claramente expresa la dificultad de explicar lo que se siente, las palabras no reflejan esos significados

18 *Ibíd.*, (L 2, XXIV, 6). pág. 378.

19 *Ibíd.*, (L 2, XXVI, 3). pág. 381.

sino vagamente. Muy significativo me parece cuando dice que esas noticias vienen *derechamente* (atributos de Dios: omnipotencia, fortaleza, bondad, dulzura, o sea, significados) y “*se pega en el alma aquello que se siente*”. Es decir, por vía cenestésica se queda pegado el registro que luego es tan difícil de expresar por su sutileza: “ve claro el alma que no hay cómo poder decir algo de ello”.

*7. Y le son al alma tan sabrosos y de tan íntimo deleite estos toques, que con uno de ellos se daría por bien pagada de todos los trabajos que en su vida hubiese padecido, aunque fuesen innumerables, y queda tan animada y con tanto brío para padecer muchas cosas por Dios, que le es particular pasión ver que no padece mucho.*²⁰

Este registro, este sentimiento lo reconozco en mí. El impacto de “estos toques” es tal que merece la pena meses de búsquedas infructuosas, meses de sequedades, como decía Teresa de Jesús. Entonces, como Juan de la Cruz dice, se comprende que no ha sido tanto el esfuerzo y ha merecido mucho.

2. Y para oscurecer y purgar la voluntad del gozo acerca de estos objetos sensibles, encaminándola a Dios por ellos, es necesario presuponer una verdad, y es: que, como muchas veces habemos dicho, el sentido de la parte inferior del hombre, que es del que vamos tratando, no es ni puede ser capaz de conocer ni comprender a Dios como Dios es. De manera que ni el ojo le puede ver ni cosa que se parezca a él, ni el oído puede oír su voz ni sonido que se le parezca, ni

20 *Ibíd.*, (L 2, XXVI, 7). pág. 383.

el olfato puede oler olor tan suave, ni el gusto alcanza sabor tan subido y sabroso, ni el tacto puede sentir toque tan delicado y tan deleitable ni cosa semejante; ni puede caer en pensamiento ni imaginación su forma, ni figura alguna que le represente, diciendolo Isaías (64, 4; 1 Cor. 2, 9) así: Que ni ojo le vio, ni oído le oyó, ni cayó en corazón de hombre.²¹

Maravilloso párrafo que expresa muy poéticamente cómo el yo no puede entrar a lo Profundo. Y que, además, lo que los sentidos habitualmente registran, está muy deslucido comparado con lo que llega de ese lugar.

Y en el siguiente explica cómo vienen los significados. No vienen por la actividad de la conciencia: “no lo hace el entendimiento activo, que llaman los filósofos, el cual obra en formas y fantasías y aprehensiones de las cosas”, sino dejando que lleguen, pasivamente, esa “*inteligencia sustancial*”, o sea, esa comprensión, ese significado.

12. Esta noche en que el alma desea ver estas cosas, es la contemplación, porque la contemplación es oscura que por eso la llaman por otro nombre mística teología, que quiere decir sabiduría escondida y secreta de Dios, en la cual, sin ruido de palabras y sin servicio y ayuda de algún sentido corporal ni espiritual, como en silencio y quietud de la noche, a oscuras de todo lo sensitivo y natural, enseña Dios ocultísima y secretísimamente al alma, sin ella saber cómo; lo cual algunos espirituales llaman entender no entendiendo. Porque esto no lo hace el entendimiento activo, que llaman los filósofos, el cual obra

21 *Ibíd.*, (L 3, XXVI, 2), pág. 443.

*en formas y fantasías y aprehensiones de las cosas; mas hácese en el entendimiento en cuanto posible y pasivo, el cual no recibe las tales formas, etc., sino pasivamente recibe inteligencia sustancial, la cual le es dada sin algún oficio suyo activo, ni obra.*²²

Y en este párrafo que viene a continuación expresa como deja al alma llena de bienes. No solo significados, sino también estados, que luego modifican el comportamiento cotidiano e impactan en el estilo de vida.

*40. Pero los bienes que esta callada comunicación y contemplación deja impresos en el alma, sin ella sentirlo entonces, como digo, son inestimables; porque son unciones secretísimas, y por tanto delicadísimas, del Espíritu Santo, que secretamente llenan el alma de riquezas, dones y gracias espirituales, porque, siendo Dios el que lo hace, hácelo no menos que como Dios.*²³

Fusión con Dios

Ahora intentaré darle alguna luz a ciertos registros y traducciones de paisajes. Veamos este texto.

3. Para entender, pues, cuál sea esta unión de que vamos tratando, es de saber que Dios, en cualquiera alma, aunque sea la del mayor pecador del mundo, mora y asiste sustancialmente. Y esta manera de unión siempre está hecha entre Dios y las criaturas todas, en la cual les está conservando el ser que tienen; de manera que si de esta manera faltase, luego se aniquilarían y dejarían de ser. Y así, cuando hablamos de unión del

22 Juan de la Cruz, *Cántico Espiritual*. (C 38, 12). Ed. BAC, Madrid. 2005, pág. 728.

23 Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*. (C 3, 40). Ed. BAC, Madrid. 2005, pág. 996.

alma con Dios, no hablamos de esta sustancial, que siempre está hecha, sino de la unión y transformación del alma con Dios, que no está siempre hecha, sino sólo cuando viene a haber semejanza de amor. (...) Y así, cuando el alma quitare de sí totalmente lo que repugna y no conforma con la voluntad divina, quedará transformada en Dios por amor.²⁴

En primer lugar dice es que lo Profundo y lo Sagrado está en todo ser humano. En segundo lugar, al final, es que cuando se entra, se funde con Dios, se transforma en Dios. Eso me resuena a los registros del paso 11 y 12 de la disciplina mental²⁵ en la que “lo que es” y “lo que no es” se registra como lo mismo, y en donde se ve en uno y en todo lo mismo. En esos pasos se rescatan registros de fusión con el todo y de “des-individuación”.

5. El décimo y último grado de esta escala secreta de amor hace el alma asimilarse totalmente a Dios, por razón de la clara visión de Dios que luego posee inmediatamente el alma, que, habiendo llegado en esta vida al nono grado, sale de la carne. Porque éstos, pocos que son, por cuanto ya por el amor están purgadísimos, no entran en el purgatorio. De donde san Mateo (5, 8), dice: Beati mundo corde, quoniam ipsi Deum videbunt, etc. Y, como decimos, esta visión es la causa de la similitud total del alma con Dios, porque así lo dice san Juan (1 Jn. 3, 2), diciendo: Sabemos que seremos semejantes a él, no porque el

24 Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* (L 2, V, 3). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 301.

25 *Las cuatro disciplinas*, Centro de Estudios, Parques de Estudio y Reflexión, Puna de Vacas, 2010, <http://www.parquepuntadevacas.net/prod.php>.

alma se hará tan capaz como Dios, porque eso es imposible, sino porque todo lo que ella es se hará semejante a Dios; por lo cual se llamará, y lo será, Dios por participación.²⁶

Y aquí de nuevo la fusión con Dios. Como muchos otros místicos, habla de que en el fondo, en lo Profundo uno se encuentra con Dios y se funde con él. Teresa de Jesús hablaba de esto en la séptima morada y otros, como Tolstoy, decían que el reino de los cielos está en el interior del ser humano. No debemos quedarnos impresionados por palabras como Dios. Expresando lo mismo de otra formas sería:

“Esa señal en tu conciencia es la traducción en imágenes de lo que no tiene imágenes, es el contacto con lo Profundo de la mente humana, una profundidad insondable en que el espacio es infinito y el tiempo eterno.”²⁷

POESÍAS

Más experimentos: *Entreme donde no supe*²⁸

Ahora tendré el atrevimiento de interpretar una de sus más bellas poesías. E intentaré explicar con otro lenguaje lo que me parece entender.

26 Juan de la Cruz, *Noche Oscura* (L 2, XX, 5). Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 573.

27 Silo, *Intervención en la inauguración del Parque La Reja*, Buenos Aires, Argentina. 7 de mayo de 2005. www.silo.net

28 Juan de la Cruz, *Poesías*. Ed. BAC, Madrid, 2005, pág. 80.

Entreme donde no supe

Interpretación

*Entréme donde no supe,
y quedéme no sabiendo,
toda sciencia trascendiendo.*

*Trascendiendo la mecánica
habitual de la mente.*

*1. Yo no supe dónde entraba,
pero cuando allí me vi,
sin saber dónde me estaba,
grandes cosas entendí.
No diré lo que sentí,
que me quedé no sabiendo,
toda sciencia trascendiendo.*

*Significados profundos, no
se explica lo que siente no
sabiendo cómo se produjo
trascendiendo la concien-
cia.*

*2. De paz y de piedad
era la sciencia perfecta,
en profunda soledad,
entendida vía recta;
era cosa tan secreta,
que me quedé balbuciendo,
toda sciencia trascendiendo.*

*De paz y compasión está
hecho el perfecto conoci-
miento.
Directo a lo Profundo.*

*Me quedé sin articular, ensi-
mismado.*

*3. Estaba tan embebido,
tan absorto y ajenado,
que se quedó mi sentido*

*Muy dentro de mí.
Ensimismado.*

*Mi conciencia se quedó sin
sentidos.*

*de todo sentir privado;
y el espíritu, dotado
de un entender no enten-
diendo,
toda sciencia trascendiendo.*

*Llegan significados pro-
fundos, no se entiende por
conciencia.*

4. *El que allí llega de vero,
de sí mismo desfallece;*

*cuanto sabía primero
mucho bajo le parece;
y su ciencia tanto cresce,
que se queda no sabiendo,
toda ciencia trascendiendo.*

*El que aquí entra,
de sí mismo se cae, el yo se
cae.*

*Todo lo que sabía antes
le parecen nimiedades
y su comprensión crece.*

5. *Cuanto más alto se sube,
tanto menos se entendía
qué es la tenebrosa nube
que a la noche esclarecía;
por eso quien la sabía
queda siempre no sabiendo,
toda ciencia trascendiendo.*

6. *Este saber no sabiendo
es de tan alto poder,
que los sabios arguyendo
jamás le pueden vencer;
que no llega su saber
a no entender entendiendo,
toda ciencia trascendiendo.*

*Se comprende por una vía
que no es la discursiva
habitual.*

7. *Y es de tan alta excelencia
aqueste sumo saber,
que no hay facultad ni
ciencia
que le puedan emprender;
quien le supiere vencer
con un no saber sabiendo,
irá siempre trascendiendo.*

*Gran comprensión a la que
no se llega por facultades
intelectuales ni conoci-
mientos.*

8. *Y si lo queréis oír,
consiste esta suma sciencia
en un subido sentir
de la divinal esencia;
es obra de su clemencia
hacer quedar no entendiendo,
toda sciencia trascendiendo.*

*Sentir la esencia divina es
llegar a lo Profundo.*

Noche Oscura²⁹

Este nuevo intento tiene una doble osadía. Además de interpretarlo, lo hacemos sabiendo y teniendo presente que el propio místico escribe un libro para interpretar y explicar este poema. Así que nos atrevemos a poner nuestros significados a este poema, a mi parecer, uno de los mas bellos de la mística universal.

Noche Oscura

*1. En una noche oscura,
con ansias, en amores
inflamada,
¡oh dichosa ventura!,
salí sin ser notada,
estando ya mi casa sosegada.*

Interpretación

*En el vacío interno.
Con fuerte Propósito, gran
carga afectiva.
Intención copresente, sin
darme cuenta,
estando ya mi mente calmada.*

29 Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo*. Ed. BAC, Madrid, 2005, págs. 253 y 254.

2. *A oscuras y segura,
por la secreta escala, disfrazada,
¡oh dichosa ventura!,
a oscuras y en celada³⁰
estando ya mi casa sosegada.*

*Sin conciencia, decidida,
pasos desconocidos, omitida
mi intención.*

*Sin conciencia y callando
mi mente.
Estando ya mi mente
calmada.*

3. *En la noche dichosa,
en secreto, que nadie me
veía,
ni yo miraba cosa,
sin otra luz y guía
sino la que en el corazón
ardía.*

*Que los sentidos no lo
percibían,
sin atender.
Me guiaba
solo el Propósito.*

4. *Aquesta me guiaba
más cierto que la luz del
mediodía,
adonde me esperaba
quien yo bien me sabía,
en parte donde nadie parecía.*

El Propósito me guiaba.

*Sabía adonde iba.
No aparecía percepción ni
representación.*

5. *¡Oh noche que guiaste!
¡Oh noche amable más que
la alborada!
¡Oh noche que juntaste
Amado con amada,
amada en el Amado trans-
formada!*

*Fusión con lo sagrado,
el alma se transforma en
Dios (solo existe lo Profundo)*

30 Parte de la armadura que protege y cubre la cabeza. Yelmo, Diccionario de la RAE.

6. *En mi pecho florido,
que entero para él solo se
guardaba,
allí quedó dormido,
y yo le regalaba,
y el ventalle de cedros aire
daba.*

*En mi pecho lleno de de-
seos y ansias,
que deseaba vaciar para ÉL.
ÉL quedo en mi pecho
y yo lo acomodaba.*

7. *El aire de la almena,
cuando yo sus cabellos
esparcía,
con su mano serena
en mi cuello hería
y todos mis sentidos sus-
pendía.*

Suspensión del yo.

8. *Quedeme y olvideme,
el rostro recliné sobre el
Amado,
cesó todo y dejeme,
dejando mi cuidado
entre las azucenas olvidado.*

*Entré y me quedé. Supre-
sión del yo.
Me entrego a lo Profundo.
Se paró el tiempo.
Sin cuidado, entregado sin
temor.*

Otra poesía: *En la quietud de mi mente.*

En sintonía con estos poemas, comparto este que escribí el 11 de marzo del 2010, en un momento en el que estaba trabajando los últimos pasos de mi disciplina. Unos meses después, en los trabajos de Ascesis, reformé algunos versos.

En la quietud de mi mente

*Abro la puerta y entro,
al final del pasillo llego.
Allí está muy adentro
la quietud de mi mente.*

*Siento mi cuerpo
que me llama, que me clama.
Lo suelto, me alejo,
me desapego. Nada,
no hay nada.
Me abandono y llego.
Allí está, al final del pasillo
la quietud de mi mente.*

*No quiero nada.
No ansío, no deseo.
Yo no estoy,
ya no soy.
Entonces llega,
allí está, al final del pasillo
la quietud de mi mente.*

*Entré al espacio sin fin,
al no tiempo.
No ocurre nada.
Estoy en lo interno,
estoy en el fondo.
No hay mundo,
no hay nada
en la quietud de mi mente.*

*Desde el final del pasillo
andando calmo y lento
vuelvo a ser.
Se despierta el fluir,*

*se inicia el tiempo,
al acontecer llego
desde la quietud de mi mente.*

*Mi corazón se alegra,
la emoción me inunda.
Me he reencontrado
en mi hogar más profundo,
al final del pasillo
en la quietud de mi mente.*

*Porque no he sido, soy.
He ido para no ser.
Y al no ser me reencuentro,
me siento y me conmuevo.
Porque mi hogar más íntimo encuentro
en la quietud de mi mente.*

*Mi cuerpo no siente,
se para mi mente,
no está Juan,
no es...
Y por un instante
lo que ES se muestra
en todo, ES.
En la profundidad,
en la quietud de mi mente.*

Resumen

He leído las obras completas de Juan de la Cruz, sin olvidar el contexto histórico en el que vive, buscando descripciones de entrada a lo Profundo, de rescate de significados y de procedimientos para entrar.

Respecto de procedimientos para entrar no he encontrado o no he sabido reconocer un procedimiento claro, pautado, con sus pasos. Aunque sí se encuentran recomendaciones de actitudes, de ubicación interna como el desapego, de intentar vaciar la conciencia de presentaciones y parar la continua actividad de la memoria, de desatender las señales que vienen por los sentidos. Me parece muy rescatable el conocimiento que tiene de mecanismos de la conciencia como sentidos, memoria, imágenes, etc.

Respecto de descripciones de entrada a lo Profundo y rescate de significados la búsqueda ha sido muy fructífera. Me ha parecido muy clara y comprensible la forma que tiene de describir la supresión del yo, el profundo ensimismamiento, la pérdida o superación de los mecanismos de conciencia. Y, sobre todo, muy descriptivo y claro en la explicación del rescate de significados que vienen del otro lugar.

Síntesis

Cuando terminé la monografía de Teresa de Jesús dudaba que pudiese encontrar algo de tanto nivel en otros místicos porque me pareció que esta mística era altísima. La lectura de Juan de la Cruz ha sido muy costosa por la magnitud de sus libros y por su estilo poco personal. Sin duda ha supuesto un esfuerzo. Pero el resultado ha sido más satisfactorio del que temía durante su lectura. Como en un proceso de per-

fumería, lo más trabajoso es la recogida de la planta en los campos. Por los pinares vas recogiendo sacos y sacos de “la flor de la maravilla”. Todo un trabajo que después, en la destilación, de la canilla del separador de aceite caigan unas pocas gotas de esencia de Caléndula.

Estas pocas gotas de aceite esencial son más que suficientes para satisfacer el alma sedienta del peregrino interno, más que suficientes para que resuenen dentro de mí y me parece que en todo el que busque con fuerte Propósito esa experiencia interna que ilumina la vida y el Sentido de lo existente.

Una vez más comprobamos que el acceso a los niveles profundos de la conciencia está a la mano, aunque sea difícil, de aquel que considera este esfuerzo como tema central de su vida, de su estilo de vida.

IGNACIO DE LOYOLA

La vía alegórica para la
transformación interna

NOTA SOBRE UNA PSICOLOGÍA TRASCENDENTAL

Me parece importante reflexionar brevemente sobre la comprensión de la experiencia mística y sobre una posible relación de estas experiencias. Y a la hora de ofrecer un esquema o listado de experiencias místicas parto de mi experiencia personal y de las explicaciones dadas por Silo en *Apuntes de Psicología*¹. Y me fundamento en este autor no por encerramiento doctrinario sino porque en ese libro se explica una psicología sólidamente fundamentada, seria y clara. Además, tanto del estudio de este libro como de otros del mismo autor, se desprende una profunda comprensión de la conciencia humana y de lo que está más allá de la conciencia humana, dando señales para orientarla hacia su libertad, su felicidad y su desarrollo.

1 Silo, *Apuntes de Psicología*, Ulrica Ediciones, Rosario, 2000.

Entonces veamos un breve listado de experiencias no habituales². Está la experiencia de iluminación³; está la experiencia de quienes han tenido una aparente muerte clínica y que, a través de un *shock* eléctrico u otro método de reanimación, han vuelto para relatar el encuentro con una luz⁴; luego tenemos las de éxtasis, **arrebato** y **reconocimiento**⁵; contamos con

2 No estoy hablando de experiencias espirituales. Este término me parece mucho más amplio y engloba aquellas experiencias que hacen al crecimiento espiritual o son expresión de un desarrollo espiritual o interno. Por ejemplo, la **reconciliación** que Silo llamó en mayo de 2007 en Punta de Vacas “experiencia espiritual profunda” (esta conferencia pública, aún no está editada, se puede consultar en www.silo.net, en el apartado “Hitos” en texto, audio y vídeo). A mi parecer, a este campo también pertenecen, entre otras, la **acción válida** (esa acción desinteresada que hago por otros); la **resistencia no-violenta a la opresión**, la injusticia y la violencia; un estilo de vida coherente con la **Regla de Oro**: “Trata a los demás como quieras que te traten”; y **los pedidos por el bienestar** propio y de nuestros seres queridos. En cambio las experiencias no habituales tienen la característica de un funcionamiento no habitual de la conciencia. Esta diferenciación de experiencias es un tanto artificial ya que hay experiencias que están en la frontera entre ambas o que no es fácil atribuirles a un campo u otro porque comparten características con ambos. Pero hago esta separación para acotar el campo de referencias.

3 Silo, *Apuntes de Psicología*. Ulrica Ediciones, Rosario, 2000. págs. 299 y 300.

4 *Ibíd.*, págs. 300 y 301.

5 *Ibíd.*, pág. 303. De forma muy similar Luis A. Ammann en *Autoliberación* (Plaza y Valdés, México, 1991, pág. 250) describe “Los fenómenos de éxtasis suelen tener concomitancias motrices que llevan automáticamente a ciertas posturas (caso de “mudras” espontáneos) o a cierta agitación ambulatoria; el arrebato, en cambio, tiene preponderante actividad emotiva, lo

el trance⁶; y la **suspensión del yo**⁷ y la **supresión del yo**⁸; existen los tipos de experiencias relatados en el capítulo V de *La mirada interna*⁹, de algunas de ellas contamos con experiencia; también tenemos experiencia del fenómeno de una **comunicación mental** con otras entidades que tan bellamente relata Teresa de Jesús¹⁰; y de sentir una presencia a mi lado que, también en este caso, Teresa de Jesús nos cuenta¹¹; además contamos con experiencia y noticias de fenómenos de **Conversión**¹²; tenemos la experiencia del

que hace aproximarlos al fenómeno de enamoramiento, sin que podamos confundir uno con otro; el reconocimiento es la experiencia superior capaz de modificar el sentido de la propia vida y la perspectiva sobre la realidad. Es el fenómeno de conversión por excelencia.

6 Silo, *Apuntes de Psicología*. Ulrica Ediciones, Rosario, 2000. pág. 303, en el párrafo tercero introduce el trance sin nombrarlo. Pero es a partir de la pág. 329 cuando desarrolla este particular fenómeno.

7 *Ibíd.*, págs. 304 y 305.

8 *Ibíd.*, pág. 336.

9 Silo, *El Mensaje de Silo*, Edaf, Madrid, 2008. págs. 21 y 22.

10 En *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 479. Y en *Moradas del Castillo Interior*, en la misma edición anterior, *Moradas Sextas*, Cap. 3, pág. 410, y en *Moradas Sextas*, Cap. 8, pág. 427.

11 En *Moradas del Castillo Interior*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1977, *Moradas Sextas*, Cap. 8, pág. 427; en *El Libro de la Vida*, misma edición, Cap. 27, pág. 118; y en *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, misma edición, pág. 480.

12 Particular experiencia interna normalmente disparada por otro tipo de fenómeno, accidental o buscado, que choca la conciencia con sí misma. Este real “volcado de memoria” es esa experiencia que reconocemos en el relato de algunos místicos y también en el de algunas personas que han estado en el umbral

trabajo con la **Fuerza** de la que conocemos muy bien su procedimiento¹³; y la del **Nacimiento Espiritual**¹⁴. Por último aparecen mencionados el **Doble** y la **Proyección de la Energía**¹⁵. Este es un listado incompleto y quizá discutible pero nos sirve para presentar una serie de experiencias que rompen el funcionamiento habitual de la conciencia.

Según vamos avanzando en nuestras prácticas de ascesis y en nuestros estudios de mística se nos va haciendo más evidente la falta de una explicación y de una teoría general que encuadre estas experiencias. Únicamente en el caso de la supresión del yo Silo describe de qué manera la conciencia recibe o

de la muerte en el cual rápidamente, en un instante, el sujeto ve las escenas de su vida en sucesión veloz captando el hilo que las conecta. Este “hilo” se reconece como intención profunda o como “significado de la vida” y este reconocimiento produce una conmoción psíquica tal que estará por días “tocado” y deslumbrado por esta experiencia. Su vida sufrirá una transformación.

13 Silo, *El Mensaje de Silo*, Edaf, Madrid, 2008, pag. 57 y sigs.

14 En realidad, en rigor, el llamado Nacimiento Espiritual o Alumbramiento Espiritual no es “una experiencia” sino un cambio sustancial, es el nacimiento de un nuevo centro energético de referencia interna que se siente cenestésicamente. Se produce por una dirección consciente de acumulación de acciones desinteresadas, por el crecimiento de la bondad en uno, por la resolución definitiva de las contradicciones internas gracias a la reconciliación y a la coherencia de lo que siento, pienso y hago, por la genuina y sincera necesidad de evolución.

15 Silo, *Comentarios a El Mensaje de Silo*, Altuna Impresores, Buenos Aires, 2009. pág. 19 (www.silo.net y www.elmensajedesilo.net). En este texto también se mencionan el **Centro Luminoso** y la **Luz Interna** que he englobado en el término genérico de **Iluminación**.

rescata los significados que llegan desde los espacios profundos¹⁶. De las demás, no tenemos descripciones suficientes de estos circuitos. Pongamos un ejemplo para mostrar la dificultad. Cuando miro el teclado en el que estoy escribiendo, mi sentido, en este caso la vista, me trae cierta información que mi conciencia reconoce. Además mis dedos se mueven por las teclas y a través del tacto siento su superficie suave. Así mi conciencia se relaciona con el teclado. Este es un esquema simplificado que podríamos detallar mucho más, pero no es el caso¹⁷. Entonces, por los sentidos y la memoria mi conciencia se relaciona con el objeto, con los datos externos. Bien, pero ahora ¿qué podemos decir de la experiencia mística? ¿Cómo llega a mi conciencia? Por ejemplo, ¿cómo es que a veces capto un pensamiento lejano? ¿Cómo puedo describir un lugar que nunca visité? ¿Cómo, por un instante, percibo el mundo de una forma en que lo comprendo todo? ¿De qué manera percibo una presencia a mi lado? ¿A través de qué circuito a veces siento una comunicación que no entra por mis oídos? Estas son algunas preguntas pero hay muchas más. Y siempre estoy teniendo muy en cuenta que estamos discerniendo bien, con claridad, lo que es alucinación, lo

16 Silo, *Apuntes de Psicología*. Ulrica Ediciones, Rosario, 2000, pág. 336.

17 Todo este sistema del funcionamiento de conciencia está muy bien explicado en la citada obra *Apuntes de Psicología* y en *Autoliberación*, Luis A. Amman, editorial Plaza y Valdés, México, 1991, págs. 142 y 171.

que es imaginación, lo que es percepción, lo que deja un sabor positivo y creciente en mí, lo que deja un sabor de confusión y desamparo, es decir, lo que hace al crecimiento y desarrollo y lo que hace a la confusión y desintegración de la conciencia. Así que, en conclusión, estamos faltos de una explicación general.

Esta explicación general de las vías por las cuales la conciencia trabaja en estas situaciones daría lugar al desarrollo de una posible Psicología Trascendental. A este desarrollo, todos lo entendemos así, solo nos podremos adentrar desde la experiencia, a la que habrá que dar una explicación y organización coherente. Porque el intento de desarrollar una teoría de este nivel sin la experiencia necesaria no pasaría del campo de la elucubración y el despropósito. Quizá en el futuro, con el aporte de muchos y entre muchos, nos atrevamos a elaborar, si se diese una gran acumulación de experiencia, un mapa de esta zona poco conocida. Pero, aunque valioso, este no me parece el tema decisivo a la hora de tener experiencias. Lo decisivo es estar abiertos a estas experiencias, lo decisivo es que de verdad se quieran o se necesiten y se dé con un procedimiento¹⁸, ojalá fácil, que abra a estas

18 Procedimientos conocemos bastantes. Silo hizo una enorme aportación sobre esto. Brevemente repasemos algunos de los que sabemos que son capaces de producir estas experiencias. Las llamadas meditaciones activas o experiencias guiadas de Sentido –*Experiencias Guiadas*, Silo, Plaza y Janes, Barcelona 1989–, en concreto: La Repetición, El Festival, El Viaje; los trabajos con transferencias y autotransferencias –véase *Autoliberación*, Luis A. Ammann, ed. Plaza y Valdes, México, 1991. Capítulo

experiencias, capaces de conmocionar positivamente la conciencia y reorientar el sentido de la vida.

¿CUÁL ES LA VÍA ALEGÓRICA?

Conocemos diferentes métodos de transformación interna capaces de producir experiencias espirituales o místicas. Entre estas formas está el trabajo alegórico en el cual al operador se le presenta una escena o sucesión de escenas por las que transita superando, o no, resistencias y dificultades para producir en él la transformación deseada o la experiencia espiritual. Esta forma de trabajo es muy cercana a la desarrollada durante siglos por los alquimistas de diferentes culturas que buscando la transmutación de la materia

de Transferencia, págs. 149 y sigs. y capítulo de Autotransferencias págs. 223 y sigs.– si el operador tuviera este interés de experiencias trascendentes; trabajos con la atención –*Manual de Formación del Movimiento Humanista*, <http://humanistmovement.net/>–; las ceremonias o experiencias de *El Mensaje de Silo* en las que está el trabajo con la Fuerza –*El Mensaje de Silo*, Silo, Edaf, Madrid, 2008–; el trabajo repetido y diario de El Camino, concretamente las preguntas “¿Quién soy?” y “¿A dónde voy?” –*El Mensaje de Silo*, Silo, Edaf, Madrid, 2008, págs. 135 y sigs.– (de este procedimiento, que me parece ha sido poco explorado, puedo decir por experiencia que la insistencia es capaz de producir un desplazamiento o silenciamiento del yo y entrar, por esa fuerte búsqueda de respuestas esenciales, a conectar con el sí-mismo); y el acceso a lo profundo, que queda explicado en *Apuntes de Psicología*. Silo. Ulrica Ediciones, Rosario, 2000, págs. 334 y sigs.

y en fuerte resonancia con ella, buscaban su propia transmutación interna.

Los estudiosos que quieran profundizar en las técnicas alegóricas pueden consultar el libro *Autoliberación*¹⁹ de Luis A. Amman en la parte de Operativa, catarsis, transferencia y autotransferencia, así como el Diccionario del final del libro en los que se define alegórico (ver anexo I), conciencia, espacio de representación, operativa, y demás mecanismos psicológicos. Así mismo me parece útil y valioso el libro *Experiencias Guiadas*²⁰ de Silo por la cantidad de propuestas de trabajo alegórico en él presentadas.

Ejemplos

Este método de trabajo interno viene de muy antiguo. Para las llamadas religiones místicas era este el procedimiento central de transformación interna. Un ejemplo claro lo encontramos en el culto a Deméter, Perséfone en Eleusis. En los llamados Misterios Mayores, desde el cementerio de Atenas partía una procesión que después de diversas etapas llegaba a la ciudad cercana de Eleusis. Allí los iniciados debían guardar un día de ayuno de preparación para la ceremonia central. Al entrar al día siguiente a la sala sagrada *Telesterion* les daban a beber *kykeon*. Esta

19 Amman, Luis A., *Autoliberación*, Plaza y Valdés, México, 1991. Hay una edición de ATE, Barcelona, 1980.

20 Silo, *Experiencias Guiadas*, Plaza y Janes, Barcelona, 1989.

bebida hecha a base de cebada y poleo seguramente contenía el hongo del cornezuelo del centeno, cereal cultivado en la zona. Este hongo contiene un alucinógeno que ha sido sintetizado hace pocas décadas como LSD²¹. En la sala sagrada –después de haber pasado por las procesiones, el ayuno, la bebida alucinógena– a los iniciados, por un tipo de representación desconocida, se les revelaba el sentido de la muerte y la trascendencia:

“pues allí, confundidos en la oscuridad dentro de la sala de iniciación, veían algo que confirmaba la continuidad de la existencia más allá de la tumba, el fin de la vida así como su principio otorgado por gracia divina, según escribió el poeta Píndaro. Y por supuesto esto es lo que ha constituido un dilema tan terrible acerca de Eleusis, ya que algo debe haber sido visto allí. Todos los testimonios antiguos insisten en eso; lo mismo el autor del Himno homérico a Deméter que los trágicos Sófocles y Eurípides. Haber visto lo sagrado, ta hiera: así era como uno podía hablar de los misterios sin correr peligro. Hasta ese momento el iniciado era un mystes, tenía los ojos cerrados al mundo; había llegado a dicho estado a través de la iniciación preparatoria de los misterios menores, celebrados en Agrai. Pero en Eleusis tenía la visión, la epopteía²², y se convertía en alguien que había visto, un epoptes.”²³

21 Para profundizar en este tema el libro *El Camino a Eleusis* de R. G. Wasson, A. Hofmann y C. A. P Ruck. Fondo de Cultura Económica, Madrid, 1980. También *Historia de las creencias y las ideas religiosas*, vol. II, Mircea Eliade, Paidós, Barcelona, 1999.

22 Revelación.

23 R. G. Wasson, A. Hofmann y C. A. P Ruck, *El Camino a Eleusis*, Fondo de Cultura Económica, Madrid, 1980, págs. 124 a 125.

Los iniciados volvían a Atenas transformados y su vida ya no era igual. Por experiencia sabían que no todo terminaba con la muerte y los pocos testimonios que quedan apuntan a una transformación de la vida. Este rito durante dos mil años (desde el año 1500 a.n.e. hasta el 396 d.n.e.) por la representación de una escena sagrada apoyada por el hongo produjo decisivas experiencias en los atenienses.

El cristianismo continuó este método en sus ritos que ya no eran secretos sino abiertos. En la eucaristía se representan unas escenas y el creyente debe hacer unos pasos preparatorios entre los que están la representación de la vida de Jesucristo:

*“Padeció bajo el poder de Poncio Pilato. Fue crucificado, muerto y sepultado. Descendió a los infiernos. Al tercer día resucitó de entre los muertos.²⁴ Subió a los cielos, y está sentado a la derecha de Dios Padre Todopoderoso”.*²⁵

24 Por cierto que este mito del dios que muere, desciende a los infiernos y resucita es un viejo y universal mito rastreable en el chamanismo, en el culto a Dionisos, en el mito de Isis y Osiris entre otros. En el chamanismo, por ejemplo, está suficientemente documentado que el aprendiz de chamán tiene que superar un proceso iniciático por el cual muere, su cuerpo es despedazado y renovado mientras desciende a los infiernos. Después asciende a los cielos y a su vuelta a este mundo ha sufrido una total renovación a la vez que viene cargado de revelaciones de orden místico-religioso. A partir de este momento será el hombre santo y cuidará de los cuerpos y las almas de los suyos. Véase *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis*, Mircea Eliade, Fondo de Cultura Económica, México, 1960, págs. 45 y sigs.

25 Parte del texto del Credo de Nicea recitado durante el rito cristiano.

Finalmente, como acto central, se le da a comer el cuerpo de Cristo, su imagen referencial. Toda esta escenografía y representación, vivida y repetida con sincera devoción por el creyente, es capaz de producir reconciliaciones y cambios importantes:

“Aquí tiene importancia que la actitud del orante sea de recogimiento, que sienta y en lo posible visualice los emplazamientos verticales que efectúa el guía (en este caso Jesús), por los tres niveles del espacio de representación (plano medio, infierno y cielo). Jesús es el tema central y es también el guía que va sufriendo transformaciones. Ello permite al creyente fusionarse con él y experimentar un proceso mental de traslado de cargas afectivas, apoyado en imágenes.

Si el creyente se entregara plenamente a su oración, sin duda tendría oportunidad de relacionar las escenas de la vida, pasión, muerte y resurrección de Jesús (argumento) con la comisión de los pecados propios recapitulándolos; padeciendo por el sufrimiento que han ocasionado; acercándose a la imagen de castigo merecido; logrando arrepentimiento; formulando propósitos de enmienda futura y, por último, despertando su esperanza por el cielo de los justos de acuerdo a su fe cristiana. En el ejemplo dado, es posible observar una gama muy grande de posibilidades autotransferenciales que se abren para el orante.”²⁶

Por otra parte, podemos fácilmente observar cómo diferentes expresiones artísticas, especialmente las obras de teatro y las proyecciones cinematográficas modifican estados de ánimo y guían procesos psicológicos, a veces impactantes, en los espectadores.

26 Amman, Luis A. *Autoliberación*, Plaza y Valdés, México, 1991, págs. 240 y 241.

Experiencia personal

Relataré dos procesos en los que utilizando el trabajo alegórico llegué por un lado a reconciliaciones y, por otro a la modificación de actitudes incoherentes por falta de valoración propia y a experiencias de iluminación.

En el primer trabajo utilicé la técnica de autotransferencia y en el segundo de transferencia. La diferencia entre ambos es que en el segundo hay un guía externo que toma nota y puede ayudar en situaciones de bloqueo. En el primer caso el operador está solo y la mayor dificultad es construir bien las escenas por las que transitar.

Autotransferencia

En el año 2002, después de haber asistido a varios retiros en los que se trabajaba toda la parte de operativa y transferencias del libro *Autoliberación*, me planteé resolver por vía autotransferencial un nudo biográfico no reconciliado, ya que no encontré un argumento tipo en las Experiencias Guiadas.

Configuré unas escenas por las que debía transitar e hice la primera sesión. Efectivamente, como explica *Autoliberación* tuve que modificar el armado:

“En los procesos autotransferenciales, al utilizar temas y argumentos fijos, los indicadores principales de resistencia están dados por defectos en el armado de una escena o por dificultades en el encaje y conversión de climas.

Veamos esto más de cerca: supongamos que, teniendo por interés la ‘reconciliación’, el operador monte su escena mental y emplace en ella a diversas personas con las que mantiene relaciones de enemistad. Él tratará de transferir cargas de tal manera que al finalizar el trabajo quede logrado el objetivo propuesto. Sin duda, habrán aparecido en el desarrollo, numerosos registros de resistencia, pero habrá quedado en claro si el encaje se logró, o si es necesario seguir trabajando hasta lograr los registros adecuados.

El operador sabrá cómo hacer correcciones, ya que el interés estará debidamente planteado (producir la reconciliación).

También habrán quedado precisados los defectos de armado escénico que pueden haber impedido un buen encaje y posterior conversión.²⁷

Una vez modificadas las escenas para aumentar la tensión argumental y presentar las resistencias probé otra vez. Ahora sí, la situación rescataba todo el clima y el nudo biográfico que se quería reconciliar. En la siguiente sesión se produjo la integración y reconciliación profunda. En los días que siguieron pude constatar que la relación con las personas reconciliadas se había modificado sustancialmente.

Proceso transferencial

En el año 2007 inicié un proceso transferencial. Antes de empezar el trabajo busqué si tenía algún tema

27 Amman, Luis A. *Autoliberación*, Plaza y Valdés, México, 1991, pág. 230.

biográfico pendiente de integrar o algún comportamiento que expresase bloqueos en la relación con el mundo. Así no encontré nada importante biográfico pero sí una dificultad de actitud equivocada en ámbitos importantes para mí. Seguramente esta actitud de empequeñecimiento venía dada, no por algo que pasó en la infancia, sino por una actitud cultural del ambiente en el que me crié, un “defecto” del paisaje de formación.

Al interés de modificar esta actitud se sumaban mis búsquedas espirituales y una fuerte confianza en lo alegórico como herramienta para producir cambios importantes.

Así que entré en la tarea. Desde el seis de abril hasta el siete de noviembre hice doce sesiones de transferencias. Como explica el método de *Autoliberación*, cuando tocas y resuelves un contenido de conciencia todo el mundo interno queda repercutido pudiendo aparecer nuevos contenidos o temas a resolver. Así que quedó integrado el tema propuesto, pero también afronté otros dos menores que salieron a la vista al removerse el mundo interno. En las últimas sesiones me dediqué por un lado, a comprobar que todo quedaba “limpio y fresco” y, por otro, a ascender a los espacios elevados buscando un contacto con la Luz. Después de varios intentos con sus reconsideraciones y ajustes de actitudes²⁸ en ese contacto buscado se produjo el

28 Podríamos decir, aprovechando mi paisaje de formación cristiano y también el contexto de Ignacio: “Bienaventurados los pobres de espíritu: porque de ellos es el reino de los cielos”

impacto de la iluminación del espacio de representación, una Luz no imaginable, una Luz no focal sino en la que te sientes sumergido porque te rodea y está en todas direcciones, está dentro de ti, con una energía y un tono no conocido, un fluido, cierta leve densidad, con la que te sientes en “comunicación” y de la que procede la vida y la sabiduría:

5. No es resplandor que deslumbre, sino una blancura suave y el resplandor infuso, que da deleite grandísimo a la vista y no la cansa, ni la claridad que se ve para ver esta hermosura tan divina. Es una luz tan diferente de las de acá, que parece una cosa tan deslustrada la claridad del sol que vemos, en comparación de aquella claridad y luz que se representa a la vista, que no se querrían abrir los ojos después. Es como ver un agua clara, que corre sobre cristal y reverbera en ello el sol, a una muy turbia y con gran nublado y corre por encima de la tierra. No porque se representa sol, ni la luz es como la del sol; parece, en fin, luz natural y estotra cosa artificial. Es luz que no tiene noche, sino que, como siempre es luz, no la turba nada. En fin, es de suerte que, por gran entendimiento que una persona tuviese, en todos los días de su vida podría imaginar cómo es. Y pónela Dios delante tan presto, que aun no hubiera lugar para abrir los ojos, si fuera menester abrirlos; mas no hace más estar abiertos que cerrados, cuando el Señor quiere; que, aunque no queramos, se ve. No hay divertimiento que baste, ni hay poder resistir, ni

y “Bienaventurados los limpios de corazón: porque ellos verán a Dios” –Evanglio de San Mateo (5, 3-10)–. Es decir, ajuste de actitudes internas hacia una mayor humildad, verdad interna, búsquedas verdaderas y reconocimiento de la pobreza interior y de la necesidad de experiencias trascendentes.

*basta diligencia ni cuidado para ello. Esto tengo yo bien experimentado, como diré.*²⁹

Bellísima forma de expresarlo Teresa de Jesús. Agustín de Hipona en *Las Confesiones* que es, por cierto, uno de los libros de referencia de Teresa, lo describe de esta forma:

Y, amonestado de aquí a volver a mí mismo, entré en mi interior y guiado por ti; y púdelo hacer porque tú te hiciste mi ayuda. Entré y vi con el ojo de mi alma, como quiera que él fuese, sobre el mismo ojo de mi alma, sobre mi mente, una luz inconmutable, no esta vulgar y visible a toda carne ni otra cuasi del mismo género, aunque más grande, como si ésta brillase más y más claramente y lo llenase todo con su grandeza. No era esto aquella luz, sino cosa distinta, muy distinta de todas éstas.

*Ni estaba sobre mi mente como está el aceite sobre el agua o el cielo sobre la tierra, sino estaba sobre mí, por haberme hecho, y yo debajo, por ser hechura suya. Quien conoce la verdad, conoce esta luz, y quien la conoce, conoce la eternidad. La Caridad es quien la conoce.*³⁰

29 Teresa de Jesús, *El Libro de la Vida*, Ed. BAC, Madrid, 1977. Cap. 28, pág. 124.

30 San Agustín, *Las Confesiones*, Ed. BAC, Madrid, 2002. Libro VII, cap. X, vers. 16, pag. 286.

IGNACIO DE LOYOLA

¿Quién fue Ignacio de Loyola?

Ignacio nace en el caserío de Loyola, en las cercanías de la localidad guipuzcoana de Azpeitia, a unos 40 kilómetros al oeste de San Sebastián, en Euskadi, en el año 1491 d.n.e. Es el menor de trece hermanos de una familia influyente. De niño es enviado al servicio del Contestable Mayor del Reino de Castilla, recibiendo una educación cortesana. A los 26 años entra al servicio del Duque de Nájera, Virrey de Navarra, como asesor y militar. Cuatro años después, en mayo de 1521 las tropas francesas asedian Pamplona. Ignacio participa activamente en la defensa de la ciudad hasta que es gravemente herido en las piernas.

Tiene una larga convalecencia de meses. Al mes de ser herido recibe los últimos sacramentos al agravarse su estado. Durante la recuperación se inicia en la lectura de libros de santos. Decide cambiar su vida emulando la vida de los santos y la de Jesucristo. En febrero del año siguiente peregrina a Monserrat. Allí regala sus ropas y armas y se viste de saco. Empieza una vida de oración y penitencia en Manresa en donde vive en una cueva. A finales de verano se produce la transformación interna y comienza a escribir los *Ejercicios Espirituales*.

En el siguiente febrero, el de 1523, inicia la peregrinación a Jerusalén partiendo de Barcelona. Un año

después estará de vuelta. En Barcelona se dedica a estudiar Gramática y Latín. A partir de aquí inicia su proyecto de trabajar en bien de las almas, con compañeros que quisiesen seguirle en su camino.

En 1526 llega a Alcalá de Henares. Estudia en la universidad, trabaja como enfermero en el hospital y empieza a reunir compañeros. Pero es encarcelado y procesado. En junio de 1527 sale de la cárcel y marcha a Salamanca. Allí se reproduce la misma escena. Al intentar impartir sus *Ejercicios Espirituales* es encarcelado. Se le absuelve con la prohibición de enseñar materias teológicas. Entonces viaja a París.

En febrero de 1528 llega a París. Estudia Latín y en mayo empieza a impartir los *Ejercicios Espirituales*. Durante los años siguientes estudia artes. Mientras va creando un círculo de compañeros que van pasando por los Ejercicios. En marzo de 1535 es acusado de herejía ante la inquisición. Tiempo después sería absuelto.

En enero de 1537 se reúne en Venecia con sus compañeros de París con la intención de viajar a Jerusalem. En junio se ordena sacerdote junto con algunos compañeros. No pudiendo viajar por la inestabilidad de las rutas marítimas cambian sus planes. En diciembre llega a Roma. Se dedica a predicar y a impartir sus *Ejercicios*. En mayo llegan los demás compañeros. En junio y agosto se produce una grave persecución contra ellos. En noviembre Ignacio consigue la absolución.

Inicia el proceso de formación de una orden religiosa. Dos años después el papa confirma la Compañía de Jesús en una Bula. Durante los años siguientes

se inicia un fuerte proceso de expansión de la Compañía. Todos los aspirantes tienen que pasar por los Ejercicios Espirituales que duran un mes. Desde el inicio el carácter de la Compañía es ponerse al servicio de las necesidades del papado.

Es de destacar el apoyo que Ignacio consigue tanto de los sucesivos papas, como de los nobles o los reyes, por ejemplo, de Portugal. En pocos años la Compañía se desarrolla fuertemente no solo en número de miembros sino también en colegios, hospitales, orfanatos, etc.

El 31 de julio de 1556 es el día del tránsito de Ignacio. Han pasado 16 años desde la fundación de la compañía, y ya está presente en muchos países europeos, en América, África y Asia. Tiene alrededor de 1.000 miembros. De principio, su fuerte carácter misionero produjo una fuerte expansión. Otra de sus características ha sido el desarrollo de colegios, hospitales y universidades, algunas de ellas de gran nivel. Y otra de estas características en su capacidad de relación entre los poderosos. Esto, junto con su apoyo incondicional al papado, ha favorecido el surgimiento de enemistades poderosas y expulsiones de países. Actualmente, con más de 19.000 miembros según sus fuentes, es la orden religiosa más fuerte de la Iglesia Católica Romana.

Esa es una de las grandes aportaciones de Ignacio. La otra son los *Ejercicios Espirituales*. Difícil precisar el impacto que ha producido en el cristianismo occidental, pero sin lugar a dudas desde que en 1526

Ignacio iniciase su difusión, se ha convertido en uno de los grandes libros de referencia en el cristianismo a la altura de *Las Moradas*, *Las Confesiones*, *La imitación de Cristo*, *la Filocalia*. No solo los jesuitas lo han practicado, sino que muchas generaciones de cristianos han pasado por ellos.

Los Ejercicios³¹ Espirituales

No haré un análisis profundo ya que hay publicados multitud de estudios para aquel que quiera profundizar, pero sí una presentación para comprender básicamente la dinámica de trabajo de esta herramienta de ejercicio interno capaz de producir transformaciones profundas.

Antes de nada hay que reflexionar sobre el sistema de creencias que está presente en estos ejercicios. Estos trabajos solo tendrán algún efecto en el orante si es fervoroso creyente de todo un sistema referencial cristiano en el que la Trinidad, la Virgen María, Jesucristo, Dios, tienen una existencia y una presencia real. Tanto es así, que opera una creencia básica en la cual el humilde peregrino interno puede llegar a conectar y recibir gracias y dones de Dios si pone su alma a disposición de la voluntad divina. Esta actitud de entrega será fundamental para el cambio interno o

31 La palabra Ejercicio está muy relacionada con Ascesis, que del griego (ασκηση) podría traducirse como ejercicio o entrenamiento.

para acceder al éxtasis o a las visiones como luego veremos en el *Diario Espiritual* de Ignacio. Por lo tanto, para que todo este trabajo produzca las transformaciones y las experiencias místicas, es necesario creer a pies juntillas en todo este sistema de creencias. No estoy hablando de la existencia objetiva de Dios, sino de su realidad psicológica que, en definitiva, es la que marca la diferencia y la que orienta a las personas. Para el que no tiene en cuenta esto, lo que vamos a ver a continuación es extraño, lejano, dudoso, incomprendible, relativo. Sin embargo, opera.

Para explicar la dinámica de trabajo de los *Ejercicios* aprovecharemos la explicación de Luis A. Amman en *Autoliberación*:

*La ceremonia religiosa que incluye oraciones, gestos, cánticos, sacramentos, etcétera, ofrece una batería de recursos muy completa para el creyente que verdaderamente se compenetra de las operaciones. La misma ceremonia puede repetirse siempre, pero alcanzando para el devoto distintas profundidades autotransferenciales, o bien desplazando el énfasis en distintos aspectos acordes con sus necesidades de momento.*³²

Y un poco más adelante:

...Si por algún procedimiento, por ejemplo del tipo de la oración (recordar el Credo de Nicea), el operador pudiera seguir siempre el mismo orden, recorriendo además los tres niveles, contaría con un método excelente para llevar un proceso integral. Es más, podría utilizar siempre las mismas fórmulas aun cuan-

32 Amman, Luis A. *Autoliberación*, Plaza y Valdés, México, 1991, pág. 242.

do introdujera variaciones escénicas, de acuerdo con sus necesidades. Pero también podría suceder que ni siquiera introdujera variaciones escénicas, sino que profundizara cada vez en su proceso. Según nuestro parecer, ese sería el mejor de los casos.

De esta forma operan los *Ejercicios*, repitiendo una y otra vez las escenas de la vida de Jesús con el que el practicante se identifica para ir resolviendo situaciones, reconociendo errores, buscando resoluciones internas profundas. Al entregarse a este proceso con fuerte conexión con la figura de Jesús el practicante va transformándose por toda una profunda reflexión sobre la propia vida, el sufrimiento causado, la fragilidad humana, la necesidad de eternidad o “salvación del alma”.

Y antes de entrar en tema veamos tres aspectos. Primero, los *Ejercicios* de Ignacio tienen por antecedente el *Ejercitatorio*, obra de Fray García de Cisneros, Abad del monasterio de Monserrat entre 1493 y 1510. Esta obra la conoció y practicó Ignacio. Pero él eleva y desarrolla esta vía de trabajo creando unos ejercicios coherentes e intensos.

En segundo lugar, recomienda que los *Ejercicios* sean practicados no solo por los miembros de la Compañía, sino también por cualquier persona. De hecho, Ignacio fue el primer practicante de estos ejercicios. Trabajó con este método cuando sentía la necesidad de revelación interior.

Y por último, hay que tener en cuenta que los *Ejercicios* no fueron redactados de una vez, sino que fueron

sufriendo aportes y modificaciones desde su estancia en Manresa en 1522 hasta su llegada a Roma en 1537.

Introducción

Como veremos, los *Ejercicios* son de una gran intensidad ya que prácticamente todas las horas del día durante cuatro semanas están centradas en los temas. Incluso hay recomendaciones para en las comidas tener presente la imitación de Cristo³³. Cada día hay cinco ejercicios de una hora con sus oraciones preparatorias y preámbulos, y después con sus coloquios y oraciones de agradecimiento. Así que tenemos entre siete y nueve horas diarias de intenso trabajo. Por último hay proposiciones para antes de irse a dormir y también para hacer al levantarse.

Así lo presenta Ignacio:

[1]³⁴ Anotaciones para tomar alguna inteligencia en los ejercicios espirituales que se siguen, y para ayudarse, así el que los ha de dar, como el que los ha de recibir.

1ª Anotación. La primera anotación es, que por este nombre, ejercicios espirituales, se entiende todo modo de examinar la consciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras spiri-

33 Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*. Obras Completas. Ed. BAC, Madrid, 1952, pág. 201 [214].

34 Los párrafos o los puntos –aunque tengan subdivisiones– están numerados, lo cual facilita enormemente su localización en diversas ediciones. Así este es el [1] y el [370] es el último, y cada vez que aparezca un número entre corchetes [] nos estaremos refiriendo a la numeración de los *Ejercicios*.

*tuales operaciones, según que adelante se dirá. Porque así como el pasear, caminar y correr son ejercicios corporales; por la mesma manera, todo modo de preparar y disponer el ánima para quitar de sí todas las afecciones desordenadas y, después de quitadas, para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánima, se llaman ejercicios espirituales.*³⁵

A continuación hace algunas recomendaciones entre las que destaca que el que imparte los ejercicios dé pocas explicaciones, porque es de más fruto espiritual que avance por sí mismo el que los recibe, y una frase que fundamenta el trabajo alegórico: “**porque no el mucho saber harta y satisface al ánima, mas el sentir y gustar de las cosas internamente**” [2]³⁶. Poco después presenta el esquema general por semanas:

*[4] La quarta: dado que para los ejercicios siguientes se toman quatro semanas, por corresponder a quatro partes en que se dividen los ejercicios; es a saber, a la primera, que es la consideración y contemplación de los pecados; la 2ª es la vida de Christo nuestro Señor hasta el día de ramos inclusive; la 3ª la pasión de Christo nuestro Señor; la 4ª la resurrección y ascensión, poniendo tres modos de orar.*³⁷

Después explica que deben ser tomadas con flexibilidad ya que unos son más tardos que otros y en la siguiente marca la actitud básica de entera disponibilidad interna:

35 Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*. Obras Completas. Ed. BAC, Madrid, 1952, pág. 153.

36 *Ibíd.*, pág. 154.

37 *Ibíd.*, pág. 154.

[5] *La quinta: al que rescibe los ejercicios mucho aprovecha entrar en ellos con grande ánimo y liberalidad con su Criador y Señor, ofreciéndole todo su querer y libertad, para que su divina majestad, así de su persona como de todo lo que tiene se sirva conforme a su sanctísima voluntad.*³⁸

Ignacio continúa dando recomendaciones para ir ajustando las actitudes y los comportamientos. Siempre intenta ser claro en las dificultades e insistir en que el practicante debe esforzarse [12]³⁹.

Recomienda que el que imparte los ejercicios no empuje al que los recibe en sus decisiones ni promesas ya que es más conveniente que él vaya tomando sus decisiones según su experiencia con la divinidad [15]⁴⁰. Vemos una actitud muy respetuosa de cómo ayudar al que los recibe en sus luchas internas sin por eso querer saber los pensamientos ni los pecados:

[17] *La décima séptima: mucho aprovecha, el que da los ejercicios, no queriendo pedir ni saber los propios pensamientos ni peccados del que los rescibe, ser informado fielmente de las varias agitaciones y pensamientos, que los varios spíritus le traen; porque, segun el mayor o menor provecho, le puede dar algunos espirituales ejercicios convenientes y conformes a la necesidad de la tal ánima así agitada.*⁴¹

38 Ibid., pag. 155.

39 Ibid., pág. 156.

40 Ibid., pág. 157.

41 Ibid., pág. 158.

Por último, antes de empezar, recomienda que se respete el orden de trabajo y que se aparte de la vida habitual trabajando retirado [20]⁴².

Desarrollo

[21] Ejercicios espirituales para vencer a sí mismo y ordenar su vida, sin determinarse por afección alguna que desordenada sea⁴³.

Lo primero que marca es la confianza que debe haber entre quien los da y quien los recibe, comunicación y amor entre ambos [22]⁴⁴. A continuación, nada más empezar la primera semana nos presenta el fundamento doctrinario del cual se desprenden todas las actitudes y presupuestos de los *Ejercicios* y aun de la Compañía de Jesús:

PRIMERA SEMANA (Desde [23] a [89])

[23] Principio y fundamento

El hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor y, mediante esto, salvar su ánima; y las otras cosas sobre la haz de la tierra son criadas para el hombre, y para que le ayuden en la prosecución del fin para que es criado. De donde se sigue, que el hombre tanto ha de usar dellas, quanto le ayudan para su fin, y tanto debe quitarse dellas, quanto para ello le impiden. Por lo qual es menester hacernos indiferentes a todas las cosas criadas, en todo lo que es concedido a la libertad de nuestro libre albedrío, y no le está prohibido; en tal manera, que no queramos de nuestra parte más salud que en-

42 Ibid., pág. 159.

43 Ibid., pág. 160.

44 Ibid., pág. 160.

*fermedad, riqueza que pobreza, honor que deshonor, vida larga que corta, y por consiguiente en todo lo demás; solamente deseando y eligiendo lo que más nos conduce para el fin que somos criados.*⁴⁵

Los ejercicios de esta semana están pensados en la presentación del daño causado por los pecados e insistentemente se repiten los cinco ejercicios durante cada día para reforzar la situación.

El interés es conducir la situación al extremo para provocar en el sujeto una profunda limpieza interna –por eso se llama vía purgativa– y una consideración al agradecimiento, ya que a pesar de sus errores está bien, y así orientar la decisión firme de enmendarse. Se apoya en multitud de imágenes y llama la atención que en el quinto ejercicio ([65] y sigs.) trabaja con los cinco sentidos. Con esto refuerza los registros para finalmente agradecer por no haber caído al infierno:

1º preámbulo. El primer preámbulo composición, que es aquí ver con la vista de la imaginación la largura, anchura y profundidad del infierno. 2º preámbulo. El segundo, demandar lo que quiero: será aquí pedir interno sentimiento de la pena que padescen los dañados, para que si del amor del Señor eterno me olvidaré por mis faltas, a los menos el temor de las penas me ayude para no venir en pecado.

[66] 1º punto. El primer punto será ver con la vista de la imaginación los grandes fuegos, y las ánimas como en cuerpos ígneos.

[67] 2º El 2º: oír con las orejas llantos, alaridos, voces, blasfemias contra Christo nuestro Señor y contra todos sus santos.

45 Ibid., pág. 161.

[68] 3º El 3º: *oler con el olfato humo, piedra azufre, sentina y cosas pútridas.*

[69] 4º El 4º: *gustar con el gusto cosas amargas, así como lágrimas, tristeza y el verme de la consciencia.*

[70] 5º El 5º: *tocar con el tacto, es a saber, cómo los fuegos tocan y abrasan las ánimas. (...)*

La 3ª después de su vida en este mundo; y con esto darle gracias, porque no me ha dexado caer en ninguna destas, acabando mi vida⁴⁶. Asimismo, cómo hasta agora siempre a tenido de mí tanta piedad y misericordia, acabando con un Pater noster.⁴⁷

Otro aspecto muy importante es que se pide al ejercitante una continua reflexión y evaluación sobre los resultados de cada ejercicio intentando comprender los errores, la falta de identificación con las escenas, si los sentimientos han sido suficientemente fuertes. Y, después de toda una serie de recomendaciones para reforzar la situación, al final de la semana se recomienda una confesión general de la vida.

SEGUNDA SEMANA (Desde [91] a [189])

[91] El llamamiento del rey temporal ayuda a contemplar la vida del rey eternal.

En la primera parte de esta semana se propone al practicante que se identifique con la vida de Jesús, empezando por el significado de la encarnación y nacimiento de Jesús. Con multitud de detalles se

46 Quiere decir que debe estar agradecido ya que aún está vivo y puede evitar morir en pecado y caer al infierno.

47 Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*. Obras Completas. Ed. BAC, Madrid, 1952, págs. 173 y 174.

presentan las escenas en las que no solo se deben presenciar sino también representarse las conversaciones y los viajes. Se pone énfasis en el nacimiento en suma pobreza y la vida de tanto trabajo. Igualmente en el quinto ejercicio se trabaja por los cinco sentidos. Durante estos días se avanza en el desarrollo de la vida de Jesús. En el cuarto día se interrumpe ya que se va a preparar la situación para una elección de la dirección de la vida. Este día se presentan escenarios contrapuestos de orgullo, maldad, avaricia con otro de humildad, bondad y pobreza personificados en el diablo y su séquito y Jesús y su ejército respectivamente.

A partir de aquí se siguen presentando escenas con el desarrollo de la vida de Jesús mientras simultáneamente se trabaja para hacer *Elección*, es decir, elegir una orientación en la vida para conseguir el fin que se propone en la base doctrinaria: la salvación del alma (la eternidad) mediante la alabanza y servicio de Dios. Un trabajo muy bien elaborado y presentado para que el ejercitante se represente bien la situación y las consecuencias de la orientación de su vida. Por último esta semana se alarga más dando la opción de llevarla hasta los doce días si el practicante lo necesitase.

TERCERA SEMANA (Desde [190] a [209])

Esta semana se trabaja con la representación de la Pasión. Cada día se van presentando las diferentes escenas con sus cinco repeticiones diarias por las que va transitando el ejercitante poniendo mucho énfasis en representarse bien las situaciones, escuchar las conver-

saciones, y siempre en el quinto ejercicio, por todos los sentidos. El séptimo día de la semana se representa a mitad de la noche toda la Pasión junta. Ese día no habrá repeticiones de ejercicios sino que se trabajará con la representación del cuerpo en el sepulcro desolado y sin alma y con la desolación de la Virgen y los discípulos.

CUARTA SEMANA (Desde [218] a [229])

Las escenas son las de la resurrección y de reencuentro con la Virgen y los apóstoles hasta la Ascensión a los cielos. Se debe representar el descenso a los infiernos, el rescate de las almas de los justos, la resucitación y el reencuentro con la Virgen en mayor detalle posible. En las oraciones al despertarse se debe pedir sentirse afectado y alegrarse por la resucitación. Luego se sigue con las representaciones de la vida de Jesús en los días posteriores.

Esta semana tiene algunos cambios. Los ejercicios son cuatro en lugar de cinco, se pide tener un tono alegre durante el día, abrir las ventanas y recibir la luz, concederse ciertas comodidades como estar en sitios frescos en verano y calentados en invierno y dejar las penitencias sustituyéndolas por temperancia.

Hasta aquí el esquema de trabajo de estas semanas. Pero el manual de los Ejercicios aporta más herramientas, algunas significativas. Haremos un breve repaso.

En las **REGLAS PARA LA PRIMERA SEMANA** ([313] a [327]) da una serie de consejos y recomendaciones para discernir situaciones psicológicas internas complejas aportando comprensión y salidas a estas situaciones.

En las **REGLAS PARA LA SEGUNDA SEMANA** ([328] a [336]) arroja luz al tema del buen y mal espíritu. Es decir, a las tendencias internas que, independientemente del placer o satisfacción momentánea, luego conducen a complicaciones y a tener mala conciencia. Crea con esto cultura psicológica y sensibilidad interna para orientarse.

El método **PARA HACER ELECCIÓN** ([169] a [189]) utilizado en la segunda semana se convierte en herramienta independiente de los Ejercicios y se recomienda utilizarla durante la vida para diferentes decisiones. El mismo Ignacio lo utiliza para tomar decisiones sobre las Constituciones de la Compañía, sobre si las sacristías deben admitir rentas o no, etc.

En el interior de la tercera semana se dan **REGLAS PARA ORDENARSE EN EL COMER PARA ADELANTE** ([210] a [217]) en el que se dan recomendaciones, a mi parecer, para autodomínio y, como él dice, “sea señor de sí” [216]. También es interesante que recomienda se represente durante la comida a Jesús y a otros santos para imitarle en el comer [214].

Desde el [230] al [237] hay una muy interesante reflexión sobre **CONTEMPLACIÓN PARA ALCANZAR AMOR**. Me parecen reflexiones profundas acerca de este tema y su naturaleza. Describe muy bien el acto psicológico de la entrega completa como máximo acto amoroso. Esta descripción se convirtió con el tiempo en paradigma de oración [234]:

Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi

*haber y mi poseer; Vos me lo distes, a Vos, Señor, lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad; dadme vuestro amor y gracia, que ésta me basta.*⁴⁸

Si cometiésemos la gracia de sustituir algunas palabras por otras que tienen que ver con nuestras ejercicios (ascesis) nos podríamos encontrar con la sorpresa y la conmoción de dar con algo profundo:

A ti, Propósito, te invoco ahora. Me entrego a ti. Toma y recibe toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer; Tú me lo distes, a Ti, Señor y Centro mío, lo torno; todo es vuestro, dispón a tu voluntad; dame tu amor y fuerza, con esto me basta.

Una oración de este tipo, adaptada a cada cual, es capaz de despertar cargas afectivas más que suficientes, como en los profundos actos de amor, necesarias para el desplazamiento y supresión del yo. A los que estamos tratando colocar el Propósito en el centro de nuestro vivir estas oraciones producen una honda resonancia. Al menos a mí así me ocurre.

Otra aportación son los **TRES MODOS DE ORAR** ([238] a [260]) en los que detalladamente va dando reflexiones y recomendaciones para trabajar de diversas formas. Estos modos de oración no están pensados solo para pedir, sino también para reflexionar sobre errores, tendencias, o debilidades.

Aquí se dan dos indicaciones que me parecen valiosas. En el segundo modo de orar [249] se debe

48 *Ibíd.*, pág. 234.

parar en cada palabra considerando su significado, avanzando lentamente para traer el significado de cada palabra. Así hasta una hora de oración.

La otra indicación nos es familiar. En el tercer modo de orar [258] en cada palabra debe pararse la respiración por un instante. Una expiración, una palabra, y en esos pocos instantes entre expiración y expiración representarse el significado de la palabra. Me parece cercano a la oración del corazón⁴⁹ y también a nuestro pedido o bocanada⁵⁰.

Para terminar, en el documento de los *Ejercicios* se dan unas reglas para distribuir limosnas; unos comentarios muy valiosos sobre el tema de los escrúpulos, es decir, el exceso de miramiento e inseguridad acerca

49 Conocido método de oración que en el cristianismo ortodoxo ha tenido un amplio desarrollo. Consultar en la bibliografía la *Filocalia*, el *Peregrino Ruso* y la *Oración del Corazón* de J. Feres. Es similar al mantra hindú y al dhikr del sufismo.

50 En mayo de 2005, Silo, en el Parque de Estudio y Reflexión La Reja, Buenos Aires, dio esta forma de pedir: “En algún momento del día o de la noche, aspira una bocanada de aire e imagina que llevas ese aire a tu corazón. Entonces, pide con fuerza por ti y por tus seres más queridos. Pide con fuerza para alejarte de todo aquello que te trae contradicción; pide porque tu vida tenga unidad. No destines mucho tiempo a esta breve oración, a este breve pedido, porque bastará con que interrumpas un instante lo que va sucediendo en tu vida para que en el contacto con tu interior se despejen tus sentimientos y tus ideas”. Y más adelante: “¿A quién se pide? Según lo que creas será a tu dios interno, o a tu guía o a una imagen inspiradora y reconfortante”. (Al igual que la mencionada anteriormente, esta conferencia pública aún no editada, se puede consultar en www.silo.net, en el apartado “Hitos” en texto, audio y vídeo.)

de mis pecados⁵¹; y sobre la entrega absoluta y obediencia para apoyar a la Iglesia en cualquiera de sus expresiones.

Resumiendo

En los *Ejercicios* el caminante interno pasa por cuatro semanas de intenso y reflexivo trabajo transitando por sus moradas internas, reconciliando, enmendando sus direcciones mentales, reconsiderando sus actitudes, con el apoyo de herramientas que se ponen a su disposición. Siguiendo los pasos de su imagen referencial, Jesús, con la que debe resonar con fuerza, se transforma internamente. Es un proceso muy complejo y completo que se facilita en gran manera gracias a la alegorización que lleva al reconocimiento interno de lo que hay que reconciliar y de la posibilidad de una experiencia y un futuro luminoso.

La experiencia en Ignacio

La clave de la experiencia

De Ignacio disponemos de dos escritos valiosos para comprenderle y para rescatar su experiencia y aun su proceso. Uno es la *Autobiografía* que relató al P. Cándido Dalmases quien la puso por escrito. De ahí voy a rescatar algunos textos que cuentan algu-

51 Aún me acuerdo de cuando era niño y a veces me decían que si andando por la calle, accidentalmente pisabas una rama cruzada, dos rayas en forma de cruz estabas cometiendo pecado. Ignacio pone el ejemplo de pisar dos pajas cruzadas.

nas de sus experiencias pero también debo destacar que de su lectura se comprende parte de su proceso desde que abandonó el deseo de “honor” mundano por la búsqueda espiritual. Podría sintetizar que este hombre, partiendo de inexperiencia espiritual, avanzó tanto en su desarrollo que al final de sus días había ganado tanto en manejo que “*siempre y a cualquier hora que quería encontrar a Dios, lo encontraba*” como veremos más adelante.

El otro escrito es su *Diario Espiritual*. Es un verdadero cuaderno de anotaciones, a veces realmente difíciles de comprender porque determinadas “visiones” no son explicadas suficientemente para el lector, seguramente porque nunca fueron escritas con la intención de divulgarlas, sino para revisión y reflexión personal. Esta revisión y reflexión sobre sí mismo es una de las grandes herramientas que luego proyecta en los *Ejercicios Espirituales*. Pero a mi entender, lo que realmente llama la atención de su Diario es la devoción, verdadero motor y verdadera clave de su proceso. En multitud de veces, prácticamente todos los días, en las anotaciones, aparece la expresión “devoción”. Se utiliza constantemente esta expresión con diversas variaciones: “de notable devoción”, “abundancia de devoción”, “asaz devoción”, “mucho devoción”, “entrando en mi mayor devoción”, “devoción intensa”, etc. Veamos esta anotación del 11 de febrero de 1544:

[16] *A esto, entrando en mi mayor devoción y quitarme toda gana de mirar mas en ello, con un lacri-*

mar y sollozos, hice la oblación de no nada al Padre, de rodillas, y con tantas lágrimas por la cara abajo y sollozos al hacer la oblación y después, casi no me pudiendo levantar de sollozos y lágrimas de la devoción y gracia que recibía, y así tandem me levanté, y levantando aún seguirme la devoción con los sollozos, ellos viniendo habiendo hecha la oblación de no tener nada, dando por rata, válida, etc.⁵²

Esta tensión devocional o Propósito con una gran fuerza afectiva es la clave que mueve el desarrollo. Para entender este párrafo anterior hay que contar con el contexto de que Ignacio está utilizando las herramientas de los *Ejercicios*, en concreto el *Método de Hacer Elección*. En este caso tiene que decidir si admite rentas o no para las sacristías y entonces se lo presenta al Padre para que lo apruebe después de haber hecho previamente listados de pros y contras sobre este tema. Para facilitar la comprensión utilizaré la adaptación que ha desarrollado Santiago Thió de Pol. Así que en lugar de poner los párrafos originales de Cándido Dalmases utilizaré los adaptados. El párrafo anterior adaptado es así:

[16] Entonces se apoderó de mí una devoción mayor y se me quitaron todas las ganas de pensarlo más⁵³, con llanto y sollozos. Hice de rodillas la oblación⁵⁴ al Padre de no tener rentas por nada, y rodaron tan-

52 Thió de Pol, Santiago, *La intimidad del peregrino. Diario espiritual de Ignacio de Loyola*, Mensajero – Sal Terrae, Santander, 1988, pág. 56.

53 Se refiere al tema de tener o no rentas.

54 Oblación. (Del lat. oblatiō, -ōnis). Ofrenda y sacrificio que se hace a Dios (del Diccionario de RAE). Ignacio ofrece a Dios la decisión de no admitir rentas para que se la ratifique.

*tas lágrimas por mi rostro y sollocé tanto al hacer la oblación, y después, que casi no me podía levantar, impedido por los sollozos y las lágrimas de la devoción y de la gracia que recibía. Por fin me puse en pie y, levantado, continuaba la devoción con sollozos, fruto de haber hecho la oblación de no tener nada, dándola por ratificada, válida, etc.*⁵⁵

Otro ejemplo para mostrar su devoción. Tres días antes, el 8 de febrero anota:

*[8] Después de la misa, he pasado en las elecciones una hora y media o más, con devoción y no sin lágrimas, y he presentado al Padre lo que me parecía más convincente por razones y también por mayor inclinación de la voluntad, a saber, no tener renta alguna. Como quería presentarlo al padre por medio de los ruegos de la Madre y del Hijo, primero se dirigió a Ella mi oración, para que me ayudase ante su Hijo y ante el Padre; después rogué al Hijo que me ayudase ante el Padre, en compañía de su Madre. En esto sentí en mí que iba o que me conducían delante del Padre. Se me erizaron los cabellos mientras avanzaba y con una emoción, como un ardor notabilísimo, recorrió todo mi cuerpo. A consecuencia de esto brotaron las lágrimas, con una devoción intensísima.*⁵⁶

La disponibilidad para el cambio

Esta fuerza emotiva o devoción es capaz de modificar las actitudes y aun las direcciones mentales de Ignacio. En el periodo de recuperación por las heridas en la guerra de Pamplona pide libros de héroes caba-

55 Thió de Pol, Santiago, *La intimidad del peregrino. Diario espiritual de Ignacio de Loyola*, Mensajero – Sal Terrae, Santander, 1988, pág. 57.

56 *Ibíd.*, pág. 51.

llos pero en la casa no los hay y le traen de santos. Y entonces con el mismo ímpetu que quería dedicarse a ser un gran hombre de honor decide orientarse a ser un gran santo. Pero de trasfondo tenemos la misma aspiración de gloria:

1. Hasta los 26 años de su edad fue hombre dado a las vanidades del mundo y principalmente se deleitaba en ejercicio de armas con un grande y vano deseo de ganar honra.⁵⁷

Después de caer herido, durante la recuperación cuenta esto:

5 ...Y porque era muy dado a leer libros mundanos y falsos, que suelen llamar de Caballerías, sintiéndose bueno, pidió que le diesen algunos dellos para pasar el tiempo; mas en aquella casa no se halló ninguno de los que él solía leer, y así le dieron un Vita Christi y un libro de la Vida de los Santos en romance.⁵⁸

Y poco después:

7 ...Porque, leyendo la vida de nuestro Señor y de los santos, se paraba a pensar, razonando consigo: ¿qué sería, si yo hiciese esto que hizo San Francisco, y esto que hizo Santo Domingo? y así discurría por muchas cosas que hallaba buenas, proponiéndose siempre a sí mismo cosas dificultosas y graves, las cuales cuando proponía, le parecía hallar en sí facilidad de ponerlas en obra. Mas todo su discurso era decir consigo: Santo Domingo hizo esto; pues yo lo tengo de hacer. San Francisco hizo esto; pues yo lo tengo de hacer.⁵⁹

57 Ignacio de Loyola. *Obras Completas*, Edición Manual P. Ignacio Iparraguirre. Ed. BAC, Madrid, 1952, pág. 31.

58 *Ibíd.*, pág. 33.

59 *Ibíd.*, pág. 34.

Se puede ver que Ignacio parte de unas condiciones de origen que se van cambiando y transformando porque él se siente muy capaz de llegar lejos. Gracias a esta creencia y a su disponibilidad para cambiar va modificando actitudes a través de sucesivas desestabilizaciones internas, pasando por sucesivas crisis personales. Durante años dedica una cantidad enorme de horas al trabajo interno. En los primeros tiempos, en Manresa dedica siete horas diarias, a veces más. En Roma, en los tiempos del *Diario Espiritual* dedica de hora y media a tres horas diarias. Algo reconfortante y valioso debía encontrar para dedicar tanto tiempo.

Veamos una de estas crisis. En su *Diario Espiritual* (se conservan las anotaciones desde el 2 de febrero de 1544 al 27 de febrero de 1545, algo más de un año) en un momento dado se irrita. El 12 de febrero [22]⁶⁰ interrumpe la oración y se levanta porque le llegaban ruidos de la escalera de la casa o de la habitación contigua. Duda y vacila si va a mandar callar pero no lo hace. La irritación debió de ser suficiente como para estar varios días afectado removiéndose. Al día siguiente cae en cuenta: “He caído en cuenta que ayer falté mucho dejando a las personas Divinas...” [23]⁶¹. Pero necesita varios días para reflexionar y reconciliarse. El 16 de febrero ya aparece la salida: “con una grandísima confianza en el Padre, y

60 Thió de Pol, Santiago. *La intimidad del peregrino. Diario espiritual de Ignacio de Loyola*. Mensajero-Sal Terrae, Santander, 1988, pág. 65.

61 *Ibíd.*, pág. 67.

como desapareciendo el destierro pasado” [32]⁶². Por la noche de ese día termina la reconciliación: “...por último, he hecho examen de conciencia de todo el día y he pedido perdón, etc. Entretanto sentía que, el Padre me era muy propicio...” [35]⁶³.

Como vemos Ignacio tenía un gran nivel de autoexigencia y buscaba siempre sus mejores actitudes con gran sensibilidad interna en su afán por avanzar.

Algunas experiencias

Gracias a estos dos documentos, la *Autobiografía* y el *Diario Espiritual*, podemos contar con un pequeño ramillete de experiencias. Es seguro que tuvo muchas más de las que relató y también es seguro que muchas de las que relata no las sé interpretar porque apenas se explican, o es un lenguaje muy personal para él mismo. No contaré como experiencias aquellas tan frecuentes en él en las que parece ver las figuras divinas y tiene un tipo de relación especial con ellas. Y no las tendré en cuenta porque no comprendo con claridad si son del campo de la representación (o imaginación) o de la percepción, o de la traducción de otro tipo de experiencias.

Pero sí tendré en cuenta unas experiencias que repetidamente son traducidas con un tipo de imagen muy característica. Son aquellas en las que él ve a la divinidad en forma esférica o circular, a veces en co-

62 *Ibíd.*, pág. 71.

63 *Ibíd.*, pág. 73.

lores dorados, a veces con formas de llamas, brasas o fuegos. Al final relacionaremos estas visiones con un texto de *La Mirada Interna*.

En la anotación del 11 de febrero de 1544 nos encontramos esto:

[14] *Hacia la mitad de la oración acostumbrada, que no he dedicado a elecciones, al ofrecer o rogar a Dios nuestro Señor que la oblación de ayer fuese aceptada por su divina majestad, he tenido bastante devoción y lágrimas. Al cabo de un rato mientras dialogaba con el Espíritu Santo para decir misa, he tenido la misma devoción o lágrimas. Me parecía verle o sentirle en forma de una claridad densa o de un color de llama ígnea, como nunca le había visto. Con todo esto se me asentaba la elección hecha.*⁶⁴

El 6 de marzo escribe esta otra:

[121] *Al Te igitur*⁶⁵ *he sentido y visto, no obscuramente sino que muy luminosamente, el mismo ser o esencia divina en figura esférica, un poco mayor de lo que aparenta el sol. De esta esencia parecía salir o derivar el Padre, de modo que al decir: “Te, id est, Pater” (A ti, es decir, Padre), antes que el Padre se me representaba la escena divina. (...) Más avanzada la misa, cuando consideraba o recordaba o volvía a ver lo mismo de nuevo, me venía mucha efusión de lágrimas y crecía con gran fuerza mi amor al ser de la santísima Trinidad, aunque no veía ni distinguía las Personas, sino el salir o derivar del Padre, como he dicho antes.*⁶⁶

64 *Ibíd.*, pág. 65.

65 Primeras palabras del Canon de la misa.

66 Thió de Pol, Santiago. *La intimidad del peregrino. Diario espiritual de Ignacio de Loyola*. Mensajero-Sal Terrae, Santander, 1988, pág. 151.

Durante las siguientes anotaciones aparecerá más veces “la visión esférica” [123]⁶⁷. Luego más adelante se da un momento cumbre, de gran concentración de estas experiencias. Del 25 de marzo al 2 de abril, tiene cuatro de estas experiencias. Significativamente, anota la palabra **Visión**. Culmina el 2 de abril con esta descripción:

[183] *Misa del día.*

17. a. l. *Miércoles, 2 de abril.*

Visión

*En la oración acostumbrada, y en la habitación, en la capilla y al revestirme, he tenido lágrimas; y en la misa las he tenido en gran abundancia. En esos ratos he tenido visiones del ser divino varias veces, y alguna de ellas relacionada con el Padre en forma circular, con muchas inteligencias y conocimientos interiores.*⁶⁸

Para finalizar destacaré tres experiencias que relata en su *Autobiografía*. La primera se da en Manresa, al poco de empezar su vida espiritual:

30. *Quinto. Una vez iba por su devoción a una iglesia, que estaba poco más de una milla de Manresa, que creo yo que se llama sant Pablo, y el camino va junto al río; y yendo así en sus devociones, se sentó un poco con la cara hacia el río, el cual iba hondo. Y estando allí sentado se le empezaron abrir los ojos del entendimiento; y no que viese alguna visión, sino entendiendo y conociendo muchas cosas, tanto de cosas espirituales, como de cosas de la fe y de letras; y esto con*

67 *Ibíd.*, pág. 153

68 *Ibíd.*, pág. 191.

una ilustración tan grande, que le parecían todas las cosas nuevas. Y no se puede declarar los particulares que entendió entonces, aunque fueron muchos, sino que recibió una grande claridad en el entendimiento; de manera que en todo el discurso de su vida, hasta pasados sesenta y dos años, coligiendo todas cuantas ayudas haya tenido de Dios, y todas cuantas cosas ha sabido, aunque las ayunte todas en uno, no le parece haber alcanzado tanto, como de aquella vez sola. Y esto fue en tanta manera de quedar con el entendimiento ilustrado, que le parecía como si fuese otro hombre y tuviese otro intelecto, que tenía antes.⁶⁹

Me parece que esta experiencia que le transforma en otro hombre y le produce un gran cambio interno es una experiencia de *reconocimiento*.

En su peregrinación a Jerusalém, en Chipre y en la travesía hasta Jaifa describe de nuevo un arrebató:

44. (...) En todo este tiempo le aparecía muchas veces nuestro Señor, el cual le daba mucha consolación y esfuerzo; mas parecíale que vía una cosa redonda y grande, como si fuese de oro, y esto se le representaba después de partidos de Cipro llegaron a Jafa;⁷⁰

Este es el texto de una de las últimas conversaciones, poco antes de partir, entre Ignacio y Cándido de Dalmases en donde le cuenta que había avanzado mucho y siempre que quería encontraba a Dios.

[99] El mismo día, antes de cenar, me llamó con un aspecto de persona que estaba mas recogida de lo ordinario, y me hizo una especie de protestaón, la

69 Ignacio de Loyola, *Autobiografía*, Obras Completas, Ed. BAC, Madrid, 1952, pág. 48.

70 *Ibíd.*, pág. 57.

*qual en substancia consistía en mostrar la intención y simplicidad con que había narrado estas cosas, diciendo que estaba bien cierto que no contaba nada de más; y que había cometido muchas ofensas contra Nuestro Señor después que había empezado a servirle, pero que nunca había tenido consentimiento de pecado mortal, más aún, siempre creciendo en devoción, esto es, en facilidad de encontrar a Dios, y ahora más que en toda su vida. Y siempre y a cualquier hora que quería encontrar a Dios, lo encontraba. Y que aún ahora tenía muchas veces visiones, máxime aquellas, de las que arriba se dijo, ver a Cristo como sol, etc. Y esto le sucedía frecuentemente cuando estaba tratando de cosas de importancia, y aquello le hacía venir en confirmación, etc.*⁷¹

Todas estas experiencias en las que se le aparece como sol, como esfera, como cosa redonda y grande como de oro, etc. son manifestaciones de despertar el llamado Centro Luminoso:

Capítulo XI - El Centro Luminoso

*“Hubo quienes fueron más lejos aún y recibieron de ese centro incontables dones que a veces ‘descendieron’ como lenguas de fuego sobre los inspirados, a veces como esferas luminosas, a veces como zarzas ardientes que se presentaron ante el temeroso creyente”.*⁷²

Con esto, y a modo de cierre, vemos que por este trabajo alegórico Ignacio se ha transformado profundamente desde que fuera herido en la defensa de Pam-

71 *Ibíd.*, pág. 109.

72 Silo, *La Mirada Interna, El Mensaje de Silo*, Edaf, Madrid, 2008, pág. 40.

plona. Desde ese vanidoso en busca de honor, a un místico humilde con facilidad para acceder a su revelación interior. Me parece que esta experiencia interna es el impulso que mueve imágenes de grandes proyectos, una gran irradiación a través de la *Compañía de Jesús* y de los *Ejercicios Espirituales*. No está a mi alcance evaluar el impacto, sobre todo en Occidente, de ambos aportes, pero desde luego no me parece pequeño.

Resumen

En esta monografía explico brevemente la vía alegórica como procedimiento de avance interno. Primero explico concisamente esta vía con algunos ejemplos que muestran, por un lado, parte del largo desarrollo histórico que esta forma de trabajo ha tenido y, por otro, su capacidad de cambio en las personas con ejemplos personales. Después de una corta biografía de Ignacio describo la herramienta que este místico desarrolla: los Ejercicios Espirituales. Por último rescato su experiencia personal en tres aspectos centrales: la fuerza afectiva, la disponibilidad interna, y sus experiencias místicas.

Así que, puedo defender la tesis de haber encontrado procedimientos, no específicamente de ascesis pero sí de cambio interno. Igualmente rescato recomendaciones, profundización interna y psicológica y, por último, sus experiencias personales. Todo ello puede servir muy bien de inspiración para aquellos

que por vía alegórica han trabajado y se quieren acercar al ascesis.

Síntesis

Como síntesis hablaré de dos puntos. Primero subrayar otra vez que en la intención personal, en el sincero deseo de desarrollo, está lo decisivo. Lo hemos visto en otros místicos, lo vemos en nosotros mismos y ahora lo rescatamos en Ignacio que partiendo de un afán personal es capaz de cambiar para llegar a lo más querido: lo Profundo y sus significados.

Segundo, la realimentación que se produce al desarrollar estos estudios. No solo se trata de leer libros y ordenar la información en resonancia con unas búsquedas profundas. En este caso es algo más. Es también el impacto que produce en uno lo que se va encontrando y cómo esto va empujando a reflexionar sobre uno mismo, la dirección mental y lo por hacer.

ANEXO I - DEFINICIÓN DE ALEGORÍA

A.- AUTOLIBERACIÓN, Luis A. Amman, editorial Plaza y Valdés. 1991 México, págs. 279 y sigs.

ALEGORÍA. Imagen dinámica producida por el canal asociativo de la conciencia, de características

multiplicativas, sumatorias, asociativas y transformativas. Las alegorías son narraciones transformadas plásticamente en las que se fija lo diverso o se multiplica por alusión, pero también donde se concreta lo abstracto. Lo alegórico es fuertemente situacional y relata situaciones referidas a la mente individual (cuentos, sueños, arte, mística, patología, etcétera), o colectiva (cuentos, arte, folklore, mitos, religiones, etcétera).

ALEGORÍA, clima y sistema de ideación de la. En la alegoría el factor emotivo no es dependiente de la representación. El clima forma parte del sistema de ideación y es el que delata el significado para la conciencia, prevaleciendo sobre la imagen cuando esta no corresponde. La alegoría no respeta el tiempo lineal ni la estructuración del espacio del estado vigílico.

ALEGORÍA, funciones de la. a) Relata situaciones compensando dificultades de abarcamiento total; b) al apresar situaciones alegóricamente se puede operar sobre las situaciones reales de un modo indirecto; c) como sistema de imágenes tiende a trasladar cargas de la conciencia a los centros de respuesta (risa, llanto, acto amoroso, confrontación agresiva, etcétera), produciendo descargas de tensiones del siquismo.

ALEGÓRICO, composición de lo. Encontramos continentes, contenidos, conectivas de facilidad o impedimento, atributos manifiestos o tácitos, niveles, texturas, elementos, momentos de proceso, transformismos e inversiones. Esos elementos son considerados también como temas de lo alegórico.

ALEGÓRICO, leyes asociativas de lo. a) La similitud guía a la mente cuando esta busca lo parecido a un objeto dado; b) la contigüidad, cuando busca lo propio o lo que está, estuvo o estará en contacto con un objeto dado; c) el contraste, cuando busca lo que se opone o está en contradicción con el objeto dado.

ALEGÓRICO, reglas de interpretación de lo. Ellas constituyen un sistema de trabajo para la comprensión de qué cosa son las alegorías; de su función en la economía del psiquismo (para poder operar luego con esos fenómenos en el sentido de la descarga de tensiones); de la interpretación de la ilusión en cuanto esa interpretación posibilita operar sobre ella y, en general y concretamente, para la comprensión y eliminación del sufrimiento.

B.- DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA DE LA RAE.

Alegoría.

(Del lat. *allegoria*, y este del gr. *αλληγορία*).

1. f. Ficción en virtud de la cual algo representa o significa otra cosa diferente. La venda y las alas de Cupido son una alegoría.

2. f. Obra o composición literaria o artística de sentido alegórico.

3. f. Esc. y Pint. Representación simbólica de ideas abstractas por medio de figuras, grupos de estas o atributos.

4. f. Ret. Figura que consiste en hacer patentes en el discurso, por medio de varias metáforas consecutivas, un sentido recto y otro figurado, ambos completos, a fin de dar a entender una cosa expresando otra diferente.

EIHEI DÔGEN
La entrada de la vía
mental en Japón

Conocer el camino del Despertar*
es conocerse a sí mismo.¹

INTRODUCCIÓN AL BUDISMO

Cuenta la tradición que el buda histórico, agotada la vía de las privaciones ascéticas, abandonó el camino del sacrificio y, animado por el recuerdo de un momento de mente lúcida, se sentó bajo el árbol Bodhi –una higuera, *Ficus religiosa*– a meditar buscando ese especial estado. Cuarenta y nueve días de cuidadosa meditación, paso a paso, superando las ilusiones de la mente, aguantando los embates de los deseos, triunfando sobre las tentaciones de Mara* (alegoría de las tendencias personalistas del “yo”) hasta que alcanzó la liberación, el Despertar, el Nirvana*. Poco después emprendió camino a Benarés en donde echaría a rodar la rueda del Dharma* –el camino, la enseñanza, la doctrina– en el conocido Parque de las Gacelas. Allí dio su primer sermón co-

1 Primer verso del conocido poema de Dôgen que aparece en su libro *Shobogenzo (El Ojo del Tesoro de la Verdadera Ley)*, capítulo *Genjokoan (Sobre la actualización del kôan)*.

* Las palabras marcadas con asterisco aparecen en el Glosaio.

nocido como el sermón de Benarés en el que explicó las cuatro Nobles Verdades:

1. *La naturaleza de la vida es sufrimiento: “He aquí, oh monjes, la Noble Verdad sobre el sufrimiento. El nacimiento es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, unirse con lo no deseable es sufrimiento, separarse de lo que se desea es sufrimiento, no obtener lo que se desea es sufrimiento. En resumen, los cinco agregados² son sufrimiento”.*

2. *La segunda Noble Verdad apunta al origen de sufrimiento: el deseo o “sed de vivir” acompañado de todas las pasiones y apegos: “He aquí, oh monjes, la Noble Verdad sobre el origen del sufrimiento. Es el deseo que produce el renacimiento, que acompañado con placer y pasión encuentra siempre nuevo deleite, ahora aquí, ahora allí. Es decir, el deseo por los placeres de los sentidos, el deseo por la existencia y el devenir y el deseo por la no existencia”.*

3. *La tercera Noble Verdad es la cesación de sufrimiento que se puede conseguir alcanzando el Nirvana: “He aquí, oh monjes, es la Noble Verdad sobre la cesación del sufrimiento. Se trata de la cesación completa de este deseo, abandonar el deseo, renunciar al deseo, liberarse del deseo y desprenderse de él”.*

4. *La cuarta Noble Verdad es el Sendero que conduce al cese del sufrimiento y a la experiencia del Nirvana: “He aquí, oh monjes, la Noble Verdad sobre la Vía que conduce a la cesación del sufrimiento. Se trata del Noble Óctuple Vía; es decir, entendimiento*

2 Los cinco agregados o *skandha* conforman la personalidad. Agrupados generan la ilusión de un yo y son: el cuerpo, las sensaciones, las percepciones, las predisposiciones psíquicas (llamadas las tendencias del karma*) y la conciencia que discierne.

justo, pensamiento justo, palabra justa, acción justa, medio de existencia justo, esfuerzo justo, atención justa, concentración (es decir, samadhi^{3}) justa*".⁴

Durante cincuenta años estuvo predicando la doctrina y animando la creación de shangas⁵. Finalmente

3 El samadhi es la herramienta básica del budismo. Según una escuela con este término se refieren a la atención sobre los actos de conciencia; según otras a la concentración sobre un objeto –cierre del foco atencional– para producir el vacío dinámico de los actos de conciencia. Mircea Eliade lo comenta así: “Se denomina samadhi tanto al método como a la situación mental de suspensión del yo. Por samādhi, o éxtasis yóguico, se entiende el resultado final que corona todos los esfuerzos espirituales y ejercicios del asceta. El termino samādhi tiene los significados de ‘unión’, ‘totalidad’, ‘absorción’, ‘concentración suprema de la mente’, ‘conjunción’. Suele traducirse por ‘concentración’, pero ello implica el riesgo de confundirse con el significado de dhāraṇā. De ahí que juzguemos preferible tomarlo en el sentido de ‘éxtasis’ o ‘conjunción’”. Mircea Eliade, *Historia de las ideas y las creencias religiosas*, Vol. IV, *las religiones en sus textos*. Ediciones Cristiandad, Madrid, 1980, pag. 518 citando Yoga, Inmortalidad y libertad del mismo autor.

4 Del artículo de las Cuatro Nobles Verdades del *Diccionario Akal del Budismo*, Philippe Cornú, Trad. Francisco López Martín, Ediciones Akal, Madrid, 2004, pág. 133 y sigs. y de *Historia de las creencias y las ideas religiosas*, Vol. IV, *Las religiones en sus textos*, Mircea Eliade, Ediciones Cristiandad, Madrid, 1980, pág. 589.

5 Javier Palacio Tuaste, traductor al castellano de *Corp et Esprit*, explica muy bien, a mi entender, el funcionamiento original de la sangha: “Al principio, las comunidades no vivían aisladas en sus monasterios, sino inmersas del todo en la sociedad. Los monasterios habían sido construidos a una razonable ‘distancia a pie’ de las ciudades y de los pueblos, puesto que los monjes y las monjas tenían la obligación de mendigar su alimento diariamente. Los monjes mantenían también numerosos contactos con laicos de ambos sexos, pues no hay que olvidar que tenían por

a los 80 años de edad, Bhuda Sakyamuni* –Sakya es su clan familiar– entró en el Paranirvana. Se había lanzado al mundo una doctrina de liberación, una práctica, una forma de vivir, que se extendería por Asia golpeando fuertemente las culturas, modificando las creencias, dando la opción de la superación del sufrimiento y la liberación de los condicionamientos mentales por la meditación.

A los pocos siglos, del tronco budista se abrieron dos grandes ramas: Theravada* y Mahayana*, también conocidos como el budismo del sur (se extendió principalmente por India, Sri Lanka, Tailandia, Camboya, Vietnam) y el budismo del norte (Tíbet, China, Mongolia, Corea y Japón) respectivamente. No vamos a abordar las diferencias entre ellas porque no es el objeto de nuestro estudio, diremos que el budismo Zen* pertenece al Mahayana y se desarrolló principalmente en China, Corea y Japón.

tarea el dar a conocer las enseñanzas del Buda, tanto por medio de conferencias como durante las comidas que les eran ofrecidas por los adeptos. La misma comunidad estaba construida por dos grupos, monjes y monjas, designados por medio de la expresión la comunidad en sus dos caras, que no vivían aislados los unos de los otros, ya que cada miembro seguía las mismas enseñanzas de Shâkyamuni y sus discípulos. Los hombres y las mujeres no podían, por lo tanto, ignorarse o evitarse”. *Cuerpo y espíritu. La transmisión de las enseñanzas del Buda*, Dôgen. Paidós, Barcelona, 2002, pág. 93, nota 50.

INTRODUCCIÓN AL ZEN*

Continuando con lo que cuenta la tradición, el budismo Zen⁶ arranca con el desembarco en Cantón, sur de China, del maestro budista Bodhidharma. Él creó una nueva escuela con procedimientos que apuntan directamente al Despertar. El recogimiento meditativo o dhyâna* es común en las diferentes ramas del budismo: *“pero esta escuela se especializó en una forma particular de meditación que no es ni progresiva ni quietista, sino que se dirige directamente a lo esencial, es decir, a la experiencia directa del Despertar como se describe en el Mahayana”*.⁷

Esta escuela parte del principio de que cualquiera puede alcanzar el Nirvana directamente sin apenas conocimientos de la doctrina, sin apenas experiencia en la práctica meditativa. ¿Y cuál es la máxima aspiración del Zen? Según esta escuela esta aspiración está descrita en el Sandhinirmocana-sutra (“sermón sobre la explicación de los misterios”). Según dicha escritura, Buda dijo:

Como los seres ignorantes no experimentan más que el pensamiento y la conceptualización, y la verdad última trasciende todos los objetos de pensamiento y conceptualización, solo los sabios podrán comprender dicha verdad. Esta verdad carece de formas, mientras

6 Palabra japonesa traducción de la palabra china *Chan* o *Tch'an* que a su vez proviene de la palabra china *channa*, transcripción china del sánscrito *dhyâna*, “recogimiento meditativo”.

7 Cornú, Philippe, *Diccionario Akal del Budismo*, Ediciones Akal, Madrid, 2004, pág. 101.

*que el pensamiento y la conceptualización solo pueden operar en la esfera de las formas. Debéis saber que la verdad última trasciende todos los objetos del pensamiento y la conceptualización. Esta verdad no puede ser expresada mediante palabras, mientras que el pensamiento y la conceptualización operan tan solo en el reino de las palabras. Por tanto, debéis saber que la verdad última trasciende todos los objetos del pensamiento y la conceptualización. Dicha verdad carece de representación, mientras que el pensamiento y la conceptualización solo operan en el reino de lo representable. Debéis saber que la verdad trasciende todos los objetos de pensamiento y conceptualización. Esta verdad acaba con toda controversia mientras que el pensamiento y la conceptualización solo operan en la esfera de la dialéctica.*⁸

Y un poco más adelante:

Una persona que no haya probado más que sabores acres y amargos durante toda su vida, no podrá pensar, apreciar ni creer siquiera en la dulzura de la miel o el azúcar. Quien, necia y apasionadamente, se aferre a los objetos y se entusiasme con ellos, no podrá pensar, apreciar ni creer siquiera en la maravillosa dicha del desapego y la desidentificación interna respecto de los datos sensoriales. Una persona ignorante que, debido a la excesiva importancia atribuida a las palabras, permanezca siempre apegado a la retórica, no podrá pensar, apreciar ni creer siquiera en la felicidad del silencio y el sosiego internos. Quien en su ignorancia, conceda una importancia excesiva a los signos perceptivos y cognitivos, permanecerá apegado a las apariencias de este mundo y no podrá pensar, apreciar ni creer sique-

8 Cleary, Thomas, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*. Selección, traducción y epílogo de Thomas Cleary, Kairos, Barcelona, 2001, pág. 147.

*ra en el nirvana final que acaba con todos los signos y pone fin a toda cosificación.*⁹

Pues bien, el acceso a la experiencia y consolidación de este “nirvana final” es el intento por vía directa del budismo Zen que además no tiene como tendencia el clasismo, ni la distinción de los maestros, más bien al contrario. Como dijo Dahui, otro gran maestro chino: “*Para alcanzar la iluminación no es necesario abandonar la familia, dejar el trabajo, hacerse vegetariano, convertirse en una secta o retirarse a un lugar solitario*”.¹⁰

Así se va configurando una escuela que da mucha libertad al practicante ya que no se enfatiza en la doctrina aunque se estudie, no se depende del maestro aunque se le escuche o consulte, no se cristaliza en formas o dichos. Lo que se requiere es permanecer atento. Por eso diferentes maestros Zen pondrán en marcha sucesivas herramientas. Entre ellas cabe destacar el *kôan** y la práctica de la meditación¹¹ sentada frente a un muro, en japonés llamada *zazen**.

Además el Zen participa del espíritu budista en cuanto a que las prácticas se adaptan a las personas y no al revés: “*la observación del axioma budista del Mahayana ha de ser estricta: los sistemas particula-*

9 Ibid., pág. 148.

10 Ibid., pág. 7.

11 En rigor, no es correcta la palabra meditación referida a la capacidad reflexiva de la mente sobre sí misma. La palabra más conveniente es concentración ya que de eso se trata la práctica, en dejar parada la mente de actos y objetos mediante la atención o la concentración.

res no pueden fijarse como prescripciones universales en la iluminación del afectado".¹² Es decir, el camino que ha desarrollado un individuo no puede imponerse como modelo universal.

Atribuidos al fundador Bodhidharma, aun cuando su formulación clásica es posterior, estos son los "cuatro principios" del Chan* o Zen:

1. *Una transmisión especial más allá de las Escrituras.*
2. *No depender de las palabras ni de los conceptos.*
3. *Apuntar directamente al corazón del hombre.*
4. *Contemplar la naturaleza propia de uno y, así, realizar el estado de Buddha.*¹³

Seguramente esta flexibilidad y este estímulo de la experiencia directa personal por encima de los estereotipos dogmáticos ha hecho del budismo un árbol que aun con el paso de los siglos continúa alimentando a miles de sanghas, cientos de miles, si no millones de monjes en las diferentes ramas.

12 Cleary, Thomas, *Las Cinco casas del Zen. Los textos clásicos de los grandes maestros de la historia del Zen*, RBA, Barcelona, 1998, pág. 9.

13 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, Traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, pág. 40.

EJEMPLOS DE LA VÍA ZEN

Al estudiar el Zen me he encontrado con una tradición riquísima de maestros con un gran nivel. En verdad, ha sido impactante leer las diferentes recopilaciones de la larga y brillante cadena de maestros chinos y japoneses. Recomiendo especialmente los dos libros de T. Cleary y el de J. Brosse que aparecen en la bibliografía. He hecho un gran esfuerzo de selección intentado elegir la “*crème de la crème*”.

Esta lectura será suficiente para captar una forma de trabajo y será mejor navegar en sus aguas, respirar sus aires, que intentar una comprensión intelectual concepto por concepto. En esta inmersión en las aguas seguro que hay cosas difíciles, que se nos escapan, pero podremos captar la frecuencia psicológica en la que se desarrolla el Zen. Esta frecuencia es mental. Espero que no se confunda con intelectual o racional que se refiere solo a una parte de la conciencia.

El trabajo por la vía mental tiene como fundamento la atención a los actos de conciencia, sean estos intelectuales, emotivos o motrices; sean estos divagaciones, sueños, reflexiones o inspiraciones. Por lo tanto, mucho más allá de la simple racionalidad, intenta captar la dirección y la forma de la conciencia para trascenderla.

Entonces por unas pocas páginas navegaremos en las aguas del Zen. A veces nos resultarán inspiradoras, a veces incomprensibles, otras resonarán con nuestras experiencias. Pero siempre nos pondrán en presencia

de una búsqueda de lo Profundo mantenida por siglos.

Algunos de estos textos los comento o los introduzco, otros los expongo “en crudo” para que lleguen a cada cual.

Huei-K’o, El segundo patriarca (487-593)

Jaques Brosse en su libro presenta a este maestro como: “*un letrado muy erudito que había adquirido cierta reputación por su conocimiento profundo de las tres filosofías, el confucianismo, el taoísmo y el budismo. Cuando oyó hablar del misterioso monje indio que meditaba frente a una pared desde hacía años, se sintió inmediatamente atraído por él*¹⁴; *sin duda comprendió intuitivamente que él era el maestro que aún no había encontrado*”.¹⁵ Después de trabajar algunos años con este maestro indio, él le nombró su sucesor. Este es el texto de Huei-K’o que presentamos:

Lankâvatâra Sûtra

El sûtra del descenso en Sri Lanka

Cuatro elementos están en el origen del funcionamiento de las [seis]¹⁶ conciencias sensoriales: el desconocimien-

14 Se refiere a Bodhidharma, primer patriarca e iniciador del budismo Chan.

15 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, Traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, págs. 30 y 31.

16 Estas seis conciencias sensoriales no hay que confundirlas con los cinco agregados. Estas seis son los cinco sentidos (tacto, vista, oído, gusto, olfato) más el sexto que coordina los anteriores y reflexiona, la conciencia.

to de la naturaleza del mundo visible, al no considerarlo como salido de nuestra propia conciencia, el apego a la agitación provocada por el despliegue de lo mental y de las impregnaciones de la forma, impregnaciones acumuladas desde tiempos infinitos, la convicción de que la naturaleza propia pertenece originalmente a la conciencia [mental], y la curiosidad ardiente con respecto a la infinita diversidad de los seres.

(...) El cuerpo que procede de ella efectúa [a su vez] sus operaciones. Pero conciencia mental y conciencias sensoriales ignoran que ellas se condicionan mutuamente y que operan en razón de su apego a la diferenciación de lo visible –lo cual no es en realidad más que conciencia; así, las conciencias se despliegan, íntimamente unidas, limitando su esfera sensorial de conciencia informadora. Cuando las conciencias operan de esta manera [inconsciente], los propios yogin¹⁷ que se entregan al arro-bamiento¹⁸ no están al corriente del funcionamiento de las impregnaciones sutiles y piensan que poniendo fin a las conciencias sensoriales se absorberán en el arro-bamiento. Pero se sumergen en él sin haber puesto fin a estas conciencias, pues los gérmenes de impregnación no están destruidos¹⁹. Si estos yogin están desapegados, no es sino de la esfera objetiva.²⁰

Como se puede apreciar en este excelente texto, este maestro tiene una comprensión y una experien-

17 Yogin se entiende aquí en el sentido amplio: “el que busca la unión”. (N. del A.)

18 El *samādhi*, concentración del espíritu apaciguado. (N. del A.)

19 No es, pues, una verdadera extinción (*nirvâna*). (N. del A.)

20 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, págs. 36 y 37.

cia muy clara del funcionamiento de la conciencia, de sus condicionamientos y de los apegos a los sentidos. Aquí hace una distinción entre conciencia mental y conciencias sensoriales. Es clásico en el budismo entender los sentidos como conciencias porque lo comprenden más allá de lo puramente orgánico, es decir, el sentido para ellos, no solo es el órgano sensorial sino además la estructuración y la relación entre el sentido y la conciencia. Esta comprensión es similar a la nuestra que está explicada por Silo en *Apuntes de psicología* en el apartado *Características comunes de los sentidos*: “*Todos [los sentidos] efectúan, en sí mismos, actividades de abstracción y estructuración de estímulos, según sus aptitudes. La percepción es producida por el dato más la actividad del sentido*”.²¹

En la parte final del párrafo advierte que no basta con desapegarse de los sentidos (conciencias sensoriales) que también llama esfera objetiva (el mundo de los objetos). Es decir, para él, estos yogin han llegado a un paso intermedio.

Seng-Ts’an, El tercer patriarca, (520-606)

XINXINMING

Canto al corazón de la desconfianza

Si no hay error, no hay fenómenos.

Si no hay construcciones [mentales], no hay mente.

El sujeto se disuelve cuando desaparece el objeto.

21 Silo, *Apuntes de psicología*. Ulrica Ediciones, Rosario, Argentina, 2006, pág. 20.

*El objeto desaparece cuando se disuelve el sujeto.
El objeto es objeto en relación al sujeto.
El sujeto es sujeto en relación al objeto.
Si se quiere conocer ambos aspectos,
su origen es el mismo: vacuidad.
En la vacuidad ambos son idénticos
y ambos incluyen todos los fenómenos.*²²

Aquellos que hayan trabajado la disciplina mental²³ entienden bien este texto que primero muestra la forma mental acto-objeto, y después expresa comprensiones y registros que solo se tienen si se han superado los determinismos de la forma mental.

Huei-Nêng, El sexto patriarca, (638-713)

Mahâ Prajñâ Paramitâ*

La perfección de la Gran Sabiduría

Benévolos oyentes, la sabiduría del Despertar es inherente a nuestra naturaleza. Si no conseguimos verla es a causa de las ilusiones secretadas por nuestra mente. Desde el punto de vista de la naturaleza de Buddha, no existe ninguna diferencia entre un Despierto y un ser corriente, salvo el hecho de que uno la conoce y el otro la ignora. Por esto debemos recurrir a las instrucciones de los despiertos si queremos conocerla. El sùtra dice que hay que buscar refugio en el Buddha que está en nosotros, no dice que haya que tomar refugio en otros distintos de él. Si no tomáis

22 Villalba, Dokushô, *Iluminación Silenciosa. Antología de textos Soto Zen*, selección de Dokushô Villalba. Edición de Kepa Egiluz, Miraguano ediciones, Madrid, 2010, pág. 131.

23 Los textos de trabajo de las cuatro disciplinas se pueden encontrar en la web del Parque de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas <http://www.parquepuntadevacas.org>.

*refugio en vuestra propia naturaleza, no encontraréis refugio en ninguna parte.*²⁴

Este párrafo seguramente nos resuena mucho. Primero porque “la real sabiduría está en el fondo de tu conciencia...”²⁵. Y en segundo lugar tenemos la experiencia de que los mecanismos y el camino para tener experiencias de despertar, de iluminación, está dentro de nosotros y, por ende, en todo ser humano. Este tema de “buscar refugio en el Buddha que está en nosotros” lo veremos con frecuencia en el Zen.

Ma-Tsu, (709-788)

El Espíritu

*Estar extraviado es haber perdido el Espíritu original y errar lejos de la propia morada. Estar despierto es redescubrir la propia naturaleza original y regresar a la propia morada.*²⁶

24 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, págs. 78 y sigs.

25 Frase en el primer párrafo de la arenga “*La curación del sufrimiento*” dada por Silo el 4 de mayo de 1969 en Punta de Vacas, a los pies del Aconcagua. Con esta arenga se lanza al mundo una doctrina de liberación, de superación del sufrimiento, de Sentido y de trascendencia. Esta concepción de llegar a la liberación trabajando y meditando hacia la comprensión de lo profundo de uno mismo es universal y la podemos encontrar en el budismo, en el Islam, en el judaísmo, en Plotino, en los místicos españoles del siglo XVI, en “*El secreto de la flor de oro*” y un largo y largo etcétera. La citada arenga se puede consultar en www.silo.net y también en *Obras Completas*, Silo, ed. Oscar Elegido González-Quevedo, Madrid, 1999, pág. 662.

26 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, pág. 112.

Después de terminar la disciplina intercambié con algunos maestros sobre los registros de los últimos pasos. Me llamó la atención que entre ellos, varios hablábamos de este registro de regresar al hogar, de reconocer en lo profundo un hogar, la propia morada. Más adelante, en el apartado de **diversas experiencias y comprensiones** de Dôgen volveremos a esto.

Otro texto de Ma-Tsu:

La ilusión y la iluminación

La ilusión consiste en ignorar nuestra mente esencial. La iluminación, por el contrario supone comprender nuestra verdadera naturaleza. Cuando estés iluminado jamás volverás a ilusionarte.²⁷

Pai-Tchang Huai-Hai (720-814)

A continuación veamos un diálogo entre este maestro y un discípulo. He abstraído algunas partes para exponer lo más esencial e ilustrativo. Creo que no es necesario comentarlo.

Tratado del Despertar súbito

Tun-mu Ju-tao Yao-men lun

2. *¿Qué método debemos practicar para llegar a la liberación?*

— *Solo se puede alcanzar mediante el Despertar súbito.*

— *¿Qué es el Despertar súbito?*

— *Súbito quiere decir desembarazarse de un solo golpe de todo pensamiento erróneo. El Despertar es comprender que el Despertar no es algo que se pueda*

27 Cleary, Thomas, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*. Selección, traducción y epílogo de Thomas Cleary, Editorial Kairos, Barcelona, 2001, pág. 14.

alcanzar.

— *¿Cuál es el punto de partida de la práctica?*

— *Tienes que partir de la raíz.*

— *¿Qué es la raíz?*

— *La raíz es la mente.*

[...]— *¿Por qué medios se puede observar la raíz?*

— *Solamente sentándote en meditación, pues esta observación solo puede llevarse a buen fin gracias al dhyâna (tch'an*) y al samadhi (ting). El Dhyâna-pâramitâ Sûtra dice: "Dhyâna y samâdhi son esenciales en la búsqueda del conocimiento sagrado de los Buddhas; sin ellos, los pensamientos están perturbados y las raíces sufren daño a causa de ello.*

— *Explica, por favor, lo que son el dhyâna y el samâdhi.*

— *Cuando cesan los pensamientos perturbadores, es dhyâna. Cuando estás sentado contemplando tu naturaleza original, es samadhi. Gracias al samâdhi, retiras tu espíritu²⁸ de lo que te rodea, lo vuelves impenetrable a los ocho vientos, es decir, a la ganancia y a la pérdida, a la calumnia y a la alabanza, a la aprobación y a la censura, a la tristeza y a la alegría. Concentrándose así, incluso un hombre ordinario puede entrar en el estado de buddheidad... dicho de otro modo, encontrar la liberación, pasar a la otra orilla, trascender las seis condiciones mortales y los tres mundos²⁹, llegar a ser un Bodhisattva* realizado, un Sabio todopoderoso, un Conquistador.³⁰*

28 En este caso me parece que espíritu debe ser entendido por interés o intención.

29 Las seis condiciones diferentes de los seres vivientes (la condición de los seres celestiales (deva), los titanes (asura), los hombres, los animales, los espíritus famélicos (preta) y los habitantes de los infiernos (naraka). Y los tres mundos (del deseo, de la forma sin deseo y de lo sin forma) que constituyen el samsâra*. Este concepto de reencarnación en diferentes seres es prebudista.

30 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve

[...] 9. ¿Cómo alcanzar el Despertar súbito? ¿Cuál es su objetivo, su naturaleza y los medios para obtenerlo?

—Su objetivo es detener el flujo de los pensamientos y no dejarse turbar más por las ilusiones, sean cuales sean. Su naturaleza es la pureza, y la sabiduría (prajñâ*), el medio para obtenerlo. (...)

Todas emanan de la substancia única en la que residen diferencias y diversidades. Ser consciente del propio espíritu sin apegarse a ningún pensamiento conduce de forma natural a la liberación.³¹

Huang-Po Si-Yun, (fallecido hacia 850)

Este monje vivió una época muy turbulenta de la historia de China. Este párrafo de Jacques Brosse lo expresa muy bien y además muestra la diversidad y el caldo de cultivo espiritual que hubo en dicho momento en China:

En el año 841 subió al trono Wu-tsang, taoísta convencido, bien decidido a aniquilar todas las religiones extranjeras. En 843 atacó a los maniqueos, en 845, a los nestorianos y a los budistas. En dos años se destruyeron 4.600 grandes templos y monasterios y otros 40.000 más pequeños; 260.000 monjes y monjas fueron expulsados de ellos y obligados a volver a la vida laica. Wu-tsang murió en el año 846 y la persecución cesó inmediatamente bajo el reinado de su hijo y sucesor, Sivan-tsong (847-870), que era un

Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, págs. 115 y 116.

31 Ibid., pág. 117.

budista ferviente y tomó a Pei-sieu³² como primer ministro.³³

El siguiente texto muestra una gran comprensión y explica que el tema es vaciar la mente de actos:

La transmisión de la mente

Esa mente es en sí Buda. Buda y los seres sensibles no son diferentes; pero los seres sensibles buscan exteriormente, captando apariencias, perdiendo cuanto más buscan. Si intentas que Buda busque a Buda, o utilizas la mente para captar la mente, no conseguirás nada. No entiendes que si frenas tus pensamientos y te olvidas de tus reflexiones, Buda aparecerá espontáneamente.³⁴

Y más adelante habla de la Realidad de la mente y del tipo de estado al que se aspira:

“Esta realidad es la mente; no hay verdad fuera de la mente. Esta mente en sí es la verdad; no hay mente fuera de la realidad. La mente es inherentemente inconsciente; y tampoco hay una única inconsciencia. Si intentas ser inconsciente a conciencia, entonces ya existe la conciencia.

32 Este Pei-sieu no solo era afín al budismo, sino que fue el redactor de las obras del maestro Huang-Po Si-Yun al que tenía en gran aprecio. Cuando murió el maestro, Pei-sieu redactó las obras en base a los comentarios del maestro y luego se las dio a dos de los mejores discípulos para que las repasaran.

33 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, págs. 120 y 121.

34 Cleary, Thomas, *Las Cinco casas del Zen. Los textos clásicos de los grandes maestros de la historia del Zen*, RBA, Barcelona, 1998, pág. 63.

(...) Básicamente no hay nada concreto en la budedad; es solo percepción abierta, claridad serena y beatitud sutil. Cuando la comprendas profundamente en ti mismo, será el cumplimiento total, sin más carencias. Aunque te esfuerces con ejercicios espirituales durante tres eras interminables, pasando por todos los estadios y grados, al alcanzar ese instante de realización, habrás comprendido al Buda que hay dentro de ti; no has añadido nada de nada. Más bien verás tus eras de esfuerzo con el confuso comportamiento de los sueños.*³⁵

Lin-Tsi, (fallecido en 866)

El Buda interior

En el mundo no hay nada estable. Es como una casa en llamas donde no es posible el reposo. El cruel demonio de la impermanencia se presenta sin previo aviso y no distingue entre clases altas o bajas, entre ancianos o jóvenes.

Si quieres ser como los budas y los maestros Zen, deja de buscar fuera de ti.

*La luz pura de cualquier momento de conciencia es la esencia misma del Buda que mora en tu interior. La luz no discriminativa de cualquier momento de conciencia es la sabiduría de tu Buda interno. La luz indiferenciada de cualquier momento de conciencia es la manifestación del Buda que habita en ti.*³⁶

35 Ibid., págs. 66 y 67.

36 Cleary, Thomas, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*. Selección, traducción y epílogo de Thomas Cleary, Editorial Kairos, Barcelona, 2001, pág. 18.

El surgimiento del kôan³⁷, Yun-men Wen-yen (860-949)

Aunque la tradición Zen ya venía trabajando de alguna manera con este tipo de método con frases que ponen al practicante en una profunda reflexión, es con este maestro cuando se formaliza la tradición de los kôan.

No obstante, tenía que enseñar. Por eso, este enemigo de las palabras creó un sistema lacónico y sutil de utilización de la palabra que posteriormente se denominó K'an hua tch'an (el tch'an de la contemplación de la Palabra). Le dio sus reglas. Para ser eficaz, toda sentencia debía reunir, a ser posible en una sola palabra, tres condiciones esenciales: «Abarcar todo el universo, correr tras la ola (adaptarse espontáneamente al nivel de comprensión y al estado de conciencia del interlocutor o del auditorio) y cortar la corriente de la ignorancia». A menudo, las respuestas de Yun-men no tenían, efectivamente, más que una palabra; en el futuro se harían célebres, sobre todo en la escuela Rinzai del Japón, con el nombre de “barreras de una palabra”, Ichiji-kan, que sería mejor traducir como “filo de una palabra”, ya que k'an, en chino, significa: “cortar, despedazar, abatir”.³⁸*

37 Kôan (en chino, kong-an). Literalmente, “anuncio público”, decreto de justicia que sentaba jurisprudencia. En el Zen, fórmula problemática, a menudo paradójica, tomada de un sùtra o de los dichos de los maestros antiguos, que no se puede resolver intelectualmente, sino mediante un cambio radical del nivel de comprensión. Del *Glosario de Los maestros Zen*, Jacques Brosse, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007.

38 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, pág. 151.

Yuanwu (1063 – 1135)

La motivación

*Si te acercas al Zen con una motivación incorrecta, todos tus esfuerzos serán inútiles. Por eso los antiguos maestros insistían en que el estudio del Zen debe acometerse como si nos halláramos al borde de la muerte.*³⁹

Curiosamente, Silo recomienda que se trabaje la ascesis con esta actitud de hacerlo como si fuera el último de tus días.

La experiencia directa del Zen

En esencia, el Zen no se basa en teorías, sino que apunta directamente a la mente⁴⁰ humana.

*Por más oculta que se encuentre tras la coraza de la inconsciencia, el Zen señala hacia nuestra esencia más profunda. Cuando respondas a las situaciones con la totalidad de tu ser, serás exactamente igual que los sabios de la antigüedad.*⁴¹

Autonomía e integración

*Cuando seas libre e independiente nada te limitará y dejarás de perseguir la liberación. Cuando alcances el Zen lograrás también la unión completa. No existen asuntos mundanos ajenos al Budismo ni Budismo separado de los asuntos mundanos.*⁴²

Esta actitud de compromiso social está desde el mismo nacimiento del budismo y aparece actuando en las diferentes ramas y en diferentes momentos.

39 Cleary, Thomas, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*. Selección, traducción y epílogo de Thomas Cleary, Editorial Kairos, Barcelona, 2001, pág. 54.

40 Entendida como conciencia.

41 *Ibíd.*, pág. 59.

42 *Ibíd.*, pág. 62.

Hung-chih (1091 -1157)

Sermones

*Si el anfitrión no sabe que hay un invitado, entonces no hay forma de responder al mundo; si el invitado no sabe que hay un anfitrión, entonces no hay visión más allá de los sentidos materiales.*⁴³

Esta alegoría del invitado y el anfitrión parece la misma que aparece en ciertos evangelios cristianos⁴⁴ en los que se habla del siervo y el amo. El primero (invitado o siervo) es el yo, temporal, apropiándose de todo, apegado a las ilusiones, ignorante de otra realidad. El segundo (anfitrión o amo) es lo que está más allá de la conciencia, el espíritu, lo trascendente. Entonces, como dice el texto, el anfitrión necesita un yo para responder al mundo. Pero el yo necesita al anfitrión para tener experiencias trascendentes, dar sentido a la vida y superar el sufrimiento.

Foyan (siglos XI y XII)

Conocerte a ti mismo

*Yo aconsejo a las personas que traten de conocerse a sí mismas. Hay quienes creen que ésta es una tarea sencilla aplicable tan sólo a principiantes. Pero reflexiona con cuidado y pregúntate tranquilamente a qué llamas yo.*⁴⁵

43 Cleary, Thomas *Las Cinco casas del Zen. Los textos clásicos de los grandes maestros de la historia del Zen*. Thomas Cleary, RBA, Barcelona, 1998, pág. 114.

44 Marcos 13: 34-37. Lucas 12: 35-40.

45 Cleary, Thomas, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*. Selección, traducción y epílogo de Thomas Cleary, Kairos, Barcelona, 2001, pág. 80.

A estas alturas sabemos que este “*conocerse a sí mismo*” es universal. Lo encontramos en la antigua Grecia según menciona Pausanías en el templo de Apolo en Delfos; lo conoceremos en la tradición musulmana con el hadit⁴⁶ “*quien se conoce a sí mismo conoce a su Señor*” repetido con frecuencia en los textos de Ibn Arabi entre otros; desde luego en el siloísmo es uno de los temas principales.

La revelación natural

*Lo único que verdaderamente importa es descubrir el origen de la mente.*⁴⁷

Hongzhi (siglo XII)

La experiencia Zen

*Cuando seas capaz de permanecer espontáneamente atento, vacío y lúcido, gozarás de una conciencia panorámica que no precisa esfuerzo alguno para percibir y de un discernimiento carente de lastre del pensamiento condicionado. Entonces estarás más allá del ser y del no ser y trascenderás todo sentimiento concebible. Nadie puede proporcionarte este estado, sólo puedes acceder a él por medio de la experiencia directa.*⁴⁸

Esta es una descripción clara de una experiencia de reconocimiento, que se experimenta cuando se superan los mecanismos de determinación de la conciencia y por un instante se mira el mundo sin yo: “*A veces una comprensión total me ha invadido*”⁴⁹. Algu-

46 Hadit: dicho, frase referencia.

47 *Ibíd.*, pág. 89.

48 *Ibíd.*, pág. 102.

49 Silo, *El Mensaje de Silo*, Ed. EDAF, Madrid, 2008, pág. 22

nos conocemos esta experiencia dada en los últimos pasos de la disciplina mental y también como consecuencia de los trabajos de ascesis. A veces es explicada como “*por un momento, por un instante vi el mundo y lo comprendí todo. Nunca volví a ver el mundo de esa manera*”; o también como “*por un instante todo el mundo me cabía en la cabeza, todo lo veía y comprendía todo y cada cosa*”.

El kôan y el mantra*

Como el budismo Zen no es un camino neto sino abierto a influencias y mezclas, con el paso de los siglos se vio afectado por la técnica del mantra. Varios maestros experimentaron con esta técnica consiguiendo resultados parecidos a la tradicional meditación del Zen. Pero estamos asistiendo con los mantras a una forma de trabajo diferente en el que la repetición sostenida por días, semanas o meses, de una fórmula u oración a la que se le suponen fuerzas extraordinarias lleva al practicante a la entrada a los espacios profundos. Esto no solo lo conocemos por los trabajos con mantras sino también por la oración del corazón⁵⁰ en el cristianismo y el dhikr de los musulmanes.⁵¹

50 Hay un aporte estupendo de Pepe Feres, “*Estudio sobre la oración del corazón*”, que se puede descargar de la web del Parque Punta de Vacas: <http://www.parquepuntadevacas.org/>.

51 Para profundizar en el dhikr contamos con el excelente trabajo de Alain Ducq “*La vía devocional del sufismo en Irak del siglo VIII al IX*” en la web del Parque La Belle Idee: <http://www.parclabelleidee.fr/> en francés y español.

Toda la literatura Zen posterior ha comentado el kôan «wu»⁵², el más famoso de todos. En la formación Rinzai es el primero que el maestro impone al discípulo, que no pasará al caso siguiente mientras no haya resuelto este. Según Ta-huei, que estuvo en el origen de este uso, wu tiene casi una función mágica, no por su sentido, sino por el sonido mismo. Actúa un poco a la manera de un mantra, como el sonido Om del tantrismo indio y del budismo tibetano. Es, en definitiva, una cuestión de consonancia, de resonancia directamente recibida por el organismo, una vibración universal percibida por el ser entero.⁵³

Y es aquí, donde la palabra *wu* se va cargando con otro tipo de trabajo, hacia otra forma de entrar. J. Brosse lo explica muy bien aquí:

Ahora bien, esto, no se trata tan solo de admitirlo intelectualmente, sino de experimentarlo en todo el ser, cuerpo y espíritu, hasta lo más profundo de la conciencia, del organismo mismo. Es necesario que wu penetre hasta allí, que impregne la totalidad del

52 Este Kôan es el más conocido. Se formula de la siguiente manera, rescatando una conversación entre un discípulo y su maestro: el discípulo preguntó: “¿Tiene un perro la naturaleza de Buda o no?”. A eso el maestro Zhaozhou contestó: “¡Wu!”, que se traduce como ninguno o sin. No es una respuesta negativa ni afirmativa, es una respuesta para que el discípulo reflexione sobre la pregunta. Finalmente, se dice, que el discípulo termina comprendiendo que la pregunta no tiene sentido, ya que este tipo de pensamiento sobre si el perro tiene o no esta naturaleza es un tipo de pensamiento categórico, basado en categorías, en ordenamientos, en esquemas y no hace, ni quita ni pone, al camino de avance hacia la experiencia

53 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, pág. 158.

ser. Finalmente, el practicante debe convertirse él mismo en wu, no ser sino uno con él, es decir, no sólo haberse reunificado, sino haber reconciliado y juntado lo exterior y lo interior hasta la total indistinción. Esto es lo que explica la duración del proceso de andadura interna subterránea, que solo se puede acelerar consagrándose a ello sin tregua ni reposo durante días, meses e incluso años hasta que finalmente «se rompa el fondo del cubo». Esto es lo que manifiestan los relatos de Despertares provocados por wu, y ante todo el del propio Wu-mên.⁵⁴

LA ENTRADA DEL ZEN EN JAPÓN

Mientras Federico II está asombrando al mundo (“*Stupor mundi*”) y en Toledo se van apagando los ecos de la llamada Escuela de Traductores; mientras la mística musulmana llega a su cumbre con Ibn Arabi y Jalaludin Rumí y la mística judía, también en la cumbre, se expresa por el Zohar (“*El libro del esplendor*”) de Moisés de León; mientras está naciendo el imperio Inca en el corazón de los Andes y los aztecas entran en el valle de México; mientras los mongoles de Gengis Khan y luego de Kublay Khan conquistan medio mundo y los turcos, presionados por estos, entran en Anatolia; mientras ocurre todo esto, Japón está viviendo uno de esos momentos anómalos de la Historia en los que lo místico irrumpe en lo social.

54 *Ibíd.*, pág. 159.

Asistimos a un siglo prodigioso, similar al siglo xvi de España, en el que multitud de monjes budistas elevan su experiencia produciendo escuelas, corrientes, y tendencias que tendrán influencias poderosas en la historia de Japón.

Estamos en la llamada época de Kamakura (1185-1333). Y nos entrará un pequeño vértigo al repasar velozmente este momento. El primero en impactar es **Myôan Yôsay** (1141-1215) que al ver la decadencia del budismo en Japón viaja a China y regresa influyendo fuertemente en los siguientes maestros. Después de él Japón brilla:

*En la escuela de la “Tierra pura” (Jôdô-shû), a la que **Hônen** (1133-1212) organizó y dio autonomía, la invocación “nembutsu”: “namu Amida Butsu” (homenaje al Buddha Amida) bastaba para garantizar la salvación del que la pronunciaba. (...) De la Jôdô-shû se separó en el siglo xiii la “Verdadera escuela de la Tierra pura” (jôdô shin shû), creada por el monje **Shinran** (1173-1262), que renunció a sus votos y se casó. La nueva escuela, que se dirigía a los laicos, pronto se difundió entre el pueblo. Hijo de un pobre pescador y monje a los quince años, **Nichiren** (1222-1282), decepcionado y escandalizado por la vida aislada de los monasterios, concibió su propia doctrina, basada exclusivamente en el Sûtra del Loto, que, por lo demás, veneraban todas las escuelas del budismo japonés. Por sí solo, este sûtra era capaz de liberar a los hombres en un tiempo de profunda decadencia religiosa.⁵⁵*

Además de estos monjes estaba **Dôgen**, al que presentaremos más adelante, y **Shinchi Kakushin**:

55 Ibid., págs. 167 y 168.

Después de formarse en el Japón junto a diferentes maestros, entre los que se contaba Dôgen, Kakushin partió para la China en 1249. Se convirtió rápidamente en uno de los mejores discípulos de Wu-mên. Este le confirió el Sello de la Confirmación, que hacía de este monje japonés su sucesor en el Dharma. Kakushin regresó al Japón en 1254 e introdujo en su país el tch'an de Lin-tsi de la escuela Yang-tch'i (Yôgi), pero también una versión manuscrita del Wu-mên-kuan que le había confiado su maestro. La escuela Yôgi, fundada en el Japón por Kakushin, está viva todavía en nuestros días.⁵⁶

Por último, al final de esta época aparece **Keizan Jokin** (1264–1325) que será considerado cofundador, junto con Dôgen, de la escuela Soto*. De él apuntaré algunas características después.

EIHEI DÔGEN

Biografía y presentación

La biografía de este monje es más bien sencilla. Nace en el 1200. Huérfano a los 8 años, pronto empieza a estudiar el budismo. A los 13 años toma los votos en la escuela Tendai*. Enseguida inicia una búsqueda personal ya que no encuentra respuestas satisfactorias a sus preguntas fundamentales acerca de cuál es el sentido del budismo y de la rutina de meditación. Empujado por este vacío a los 23 años marcha a China con otros

56 Ibid., pág. 156.

tres monjes esperando encontrar un budismo más auténtico. Allí está cuatro años en los que recibe el Siho, Sello de la Transmisión, como reconocimiento a su nivel de experiencia. De vuelta a Japón es expulsado del monasterio Kenninji por innovador. Empieza a escribir y se retira a una ermita solitaria. Pero poco a poco aumentan sus discípulos lo que le obliga a trasladarse a un sitio más grande para todos ellos.

De los 36 años a los 46 es la etapa más radiante. Crece en número de discípulos pero también en enemigos pertenecientes a las escuelas tradicionales. Hay rumores de posibles agresiones y amenazas de incendio y decide trasladarse. Finalmente acepta la donación de unas tierras en Daibutsuji donde funda el monasterio de Eiheiiji o “Templo de la Paz Eterna”.

A los 53 años muere en Kyoto donde se había trasladado por su enfermedad. Continuando la tradición de los maestros budistas escribe un poema de partida:

*Durante cincuenta años busqué iluminar el gran
asunto de la vida*

*y la muerte, sobrepasando obstáculos y dudas, con
esfuerzo.*

*Ahora, todavía vivo, sin pretensiones ni deseos, entro
en el paranirvana.*

La noche del 28 de Agosto de 1253.⁵⁷

Las influencias de sus escritos y de su escuela Soto Zen son difíciles de medir. En el apartado **Reperc-**

57 Dôgen, Eihei, *El Gran Shobogenzo*, Trad. al Inglés: Kosen Nishihama, Trad. al Español: Jesús Ubalde Merino, Edita Jesús Ubalde Merino, 1999, www.Zenbria.com, pág. 13.

siones en la cultura japonesa desarrollo brevemente este tema. Baste decir que su obra principal *El Shobogenzo* es considerado el texto más importante del Zen y “*la obra más descollante de la literatura religiosa japonesa*”⁵⁸. Si consultamos el *Diccionario de la sabiduría oriental* dice esto de Dôgen:

*...todas las escuelas budistas japonesas lo veneran como un santo o un bodhisattva. Pero también a menudo se lo interpreta como un filósofo y se le dice “el pensador más profundo y original” que Japón haya producido; con lo cual se pasa por alto que sus escritos, aun cuando en ellos se consideran las más profundas cuestiones existenciales del hombre, no representan algo así como una filosofía de la existencia. Lo que Dôgen escribe no surge de una especulación filosófica, no es el resultado de procesos de pensamiento, sino expresión de la experiencia inmediata de la verdad viviente del Zen.*⁵⁹

Concepciones (doctrina)

Primero necesitamos ver de qué concepto se parte. Según Dôgen la iluminación, el Nirvana o la naturaleza de Buda ya está en todo ser humano, solo que unos lo ignoran y otros tienen la experiencia. Entonces no se trata de llegar a ser un Buda sino de experimentar el Buda que hay en lo interno de cada uno. Así lo ex-

58 *Diccionario de la sabiduría oriental*, Paidós, Barcelona, 1993, pág. 328.

59 *Ibíd.*, pág. 97.

presa él en *Fukanzazengi*, (principios fundamentales del Zazén):

Debéis por lo tanto abandonar el conocimiento basado en la comprensión intelectual. Dejad de correr detrás de las palabras y de seguir las al pie de la letra. Dirigid vuestra luz hacia vuestro interior e iluminad vuestra Propia Naturaleza. El cuerpo y el espíritu⁶⁰ desaparecerán por ellos mismos y vuestro rostro original aparecerá. Si queréis experimentar la Talidad⁶¹ debéis practicar la Talidad sin tardar.⁶²

En otro momento expresa lo mismo, insistiendo en que la práctica asidua y la devoción son la clave:

La experiencia de la iluminación está más allá de lo que los seres humanos ven y oyen, ya que se trata de un estado anterior a los conocimientos y a las percepciones. Dicho esto, poco importa que seas inteligente o no. En la Vía no hay diferencia entre el tonto y el avispa-

60 La utilización de la palabra espíritu en este caso nos crea confusión. En diversas traducciones de textos del budismo Zen se utiliza la expresión “cuerpo y espíritu”, pero para nosotros lo más correcto sería utilizar conciencia por espíritu en estos casos, ya que se está tratando siempre de trascender los mecanismos de determinación, de ilusión, de deseo propios de la conciencia. Para nosotros y para Occidente la palabra espíritu no está reflejando las operaciones de la conciencia.

61 Esta palabra *Talidad* también es utilizada a veces por los traductores. En realidad se quiere expresar la experiencia directa del Ser Tal Como Es. Es decir, en lo cotidiano la experiencia del Despierto o conciencia de sí; en el Trabajo, la suspensión y supresión del yo.

62 Dôgen, Eihei, *El Gran Shobogenzo*, Trad. al Inglés: Kosen Nishihama, Trad. al Español: Jesús Ubalde Merino. Edita Jesús Ubalde Merino, 1999. www.Zenbria.com, cap. Fukanzazengi, pág. 287.

do. Concentrar el esfuerzo con un espíritu unificado es, en sí, seguir la Vía.

La práctica-iluminación es pura por naturaleza. Avanzar es una cuestión de asiduidad.

(...) La particularidad de la Vía del Zen sigue prevaleciendo: devoción por la meditación sedente, solamente sentarse inmóvil con un compromiso total.⁶³

En este último párrafo se está hablando del Propósito y de la carga afectiva. Sabemos que esta actitud es la que conduce a la otra orilla como dicen los monjes Zen, la que conduce a otros espacios y tiempos que no son los del mundo cotidiano.

Para terminar esta sección veremos cómo este monje tiene una profunda comprensión de los mecanismos y direcciones de trabajo de la conciencia, tanto es así, que comprende cómo es fundamental la dinámica de la propia conciencia para trascenderse a sí misma. Este tipo de texto es muy típico del budismo Zen en un lenguaje cercano a los kôan y a la reflexión sobre la reflexión. El texto viene del capítulo “Zazenshin”, (*la aguja de acupuntura de zazen*):

El punto esencial consiste en practicar zazen en tanto que Buda y no para convertirse en Buda. Practicar en tanto que Buda no es lo mismo que practicar para convertirse en Buda. Practicar zazen en tanto que Buda es la manifestación inefable de la iluminación.⁶⁴

63 Villalba, Dokushô, *Iluminación Silenciosa. Antología de textos Soto Zen*, Selección de Dokushô Villalba. Edición de Kepa Egiluz, Miraguano ediciones, Madrid, 2010, cap. Fukanzazengi, pág. 282.

64 *Ibíd.*, cap. Zazenshin, pág. 297.

Y un poco más adelante:

Esta expresión debe ser también claramente comprendida. ¿Cómo puede alguien convertirse en Buda? ¿Quiere decir esto que Buda se convierte en Buda? ¿O que de pronto aparece la cara de Buda en aquel que acaba de convertirse en Buda? Hay muchas maneras de convertirse en Buda. ¿Qué implica la expresión “convertirse en Buda”? Tenemos que saber que la expresión de Kosei quiere decir que zazen es la manifestación de la tendencia del universo a convertirse en Buda. No es únicamente el yo el que tiende a convertirse en Buda. Todo el universo tiende a convertirse en Buda a través del yo. Por lo tanto esa tendencia existe tanto antes como después de que el yo se convierta en Buda, pero solo se manifiesta en el momento justo, cuando el yo se sienta para convertirse en Buda. Entonces, ¿qué función desempeña la tendencia del yo a convertirse en Buda? Una función total y absoluta, porque a través de ella todas las existencias se convierten en Buda. Por lo tanto no debemos negar la tendencia del yo a convertirse en Buda. Si la negamos perderemos nuestra vida en la Vía del Buda. Pero tampoco debemos creer que esa tendencia surja exclusivamente del yo, ya que, en realidad, surge de todas las existencias del kosmos.⁶⁵

Claramente expresa que a través de la intención del yo se puede trascender el propio yo. Es utilizando los mecanismos de la propia dinámica mental como se trascienden estos. En *Apuntes de Psicología*, Silo explica, que utilizando el mecanismo del Propósito (voy a ir a algún sitio para algo y me aprendo el camino dejándolo en copresencia) y el mecanismo de

65 Ibid., cap. Zazenshin, pág. 298.

cerrar el foco atencional (atender a un solo objeto visual, sonoro, táctil, etc., hasta que ocupe el todo mental) se puede producir la suspensión y supresión del yo.

Y el siguiente texto, vemos de nuevo el tema de que todo está en el interior de uno mismo y habla de autoiluminación. Es el capítulo *Jishozammani* (“*El samadhi de la autoiluminación*”):

Siguiendo a un auténtico maestro y la enseñanza de los sutras, en realidad significa siguiéndose a uno mismo. Los sutras son nuestro propio ser como sutras; el maestro es nuestro propio ser como auténtico maestro. Por tanto, estudiar con un maestro, es el estudio y práctica de uno mismo. Plantar cien plantas o mil árboles es estarse plantando uno mismo. Nosotros mismos somos el objeto final de nuestro estudio, en el que el Yo (ser) es abandonado y los seres originales emergen. Esto es por lo que el Gran Camino de los Budas y Patriarcas es un método de autopráctica y autoiluminación.⁶⁶

Procedimientos

En el capítulo 11 del *Shobogenzo*, Dôgen expresa las condiciones y la actitud del trabajo. Se fija tanto en la posición física y las condiciones ambientales como en la actitud y en lo que debe estar la conciencia:

66 Dôgen, Eihei, *El Gran Shobogenzo*, Trad. al Ingles: Kosen Nishihama, Trad. al Español: Jesús Ubalde Merino. Edita Jesús Ubalde Merino, 1999. www.Zenbria.com, cap. 69, *Jishozammani*, pág. 196.

Zazenji

Instrucciones para el Zazen

El estudio del Zen quiere decir, la práctica del Zazen. Exige un lugar tranquilo, sin humedades o corrientes de aire y una estera gruesa sobre la que sentarse. Puesto que es la misma postura de Sakiamuni cuando encontró la iluminación, pensemos en el lugar donde estamos sentados como “La Sede del Diamante”. Algunos monjes practicaron sobre grandes piedras, mientras que otros, los siete Budas, sobre un manojó de hierbas silvestres.

El lugar del Zazen no debe estar demasiado oscuro, más bien con moderada luz, diurna y nocturna, caliente en invierno y fresco en verano. Descansando la mente y el cuerpo, cortar toda actividad mental. No pensar en el tiempo, circunstancias, ni aferrarse a buenos o malos pensamientos. Zazen no es autoconciencia ni autocontemplación. Nunca intentar convertirse en un Buda. Desapegarse de las nociones de echado o sentado. Comer y beber moderadamente, no perder el tiempo. Poner atención en la propia práctica. Aprender del ejemplo del Quinto Patriarca Konin del monte Obai. Todas sus acciones eran la práctica del Zazen.

Cuando practiques Zazen, viste un Kesa y utiliza un cojín redondo. No te sientes en medio, coloca el frente bajo tu trasero, cruza las piernas y pónsalas en la estera. El cojín deberá tocar la base de tu espina dorsal. Ésta es la postura básica pasada de mano en mano, de Buda a Buda, de Patriarca a Patriarca.

Usar del loto completo o del medio loto indistintamente. En el primero el pie derecho está sobre el muslo izquierdo y el pie izquierdo en el muslo derecho. Manteniendo las piernas horizontales y la espalda derecha. En el medio loto, el pie izquierdo está sobre el muslo derecho y el pie derecho bajo el muslo izquierdo. La

ropa, suelta y arreglada. La mano derecha sobre el pie izquierdo (planta), la izquierda sobre el derecho. Los dedos pulgares rectos, tocándose ligeramente. Ambas manos contra el abdomen y los dedos gruesos a la altura del ombligo. Recordar enderezar la espalda continuamente. No ladearse a derecha o a izquierda, ni inclinarse hacia adelante o atrás. Las orejas en la línea de los hombros, la nariz en la vertical del ombligo. La lengua contra el paladar. Respirando por la nariz; dientes y labios juntos. Ojos abiertos naturalmente. Al comienzo, apaciguar mente y cuerpo con una respiración profunda. La forma de vuestro Zazen será estable como una montaña. Pensad “no pensando” ¿Cómo? “sin pensar”. Este es el magnífico camino del Zazen. Zazen no es un medio para la iluminación sino que es en sí mismo la acción completa de un Buda. Zazen es en sí mismo pura y natural iluminación.⁶⁷

Más adelante profundiza. La conciencia debe intentar ir más allá de sus propios mecanismos.

En el preciso momento de sentarse en Zazen, observar si el tiempo penetra en el espacio y considerar la naturaleza del Zazen, si es diferente de la normal actividad. ¿Es un elevado estado de consciencia? ¿Es pensar o es no-pensar? ¿Es acción o no-acción? ¿Es solo la postura o alcanza al cuerpo y a la mente? ¿Los trasciende a ambos? El propósito es que los alcance y ambos cuerpo y mente, caigan. Mi difunto maestro Nyojo dijo, “cuando practicáis Zazen, mente y cuerpo mueren.”⁶⁸

La expresión “cuerpo y mente caigan” expresa, a mi entender, la experiencia de lo profundo, de total

67 *Ibíd.*, cap. Zazenji, págs. 69 y sigs.

68 *Ibíd.*, cap. 66, Zammai Ozammai (El Rey de todos los samadhis), pág. 188.

desapego, en la que se han desconectado los mecanismos de conciencia y los sentidos del cuerpo de tal modo que no se tienen registros. Así se experimenta como más allá del cuerpo y la conciencia.

Propósito

Ya ha aparecido antes brevemente este tema. Pero ahora profundicemos en él. En su obra se expresa de diversas formas, por ejemplo como Sentido de la Vida:

Sin pensamiento discriminante no puede despertar el espíritu de la Vía. Ello no significa, sin embargo, que tal espíritu discriminante sea idéntico al espíritu de la Vía, sino que utilizando el pensamiento se produce el Despertar. Producir el pensamiento del Despertar significa que uno hace voto de conducir a todos los seres vivos hacia la otra orilla o nirvana (estado en que el sufrimiento ha sido extinguido) antes de encontrar refugio ahí uno mismo. Aun en el caso de que su apariencia sea miserable, cabe tener a cualquiera que haya sido capaz de producir el espíritu del Despertar como guía de toda la humanidad.⁶⁹

Cabe decir que este Sentido de “conducir a todos los seres vivos hacia la otra orilla o nirvana antes de encontrar refugio ahí uno mismo” es una máxima del budismo Mahayana que Dôgen expresa y practica.

Más adelante insiste en esto dejándolo muy explícito:

⁶⁹ Dôgen, *Cuerpo y espíritu. La transmisión de las enseñanzas del Buda*, Paidós, Barcelona, 2002, capítulo 3, Cuerpo y Espíritu, pág. 51.

*Poner la iluminación de los otros por delante de la propia, es el camino de los que han despertado la mente que busca a Buda. Humildes en apariencia, esos hombres son los guías de todos los seres sintientes. (...) Despertar la mente que busca al Buda, significa asistir a todos los seres vivientes en el logro de la iluminación antes de considerar la propia.*⁷⁰

En el capítulo Zenki expresa el Propósito de la práctica:

*El Gran Camino de todos los Budas y el propósito último del Budismo es liberarse, desatarse de la vida y de la muerte así como la realización de la iluminación.*⁷¹

Este liberarse, este “desatarse” nos resuena y está en la raíz de nuestra disciplina mental. En algún momento se explicó:

*“Está en la esencia de la Disciplina Mental la búsqueda de aquella libertad que permita al operador sustraerse de las determinaciones y los condicionamientos de la propia conciencia, trascendiendo hacia estructuras universales”.*⁷²

Sobre el **desapego** he encontrado un párrafo inspirador que ilustra esta actitud:

70 Dôgen, Eihei, *El Gran Shobogenzo*, Trad. al Inglés: Kosen Nishihama, Trad. al Español: Jesús Ubalde Merino. Edita Jesús Ubalde Merino, 1999. www.Zenbria.com. pág. 220., cap. Hotsu Bodai-shin (Despertando la mente que busca a Buda).

71 *Ibíd.*, cap. 22, Zenki, “La total actividad de la vida y de la muerte”, pág. 92.

72 Material *Las cuatro disciplinas*, Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas, en la sección Centro de Estudios, <http://www.parquepuntadevacas.org/>

*Sólo sin rechazos ni deseos de nirvana, se entra en la mente de Buda. Sin intentar definirlo o describir con palabras. Cuando dejas caer cuerpo y mente y entras en la mente de Buda, ella es la que guía. Si sigues su camino realizas el desapego a la vida y la muerte y sin esfuerzo o usando tu mente, te conviertes en un Buda. Si entiendes esto no dura el apego.*⁷³

Diversas experiencias y comprensiones

A continuación disfrutaremos de algunas experiencias y comprensiones, las más significativas, me parece. Esta primera expresa una realidad que solo puede ser percibida desde una experiencia que trasciende la conciencia. De nuevo consideramos la palabra “espíritu” más bien como mente:

*El Sol, la Luna o las estrellas pueden percibirse de modo diferente según uno sea hombre o ser celestial, y a cada uno le corresponde su propio punto de vista. Una vez se ha obtenido el Despertar, se comprende que el espíritu es uno y todo al mismo tiempo. Desde ese momento, todo se convierte en espíritu.*⁷⁴

Nos recuerda el último paso de la disciplina en el que se ve lo mismo en uno y en todo. En el siguiente veremos una comprensión muy abierta y universalista de la experiencia mística reconociendo diversos caminos. Esta actitud abierta no es tan habitual.

73 Dôgen, Eihei, *El Gran Shobogenzo*, Trad. al Inglés: Kosen Nishihama, Trad. al Español: Jesús Ubalde Merino. Edita Jesús Ubalde Merino, 1999. www.Zenbria.com, pág. 262.

74 Dôgen, *Cuerpo y espíritu. La transmisión de las enseñanzas del Buda*, Paidós, Barcelona, 2002, págs. 54 y 55.

Los seres humanos disponen de diferentes modos de realizar la iluminación. Unos sobre el significado de la vida desde el nacimiento y son liberados en varias etapas de su vida en el comienzo, el medio, y el final. Otros dominando el verdadero significado del estudio de sí mismos, su piel, músculos, huesos y médula. Otros trascendiendo el mundo de los opuestos. Otros en fin, ganan el autoconocimiento sin frecuentar maestros, sutras, u otros medios; su verdadera naturaleza se manifiesta por sí misma.

Diferentes tipos de personas tienen diferentes medios de realización y todos poseen la habilidad de entender la verdadera función y significado de su propia naturaleza.

Si todos poseen esta innata habilidad podemos decir que ya están iluminados, han recibido el sello de la iluminación y practican el Camino de Buda.

Cuando Budas y Patriarcas están iluminados ellos están simplemente, volviendo a su hogar original, la naturaleza original de Buda.⁷⁵

Este reconocimiento de diversas vías de desarrollo interno no me parece fácil de encontrar y creo que sitúa a Dôgen en un alto nivel de conocimiento de la conciencia humana. Y por otra parte aparece de nuevo el tema del hogar original, como si fuera algo que tenemos todos los seres humanos y falta des-velar. Este párrafo que sigue me parece revelador:

Si esta no-dividida atención puedes realizarla cuando haces postraciones o practicas zazen, la flor de

75 Dôgen, Eihei, *El Gran Shobogenzo*, Trad. al Inglés: Kosen Nishihama, Trad. al español: Jesús Ubalde Merino. Edita Jesús Ubalde Merino, 1999. www.Zenbria.com, cap. 10, Daigo, pág. 67.

tu mente se hará más y más brillante y las cosas de tu alrededor se harán más hermosas. En este profundo estado de sentimiento parecerá el Monasterio o Templo (Dojo), envuelto en nubes hasta que suene el han de madera o el sho de caña marcando los distintos servicios, como si surgieran del fondo del río.⁷⁶*

A veces, con la conciencia en calma y la atención despejada y distensa a uno le parece percibir el mundo y sus estímulos desde una posición interna muy profunda, muy trasera. Las percepciones que llegan por los sentidos parecen venir como de más lejos y como más lentamente. Uno está plenamente en conciencia de sí y sabe que está despierto.

Con este tipo de experiencias, y si se frecuenta el trabajo de ascesis, poco a poco se empieza a comprender esto que explica Dôgen a continuación de que mi cuerpo no me pertenece. Esto también se dice, de alguna forma, en la conocida *oración gnóstica**:

*Despertando la mente que busca a Buda.
Si los que se aferran desesperadamente a su vida física, se detuvieran a considerar el nacimiento, la ancianidad, la enfermedad y la muerte, se darían cuenta de que todo ello está más allá del control suyo y concluirían en que estos 'cuerpos suyos' en realidad no les pertenecen.⁷⁷*

Síntesis y un camino

En diferentes momentos este maestro habla del estilo de vida y de un camino que acerca al Buda inte-

76 *Ibíd.*, cap. 64, Udonge, pág. 186.

77 *Ibíd.*, cap. 79, Hotsu Bodai-Shin, pág. 221.

rior. En el capítulo Shoji (“Vida y muerte”) aparece explicado:

*Hay un camino sencillo para convertirse en Buda. No hagas el mal, no te aferres a la vida y la muerte, ten profunda compasión por todos los seres sintientes, respeta a los que están por encima de ti y sé amable con los que están por debajo, abandona el amor y el odio, la preocupación y la pena, a esto se lo llama Buda. No busques nada más.*⁷⁸

Este tipo de propuesta me parece que solo puede surgir de un nivel de experiencia alto. Ahora de nuevo veremos esta experiencia. El siguiente ejemplo muestra registros de los últimos pasos de la disciplina mental. En el capítulo 55 del *Shobogenzo*, titulado *Jippo* (“El universo entero”) expresa:

*En el universo entero todas las cosas son ellas mismas. El universo entero es yo-mismo, como es, yo como yo, tú como yo, yo como tú. Yo mismo es tú mismo, tu mismo es yo-mismo y el universo entero forman una unidad. Nuestra forma original, no puede ser ganada por otros. Esta es la vida en el Camino Budista y está en la palma de nuestra mano.*⁷⁹

Para finalizar con Dôgen nos topamos con su más conocido poema. Es del *Shobogenzo*, del capítulo *Genjokôan* (“Sobre la actualización del *kôan*”). He encontrado cuatro versiones diferentes y esta me parece la más clara e inspiradora:

*Conocer el camino del Despertar
es conocerse a sí mismo.*

78 *Ibíd.*, pág. 262.

79 *Ibíd.*, pág. 155.

Conocerse a sí mismo

es olvidarse de sí mismo.

Olvidarse de sí mismo

es quedar iluminado por todas las cosas.

Quedar iluminado por todas las cosas

es dejar desaparecer cuerpo y mente

de uno mismo y de todo lo demás.

Entonces los residuos

de la experiencia de la iluminación desaparecen.

Y se deja que la iluminación,

vacía ya y libre de todo residuo,

se expanda sin límites.

MAESTROS POSTERIORES

Keizan Jokin (1268-1309)

Este monje fue el cuarto patriarca después de Dôgen en el Soto Zen. Es considerado el responsable de la gran expansión de esta escuela por todo el país, sobre todo en el campo. Él tenía un fuerte impulso social y gracias a esto el Zen llegó a muchos rincones.

Dio pasos muy importantes como incorporar a la mujer en igualdad en los monasterios en una época muy contraria a esto. Y entre otras cosas atendió las necesidades de laicos creando instituciones de asistencia social. Y además se preocupó del aspecto espiritual creando rituales y ceremonias para diferentes situaciones como funerales y conmemoraciones.

Así que históricamente se suele decir que: “*mientras Dôgen le insufló sobre todo el espíritu y estableció sus bases doctrinales, Keizan desarrolló sus estructu-*

*ras institucionales y rituales, expandiendo su misión entre el laicado. Así, al primero se le conoce como ‘el padre’ y al segundo como ‘la madre’ del Zen soto”.*⁸⁰

En su obra *Zazen Yojinki (recomendaciones para la práctica de Zazen)* insiste a sus monjes sobre el sentido del Zen y del budismo:

*Permaneced siempre en una actitud de gran compasión y dedicad el poder infinito de zazen a todos los seres vivientes. No os volváis orgullosos, vanidosos, satisfechos de vosotros mismos, como los profanos y la gente ordinaria. Recordaros siempre a vosotros mismos el voto que habéis hecho de acabar con el sufrimiento y de realizar la iluminación.*⁸¹

Un poco más adelante les recuerda la actitud y el intento de la práctica:

*“Concentración” (sk.: “dhyana”) significa “contemplación indivisa”. En zazen nos despojamos del cuerpo y del espíritu⁸², abandonamos la confusión y la comprensión. Nos quedamos inmutables e imperturbables, sin hacer nada, inmóviles, como un idiota, como una montaña, como un océano, sin dejar que aparezca ninguna huella de movimiento o de inmovilidad; concentrados sin ningún tipo de concentración. Esta gran concentración es llamada concentración sin aspecto.*⁸³

80 Villalba, *Dokushô. Iluminación Silenciosa. Antología de textos Soto Zen*, Selección de Dokushô Villalba. Edición de Kepa Egiluz, Miraguano ediciones, Madrid, 2010, pág. 245.

81 *Ibid.*, pág. 321.

82 Para nosotros sería de cuerpo y conciencia.

83 Villalba, *Dokushô. Iluminación Silenciosa. Antología de textos Soto Zen*, Selección de Dokushô Villalba. Edición de Kepa Egiluz, Miraguano ediciones, Madrid, 2010, pág. 323.

O sea, vaciar la conciencia de toda actividad por concentración, lo que conocemos como concentración cerrando el foco atencional.

Hakuin Ekaku (1686-1769)

Este maestro relata una experiencia extraordinaria. Obsesionado por las grandes preguntas se entrega a una de las prácticas del Zen: la resolución de un kôan. En este caso el primero y más característico de ellos, el kôan *wu* que ya hemos visto anteriormente. Su obsesión es enorme y no piensa, literalmente, en otra cosa:

¿Cómo iba yo a escapar al fuego de los demonios del infierno después de mi muerte? ¿De qué servía estudiar el Zen?

(...) No cesaba de llevar en mí el kôan wu día y noche y no descansaba nunca, ni siquiera un instante. Solo temía una cosa: no poder ser puro y sin tacha, y “unificado en uno”. Temía no poder “ser uno” constantemente, tanto durante el sueño como durante la vigilia. En la primavera, en el monasterio Yegan, en Echigô, me debatía en el sufrimiento. No dormía ni de día ni de noche, me olvidaba a la vez de comer y de reposar, cuando, de golpe, se hizo en mí una intensa concentración de interrogación. Percibí una sensación de extrema transparencia, como si estuviese helado hasta la muerte en capas de hielo que se extendieran miles [de kilómetros]. No podía avanzar ni retirarme. Era como un ser privado de razón, para mí ya no existía nada más que el problema planteado por wu. Cuando asistía al sermón del maestro, me parecía que oía discusiones que tuvieran lugar en una sala exterior y muy lejana. Pasaron varios días; yo continuaba en ese estado cuando, una noche, llegó

hasta mí con una extraordinaria intensidad la vibración de la campana del templo. Fue como si la capa de hielo se hubiera pulverizado, como si una torre de jade se hubiera derrumbado con un gran estrépito. Cuando volví en mí, yo mismo era el maestro Yen-t'eu y, a pesar de todos los siglos transcurridos desde entonces, él permanecía idéntico a sí mismo. Todas mis dudas se fundieron como el hielo al sol. En alta voz, exclamé: "¡Qué maravilla! ¡Qué maravilla! ¡Ya no hay vida ni muerte de que liberarme! ¡Ya no hay ningún Despertar que buscar! ¡Ya no vale la pena preocuparse por los mil setecientos kôan tradicionales!".⁸⁴

Mas adelante escribe el *Himno al zazen* en el que se aprecian expresiones y experiencias ya conocidas como que el Buddha está dentro de nosotros:

*Desde el origen, todos los seres vivos son Buddhas.
Es como el agua y el hielo,
sin agua no hay hielo,
fuera de nosotros, no hay Buddhas.
Sin embargo, vamos a buscar lejos
lo que tenemos al alcance de la mano,
como un hombre que en el agua gritara: «¡Tengo sed!».
Como un hijo de rica condición
que vagabundeara interminablemente entre los miserables,
nosotros vagamos sin fin en los seis mundos,
víctimas de las ilusiones del ego,
tomando caminos cada vez más oscuros.
¿Cuándo podremos escapar al nacimiento-y-muerte?*

84 Rosse, Jacques, *Los maestros Zen*, Traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, págs. 191 y 192.

*La puerta de la libertad es el samâdhi del zazen,
tal es el Mahâyâna supremo,
más allá de toda alabanza.
Observar los preceptos, el don, el arrepentimiento,
practicar innumerables buenas acciones y un modo
de vida justo,
todo esto encuentra su origen en el zazen.
Sentarse en zazen, aunque solo sea una vez,
disuelve todos los obstáculos y purifica el karma.
¿Dónde están, pues, los caminos oscuros en los que
nos extraviábamos?
(...)
La forma es desde ahora no-forma.
Tanto si vais como si venís,
no salís nunca de casa.
Nuestro pensamiento es ahora no-pensamiento,
nuestra danza y nuestros cantos son la voz del Dharma.
¡Ilimitado es el cielo de la pura contemplación!
¡Límpida y brillante, la luna llena de la Sabiduría!
¿Qué queda por buscar?
¿Qué puede faltarnos?
Esta tierra es la Tierra pura del Loto,
Este cuerpo mismo es el Cuerpo del Buddha.⁸⁵*

Hakkun Ryôko Yasutani (1885-1973)

En la práctica de este⁸⁶, el primer objetivo es despertarse a la verdadera naturaleza propia, pero, después de la iluminación, se comprende que el zazen es más que un medio para alcanzarla: es la realización de esta naturaleza verdadera. En esta forma del Zen es fácil considerar (erróneamente) el zazen como un simple medio. Un maestro avisado precisará desde el primer

85 Ibid., págs. 201 y 202.

86 Se está refiriendo a un tipo de zen.

momento que el zazen es en realidad la realización de nuestra naturaleza innata de Buddha y no una mera técnica para alcanzar el Despertar. Si fuese de otro modo, se seguiría que después del Sartori el zazen sería inútil. Pero, como dijo Dôgen Zenji⁸⁷, lo cierto es lo contrario: cuanto más profundo es el Despertar, mayor es la necesidad de practicar el zazen.⁸⁸

En su texto sobre *Las cinco categorías del Zen* este maestro insiste en un tema en el cual Dôgen y otros maestros insisten mucho. La meditación no es un medio sino que es la realización en sí misma. Muy interesante registro al final del párrafo cuando expresa que cuanto más se avanza más necesidad se siente de practicar. Ese registro lo comparto en mi ascesis. En la medida que voy profundizando en el Propósito, en la medida que practico y entro en el canal de trabajo, se produce una realimentación. El Propósito crece, se carga, el trabajo de ascesis se hace más suave, más directo. La conmoción más profunda, el estilo de vida se ve “tocado” por el trabajo. No solo son las experiencias, es el Trabajo en sí el que me va cambiando, el que me va “tocando”. Se pone en marcha la rueda: Propósito-intento-sensibilización-nuevo intento-nueva profundización del Propósito-el estilo de vida se afecta-más intensidad en el intento-más carga en el Propósito-nuevo intento.

87 Otro apodo de Dôgen.

88 Rosse, Jacques, *Los maestros Zen*, Traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, pág. 212.

REPERCUSIONES EN LA CULTURA JAPONESA

El aporte del Zen a la cultura japonesa ha sido muy importante y toca muchas áreas: arquitectura, poesía, pintura, jardinería, gimnasia, escritura, teatro: *“ha penetrado en el habla y el pensamiento cotidianos de la gente más ordinaria. Gracias al genio de monjes como Dôgen, Hakuin y Bankei, de poetas como Ryokan y Basho, y de pintores como Sesshu, el Zen se ha hecho muy accesible a la mentalidad común.”*⁸⁹

Comentemos algunas de estas influencias. Las encontramos con facilidad en el bushidô de los samuráis; en el kendô llamada la “vía del sable” que fue la primera de las artes marciales; en el kyûdô, la “vía del arco”; en el chadô, la “vía del té”; en el caddô o ikebana, la “vía de las flores”. También en oficios como la jardinería que desarrolló el arte del “jardín japonés”; y en las artes como el shodô, la “vía de la escritura” mal llamada caligrafía; o el sumi-e, conocidas pinturas en tinta diluida iniciadas por un monje Zen en el siglo xv. Igualmente en el fusuma, (arte de las puertas correderas) y los byôbu (biombos pintados) y sobre todo en los conocidos kakemono, rollos verticales. Igualmente la aportación en la alfarería es significativa y muy importante en el teatro nô; y el haiku, expresión poética que recobró gran impulso

⁸⁹ Wats, Alan, *El camino del Zen*, RBA, Barcelona, 2006, pág. 130.

gracias a las nuevas reglas que concretó en 1470 el monje Sôgi. El gran poeta Basho (1644-1694) fue monje Zen desde 1681: *“Sus haikus, célebres hoy en el mundo entero, se convirtieron en modelos de este género, del que uno de sus traductores ha podido escribir: ‘Su práctica, escritura y lectura es en sí misma un ejercicio espiritual. No es exagerado decir que lo que propone un haiku acabado es una experiencia que se identifica poco o mucho con la del satori*, la iluminación. Se trata, en efecto, de esos momentos privilegiados en los que la eternidad es percibida en el mismo instante, el nirvâna en el samsâra”*.⁹⁰

Por último mencionar al maestro Ueshiba Morihiro (1883-1969), creador del Aikido, un arte de defensa sin competición. Después de tener una fuerte experiencia espiritual explica: *“Inmediatamente después, comprendí claramente al esforzarse por la victoria no se puede ver nada. Hay que envolverlo todo mediante el amor, dejar que todo fluya con el espíritu, entonces, por vez primera, se expresa el mundo del movimiento de la energía, del espíritu y del cuerpo basado en la unión de uno mismo y de otro.”*⁹¹ Aquí vemos la línea de experiencia y pensamiento del budismo Zen del que era practicante.

90 Brosse, Jacques, *Los maestros Zen*, Traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, pág. 165.

91 *Misterios de la sabiduría inmóvil del Maestro Takuan*, Presentación de Maryse y Msumi Shibata, Paidós, Barcelona, 1991, págs. 111 y 112.

No estoy diciendo que todo este impacto se deba a Dôgen, pero es justo reconocer que este maestro fue el más importante en el desarrollo de la espiritualidad budista que tanto y tan positivamente ha afectado a Japón. Es cierto que el encadenamiento de unas acciones en otras parece inaprensible y desde mi conocimiento no puedo evaluarlo. Pero, si los diferentes estudios que he consultado están en lo correcto, mucho de lo bueno de Japón se lo debemos a él. Pero si finalmente no fue tanto, aunque su impacto hubiese sido inapreciable, nos quedamos con sus textos para inspirarnos y reconocer su gran nivel de experiencia.

Resumen

En el presente aporte, para facilitar la presentación de Dôgen, primero encontraremos un breve contexto sobre el budismo y el Zen. Después para entrar en la vía o frecuencia de trabajo mental veremos algunos textos de maestros de la tradición Chan (Zen) en China. A continuación nos sumergiremos en la eferescencia espiritual de Japón en el siglo XIII. En esta situación Dôgen florece. Seguidamente pasaremos por sus textos con recomendaciones, formas de trabajo y experiencias esclarecedoras y reconfortantes. Por último hallaremos una síntesis de la continuación de la escuela Zen en la que se destacan las importantes repercusiones de este budismo en la cultura, las creencias y el estilo de vida de los japoneses. En los

anexos he añadido un breve glosario para facilitar la comprensión.

En este punto debo anotar una dificultad. Ocurre que no todos los textos de este maestro están traducidos ni publicados en castellano. Pero con lo encontrado ha sido suficiente para armar este aporte. Desgraciadamente esto es más común de lo que nos gustaría. Baste decir que una gran parte de los sermones de Buda aún están pendientes de ser traducidos y publicados en castellano.

Síntesis

Hace aproximadamente un año vi una película titulada Zen. En ella un maestro japonés suelta la siguiente frase “dejar caer cuerpo y mente”. Cuando la escuché me quedé pensando “esta frase no puede ser dicha sin más, parece la síntesis de una experiencia, una comprensión profunda”. Reconocía en mis experiencias de la disciplina y el ascetismo esa experiencia que se tiene al intentar acceder a lo profundo de la conciencia. Efectivamente se va trabajando para desconectar, desposeer, desapegarse del registro del cuerpo y del registro de la propia conciencia. Es decir, soltar el cuerpo y la conciencia.

Entonces me dije que estudiaría este maestro para ver si la frase era publicitaria o la expresión de una experiencia profunda. Ahora puedo decir que mi resonancia en aquel momento era correcta, el tal Dôgen

sabía de lo que hablaba. No solo esto, además he apreciado y me ha alegrado el impacto del budismo Zen en la cultura japonesa. Y también me ha sorprendido gratamente la tradición de maestros del Zen (Chan) en China.

Independientemente de cual sea la situación actual de esta escuela creo que su aporte es digno de rescatar y reconocer.

GLOSARIO⁹²

Abreviaturas: Jap. Japón; Chi. China; Sánsc. Sánscrito.

Arhat. Literalmente, el “Merecedor ideal del budismo”. En el Hinayâna, aquel que, definitivamente liberado de las pasiones, alcanza el perfecto conocimiento y la liberación final (nirvâna).

Bodhi. (de la raíz sánscrita budh-: despertarse; *jap.* bodai). El “Despertar”, el conocimiento supremo y perfecto, toma de conciencia de la «naturaleza de Buddha» (Buddhatâ) y de la vacuidad (Shûnyatâ) de todas las cosas por la sabiduría intuitiva e inmediata (prajñâ).

92 Este glosario se ha compuesto con entradas del glosario de *Los escritos de Nichiren Daishonin*, Trad. Paula Tizziano, Herder Editorial, 2008, y de *Los maestros Zen*, Jacques Brosse, Traducción de Esteve Serra, Mandala, Editor José J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2007, con algunas entradas propias tras consultar el *Diccionario de la sabiduría oriental*, VV.AA. Paidós, Barcelona, 1993 y el *Diccionario Akal del Budismo*, Cornu, Philippe, ed. Akal, Madrid, 2004.

Bodhisattva. (*sâns.*). El “Ser del Despertar”. En el budismo Hinayâna, Shâkyamuni antes de haber obtenido el Despertar y haberse convertido con ello en el Buddha. En el Mahâyâna, donde constituye el ideal, aquel que, habiendo llegado al Despertar, renuncia a la liberación final (nirvâna) a fin de ayudar a todos los seres a liberarse.

Budeidad. Supremo estado de vida que postula el budismo, caracterizado por una sabiduría y un amor compasivo sin límites. En esta condición, uno toma conciencia de la verdad eterna y fundamental que constituye la realidad de todas las cosas. La Budeidad –el más elevado de los diez estados de la vida– es la meta de la práctica budista.

Chan. Véase Tch’an.

Despertar. Véase Bodhi.

Dharma. (*sâns.*). Término fundamental del budismo que admite varios significados, entre los que se cuentan: ley, verdad, doctrina, enseñanza del Buda, mandato firme, observancia habitual, conducta prescrita, deber, virtud, moralidad, buenas acciones, religión, justicia, naturaleza, cualidad, personalidad, característica, cualidad esencial, elementos de la existencia, elementos constitutivos de las cosas, fenómenos, etc. Algunos de sus usos más comunes son: 1) (A veces en mayúsculas, “*Dharma*”) Ley, o verdad fundamental. 2) Enseñanza del Buda donde se revela la Ley. 3) (Con frecuencia en plural, “*dharmas*”) Manifestaciones de la Ley, es decir, fenómenos, cosas, hechos, existencias, etc. 4) Elementos de la existencia

que, de acuerdo con las escuelas del Hinayana son los componentes básicos del individuo y de su realidad. 5) Normas de comportamiento que conducen a la acumulación de buen karma.

Dhyâna. (*sâns.*) (ch. *tch'an-na* o *tch'an*; *jap.* *zen-na* o *Zen*). La meditación, la concentración en el recogimiento; la quinta de las Perfecciones (*Pârarnitâ*), que permite alcanzar *Prajñâ*, la sabiduría perfecta.

Dôjô. (*jap.*). “Sala de la Vía”. En el Japón, sala en la que se practican diferentes disciplinas (vías espirituales o prácticas). Para el *zazen*, se emplea con preferencia la palabra más precisa de *zendô*.

Hinayâna. (*sâns.*) (*jap.* *shôjô*). El “Pequeño Vehículo”. Término despectivo empleado por los partidarios del *Mahâyâna* (Gran Vehículo) para designar al *Theravâda* (Doctrina de los Antiguos), basado en las Escrituras sagradas en pali. El *Theravâda* es la única escuela superviviente del *Hinayâna*, más rígida y más conservadora que el *Mahâyâna*. Su ideal es el *Arhat*. También se llama al *Hinayâna* «budismo del Sur», pues hoy se practica sobre todo en Sri Lanka, Birmania, Tailandia, Camboya y Laos.

Karma. (*sâns.*). Literalmente, “el acto”. Ley de la causalidad universal según la cual todo acto produce consecuencias próximas o lejanas, “frutos”, retribución o sanción, cuya maduración puede ir más allá del curso de una vida, lo que da lugar a otras existencias sucesivas, el *samsâra*, hasta la total consumación o destrucción del Karma, la liberación total, el *nirvâna*.

Kôan. (en chino, kong-an). Literalmente, «anuncio público», decreto de justicia que sentaba jurisprudencia. En el Zen, fórmula problemática, a menudo paradójica, tomada de un sùtra o de los dichos de los maestros antiguos, que no se puede resolver intelectualmente, sino mediante un cambio radical del nivel de comprensión.

Mahâyâna. (*sâns.*) (*jap.* Daijô). El “Gran Vehículo”, por oposición al Hinayâna (Pequeño Vehículo). Sus escrituras están en sânscrito, mientras que en el Hinayâna están en pali. En este último, el Despertar solo es accesible a los monjes que se retiran del mundo; en el Mahâyâna, lo es también a los laicos, gracias a la ayuda activa de los Bodhisattva. Menos rígido que el Hinayâna, el Mahâyâna se adaptó a las necesidades de los pueblos entre los que se difundió e incorporó elementos de las religiones que le habían precedido. También se lo denomina budismo del Norte, ya que, desde el norte de la India, se expandió por el Tíbet, Mongolia, la China, Corea y el Japón.

Mantra. (*sâns.*) Fórmula constituida por palabras o sílabas secretas que, según la creencia, manifiestan poderes místicos. Los mantras son elementos habituales en la práctica y los rituales del budismo esotérico, que les atribuye el poder de lograr la unión con el buda Mahavairochana. La palabra sânskrita “mantra” se tradujo al chino como «palabra verdadera» (*jap.*: *shingon*).

Mara. Se puede traducir como Ilusión. También como contaminaciones mentales que impiden llegar

al Nirvana. Ignorancia respecto de la profundidad de la conciencia.

Nirvana. (*sánsc.*) Iluminación, meta de la práctica budista. La palabra “nirvana” significa “extinto”; se la traduce de diversas maneras: extinción, emancipación, cese, latencia, o no renacimiento. El nirvana, inicialmente, era considerado el estado en el que se extinguen todas las ilusiones y deseos, y cesa el ciclo de nacimiento y muerte. En el budismo Mahayana, el nirvana no significa tanto salir del mundo fenoménico como comprender la verdadera naturaleza de los fenómenos, o la perfección de la sabiduría de Buda. El término “nirvana” también se emplea en referencia a la muerte de un buda. Los vocablos sánscritos *parinirvana* y *mahaparinirvana* son similares a nirvana y se utilizan, con frecuencia, para denotar la muerte del cuerpo físico de un buda.

Oración Gnóstica. Esta oración, después de algunas investigaciones, la encontramos por primera vez en *Meditación Trascendental*, H. Van Doren, Editorial Gnosis, Madrid, 1974 que a su vez es una reedición de la Editorial Transmutación, Santiago de Chile, 1973 con copyright H. Van Doren 1973. También aparece en la primera edición de *La Mirada Interna*, anónimo, Editorial Gnosis, Madrid 1975, reedición de Editorial Transmutación, Santiago de Chile, 1973. En ambos casos la oración aparece en el interior, en la primera página del libro antes del título, de esta manera:

Tú, que eres la Luz de la Gnosis, enséñame a ver tu presencia en lo Uno y lo Todo. Enséñame a ver con

el entendimiento por encima de la Tierra y por encima de los ojos humanos. Tú que eres lo permanente muéstrate a través de mis recuerdos, de mis pasiones, de mi fuerza que no es mía. Tú que eres lo Uno y lo Todo, siempre quieto y activo, muéstrame el misterio de aquello que no está en Ti. Para comprender por la Gnosis que estás por encima de la luz y también de lo oscuro en unidad eterna.

(Antigua Oración Gnóstica)

Prajñâ. (*sâns.*). La sabiduría (o conciencia) perfecta, conseguida en el Despertar (Bodhi). Se distingue de la sabiduría profana por el hecho de que es no dualista, sino intuitiva, inmediata y sin límites. Es la última “Perfección” (Pâramitâ) realizada por el Bodhisattva.

Rinzai. (*jap.*, en *chi*. Lin-tsi). Una de las dos principales escuelas del Zen (v. Sôtô), que se remonta a Lin-tsi (en *jap.* Rinzai), fallecido en el año 867. Insiste en el Kanna zen y la educación mediante la práctica de los kôan. Contrariamente al Soto, el Rinzai se divide en varios linajes que descienden de maestros chinos diferentes.

Samadhi. (*sâns.*) Estado de intensa concentración mental, o meditación, al cual se le atribuye una sensación de serenidad interior. La palabra *samadhi* se traduce como “meditación”, “contemplación” o “concentración”.

Samsâra. (*sâns.*). Literalmente, «migración». El ciclo de las existencias (nacimientos y muertes), del que solo se puede escapar con la liberación final (nirvâna). El encadenamiento del samsâra resulta de la acción de los tres

venenos: el deseo (*trishnâ*), la ignorancia (*avidyâ*) y el odio (*avesha*); la condición de existencia viene determinada por el karma. Las seis condiciones de existencia (*gati*) son las de los seres celestiales (*deva*), los titanes, sus enemigos (*asura*), los hombres, los animales, los espíritus famélicos (*preta*) y los habitantes de los infiernos (*naraka*). Solo la condición humana permite alcanzar la liberación. En el Zen se considera que los otros cinco estados pueden ser vencidos en la propia condición humana, y que el *samsâra*, el mundo de los fenómenos, no es, en definitiva, diferente del *nirvâna*; estos son todavía conceptos dualistas, luego ilusorios.

Sangha. (*sâns.*). Literalmente, “grupo”, la comunidad budista.

Satori. (*jap.*). Del verbo *satoru*: “reconocer”. La experiencia del Despertar (*Bodhi*).

Shakyamuni. Fundador del budismo. No hay criterios unánimes con respecto a la fecha en que vivió. La tradición budista de la China y el Japón sostiene que vivió entre los años 1029 a. C. y 949 a. C., mientras que algunos estudios occidentales lo sitúan casi quinientos años después. Hijo del rey del clan *Shakya*, una tribu cuyos dominios se emplazaban en las faldas de los Himalayas, renunció a sus derechos monárquicos y se alejó del palacio con el afán de resolver los sufrimientos del nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte. Estudió diversas filosofías influyentes y se abocó a la práctica de austeridades, pero comprendió que no lo conducirían al Despertar que él buscaba. Cerca de la ciudad de *Gaya*, meditando bajo un árbol *bodhi*, logró

la iluminación. Para conducir a otros a este mismo estado, durante los cincuenta años siguientes expuso numerosas enseñanzas, que después de su muerte fueron recopiladas en forma de textos llamados *sutras*.

Skandha. (*sánsc.*). Literalmente, «agregado, agrupación». Los cinco elementos, que, juntos, constituyen la personalidad humana individualizada: rupa, la forma; vedanâ, la sensación; samjnâ, la percepción; samsâra, las formaciones mentales; vijñâna, la conciencia.

Sôtô. (*jap.*) (*chi.* ts'ao tong). Una de las dos principales escuelas del Zen. Su fundación, como escuela distinta, se remonta a Tong-chan y a su discípulo Ts'ao-chan (siglo IX). Fue introducida en el Japón por Dôgen en el siglo XIII.

Tathâgata. (*sánsc.*) (*chi.* u lai; *jap.* Nyo-rai). Literalmente, "Aquel que ha llegado". El que ha llegado por sí mismo al Despertar supremo y definitivo (samyak-sambodhi). En los textos, la palabra designa particularmente al Buddha Shâkyamuni.

Tch'an. (abreviación de tch'an-na, transcripción en chino del sánscrito dhyâna; tch'an ha dado en japonés Zen). Escuela del budismo chino, fundada en el siglo VI por el monje indio Bodhidharma y que da prioridad absoluta a la meditación sentada (tso-tch'an).

Tendai. (*jap.*) (*chi.* T'ien-t'ai, «Escuela de la plataforma celeste»). Escuela del budismo chino organizada por Tche-yi (538-597), cuarto patriarca de la escuela, e inspirada en la filosofía de Nâgârjuna, considerado su primer patriarca. Su práctica principal es

la meditación tche-kuan. En el Japón, donde fue establecida por Saichô (767-822), la escuela tendai adquirió una importancia considerable; hoy es todavía una de las ramas principales del budismo japonés.

Theravâda. Vease Hinayana.

Zazen. (*jap.*) (*chi.* tso-tch'an). De *za*, "estar sentado". La práctica del Zen, la meditación sentada en la postura del loto o del semiloto.

Zen. Referencia a la escuela china Ch'an y a la escuela japonesa Zen. Escuela que sostiene que la iluminación no se encuentra en el estudio doctrinal, sino en la percepción directa de la mente a través de la práctica de la meditación sentado. Se considera que su fundador fue Bodhidharma. En el Japón, la escuela Zen se granjeó el favor de los regentes Hojo a comienzos del período Kamakura (1185-1333), cuando Eisai viajó a la China de la dinastía Sung y trajo consigo las enseñanzas de la corriente Lin-chi (*jap.:* Rinzai) de la escuela Zen.

IBN ARABI
La mística sufí universalista

CONTEXTO E INTRODUCCIÓN AL SUFISMO

Podríamos decir, en un esfuerzo de síntesis, que en el seno de muchas religiones, desde luego en las llamadas religiones del libro (judaísmo, cristianismo, islamismo) hay dos grandes tendencias: la que se afirma en el formalismo y conservadurismo doctrinario y ritual, y la que busca la experiencia personal directa de lo trascendente. A veces estas tendencias chocan, a veces se entrecruzan, se ocultan, se mezclan, se defienden o mueren. En el cristianismo hemos visto cómo a lo largo de los siglos el formalismo ha dominado y ha secado la rama de la experiencia personal utilizando, entre otras “herramientas”, la inquisición que, por cierto, aún está operativa. En el Islam no ha sido así. Aunque la tendencia formal y oficial a veces ha perseguido a los místicos, las propias características de esta religión en la que no hay una estructura jerárquica sacerdotal centralizada ha permitido que exista una gran corriente mística abierta, diversa, flexible en la que se ha ido acumulando una gran experiencia, literatura, procedimientos e imaginaria que ali-

menta las aspiraciones de los que ansían la experiencia directa y personal. Esta gran corriente es el sufismo.

Complementando las explicaciones de Alain Ducq en su estudio *La vía devocional del sufismo en Irak del siglo VIII al IX*¹, podemos decir que el sufismo no es un camino estrecho, no es una orden monástica, no es una escisión del Islam ni una secta como puede ser el protestantismo y el catolicismo respecto del cristianismo. El sufismo es un gran río por el que navegan diferentes órdenes o cofradías llamadas tariqas, palabra también traducida como *Vía o Camino*. Más aún, estas *tariqas* no son excluyentes ni se consideran así mismas como las verdaderas. Se mezclan, se intercambian procedimientos y se reconocen las unas a las otras como hermanas en el *Camino*.

Estas cofradías son fundadas por un místico que inicia un procedimiento o adapta unas prácticas o unas enseñanzas y que transmite su dirección a uno de sus discípulos. Así va pasando de maestro a discípulo el Sello de la dirección de la orden. Algo muy parecido, por cierto, a lo que hemos visto en diferentes escuelas del budismo a la hora de traspasar la dirección de una shanga o de un monasterio.

Seguramente la tariqa más conocida en Occidente (por su estética llamativa para turistas) es la orden Mewlana o de los Derviches Giróvagos fundada por

1 Duck, Alain, *La vía devocional del sufismo en Irak del siglo VIII al IX*, Parques de Estudio y reflexión La Belle Idee (<http://www.parclabelleidee.fr/>).

los discípulos de Jalaludin Rumí (604 h.² /1207 d.n.e. 672 h. /1273 d.n.e.). Pero la proliferación es grande. Estas son las más extendidas: la Qadiriyya, la Naqshbandiyya, la Shistiyya, la Shadhiliyya, la Bektashi, la Rifaiyya o la Halvetiyya. De estas escuelas a su vez se derivan ramas y subramas.

Ibn Arabi no inició ninguna orden aunque su reconocimiento en el sufismo y mundo musulmán en general es muy grande, tanto como para llamarle *el mayor de los maestros o el Gran Maestro, Sheijh al-akbar*.

Además el sufismo tiene varias características que vale la pena presentar: no tiene un cuerpo doctrinario fijo; la relación entre el maestro y el discípulo es muy fuerte y va más allá de una relación espiritual, es incluso una educación; el discípulo va pasando por etapas y no entra en la siguiente hasta dominar la anterior; el estilo de vida, el plano moral de comportamiento, está muy marcado: generosidad, renuncia a los bienes del mundo, coherencia en los actos, paciencia, humildad, y la verdad en todo momento. El procedimiento habitual de acceso a la experiencia es el *dhikr* (pronunciado diker) que es la continua invocación o recuerdo de Alláh en el corazón. Más adelante volveremos a él. Otro procedimiento es la *sanâ* o audición que consiste en dejarse llevar por los cánticos sagrados. Suelen desarrollarse a veces en reuniones grandes.

2 h.: después de la Hégira. Este acontecimiento, la Hégira o viaje en el que Mahoma se traslada de la Meca a Medina, es el momento que da inicio el calendario musulmán.

Así habla Ibn Arabi del sufismo:

*El Sufismo es el camino que conduce a los más bellos secretos, a la conversión y transformación de tus estados. Solo aquellos que tienen una gran necesidad, un gran deseo, buscarán y encontrarán este camino.*³

Con todo lo comentado, queda definido como un Camino para toda la vida, un estilo de vida y unas prácticas, donde el sufí asume su propia existencia como un proceso, una ascesis, en busca de la superación del yo, en busca de la *Faná*, la experiencia de la extinción (supresión) en lo divino.

IBN ARABI

Biografía

Nace en Murcia, región musulmana de Al-Andalus, al sureste de la Península ibérica, en el año 560 h./1165 d.n.e. y muere en Damasco en el 638 h./1240 d.n.e. En su familia hay una importante tradición sufí, tres de sus tíos son conocidos miembros de esta corriente. Esto no tan es excepcional si hemos de creer al propio Ibn Arabi en su libro *Los sufíes de Andalucía*⁴. Según

3 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 41

4 Ibn Arabi, *Los sufíes de Andalucía*, Ed. Sirio, Málaga, 2007.

relata, el florecimiento espiritual de esta región es más que llamativo con abundancia de maestros, guías, ascetas, grupos de practicantes, etc. Estamos en un momento de efervescencia que parece no solo circunscrito al sur de la península sino también a círculos de El Cairo, La Meca, el Magreb, Damasco, Konya, Mosul, y algunas regiones de Persia y Afganistán.

En estos momentos la cultura islámica alcanza su cumbre floreciendo en muchos campos. El conocimiento antiguo se ha conservado y desarrollado en su seno y ahora entra en Europa a través de la llamada escuela de traductores de Toledo y la corte multicultural de Federico II en el sur de Italia⁵. Así mismo en mística hay aportaciones muy importantes: Ibn Hazn, Al Gazzali, Attar, Suhrawardi, Ibn Arabi, Rumi.

Es en este contexto en el que se desarrolla la vida de Ibn Arabi. Ya desde muy joven gana renombre por sus experiencias místicas, su carácter generoso, su presencia radiante y sus profecías. Por esto Ibn Rushd, Averroes, lo quiere conocer. Él mismo Ibn Arabi, años después, relata el encuentro con el filósofo aristotélico:

Pasé una jornada en Córdoba, en casa de Abû al-Walid Ibn Rushd, quien anteriormente había expresado su deseo de conocerme personalmente. Al parecer, le habían hablado de ciertas revelaciones por

5 Toledo y Alejandría, *Faros de la Humanidad*, ed. Ciudadanos del Mundo, Fundación Pangea, UNED, CSID, Madrid, 2003. *Federico II, un puente entre Oriente y Occidente*, misma editorial, Madrid, 2006, recurso electrónico, <http://www.farosdelahumanidad.org/coleccion.php>.

mí recibidas durante mi retiro espiritual, lo que despertó su curiosidad y extrañeza. Así, mi padre, que era amigo suyo, me llevó a él con el pretexto de que debía solucionar unos asuntos en Córdoba. En aquella época yo era todavía un joven imberbe. Al entrar en su casa, el filósofo se levantó para acogerme con grandes signos de amistad y afecto, me besó y me dijo: “¿Si?”, y yo le respondí: “Si”. Mostró alegría al notar que le comprendí. Al ver el motivo de su júbilo, dije: “No”. Entonces Ibn Rushd se sorprendió y diríase que dudaba de sí mismo. Seguidamente me hizo las siguientes preguntas: “¿Qué respuesta has encontrado a las cuestiones de la revelación y de la gracia divina? ¿Coincide tu respuesta con la que nos da el pensamiento especulativo?”. Y le contesté: “Si-no; entre el sí y el no los espíritus vuelan más allá de la materia y las cabezas se separan de los cuerpos”. Al escuchar esto, Ibn Rushd palideció e incluso tembló, y escuché a sus labios murmurar: “No hay más fuerza y poder que la que viene de Allá”. Había comprendido lo que quise decirle.”⁶

Durante los siguientes años se casa y viaja por Andalucía buscando maestros de los que aprender. Pero su desarrollo pronto le pone en situación de ser reconocido como maestro. Así recibe la trasmisión, investidura, de un reconocido Sheijh (maestro) sevillano. No será el único. Durante su vida, según cuenta él mismo, recibirá numerosas investiduras o sellos de transmisión. Este es su propio relato de la investidura de Sevilla:

El maestro coge (...) el vestido que lleva encima, en el estado de espiritualidad en el que se encuentra

6 Ibn Arabi, *Los sufíes de Andalucía*, Editorial Sirio, 2007, Málaga, pág. 7.

*en ese momento. Lo quita y lo impone al hombre a quien desea conducir hacia la perfección. Entonces lo abraza, y el estado del maestro se derrama en su discípulo quién alcanza así la perfección deseada. Éste es el “vestido” tal como lo entiendo y tal como nos ha sido transmitido por nuestros maestros.*⁷

A partir de este momento inicia sus viajes abandonando Al-Andalus. Visita el Magreb, Túnez, El Cairo (de donde tiene que huir porque los ulemas vigilantes de la ortodoxia quieren juzgarlo), la Meca (varias veces), Jerusalén, Damasco, Antalya, Bagdad y de nuevo Damasco donde pasará sus últimos años bajo el amparo del gobernador de la ciudad.

Durante toda su vida, además de sus retiros y prácticas en soledad o en grupo, su principal cometido es escribir. Escribirá incansablemente, tanto que algunos comentaristas mencionan 250 obras, otros hablan de 500. Entre ellas hay poesía, filosofía, teosofía, alquimia, esoterismo y, desde luego, misticismo.

He leído las que hay en castellano. Algunas son francamente difíciles, esotéricas, abstractas, conceptuales, densas; otras como *El tratado del amor o el divino gobierno del reino humano* son piezas magistrales de la literatura universal en sus respectivos temas: el amor y el camino espiritual.

⁷ de Zayas, Rodrigo, *Ibn 'Arabi de Murcia, maestro del amor, santo humanista y hereje*, Editorial Almuzara, 2007, pág. 105.

Concepciones (doctrina)

Pareciera que, al desarrollarse el sufismo dentro de una religión monoteísta, el tipo de procedimiento y el tipo de imagen referencial a la que orientarse sería muy similar a la que utilizan las corrientes místicas en otras religiones monoteístas. Pero esto no es del todo así. El Islam es iconoclasta, o sea, sin imágenes visuales a las que orar. Esto es una novedad, históricamente hablando, y cambia algunas cosas. Por ejemplo, no existe la proliferación de imágenes, santos y vírgenes aunque sí tienen devoción por algunos santos de su pasado. Pero la principal diferencia es la referencia a dios, ya que no tiene el marcado antropomorfismo de otras religiones. Allah no es representable, mejor dicho, Allah es no-representable. Y eso pone al orante en una condición interna diferente y le abre a diversas comprensiones e interpretaciones acerca de Allah y su relación con él.

Por esto, el sufismo se protege de la mirada vigilante de la ortodoxia utilizando constantemente el nombre de Allah y las oraciones a dios, pero en el transfondo hay un sentido panteísta⁸, es decir, todo

8 No entiendo el esquema teísta como simple y encajonado: o se es monoteísta o se es panteísta o se es politeísta. Me parece que esa forma de entender es un poco simple. En el seno de las religiones conviven diversos teismos y debajo de un monoteísmo ortodoxo oficial encontramos corrientes y tendencias politeístas, panteístas o chamánicas. Por ende, la teología de una religión no es algo fijo sino cambiante dentro una carcasa o apariencia fija. Claramente no es la misma teología la de San Pablo, que la de Tomás de Aquino o la de Ignacio de Loyola, ni sentían lo divino de la misma forma las primeras comunidades cristianas

es dios y dios es todo. Y solo la ignorancia de esta verdad, y la ilusión del hombre hacia lo mundano, le alejan de la experiencia directa de dios, ya que el ser humano participa, como todo lo existente, de dios:

Cuando te conozcas verdaderamente a ti mismo, te desharás de tu doblez y comprenderás que no eres distinto de Allah, pero mientras tengas una existencia “distinta de Allah”, no conseguirás sofocar tu existencia ni conocerte a ti mismo, y te erigirás en un Dios distinto de Él, ¡Que Allah sea bendito y no lo consienta!⁹

Este concepto de que conociendo lo profundo de uno mismo se conoce a Allah por experiencia es el mismo que expresa Teresa de Jesús –cuando dice que en el centro del castillo interior mora Dios, y el alma se funde con él– o que nos describe Juan de la Cruz:

*5. El décimo y último grado de esta escala secreta de amor hace el alma **asimilarse totalmente a Dios**, por razón de la clara visión de Dios que luego posee inmediatamente el alma, que, habiendo llegado en esta vida al nono grado, sale de la carne. Porque éstos, pocos que son, por cuanto ya por el amor están purgadísimos, no entran en el purgatorio. De donde san Mateo (5, 8), dice: *Beati mundo corde, quoniam**

que como se siente en las iglesias del siglo xx. Y pongo el ejemplo cristiano porque es un ejemplo claro de esto. De una manera más suave, ocurre en el Islam. Cuando en 309 h./922 d.n.e. es ajusticiado en Bagdad el místico sufí Mansur Hallay por afirmar “yo soy Allah” (yo soy la Verdad) es por una expresión teológica que choca con la oficial. A partir de entonces los sufíes aprenderán a no afirmar estas “barbaridades” en público y a adornar con otras palabras sus experiencias con lo inefable.

9 Ibn Arabi, *Tratado de la Unidad*, Editorial Vedra S. L. Indigo, Barcelona, 2002, pág. 47.

*ipsi Deum videbunt, etc. Y, como decimos, esta visión es la causa de la similitud total del alma con Dios, porque así lo dice san Juan (1 Jn. 3, 2), diciendo: Sabemos que seremos semejantes a él, no porque el alma se hará tan capaz como Dios, porque eso es imposible, sino porque todo lo que ella es se hará semejante a Dios; por lo cual se llamará, y lo será, Dios por participación.*¹⁰

Veámoslo expresado por Ibn Arabi desde otro punto de vista:

*Entiende que el conocimiento que alcanza el que se conoce a sí mismo, es el conocimiento que Allah tiene de sí mismo, porque Su “yo mismo” no es distinto de El. El Profeta, ¡que Allah sea con El y sea salvado!, al hablar del “yo mismo”, ha querido hacer referencia a la existencia misma. Quienquiera que sea capaz de alcanzar este conocimiento, que sea capaz de llevar su alma tal estado, en su exterior y en su interior, no difiere en absoluto del ser de Allah, ni de Su palabra, ni de Su acción por eso conocer el “yo mismo” es alcanzar la Gnosis, es decir, el conocimiento de Allah.*¹¹

Estamos viendo a Ibn Arabi explicando este concepto fundamentado en una experiencia. Y esta experiencia es el sentido último de las prácticas, la *fanâ*, traducida como fusión, o asimilación a dios, en la que se busca la desaparición del yo para experimentarse en Allah.

Cohherentemente con esta concepción, se entiende que en el ser humano está todo el conocimiento, toda la mística, toda la experiencia a la que se puede acceder:

10 Juan de la Cruz, *Noche Oscura* (L 2, XX, 5).. Ed. BAC, Madrid. 2005, pág. 573

11 Ibn Arabi, *Tratado de la Unidad*, Editorial: Vedra S. L. Indigo, Barcelona, 2002, pág. 65.

El nivel más alto de conocimiento solo puede ser obtenido por medio del conocimiento extático inspirado, que abre el ojo del corazón y hace capaz al hombre de descubrir aquello que le está permitido conocer.

El más elevado conocimiento que el hombre desea alcanzar es: ¿Quién es el que suministra este conocimiento y enseña el método de aprenderlo? Pues esa respuesta es la prueba de la verdad de lo que sabemos. No la busques en otra parte. Él ha puesto esa prueba en ti mismo.¹²

Es decir, lo que hemos dicho desde siempre, lo que han dicho infinidad de místicos, lo que dice Silo en 1969: “la real sabiduría está en el fondo de tu conciencia...”¹³.

Así, si llegas al centro de ti mismo estarás “cerca de Dios” y podrás mantenerte allí lejos de las atracciones del mundo que te sacan de ti mismo:

En tu batalla contra el Diablo y tu ego que ordena el mal, mantente a salvo en ese lugar elevado, cerca de Dios, en el centro de tu reino. Ese castillo es el corazón. A tus enemigos les causa temor saber que tú estás ahí, porque ellos también saben que allí no pueden alcanzarte. Su única esperanza es sacarte de allí, a la intemperie, donde pueden atraparte; su táctica principal es empujarte a que te apresures. Si eres cuidadoso no caerás en ese error; pues desde esa torre elevada puedes ver la posición de tu enemigo y observar sus defensas.¹⁴

12 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 123.

13 Silo, *La curación del sufrimiento*, Punta de Vacas, Mendoza, Argentina, 1969. Obras Completas, vol. I, ed. Oscar Elegido González-Quevedo, Madrid, 1998, pág. 662.

14 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 161.

¡Cómo nos recuerda este párrafo a Teresa de Jesús! Casi podríamos asignar este texto a la autora de *Las Moradas del Castillo Interior*. La alegoría del castillo no es original de Ibn Arabi. Ya viene de siglos atrás como tan magníficamente nos ha mostrado Luce López-Baralt¹⁵.

Como vemos, el concepto de dios no es el del mono-teísmo, sino el de una experiencia dentro de uno mismo a la que se accede superando la ilusión del mundo y del yo, es la experiencia de que Allah no es distinto de mí:

*Tú no eres distinto de Él, pero por no conocerte a ti mismo, no sabes que eres Él. Cuando alcanzas a Allah, es decir, cuando te conoces a ti mismo más allá de las cosas que se han escrito sobre la naturaleza del conocimiento, entonces comprendes que eres Él, y ya jamás puedes distinguirse de Él. Cuando alcanzas el conocimiento, sabrás que has conocido a Allah por Allah, y no por tus méritos.*¹⁶

En este sentido en los apuntes de Escuela se habla de **“la divinización del ser humano es una dirección hacia la creación del espíritu en su componente social”**. El ser humano tiene una parte divina e inmortal de la que se puede tener experiencia y, al tenerla, esta se convierte en el centro orientador de la vida. Esta experiencia, al ser reconocida en su significado trascendente, choca fuertemente con el sistema de creencias habitual que debe ser recompuesto y reordenado.

15 Abu-L-Hasan al-Nuri de Bagdad, *Moradas de los corazones*, Traducción, introducción y notas de Luce López-Baralt, Trotta, Madrid, 1999.

16 Ibn Arabi, *Tratado de la Unidad*, Editorial: Vedra S. L. Indigo, Barcelona, 2002, pág. 53.

Esta experiencia ocupará un lugar central y cambiará la forma de entenderse y entender el mundo.

Ubicación frente al mundo

El sufí vive en el mundo no en un monasterio aislado. Aunque hagan sus retiros y sus prácticas, se casan, tienen hijos, trabajan. De alguna manera no están en guerra con el mundo, ni lo consideran antagónico con lo espiritual:

El mundo no es malo: por el contrario, es el campo de cultivo del Más Allá. Este mundo es el camino a la felicidad eterna y por lo tanto es bueno: digno de ser apreciado y encomiado. Lo que es malo es lo que tú haces con el mundo cuando te vuelves ciego a la verdad y totalmente consumido por tus deseos, por tu ambición por él. A nuestro maestro el Profeta (que la paz y las bendiciones sean con él), en quien la sabiduría era tan clara como el cristal, le preguntaron una vez: «¿Qué es lo mundano?» Él respondió: «Todo lo que te vuelve inconsciente y te hace olvidar a Tu Señor». Así que los bienes de este mundo no son malos en sí mismos, sino tan sólo cuando dejas que te hagan olvidar, desobedecer, ser inconsciente del Señor que te los ha generosamente ofrecido. Lo que te vuelve insensible y te causa romper tu conexión con la verdad divina es tu sentido del mundo, tu relación con él, el hecho de que prefieras el mundo antes que a Aquel que te lo concedió.¹⁷

Esta opinión de Ibn Arabi me parece una concepción muy interesante ya que el sufí irradia en su entor-

17 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano - Lo que necesita el buscador*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 213.

no influyendo positivamente con su calidad, su moral, y su ejemplo. Pero además, me parece, que la insistencia en que lo ilusorio del mundo es lo que te aleja de la verdad divina, de la verdad interior, es nuestra misma concepción. El olvido de sí es lo contrario a la conciencia de sí y para nosotros siempre ha sido fundamental este tema de despertar a la conciencia de sí.

Lo profundo del ser humano

Sobre este tema el concepto que nos vamos a encontrar es el mismo que hemos encontrado en otros místicos como Dogên o Teresa de Jesús. Independientemente de la referencia o no a dios, ellos hablan de que en nuestro interior podremos encontrar la experiencia trascendente y la Verdad, entendida como conocimiento del Sentido de lo Existente. Así lo expresa en esta cita:

*Todo un tesoro de secretos habita en el centro puro del ser humano. ¿Y qué otra cosa excepto el descuido y la falta de atención impide al hombre estar agradecido a Dios por los tesoros que ha puesto en su esencia? ¿Quién sino el que no tiene dios mataría al hombre al negar su esencia?*¹⁸

Y en esta otra:

*Oh seguidor del camino de la verdad, si miras en la profundidad de los secretos divinos, encontrarás que tú mismo eres la fuente de la sabiduría divina. Los Sufíes llaman a esta fuente el centro del círculo.*¹⁹

18 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 34.

19 *Ibíd.*, pág. 56.

Mirada Interna y el velo de la realidad

Ya conocemos a muchos místicos que hablan de la experiencia de percibir de otra forma, despertar a una realidad distinta. Conocemos el capítulo VI de *La Mirada Interna* donde Silo habla de sueño y despertar, de “una forma real de estar despierto”²⁰. En el siguiente párrafo Ibn Arabi nos habla de esto, de la experiencia de la revelación interior y de la mirada interna:

*Lo que nosotros pensamos que vemos no son sino velos que esconden la realidad de las cosas; cosas cuya verdad, cuyo sentido, no puede revelarse hasta que estos velos sean alzados. Solo cuando se alzan los oscuros velos de la imaginación y las preconcepciones, la luz divina penetrará en el corazón, haciendo capaz de ver al ojo interno. Entonces, tanto la luz del sol como la luz de la vela se convertirán en metáforas de la luz divina.*²¹

Sobre el tema de “levantar el velo” en 1981, en Colombo, Sri Lanka, en un encuentro con budistas theravada de la Sanga Sarvadoya, Silo intercambia con el reverendo sobre el sentido de una de las reglas morales del budismo: la recta acción. El reverendo le pide a Silo que explique su punto de vista. Silo termina su explicación así:

Pero en este mundo de lo perceptual, en este mundo de lo inmediato, en este mundo de agregados para la conciencia, en donde la percepción ilusoria y la memoria ilusoria, dan en mí una conciencia ilusoria

20 Silo, *El Mensaje de Silo*, Edaf, Madrid, 2008, pag. 23.

21 Ibn ‘Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 120.

*y una conciencia del yo ilusorio; en este mundo en que provisoriamente estoy sumergido, en este mundo hago las cosas para que se supere el dolor y trato que la ciencia y la organización social tomen una dirección que termine en el mejoramiento de la vida humana. También comprendo que cuando el ser humano necesite realmente superar el sufrimiento mental, habrá de apelar a comprensiones que rasguen el velo de Maya, que rasguen la ilusión. Pero el recto camino debe transitarse en lo inmediato: en la compasión, en ayudar a superar el dolor.*²²

Universalismo

Bien difícil es, me parece, encontrar un místico, aun de gran nivel, explicando una concepción universalista de la experiencia trascendente. Normalmente se afirman en las concepciones doctrinarias de su propia religión, quizá también para no tener problemas con la ortodoxia. Sin embargo, Ibn Arabi en un gesto que muestra su extraordinaria comprensión de lo Profundo y con gran valentía defiende algo fuera de lugar en el tiempo en el que vive, algo que aún en nuestro siglo pocos comprenden:

El que conoce a Dios, se mantiene en su origen, cualquiera que éste sea. Acepta todo tipo de creencias; pero no se ata a ningún credo figurativo. Sea cual sea su puesto en el Conocimiento divino, que es el conocimiento esencial, permanecerá en su sitio. Conociendo el núcleo de toda creencia, ve el interior y

22 Silo, *Habla Silo, La colectividad agrícola de Sri Lanka, Obras Completas vol. I*, ed. Oscar Elegido González-Quevedo, Madrid, 1999, pág. 718

*no el exterior. Reconocerá, bajo cualquier apariencia, todo aquello cuyo núcleo conoce y en este tema su círculo será amplio. Llegará al origen de esas creencias y dará testimonio de ellas desde cualquier lugar posible, sin tener en cuenta la apariencia que se manifiesta al exterior.*²³

Muy valiente es decir que “no se ata a ningún credo figurativo” y también que “reconocerá todo aquello cuyo núcleo conoce”. Se está situando en el centro de la experiencia y desde ahí reconoce las experiencias traducidas o explicadas en el mundo por diferentes credos, escuelas, o sectas. Estamos en presencia de una verdad universalista expuesta abiertamente, y esto es muy poco frecuente, y por tanto tiene gran valor. Desde luego el siloismo y la Escuela parten de esta misma verdad.

En otro momento, nuestro místico, expresa esto mismo poéticamente:

*Mi corazón se ha hecho capaz de todas las formas:
Una pradera para las gacelas, un convento para los monjes.
Un templo para los ídolos, la Ka'ba del peregrino
Las tablas de la Torá, el Libro del Corán.
Profeso la religión del Amor, y sea cual fuere el rumbo
tomado por mi montura, el Amor es mi Religión y
mi fe.*²⁴

23 Ibn Arabi, *El núcleo del núcleo*, Editorial Sirio, S. A. 2002, Málaga, pág. 8.

24 de Zayas, Rodrigo, *Ibn 'Arabi de Murcia, maestro del amor, santo humanista y hereje*, Editorial Almuzara, 2007, pág. 120.

Estilo de vida

En este apartado trataremos brevemente varios temas que forman parte de un estilo de vida coherente con el crecimiento interno y con la experiencia interna. Son temas muy habituales en los escritos de los místicos de todas las culturas y también son muy importantes para nosotros porque hacen a la coherencia, la unidad interna, el Camino. Estamos hablando de la acción reflexiva, la bondad, la atención, la moral, el amor.

En esta cita Ibn Arabi nos habla de ir siempre a más, de avanzar, y de que es muy importante mantenerse en la atención, en este caso apoyado en sentir la presencia divina:

*No te quedes satisfecho con tu estado espiritual: avanza. Avanza sin descansar, sin detenerte. Con intención firme, ruega a Allah, la Verdad última, que te eleve del estado en que te encuentres a un estado ulterior. En cada estado, en cada movimiento, mientras estés haciendo algo o estés inactivo, sé sincero y verídico. Permanece con la Verdad Última. No te olvides nunca de Él. Siente siempre Su presencia.*²⁵

Acción reflexiva

Aprovechemos para profundizar sobre este tema que a veces aparece en las recomendaciones o propuestas de los místicos. Ibn Arabi lo propone desde

²⁵ Ibn Arabi, *Guía Espiritual: Plegaria de la Salvación / Lo imprescindible / Terminología Sufí*, Editora Regional de Murcia, Madrid, 1990, pág. 48.

dos puntos de vista. En este primero enfoca la reflexión o revisión de las acciones con la intención de “lavar la memoria”, o reconciliar las acciones para que todo esté bien en la conciencia.

*Ibn `Arabi dice: “Que Dios, que todo lo ve, abra tu visión interna, para que puedas ver y recordar lo que has hecho, pensado, sentido y dicho en la vida diaria. Recuerda que deberás dar cuenta de ello y que serás juzgado por ello en el Día del Recuento. No dejes tus cuentas para ese día. Este es el tiempo y la hora de hacerlo. Obsérvate a ti mismo y ordena tus asuntos. El único camino a la salvación es irse al Mas Allá claro y limpio de deudas. Prestad atención al consejo del Mensajero de Dios, que dijo: `Poned en orden vuestras cuentas antes de que lo hagan por vosotros. Pesad vuestros pecados antes de que os los pesen`. Sopesad vuestras buenas y malas obras mientras aún tengáis tiempo”.*²⁶

En este segundo caso, propone la evaluación del comportamiento moral buscando el mejoramiento personal:

*El gran Maestro, Ibn Arabi, tuvo un sayh [sheijh] que solía apuntar en un papel todo cuanto hacía o decía durante el día, para, por la noche, hacer un recuento de las palabras y acciones de la jornada. Si había obrado mal, se arrepentía y pedía perdón; si había obrado bien, daba gracias a Allah. Ibn Arabi no solo apuntaba lo que hacía y decía, como hiciera su maestro, sino también sus pensamientos y sentimientos.*²⁷

26 Ibn `Arabi, *El divino gobierno del reino humano / Tratado sobre el Uno y el Único*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 260.

27 Ibn Arabi, *Guía Espiritual: Plegaria de la Salvación / Lo imprescindible / Terminología Sufí*, Editora Regional de Murcia, Madrid, 1990, pág. 42.

Ignacio de Loyola, en *Los Ejercicios Espirituales*²⁸, en el punto 24 y siguientes, explica la forma de revisión cotidiana que se debe hacer para mejorarse evaluando pecados y defectos de pensamiento, palabra y obra. Además añade una reflexión buscando el reconocimiento del mal que esos pecados hacen a uno mismo y a Dios.

Para nosotros siempre ha sido un tema importante reflexionar sobre los propios actos buscando el mejoramiento y la profundización. Silo ha insistido en diversas ocasiones sobre esto:

Los buenos monjes de antaño pasaban revista en sus ejercicios espirituales (Ignacio de Loyola nos da un sistema de listas para pasar revista a nuestros hechos cotidianos: pecados, defectos, tentaciones. Una especie de catálogo donde se hace un cómputo para mejorarse día a día). Bien, a nosotros nos interesa también. En otro sentido, pero nos interesa pasar revista a los hechos cotidianos. No a todos los hechos cotidianos. Si ustedes quieren pasar revista a todo lo que han hecho en 16 horas, tardarán otras 16 aproximadamente. No, se trata de encontrar los puntos en donde el ensueño se ha hecho manifiesto y me ha desviado. Y los puntos del día donde se ha producido conflicto interno, ahondando en la raíz de ese conflicto.

Ese simple y humilde trabajo, sin ojitos en blanco ni grandes decorados, es el que nos permite ir amplificando la conciencia de día en día. Porque en los días siguientes, a medida que realizamos nuestras actividades cotidianas, ponemos en ellas mucha más atención porque las necesitamos como materia pri-

28 Ignacio de Loyola. *Obras Completas*, Edición Manual del P. Ignacio Iparraguirre. Ed. BAC, Madrid, 1952, págs. 162 y sigs.

ma para nuestra revisión posterior... No sé si me explico... (AFIRMACIONES).

El mecanismo en sí es muy sencillo. Y es de tal utilidad (ahora, quizás no se advierta), que puede modificar nuestro campo de conciencia y puede producir transformaciones revolucionarias en uno. ¡Pero es tan desteñido cómo lo planteamos! ¿Quién va a pensar que se puede provocar una revolución de ese modo?²⁹

Y en este otro texto vuelve al tema de la reflexión sobre las acciones que no tiene sentido sin atención:

No puede haber acción reflexiva sin reflexión sobre lo que se hace. La acción reflexiva es reflexión sobre la acción. Reflexión sobre la acción implica atención sobre lo que se está haciendo. ¿De qué acción reflexiva me estás hablando?, si estás movido por estímulos que no tienen nada que ver con la reflexión. Re-flejo, vuelta al pensar. Si mientras haces las cosas no sabes lo que estás haciendo, si mientras piensas no sabes que estás pensando, si mientras escuchas no sabes que estás escuchando; ¿de qué acción reflexiva me estás hablando? No sabe, pues, lo que dice. Insisto en que es un comportamiento mental, no natural. Es una intencional forma de poner la cabeza. Bueno, esa es una forma de tocar los propios mecanismos; sí, es una forma de tocar los propios mecanismos, de eso se trata. No es “natural” esa forma de pensar..., no es “natural” esa forma de sentir... No, no es natural, efectivamente. Lo cual está muy bien. (Risas).

(...)

Eso es todo lo que queríamos conversar sobre este tema de la acción reflexiva, y cómo va a ser reflexiva si no sabe lo que está haciendo... Para saber lo que se

29 Van Doren, H, *Meditación Transcendental, cuatro conferencias dictadas por Silo*, Editorial Gnosis, Madrid, 1974, pág. 61.

*está haciendo hay que estar mínimamente atento a lo que se está. Por ahí eso de la acción reflexiva parece que fuera algo muy grande, pero nada, la acción reflexiva tiene que ver con un tipo de atención.*³⁰

Comportamiento moral

Ibn Arabi propone un comportamiento moral basado en un sentido trascendente de la vida y dando valor a cada uno de los actos cotidianos. Se pregunta ¿en qué está tu corazón?, ¿en este mundo o en el más allá? Según sea la respuesta se armará un tipo de moral u otro:

Cuando el amor a este mundo llena totalmente tu corazón, no deja espacio para recordar a Allah. Olvidando el Más Allá, prefieres este mundo efímero.

Todo lo que necesitas de este mundo es algo legal para satisfacer tu hambre, algo con qué cubrirte y un techo bajo el que cobijarte. Que estas sean las únicas cosas que pidas a este mundo, ninguna más. No envidies la aparente abundancia temporal de que parece disfrutar la gente atada a este mundo, ni desees las riquezas que han acaparado sin tener en cuenta el bien o el mal, lo legal o lo ilegal. ¿Cuánto tiempo permanece uno en este mundo?

*Alguien que elija este mundo efímero prefiriéndolo al bien verdadero del eterno Más Allá nunca alcanzará su meta, ni aquí ni allí. Ya que la ambición de quien ambiciona este mundo nunca quedará satisfecha...*³¹

30 Manual de Formación Personal para Miembros del Movimiento Humanista, *Aporte sobre la atención* (transcripción de una cinta de Silo, 1989), Parques de Estudio y Reflexión, Toledo, págs. 182 y 183.

31 Ibn Arabi, *Guía Espiritual: Plegaria de la Salvación / Lo imprescindible / Terminología Sufí*, Editora Regional de Murcia, Madrid, 1990, pág. 65.

En otro momento insiste sobre la atención, y sobre evitar la venganza entre otros temas:

*Permanece atento todo el tiempo, pues –si el todo está atento, las partes lo están. Controla tu ira, no busques venganza. Respeta al anciano y ama al joven. Aprecia al que dedica su vida al bien de los otros. No mires los errores de los demás. Ten cuidado de no caer en el deshonor, pues si caes bajo, Aquel que te puede ayudar no estará a la vista. No hables al menos que lo que digas signifique algo. Arrepiéntete de lo que has hecho mal en el pasado, pues el mal no lamentado es causa de ira.*³²

Amor

Ibn Arabi es un escritor versátil que abarca muchos temas en sus libros. El dedicado a este tema, *Tratado del amor*³³, es uno de los destacables, de entre los traducidos al español, por su facilidad de lectura y por su avanzado nivel de comprensión de los actos humanos y de la naturaleza de los sentimientos. Me parece que este libro está a la altura de obras como *El banquete* de Platón, *Estudios sobre el Amor* de Ortega y Gasset, o *El collar de la paloma* de Ibn Hazm de Córdoba. El siguiente párrafo expresa sobre el amor aspectos de una gran altura:

Pero entonces un nuevo sentimiento le atraerá hacia otro amado, puesto que este afecto resulta aplicarse a

32 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 83.

33 Ibn Arabi, *Tratado del amor*, Versión Maurice Gloton, Edaf, Madrid, 1996.

*muchos individuos gratos. Semejante lazo que une al amante y a un amado determinado puede romperse, pero, en sí, el amor perdura, porque es esencial al ser que ama y por esta razón no puede cesar. El amor es, pues, el amante mismo así como su esencia y no una cualidad extrínseca que podría serle retirada, ella y su virtud. En consecuencia, el afecto de amor es la relación que une al amante con el amado, de forma que el amor es el amante mismo, y nunca otro.*³⁴

Y en este otro lo expresa con una genialidad inigualable:

*Sin embargo, los amantes son legión. Podemos incluso afirmar que todos los seres existentes son amantes, pero no son conscientes de quién depende su amor y se encuentran ofuscados por el ser sobre el que se aplica el objeto del amor. En consecuencia, imaginan que este individuo es aquel al que aman, cuando verdaderamente se trata de un efecto secundario de amor. En realidad, nadie ama al amado por el amado mismo, lo ama solamente por sí mismo. ¡Tal es la verdad sin duda alguna!*³⁵

No es tema de hacer ahora un desarrollo sobre el amor, pero si recordamos esos poderosos registros afectivos orientados a nuestros seres más queridos podremos observar que uno no ama por las características del individuo que se relaciona con el afecto, sino que se ama como una expresión de algo más profundo, algo más allá del yo, es como si ese algo más profundo y el amor fueran la misma cosa, estuvieran en una esencia más allá del yo habitual.

34 *Ibíd.*, pág. 84.

35 *Ibíd.*, pág. 92.

Dicho de otra forma, estos sentimientos tienen que ver con una disposición interna, con un estado interno más que con el ser al que se orienta mi afecto. Desde luego que ciertos modelos o comportamientos favorecen esto, pero me parece que el tema central es el acto del que ama.

Procedimientos

Dhikr

Dhikr significa recordar o traer la presencia de. Es el procedimiento avanzado de los sufíes y recomendado por Ibn Arabi. Esencialmente la técnica es la misma que el mantra budista o la oración del corazón del cristianismo ortodoxo: el practicante, en solitario o en comunidad, repite continuamente una oración poniendo todo su ser en esta oración y tratando de sentirla en su corazón. Se puede hacer en silencio pero se recomienda que se pronuncie ya que escuchar la propia voz aumenta el efecto, por esto se lo llama invocación (in-voca). A veces se acompaña de tambores o cantos que refuerzan la disposición de la mente para entrar en trance. Las oraciones pueden ser diversas: Allahu Akbar –“Dios es grande”–, Subhan Allah –“Gloria a Dios”–, Alhamdulillah –”Alabado sea Dios”–, La ilaha illa Allah –“No hay más dios que Allah”.

Una vez que el practicante se ha familiarizado con el procedimiento, es capaz de suspender las actividades de la conciencia y con relativa facilidad se entra en

trance. Lo hemos podido comprobar personalmente participando en varias sesiones de algunas cofradías sufíes en Madrid. Más difícil es la supresión del yo. Para esto se necesita un Propósito claro y con carga afectiva fuerte porque de no tenerlo uno se queda en el mundo intermedio volviendo, eso sí, con una sensación de paz interna y liviandad, si uno dispone de una mínima unidad interna. Si no se tiene esa mínima unidad interna se entra en un mundo confuso y se graba una sensación interna desagradable de contradicción, confusión, incomprensión.

Ibn Arabi explica que con este procedimiento se puede entrar al mundo de los significados:

Continúa con el dhikr hasta que te vacíes del mundo de la imaginación y vislumbres el de los significados abstraídos de toda materialización. Insiste en tu dhikr-recuerdo hasta que descubras a aquel al que recuerdas. Si Él, por Él mismo, aniquila tu recuerdo, (...)

Si su invitación no te detiene elevará hasta ti una luz en la que no verás otro que a ti mismo. Una pasión inmensa y un amor violento nacerá en ti que te inclinará hacia ella y donde encontrarás, a través de Allah, un placer que nunca hubieras podido imaginar y todo lo que has presenciado anteriormente te parecería insignificante y mínimo. Te agitarás como una antorcha dentro de esa luz.³⁶

36 Ibn Arabi, *El tratado de las luces o el libro del viaje nocturno*, Traducción: Abderraman Mohamed Maanan. Me he permitido la licencia de incluir esta cita aunque no es una cita bien referenciada. No existe una edición impresa de este libro sino una traducción que corre por Internet. En cualquier caso, por la belleza de este texto, por su fuerza, merece la pena esta incorrección.

Está describiendo una experiencia de intenso arrebatado con concomitancias de iluminación interna. En otro momento Ibn Arabi recuerda cual debe ser la actitud del orante durante la invocación:

...Pues a quien tiene dotes, si persiste en el retiro espiritual y la invocación divina, vacía el receptáculo [del corazón] de pensamientos discursivos y se sienta ante la puerta de su Señor como pobre que no tiene nada, entonces Dios –iensalzado sea!– le concederá y dará parte de Su Ciencia, de los Secretos divinos y de los conocimientos del Señorío...³⁷

Ibn Arabi comprende bien cual es la dificultad: los ruidos de la mente que a uno le hacen olvidarse de sí:

Para deshacerte de los ruidos que vuelven a uno sordo, Dios dice:

“Pues sin duda, en el recuerdo de Dios los corazones encuentran paz y contento.”

Este ruido es el ruido del viento y la tormenta que tu ego levanta entre las influencias angélicas y el mundo en que tú vives. Esa tormenta solo puede ser aquietada, de forma que tu corazón encuentre paz, por medio del recuerdo de Dios.³⁸

Este “recuerdo de Dios” es el dhikr.

Propósito y Carga afectiva

A continuación veremos una cita en la que Ibn Arabi nos explica la importancia de estar todo el día en presencia del Propósito y de practicar como si fuera el

37 Ibn Arabi, *Las iluminaciones de la Meca*, Siruela, Madrid, 1996, pág. 55.

38 Ibn ‘Arabi, *El divino gobierno del reino humano*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 190.

último día. Finaliza el párrafo hablando de la importancia de la atención:

*Todo cuanto hagas, hazlo con el propósito de acercarte a tu Señor en tus actos de adoración y en las oraciones. Piensa que cada acción puede ser tu último acto, que cada oración puede ser tu última prosternación, que puede que no tengas otra oportunidad. Si lo haces así, tendrás un nuevo motivo para mantenerte vigilante y también para llegar a ser sincero y verídico. Allah valora menos las buenas acciones hechas inconscientemente y sin sinceridad que las realizadas consciente y sinceramente.*³⁹

Esta recomendación de trabajar como si fuera tu último día la hemos encontrado en el budismo Zen, por ejemplo, en el maestro Yuanwu (1063–1135) que dice:

*Si te acercas al Zen con una motivación incorrecta, todos tus esfuerzos serán inútiles. Por eso los antiguos maestros insistían en que el estudio del Zen debe acometerse como si nos halláramos al borde de la muerte.*⁴⁰

Y recordamos cómo Silo en el trabajo con la ascesis⁴¹ recomienda que se trabaje con esta actitud de hacerlo como si fuera el último día. Esta actitud nos pone en presencia de una verdad: nuestra vida aquí

39 Ibn Arabi, *Guía Espiritual: Plegaria de la Salvación / Lo imprescindible / Terminología Sufí*, Editora Regional de Murcia, Madrid, 1990, pág. 43.

40 Cleary, Thomas, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*. Selección, traducción y epílogo de Thomas Cleary, Editorial Kairos, Barcelona, 2001, pág. 54.

41 En la Escuela de Silo se considera a las ascesis como unos trabajos de mística avanzada que se proponen para aquellos que han terminado su disciplina.

es efímera y vamos a partir. El reconocimiento de esta verdad nos pone en situación de necesitar una experiencia que trascienda la finitud de la vida física.

Diversas experiencias y comprensiones

Conocemos bien la dificultad de transmitir la experiencia interna aun con aquellos que están en el Camino. Las palabras se quedan cortas y si el interlocutor no ha tenido la experiencia ¿cómo puedes hacerle entender?:

El segundo nivel de ciencia es conocimiento de los estados. No hay otro camino que lleva hacia él salvo la experiencia inmediata: no puede ser definido intelectualmente, ni existe en absoluto prueba conceptual alguna que pueda sostener ese conocimiento, tal como sucede con el conocimiento de la dulzura de la miel o la amargura del áloe, el placer del coito, el deseo ardiente, la emoción súbita, el anhelo y los casos de este mismo tipo, puesto que es imposible para cualquiera conocer este tipo de conocimientos sin experimentarlos directamente y participar de ellos.⁴²

Y entrando en experiencias, Ibn Arabi no cuenta demasiadas, pero sí las suficientes para reconocer su nivel:

La realidad Divina Esencial es algo demasiado elevado como para ser contemplado por el “ojo”, mientras subsista el más mínimo rastro de la condición criatural en el “ojo” del que contempla. Pero una vez que

42 Ibn Arabi, *Las iluminaciones de la Meca*, Siruela, Madrid, 1996, pág. 56.

se “se ha extinguido aquello que nunca existió” –y que es (por naturaleza) perecedero–, “y haya permanecido lo que nunca ha dejado de ser” –que es (por naturaleza) permanente–, se eleva el Sol de la Prueba decisiva para la Visión por sí mismo. Se produce entonces la sublimación absoluta efectiva en la Belleza Absoluta, que es el “Ojo de la Síntesis y de la Realización por excelencia” y la “Estación de la Quietud y de la Suficiencia Inmutable”.⁴³

A mi entender está explicando la entrada a lo innumerable cuando se ha superado la condición material, “criatural”, es decir, cuando se ha desconectado el cuerpo y la conciencia. Además este párrafo tiene una poética especial, tiene una resonancia con profundas verdades interna acordes a este otro de *La Mirada Interna* de Silo:

12. Si en la explanada logras alcanzar el día, surgirá ante tus ojos el radiante Sol que ha de alumbrarte por primera vez la realidad. Entonces verás que en todo lo existente vive un Plan.⁴⁴

Veamos otra descripción que tiene que ver con la conciencia de sí:

Cuando el hombre se aleja de las criaturas y de su propia alma, y acalla la conciencia del yo, para dejar espacio al conocimiento del Señor, y además se desprende de las ataduras de la comida corporal y se mantiene en estado de vigilia, mientras los demás es-

43 Ibn Arabi, *El libro de la extinción en la contemplación*, Traducción e introducción Andrés Guijarro, Editorial Sirio, 2007, Málaga, págs. 31 y 32.

44 Silo, *El Mensaje de Silo, La Mirada Interna*, ed. Edaf, Madrid, 2008, pág. 83.

tán sumergidos en el sueño, entonces congrega estos cuatro resultados⁴⁵ y sus servidumbre se torna señoría; su inteligencia se convierte en facultad intuitiva; su realidad invisible se manifiesta.⁴⁶

Y esta siguiente me parece especialmente significativa porque describe registros de la tercera cuaterna de la disciplina mental, principalmente el 11 en el que se ve lo que es y lo que no es como lo mismo y el 12 en el que se ve lo mismo en uno y en todo:

Conócete a ti mismo; conoce tu ser. Ciertamente tú no eres tú; sin embargo, no sabes. Tienes que saber que esta existencia no es ni tú ni distinta de ti. Tú no existes; pero tampoco eres una no-existencia. Tu existencia no está en otro lugar; ni tu no-existencia te convierte en otro. Sin ser y sin no-ser, tu existencia y tu no-existencia es el ser de Allah, porque es cierto que el ser de la verdad es el mismo que tu ser y tu no-ser, y al mismo tiempo la verdad es tú y no tú.

Cuando ves lo que te rodea como no distinto de ti y todas las cosas como la existencia del Uno –cuando no ves nada más con Él o en Él, pero Le ves en todo como tú mismo y al mismo tiempo como la no-existencia de tí mismo– entonces lo que ves es la verdad. Entonces ciertamente te ves a ti mismo y te conoces a ti mismo. Cuando te conoces a ti mismo con estas cualidades, conoces a tu Señor sin estar en El, con Él o unido a Él. El que conoce y el que es conocido, el que se une y aquel al que el primero es unido, son uno. Se podría preguntar. “¿Cómo va a uno a estar

45 Ibn Arabi, *El adorno de los abdal*, *Textos Espirituales*, Editorial Sufí, Madrid, 2005, págs. 146 y 147.

46 Se está refiriendo a lo que él llama los cuatro conocimientos específicos: Dios, el alma, el mundo y Satán que menciona en un momento anterior.

con Allah, cuando no hay nada excepto Él?” !Uno no puede estar unido consigo mismo!⁴⁷

Me parece un texto sublime con el que conectamos profundamente, nos conmueve al traer nuestras experiencias con estos pasos y con la ascesis puestas en palabras muy parecidas a las nuestras. Sin duda uno siente que Ibn Arabi está describiendo el mismo registro que hemos tenido.

Significados

Ibn Arabi desarrolla un pequeño diccionario, una terminología sufí, para aclarar expresiones y para nivelar el lenguaje, para que todos tengan presente de qué se está hablando. En esta *Terminología Sufí* hay entradas muy significativas:

Sahid “*testigo probatorio*”.

*La huella dejada en el corazón por la contemplación es un testimonio probatorio. En realidad es lo que el corazón retiene de la forma de lo que fue contemplado.*⁴⁸

Con nuestro lenguaje diríamos que está hablando de la señal cenestésica, que se siente en el intracuerpo a la altura del corazón, que dejan los significados profundos en el trabajo de ascesis. En la siguiente entrada habla de lo que viene al corazón desde lo Invisible:

47 Ibn ‘Arabi, *El divino gobierno del reino humano / Tratado sobre el Uno y el Único*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 243.

48 Ibn Arabi, *Guía Espiritual: Plegaria de la Salvación / Lo imprescindible / Terminología Sufí*, Editora Regional de Murcia, Madrid, 1990, pág. 93.

Bawadih “sorpresas, imprevistos”.

*Lo que viene de pronto sobre el corazón desde el Invisible con una sacudida, produzca alegría o congoja.*⁴⁹

En otro momento habla del mundo de los significados:

*...Dedícate al dhirik hasta que te desaparezca el mundo de la imaginación y se te revele el mundo de los significados abstractos libres de materia.*⁵⁰

Pero en otra cita describe más extensamente por qué vía se reciben los significados profundos y cómo estos pueden abarcar todo el conocimiento, “*todo lo creado*”:

*El corazón del gnóstico no tiene límite perceptible y es la sede de la mirada de Dios, el receptáculo de Su manifestación teofánica, la Presencia de Sus secretos, el lugar al que Sus ángeles descienden y el tesoro de Sus luces. Las formas imaginables de los inteligibles se manifiestan a quienes siguen esta vía en el fondo de sus corazones [...], de modo que contemplan las divinas impresiones y los misterios del divino decreto, viendo cómo este determina la disposición de todo lo creado.*⁵¹

Se aprecia claramente que conoce bien estos secretos. A veces los expresa con una gran poesía:

Los secretos de esas misteriosas palabras depositan en el corazón de los amantes y en la intuición de

49 Ibid., pág. 100.

50 Ibn Arabi, *Viaje al señor del poder*, Editorial Sirio, S. A. 2002, Málaga, pág. 36.

51 Ibn Arabi, *Las Contemplaciones de los Misterios*, Editora Regional de Murcia, 1994, Murcia, pág. XI.

quienes poseen como certidumbre la lumbre de la contemplación. El que recibe en su corazón el menor soplo de ese amor, extrae del océano de lo no manifiesto perlas de verdades espirituales. Visiones intuitivas, miradas surgidas de la más profundo de las almas, idesvelad esas dulces casadas! Cuando canta el pájaro de la unicidad divina y proclama las cualidades del amadísimo, los árboles de la pasión quedan embelesados.⁵²

La eternidad

Aunque ya hemos hecho anteriormente referencia a estas experiencias ahora podemos profundizar un poco. Ibn Arabi nos insiste en que nada es distinto de Allah, o con nuestro lenguaje, ver lo mismo en uno y en todo. Pero además avanza y expresa que esa experiencia es la misma que la experiencia en la que se sobrepasa la ilusión de la muerte, es la misma experiencia de la eternidad:

Todo aquello que tú crees que es distinto de Allah, en realidad es Allah, aunque tú no lo sepas. Le ves, pero no sabes que Le ves. Cuando seas capaz de comprender que no eres distinto de Allah, cuando este misterio se te ha desvelado, entonces comprenderás cuál es tu fin, comprenderás que tu extinción no es posible, comprenderás que jamás has dejado de ser y que jamás dejarás de existir.⁵³

52 de Zayas, Rodrigo, *Ibn 'Arabi de Murcia, maestro del amor, santo humanista y hereje*, Editorial Almuzara, 2007, pág. 12.

53 Ibn Arabi, *Tratado de la Unidad*, Editorial: Vedra S. L. Indigo, Barcelona, 2002, pág. 34.

Bellísima expresión que se complementa con la siguiente en la que afirma que el conocimiento de lo profundo de uno mismo conduce al conocimiento de la unidad de lo temporal y lo eterno:

*Y solo conociéndote a ti mismo de este modo podrás alcanzar la Gnosis o Conocimiento de Allah sin ningún error, sin ninguna duda, y comprenderás que no hay mezcla entre lo temporal y lo eterno, y comprenderás que solo hay eternidad.*⁵⁴

Estos registros nos parecen los mismos que aquellos que hemos tenido en los últimos pasos de la disciplina mental y también en la ascesis. Son experiencias llamadas de reconocimiento, donde se comprende la totalidad aunque sea por un instante. Estados en los que se supera el yo, se rompe la mecánica habitual de la conciencia, en los que se encuentra el sentido de todo lo existente.

Fanâ

Este estado es la aspiración máxima del sufismo. Para nosotros es la experiencia de la supresión del yo, la entrada a lo profundo de la conciencia. Pero *Fanâ* tiene diferentes aspectos o fases. Reynold A. Nicholson en *Los místicos del Islam* expresa estos aspectos con claridad:

Una transformación moral del alma a través de la extinción de todas sus pasiones y deseos.

Una abstracción mental o una desaparición del alma respecto a todos los objetos de la percepción, los

54 Ibid., pág. 50.

pensamientos, acciones y sentimientos mediante su concentración en el pensamiento de Dios. Aquí el pensamiento de Dios significa la contemplación de los atributos divinos.

La cesación de todo pensamiento consciente. Se llega a la etapa más elevada del fanâ cuando incluso la conciencia de haber alcanzado el fanâ desaparece. Esto es lo que los sufíes denominan “la desaparición de la desaparición” (fina al-fanâ). El místico está ahora embelesado en la contemplación de la esencia divina.

La fase final del fanâ, la completa desaparición de sí mismo, constituye el preludio al baqâ, la “permanencia” en Dios ...⁵⁵

Creo que queda muy bien descrito el acceso a lo profundo por la parada de las actividades de la conciencia, por la supresión del yo.

El que se conoce a sí mismo, conoce a su Señor. Cuando uno entiende esto, uno sabe que no hay ni unión ni separación. Él es el que conoce; Él es el que es conocido. Él es el que ve; Él es el que es visto. Él es el que se une; Él es aquel al que el primero es unido. Nada se une con Él excepto Él.

Muchos de aquellos que piensan que se conocen a sí mismos y a su Señor y que se han liberado de la ilusión de su propia existencia dicen que el único camino a la senda verdadera es a través de la nada y de la nada de la nada y que conocer a Dios es solo posible para alguien que se aniquila a sí mismo.⁵⁶

55 Nicholson, Reynold A. *Los místicos del Islam*, Jose J. de Olañeta, Palma de Mallorca, 2008, pág. 76.

56 Ibn 'Arabi, *El divino gobierno del reino humano | Tratado sobre el Uno y el Único*, Editorial Almuzara, Murcia, 2004, pág. 245.

Sin duda está hablando de la experiencia de la supresión del yo. Quizá la palabra aniquilación nos resulte hiriente. Debemos considerar el contexto histórico y quizá también que es una palabra elegida por el traductor. Pero desde luego me parece que no se puede hablar en estos términos sin tener una experiencia de supresión ya que el intelecto no comprende estas expresiones. ¿Cómo va a ser a la vez el que conoce y el que es conocido, el que ve y el que es visto?

Son experiencias fuera del mundo racional e intelectualmente incomprensibles si es que no se admite que se pueda tener experiencias con lo trascendente acallando las actividades de la conciencia. Entonces, lo que experimentas es inaprensible para la razón, pero ES. Después entiendes las limitaciones de la razón y que lo más importante está más allá de la conciencia y desde luego de la razón. La cual, poco a poco, intento tras intento, va adaptándose al nuevo paisaje interno impactado y reestructurado por la experiencia con lo innombrable.

La poesía de lo profundo

Este poema lo encontré cuando ya estaba cerrando la redacción de este aporte. Genial expresión de la experiencia profunda, se puede apreciar claramente la supresión: “se extinguió mi existencia” y “del cuerpo todo rastro de sentido perdí, quedando ausente”; y cómo el significado toca cenestésicamente: “Cuando el secreto se mostró en mi entraña”. Explica que llegó a la expe-

riencia por la resolución, la interna reflexión y el anhelo. Bellísimo poema. ¡Cómo no conectar, aquellos que estamos en la incansable búsqueda de la Experiencia y el contacto con lo innombrable, con poemas como este!

Pleamar

1. *Cuando el secreto se mostró en mi entraña
se extinguió mi existencia
mi estrella se ocultó;*
2. *por el misterio del Señor mudóse el corazón;
del cuerpo todo rastro
de sentido perdí, quedando ausente;*
3. *y vine desde Él, por Él y a Él,
a bordo de la nave
de mi resolución,*
4. *en cuyo mástil desplegué las velas
de interna reflexión,
en alta mar de mi saber velado;*
5. *y al soplo de los vientos de mi anhelo;
como una flecha el mar atravesó*
6. *y el mar de la proximidad crucé,
hasta que vi de modo manifiesto
a Quien aquí no nombro.*
7. *Clamé entonces diciendo:
¡Ay Tú, a quien mi corazón contempla!
¡Haz que en las suertes saque
una flecha que gane Vuestro amor!*
8. *¡Tú eres mi solaz y mi festejo,
mi meta en la pasión y mi triunfo!⁵⁷*

57 Ibn Arabi, *La taberna de las luces. Poesía sufi de al-Andalus y el Magreb (del siglo XII al siglo XX)*, selección, presentación y traducción de Pablo Beneito, Editora Regional de Murcia, 2004, pág. 9.

Resumen

En Ibn Arabi hemos encontrado una mística muy avanzada. En este aporte hemos visto concepciones, estilo de vida, propuestas morales, el tema de la reflexión sobre las propias acciones, procedimientos y recomendaciones para la entrada a lo profundo y algunas de sus experiencias. Además hay un breve contexto que nos ayudará a entender el sufismo.

Síntesis

Algunos temas me parecen importantes destacar. El primero es el universalismo de Ibn Arabi. Como hemos visto su posicionamiento ante su credo de referencia, en este caso el Islam, es circunstancial. Es decir, reconoce en el Islam el núcleo de la Experiencia, pero también lo reconoce en otros credos, en otras creencias, incluso, más allá de las creencias, lo reconoce en el amor. Esto tiene mucho valor, escrito en el siglo XIII, en la época de las cruzadas, de los almohades y otros fanatismos. Esta actitud de Ibn Arabi es un hecho moral de máximo nivel y una comprensión muy abierta y atemporal de la esencia humana en su aspecto trascendente. Desde luego, este es un hecho sobresaliente nada fácil de encontrar.

Otro tema a destacar es el impacto de este maestro en el mundo musulmán. Tiene un gran reconocimiento, valorado como uno de los grandes pensadores, místicos y sabios. Para los sufíes es el más grande.

MIGUEL DE MOLINOS
Apuntes sobre el ocaso de
la mística europea

EXPLICACIÓN DEL TÍTULO

En un principio este estudio iba a tratar sobre la mística de Miguel de Molinos, sus procedimientos, sus experiencias, su impacto social y, además, su condena. Pero al leer el magnífico trabajo de investigación, pulcro y serio de J. I. Tellechea¹ comprendí que con la condena de este místico se terminaba toda una época, se cerraba un periodo espléndido de mística de gran nivel en Europa. Así que me parece que merecía la pena hacer un pequeño análisis, apuntar unas ideas que nos sirvan para entender la oleada mística de los siglos xv al xvii que corrió por Europa, ideas que nos aproximen a entender su ocaso.

Estoy hablando de la mística de la Europa más occidental, excluyendo la mística del cristianismo ortodoxo que corre por derroteros diferentes, aunque en contacto y con influencias mutuas entre el ámbito greco-ortodoxo y el romano-católico. Así que excluimos de los puntos de vista defendidos en este estudio

1 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de J. I. Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975, págs. 15 a 85.

la mística de la *Oración del corazón*, la *Filocalia* y *El peregrino ruso*.

Sí, como veremos, la Europa de Erasmo, de Rodolfo II, de Cervantes; la Europa de Rembrandt, de Shakespeare, de Descartes, de Galileo, de Bernini vivió una efervescencia mística a la altura de su efervescencia artística, humanista, filosófica, o científica.

Apuntaremos unas ideas que nos ayuden a entender cómo, mientras el arte, el humanismo, la filosofía o la ciencia continuaban su desarrollo, la mística se apagaba.

LA MÍSTICA DEL SIGLO XVI Y XVII: LA GRAN OLEADA

De dónde venimos. Momentos previos

1. Del siglo X al XIII

Estamos en plena Edad Media. Durante los últimos siglos la religión se ha formalizado e institucionalizado perdiendo su conexión con la experiencia espiritual profunda. Esta falta de experiencia, este formalismo, este vacío se va haciendo presente. Ante este vacío de experiencia se inician diversas tendencias. Una es la de la autoafirmación violenta de los dogmas hacia fuera y hacia adentro. Hacia adentro vemos el nacimiento de la Inquisición (1184) y la cruzada anti-cátara. Hacia afuera se inician las cruzadas

–la primera sale hacia Jerusalén en 1096 y la conquistará en 1099 pasando a cuchillo a toda la población–. Se siente que el dogma y la palabra sagrada están en peligro y deben ser protegidos. Por esto se fundan las órdenes de caballería: Temple (1118), Orden de Calatrava (1180), Orden de los Hospitalarios (Teutónicos) (1190), son las órdenes de monjes-caballeros.

El vacío produce también el surgimiento de otra tendencia: buscar los orígenes del sentimiento cristiano. Por eso surgen movimientos y místicos que buscan la experiencia y quieren retomar el espíritu original. Se funda el Carmelo en 1156, los franciscanos en 1209 y los dominicos en 1215. Aunque tendrán direcciones diferentes, buscan una recuperación de las comunidades cristianas originales. Crecen sustancialmente los escritos místicos.

A nivel social aumenta el comercio y se produce un importante aumento de la población. Surgen los burgos (y los burgueses) a la vez que los gremios profesionales. Florecen las universidades y la arquitectura gótica. A finales del siglo XIII se empieza a sentir un nuevo aire por Europa: Dante.

2. Siglo XIV y XV

Y con Giotto por fin la perspectiva: cambia la representación, cambia la sensibilidad y después cambiarán las ideas. Así la crisis de creencias de todo tipo y, por supuesto religiosas, se acentúa.

Ya cambió el aire en Europa. El siglo XIV es el momento de Petrarca y Boccaccio. Corren nuevos tiem-

pos. Se inicia un fuerte comercio e intercambio dentro de la región y hacia fuera.

Los franciscanos van sembrando otra sensibilidad y serán parte responsable de la futura explosión mística. A principios del siglo xv Tomas de Kempis escribe *Imitación de Cristo* —el libro cristiano más editado después de la Biblia— que expondrá un nuevo estilo de vida y un nuevo paradigma místico como respuesta a la crisis. Es una nueva forma de devoción personal y directa que tendrá sus repercusiones principalmente en el humanismo centroeuropeo y el protestantismo, aunque además será libro de cabecera de los místicos posteriores.

El cristianismo oficial profundiza en su crisis, es el momento del Gran Cisma (1378-1417) y el sentimiento de crisis social se acentúa. Constantinopla es tomada por los turcos, se inician los viajes de exploración de Portugal, las ciudades europeas, sobre todo en Italia y Flandes, se vuelven cosmopolitas. Génova, Venecia y Pisa se expanden como expresión del crecimiento del comercio. Y como sabemos, siempre que hay circulación de personas, circulación de modos y costumbres, mezcla cultural, siempre que pasa esto, es causa o acelerante de las crisis.

La gran oleada

La crisis de creencias se agrava hasta poner en duda a la autoridad de la jerarquía y los modos re-

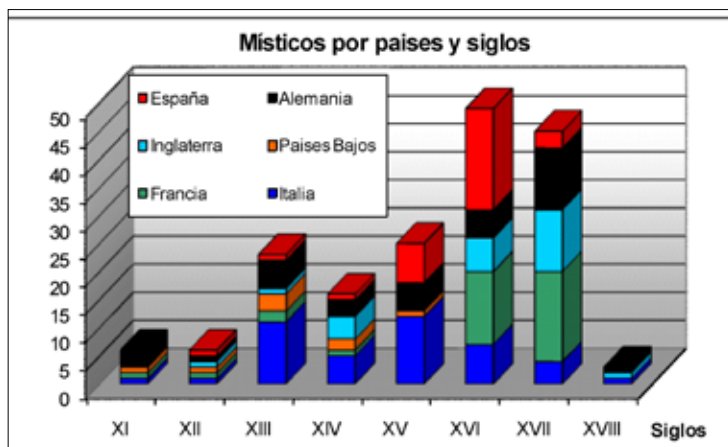
ligiosos: Lutero avanza con la Reforma (las 95 tesis en 1517) y Roma responde con la Contrarreforma (Trento 1545). Las tensiones se elevan hasta tal punto que llegan al conflicto bélico: la guerra de los 30 años (1618-1648), una guerra de religión entre los Estados partidarios de la Reforma y los partidarios de la Contrarreforma. Centroeuropa tardará cien años en recuperarse en cuanto a población y en producción agrícola y recursos.

Mientras esto ocurre el fenómeno místico resplandece. La aparición de portentos como Ignacio de Loyola o Teresa de Jesús no es un fenómeno aislado, la efervescencia y la práctica corre por todas partes. En las plazas de las ciudades, en las cocinas de las casas la gente se arremolina alrededor de los que cuentan sus testimonios. Las tendencias son múltiples: alumbrados, dejados, quietistas, iluminados, recogidos. En Los grupos de practicantes –algunos reconocidos, otros a escondidas– hay personas de todas las clases sociales.

Imposible evaluar cuanta población participó. La Inquisición fue tomando un papel cada vez más fuerte en la represión del fenómeno. Pero a pesar de esta respuesta tan dura el fenómeno continuó. Casi todos los místicos conocidos en España tuvieron serios problemas o fueron detenidos: Juan de la Cruz, Ignacio de Loyola, Teresa de Jesús... Igualmente ocurría en el resto de Europa.

Según va avanzando el siglo XVI se va despertando el racionalismo y, ya en el XVII, Descartes publica el *Discurso del Método* (1637). Pero el fenómeno místi-

co continúa bien vivo en pleno barroco: más de la mitad de los libros publicados en este siglo son religiosos. Veamos esta estadística² de místicos conocidos:



MÍSTICOS POR PAÍSES Y SIGLOS

SIGLO	ITALIA	FRANCIA	P. BAJOS	INGLATERRA	ALEMANIA	ESPAÑA	TOTAL SIGLO
XI	1	1	1		3		6
XII	1	1	1	1	1	1	6
XIII	11	2	3	1	5	1	23
XIV	5	1	2	4	3	1	16
XV	12		1		5	7	25
XVI	7	13		6	5	18	49
XVII	4	16		11	11	3	45
XVIII	1			1	1		3
TOTAL PAÍSES	42	34	8	24	34	31	173

2 Datos extraídos contando los místicos citados en *Los Místicos de Occidente*, vol. I, II, III y IV de E. Zolla, Paidós, Barcelona, 2000. Aunque a mi parecer en esta obra no son místicos todos los que están ni están todos los que son, los datos nos sirven para hacernos una idea general y evidente de la evolución del fenómeno.

Claramente observamos cómo la ola se eleva en los siglos XVI y XVII para caer abruptamente y desaparecer en el XVIII y siguientes. Además observamos que está bastante distribuido por países aunque la ola llega a unos antes que a otros.

Durante el XVII el racionalismo va ganando terreno incluso en las concepciones de la Iglesia. Es el siglo de Rembrandt y Spinoza, el siglo que verá el nacimiento de Newton y Leibniz. Es en el último tercio del siglo en el que se decidirá el futuro de la mística, que no solo confrontará con el racionalismo creciente.

EL MOMENTO FINAL

Para entender lo que ocurrió en el último tercio del siglo XVII en el que se decantó la situación seguiremos el proceso que siguió la *Guía Espiritual* de Miguel de Molinos. Este proceso nos ilustrará los acontecimientos.

Antes, debemos explicar que en este momento, sobre el 1670, había círculos importantes en Roma, Nápoles, Florencia, Pisa, etc. de practicantes de quietismo. Algunos de ellos muy radicales con afirmaciones doctrinarias que herían la ortodoxia, como por ejemplo, renegar de las imágenes o de los sacramentos, ya que se reafirmaban en el método de la quietud interna para llegar a la experiencia mística como el único válido.

Cuando decimos “importantes” nos estamos refiriendo al número de practicantes pero también al renombre de algunos de ellos: obispos, cardenales, nobles, etc., mezclados con gentes comunes.

Publicación de la *Guía Espiritual*: fenómeno editorial

El libro de Miguel de Molinos corrió como la pólvora seguramente por su sencillez, claridad y procedimientos accesibles para cualquiera. Además contó con el apoyo de eminencias como cardenales o el mismo papa:

...Es innegable que la Guía alcanzó un éxito editorial inusitado. Acaso sea exagerado de calificarla de best-seller del siglo xvii, en que vieron la luz el Discurso del método, de Descartes, o las Provinciales, de Pascal. Con todo pocos libros habrán alcanzado tan rápidas ediciones y traducciones a todas las principales lenguas europeas como el pequeño librito de Molinos, cuya edición princeps en español apareció en Roma en 1675. Antes de condenación, casi cada año ve la luz una nueva edición de la Guía en español e italiano: Roma (1675), Madrid (1676), Roma, Zaragoza y Venecia (1677), Venecia (1678), Roma y Palermo (1681), Venecia (1683), Venecia y Sevilla (1685); y la definitiva desaparición de escena en el área católica, a raíz de su condenación (1687). Justamente entonces irrumpen las ediciones latina (Leipzig, 1687), francesa (Ámsterdam, 1688) y alemana (Frankfurt, 1699). En el siglo xviii se sepulta en silencio, si exceptuamos una traducción al ruso (Moscú, 1784), de la que posee un ejemplar la Biblioteca nor-

*teamericana del Congreso. Las ediciones en español desaparecieron de tal manera de la circulación que un ávido buscador de rarezas como Menéndez y Pelayo confesó, en su Historia de los heterodoxos no haber podido ver ni leer un solo ejemplar.*³

Apoyos y aprobaciones

Quizá nos puede resultar ahora difícil entender cómo un libro tan protegido, tan apoyado por hombres importantes fue la chispa de la condenación del quietismo y de Miguel de Molinos: “Entonces y después, Molinos gozó de altos protectores entre los que se cuentan al propio Inocencio XI, los Cardenales Capizuchi, Lauria, Ricci, Azzolini, los monseñores Casoni y Favoriti, la inquieta Cristina de Suecia, altas damas romanas como las princesas Ludovisi y Borguese.”⁴

No solo esto, además el libro sale publicado con lo que se llama aprobaciones, es decir, el visto bueno de teólogos y hombres versados en la doctrina de la Iglesia. Parece que la lista de censores que aprobaron el texto no es desdeñable:

¿Cómo explicar la aprobación de teólogos tan eminentes?... Ni el Maestro del Sacro Palacio, ni los censores diputados, hallaron nada que se opusiese a la publicación de la Guía; no porque simpatizasen con el

3 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de J. I. Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975, pág. 58.

4 *Ibíd.*, pág. 50.

*quietismo, sino porque la doctrina del libro, sin otros elementos de juicio sobre el autor y sus intenciones, puede entenderse rectamente, lo mismo que puede interpretarse en sentido herético y escandaloso.*⁵

Cartas

Parece claro que la publicación de la Guía en 1675 fue el elemento desencadenante, el catalizador que radicalizó las posiciones ortodoxas y que inició el proceso de investigaciones contra Molinos y, como consecuencia, contra los quietistas. Como veremos, luego la persecución seguirá contra toda mística.

Pero la Guía no tenía elementos para ser condenada y además había sido aprobada por personas de renombre. Para fundamentar la agresión se buscaron las cartas en las que Molinos se expresa con soltura, sin cuidar que las expresiones estuviesen dentro de “lo permitido”:

...Y aún sorprende más que sobre la Guía misma pueda escribir un buen conocedor de la tradición mística como el P. Crisógono las palabras siguientes: “El libro no tiene en realidad proposiciones abiertamente erróneas. Las más atrevidas se hallan también en los libros de los grandes místicos ortodoxos como Ruysbroeck y San Juan de la Cruz. Pero el error existía oculto bajo aquellas expresiones consagradas por los místicos. Se descubrió por sus cartas, en las que Molinos hablaba sin misterios. En ellas, más bien que en la Guía, está encerrado el molinosismo. De

5 Ibid., pág. 56.

ellas están entresacadas casi todas las proposiciones condenadas. Y es seguro que a no ser por su correspondencia y por la vida poco recatada que llevaba ocultamente con sus dirigidas, la Guía espiritual no habría sido condenada... Las proposiciones condenadas no eran todas de Molinos. Algunas eran de sus discípulos, que sacaron las consecuencias de la doctrina del maestro.⁶

Como consecuencia se encontró entre su correspondencia y, sobre todo, entre las de sus seguidores, las justificaciones para condenarle. Y es una pena que estas cartas no se hayan conservado, no por defender a Molinos, sino por tener la posibilidad de conocer una forma expresiva más abierta y clara. Quizá hubiésemos entendido con otra profundidad al místico.

No vamos a entrar a discutir la condena, que leída, ofrece unos argumentos débiles, teológicamente hablando, para justificarse. De hecho, los especialistas afirman que la teología de Molinos es esencialmente la misma que la de Juan de la Cruz, Doctor de la Iglesia. Pero lo que está en juego no es solo la teología.

Lucha franco-romana y contexto previo del quietismo en Italia

Desde tiempo atrás las tensiones entre la nobleza francesa y la jerarquía romana van en aumento. No es el caso de averiguar cuándo surgen ni por qué, pero el hecho es que en este momento estas tensiones están

6 *Ibíd.*, pág. 29.

en primera línea. Considerar este punto de vista es importante porque algunos actores empujarán en una dirección y otros en otra y el campo de confrontación puede ser cualquiera:

¿Es verdad que varios de los altos protectores de Molinos eran filo-hispanos? ¿Es cierto que el ataque a Molinos tiene que ver con la Corte francesa y que uno de sus actores principales fue el Cardenal D'Estréss, hombre muy poco escrupuloso y más ocupado en alta política que en disquisiciones sobre la oración de quietud? ¿En plena tensión entre Inocencio XI y Luis XIV no utilizó el parlamentario O. Talón la acusación de protector del quietismo para desprestigiar al Papa?⁷

Hay que recordar que en estos momentos el quietismo corre fuerte por toda Italia. En varias ocasiones ha tenido que intervenir la Inquisición para controlar las expresiones excesivamente radicales de algunos quietistas. Veamos el panorama:

Nuevas denuncias llegaron a Roma, que referían prácticas quietistas en Spìngo (diócesis de Savona), en Piamonte, Monferrato y Córcega, o hablaban de obras manuscritas extrañas como la titulada La sunamitide delle Sacra Cantica, en la que se incitaba a las vías místicas pasivas sin los grados previos purgativos e iluminativos. El obispo de Savona publicó un Edicto condenando la oración de moda; algunas interpretaciones equívocas del edicto, que afectaban a la actitud del Santo Oficio, obligaron a este a pronunciarse en Decreto del 29 de abril de 1676, mucho antes de la condenación de Molinos. En él nos

7 Ibid., pág. 51.

encontramos con precisiones y matices que sorprenderán a quienes solo aceptan una figura toscamente represiva del dicasterio⁸. Es verdad que en él se prohíben las reuniones de quietistas y se condenan La Sunamitide y la instrucción de María Bon; pero no es menos cierto que en la cabecera del Edicto se asienta expresamente –traduzco del latín– que “la Sagrada Congregación no condena la oración mental, llamada de afectos y de quietud, sino los asertos de los que reprueban las oraciones vocales y otros ejercicios espirituales usados por la Santa Iglesia Romana y afirman que están seguros de su salvación lo que usan de la predicha oración; que no necesitan de penitencia, y que los que la omiten pecan mortalmente”. Tan finos matices fuerzan a situar el debate de fondo en un marco menos simple que el de la contraposición entre oración mental y vocal.⁹

Mientras, los casos continuán, igual que continuán las persecuciones de la Inquisición. En una carta el cardenal de Nápoles ilustra fielmente lo que estaba pasando:

Una carta del Cardenal Caraccioli, de Nápoles, completa el vasto cuadro quietístico de Italia; la escribió al Papa el 30 de enero de 1682. Se congratula de la creciente afición de sus diocesanos a la oración mental (i), pero se alarma ante la introducción de un tipo de oración pasiva, que dicen “de pura fe y de quietud”.

8 Palabra griega que significa tribunal de justicia. Se utiliza para referirse a los organismos especializados dependientes de la Curia Romana, en este caso la Inquisición.

9 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de J. I. Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975, págs. 47 y 48.

Sus adeptos, que van tomando el nombre de quietistas –es el primer documento que usa tal expresión–, condenan la oración vocal y la meditación y gustan de estar mudos en suma quietud y silencio y como muertos excluyen cualquier género de consideraciones, reglas, métodos y lecturas, para esperararlo todo de las divinas influencias; pretenden subir a sublimes grados de oración, desatendiendo los propios defectos, pasiones e imperfecciones. La oración vocal, las imágenes, la confesión, quedan desterradas. Todas las sugerencias de su mente las creen luces divinas. Piensan no estar sujetos a leyes y que les es lícito poner en práctica cuanto se les ocurre en la oración. La tolerancia del Cardenal se había visto sometida a prueba al pedírsele la aprobación para la publicación de un libro sobre la oración de quietud, con muchas proposiciones alarmantes. El pastor de Nápoles acudía al Papa pidiendo luces para actuar y desenraizar los “venenosos pastos”. En suma, un nuevo motivo de alarma tres años antes de la prisión de Molinos. Evidentemente su caso es una pieza más de este mosaico histórico previo.¹⁰

Como vemos la situación es compleja y para los oficialistas ya descontrolada. Estos grupos se permiten libertades inaceptables y el ambiente se va tensando porque a pesar de la actuación de la Inquisición los grupos proliferan.

Condenación y escenificación

La persecución ha ido fraguando alimentada por algunos factores: las presiones políticas materializadas en ataques al papa que para desprestigiarle se le acusaba

10 *Ibíd.*, págs. 48 y 49.

de apoyar el quietismo; las exigencias a la Inquisición que estaba en entredicho por ser incapaz de frenar el fenómeno. Todo un caldo de cultivo para que finalmente la acusación contra Molinos prosperase. Él es uno de los destacados del quietismo y un hombre de renombre en Europa por la celeridad de expansión de su libro. Es apresado en 1685 y dos años después sentenciado:

El resultado final fue la sentencia: primero privada y luego pública. Monsalvo nos da el texto fechado el 28 de agosto de 1687. Molinos es declarado hereje dogmatista e incurso en todas las censuras y penas canónicas. Por el arrepentimiento que mostró y por haber implorado misericordia se le concedió que el P. Comisario le absolviese de excomunión mayor y lo reintegrase en el gremio católico, supuesto su retorno “con sincero corazón y no fingida fe”. Se le imponía además la abjuración solemne de sus errores en la iglesia de Santa María sopra Minerva. En castigo de sus errores y como ejemplo para los demás, cayeron sobre Molinos estas tremendas palabras: “Te condenamos a estrecha cárcel formal para siempre en este Santo Oficio de Roma, sin esperanza de remisión, para que en ella debas continuamente llorar y hacer penitencia e impetrar de Dios la misericordia y el perdón de tus pasados errores.”¹¹

Como anécdota, para los aficionados a los detalles, dibujaremos algunos rasgos —excluyendo los dolorosos— de la desagradable escena de abjuración en la que Molinos se mostró con una actitud muy especial:

La abjuración solemne no era sino la escenificación aparatosa de esta condenación procesal. El acto público es descrito en innumerables relaciones

11 Ibid., pág. 31.

que corrieron por toda Europa, (...) el populacho, tan propicio a crear famas como a destruirlas, quiso lincharlo por la calle. Cardenales, Prelados, calificadores, embajadores, príncipes y princesas, caballeros e innumerables pueblo curiosos asistieron al acto espectacular y triunfalista. Solo una nota empañó aquel triunfo: la serenidad de Molinos. (...) Mientras aguardaba Molinos su momento en la sacristía de Santa María, “con ánimo reposado, semblante risueño y palabras libres, discurrió con todos lo que entraron a hablarle, preguntando a los más conocidos por su parientes y otras personas de cariño y amistad, sin dar la menor muestra de arrepentimiento o confusión... (...) Comió y bebió después de los diversos platos y delicados vinos que le suministró piadosa la magnificencia de aquel convento; y razonando en todo el descanso de la mesa como si estuviera en su casa, se retiró el último a dormir un poco”. Asentado el público en la iglesia, salió Molinos “haciendo cortesías a una y otra parte, con el mismo desembarazo que si fuera a recibir un capelo en Cosistorio¹²”. Luego subió al tablado, atadas sus manos en forma de cruz y sosteniendo una vela, escuchó por dos horas la lectura de la sentencia “sin mostrar de dolor el más leve indicio.”¹³

Dejaremos esta escena en el aire como bellas pinceladas de un cuadro incompleto, chocante, casi irreal o teatral. Pero tendrá consecuencias muy negativas para la cultura y el espíritu místico europeo.

12 Esta expresión se refiere a como si fuera a recibir un nombramiento.

13 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de J. I. Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975, págs. 34 y 35.

Explicación de la condena

En resumen, hemos visto muchos elementos que confluyeron en esta situación. Y además entra en el escenario el racionalismo en crecimiento veloz. Pero no es cualquier racionalismo, es un racionalismo intolerante e inflexible, muy típico de Europa que siempre ha tratado con dureza lo diverso, y que ha utilizado lo diverso como excusa para acusar al otro de algo –no hay que olvidar que la Inquisición es un fenómeno estrictamente europeo, aunque exportado a América, sin parangón en ninguna otra religión o región del planeta. No estoy diciendo que la Inquisición sea una expresión de racionalismo, sino que en este momento se apoyan mutuamente racionalismo e Inquisición en una causa común.

Otro elemento ha sido la radicalización de los quietistas que al verse apoyados por hombres importantes ofrecieron flanco a la acusación (la Inquisición) que cada vez estaba más irritada y a la vez hostigada porque no terminaban de controlar el fenómeno. Y no nos vamos a olvidar de las tensiones políticas entre la Corte francesa y el papado con un trasfondo revanchista de viejas rencillas.

Además está un problema de fondo que es el control. En este momento y contra el quietismo se alinean los jesuitas, los dominicos, los franciscanos, la curia y la ortodoxia en general. Porque el quietismo pone al practicante en posibilidad de la experiencia directa sin ritos, sin intermediarios, sin padres espirituales que conduzcan por el recto camino, sin jerar-

quías. Esta posibilidad es un peligro no solo para la estructura de la Iglesia, sino también para la estructura de las órdenes que “guiaban” a los espirituales. Había que cortar este fenómeno que de extenderse y generalizarse haría tambalear muchas estructuras.

Pero en sí la condena no es un hecho grave históricamente hablando. Antes de esta hubo cientos si no miles de condenas. La diferencia está en la importancia del personaje y el entorno condenado y en el punto de inflexión que supuso. Ahora veremos cómo a partir de aquí la propaganda va convirtiendo a todo místico en hereje, en desconfiable, en alucinado, en loco, y pocos o ningunos se atreven a mostrarse.

Persecución. La vela se apaga

En estos últimos veinte años de siglo la persecución se acentúa al máximo. Por un lado se detienen y juzgan a cientos de personas en Italia y Francia principalmente. Por otro se prohíbe todo libro místico sospechoso, no solo susceptible de quietismo:

La crisis de Molinos abre un período de represión anti-quietista que desborda inclusive el ámbito de los escritores directamente inculpados, para proyectarnos con efectos retroactivos sobre autores anteriores. En esa última década se despliega una “campana antimística” que llega al paroxismo. Hace muchos años escribió Ch. Lea que la condenación de Molinos supuso un profundo cambio en la Iglesia frente a los místicos; más aún, la ruptura con

*el misticismo*¹⁴. En las más penetrantes páginas escritas sobre el quietismo, el carmelita P. Eulógio afirma sin rebozo: “La literatura espiritual sobre el tema de la oración aparecida por aquellos años quedó diezmada por las acciones del Santo Oficio y de las diversas inquisiciones. En más de una ocasión los calificadores decidieron, no tanto por manifiestos errores formales cuanto por el peligro creado con expresiones imprudentes o de fácil versión quietista... Perseguido a muerte por los guardianes de la fe, el quietismo puede considerarse fenecido antes de terminar el siglo XVII”^{15 16}

No vamos a listar la cantidad de obras condenadas porque es excesivo. Además se condenaron obras con carácter retroactivo y fueron prohibidos libros que venían circulando libremente durante décadas: “*al decir de J. R. Armogache, ello suponía ‘el frenazo del mayor movimiento místico que conoció Europa en el siglo XVII’, y alimentaría la atmósfera de sospecha y represión frente a la mística en el siglo XVIII.*”¹⁷

Efectivamente, de ahí en adelante asistiremos a la muerte de la mística europea. Quizá suena un poco fuerte decirlo así, pero las excepciones, que las hay,

14 H. Ch. Lea, *Molinos and the Italian Mystics*, *The American Historical Review*, 11 (1906), págs. 243 y 260.

15 Eulógio de la Virgen del Carmen, *Literatura espiritual del Barroco y de la Ilustración*, en la *Historia de la espiritualidad* dirigida por B. Jiménez Duque-L. Sala Balust (Barcelona, 1969) II, págs. 371-2.

16 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de J. I. Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975, pág. 37.

17 *Ibíd.*, pág. 38.

son islas en un desierto de racionalismo que persistirá por varios siglos.

Ahora que estamos asistiendo en el siglo XXI al desfallecimiento y caída del racionalismo podemos ver con cierta perspectiva histórica estos fenómenos de hace unos siglos. No me parece exagerar al marcar ese momento histórico de finales del siglo XVII como el ocaso del misticismo europeo:

Con todo, resume bien la situación resultante L. Cagnet al afirmar que la desconfianza adquirió bases doctrinales, invadieron la piedad el intelectualismo y el psicologismo, se desconfió de todo lo que no fuese razón, conciencia y pensamiento y se tendió considerar como una ilusión toda oración pasiva o no conceptual. “Poco a poco –concluye-, a medida que pasan los años, la mística se hace sospechosa e inclusive se tiñe progresivamente de un peligroso ridículo”.¹⁸

MIGUEL DE MOLINOS Y LA GUÍA ESPIRITUAL

Biografía

Nace en Muniesa, Aragón, en 1628. Hasta su llegada a Roma poco se sabe. Parece que de joven se traslada a Valencia donde estudia con los jesuitas llegando a

18 Ibid., pág. 39.

ser capellán de una iglesia. En 1665 se traslada a Roma y rápidamente coge renombre. Diez años después publica *Guía Espiritual que desembaraza al alma y la conduce por el interior camino, para alcanzar la perfecta contemplación y el rico tesoro de la interior paz*. Como hemos visto el libro en pocos años corre por toda Europa. Unos años después la Inquisición inicia un proceso contra él y es detenido en 1685 y dos años después es condenado a perpetuidad. Fallece en la cárcel en 1696.

La Guía. Presentación, aclaraciones, conceptos y destinatario

El libro se presenta con unas explicaciones muy sencillas y claras sobre qué es mística y qué es meditación, poniendo el énfasis en la experiencia:

A quien leyere

La ciencia mística no es de ingenio, sino de experiencia; no es inventada, sino probada; no leída, sino recibida, y así es segurísima y eficaz, de grande ayuda y colmado fruto.

No entra la ciencia mística en el alma por los oídos, ni por la continua lección de los libros, sino por la liberal infusión del divino espíritu, cuya gracia se comunica con regaladísima intimidad a los sencillos y pequeños. (...)

¿Quién pondrá tasa a la bondad divina, cuya mano no está abreviada para hacer lo que en otros tiempos? No llama Dios por mérito ni al más fuerte, sino al más flaco y miserable, para que más resplandezca su infinita misericordia.

*No es esa ciencia de teórica, sino de práctica, en donde sobrepaja con grandísima ventaja la experiencia a la más avisada y despierta especulativa.*¹⁹

De esta genial y bellísima definición enseguida nos llama la atención varias afirmaciones: la importancia de la experiencia; quienes son los que llegarán a ella, o sea, los sencillos, los flacos –los que reconocen su flaqueza–; y que la ciencia mística no llega por los oídos ni por los libros o como dijo Silo: “la real sabiduría no se transmite por medio de libros ni de arengas.”²⁰

Más adelante explica las diferencias con la meditación y que el recogimiento interior es para avanzados.

*1 Dos modos hay de ir a Dios, uno por consideración y discurso, y otro por pureza de fe, noticia distinta, general y confusa. El primero se llama meditación; el segundo, recogimiento interior o adquirida contemplación. El primero es de principiantes, el segundo de aprovechados. El primero es sensible y material, el segundo es más desnudo, puro e interior.*²¹

Y un poco más adelante explica los conceptos de meditación –referida a reflexión– y oración de quietud, que también llama recogimiento interior o contemplación:

9 Cuando el entendimiento considera los misterios de nuestra santa fe con atención para conocer sus verdades, discurrendo sus particularidades y ponderando sus circunstancias para mover los afectos en

19 *Ibíd.*, págs. 103 y 104.

20 Silo, *La Curación del Sufrimiento*, de *Obras Completas*, ed. Oscar Elegido González-Quevedo, Madrid, 1999, pág. 662.

21 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, Defensa de la Contemplación, edición José Ángel Valente, Barral, Barcelona, 1974, pág. 67.

la voluntad, este discurso y piadoso afecto se llama propiamente meditación.

10 Cuando ya el alma conoce la verdad (ora sea por el hábito que ha adquirido con los discursos o porque el Señor le ha dado particular luz) y tiene fijos los ojos del entendimiento en la sobredicha verdad, mirándola sencillamente, con quietud, sosiego y silencio, sin tener necesidad de consideraciones ni discursos ni otras pruebas para convencerse, y la voluntad la está amando, admirándose y gozándose en ella, ésta se llama propiamente oración de fe, oración de quietud, recogimiento interior o contemplación.²²

En cuanto al destinatario, Molinos vuelve a aclarar que esta guía es para quienes ya han van avanzados en su camino:

De advertirse que la doctrina de este libro no instruye a todo género de personas, sino solamente a aquellas que tienen bien mortificados los sentidos y pasiones y que están ya aprovechadas y encaminadas en la oración, y llamadas de Dios al interior camino, a las cuales alimenta y guía, quitándolas los impedimentos que embarazan el paso a la perfecta contemplación.²³

Actitud

Sobre este punto encontramos recomendaciones que nos suenan familiares por su cercanía con nues-

22 *Ibíd.*, pág. 70.

23 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de J. I. Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975, pág. 105.

tras recomendaciones de paz interior, de reconciliación profunda, de no sobresalto, de desapego como él lo expresa “*vacía de afectos, deseos y pensamientos*”:

*Has de saber que es tu alma el centro, la morada y reino de Dios; pero para que el gran rey descansa en ese trono de tu alma, has de procurar tenerla limpia, quieta, vacía y pacífica. Limpia de culpas y defectos, quieta de temores, vacía de afectos, deseos y pensamientos, y pacífica en las tentaciones y tribulaciones.*²⁴

Procedimientos

En la Guía de Molinos hay suficientes y claras explicaciones de cómo trabajar. No reproduciremos todas sino que entresacaremos las que parecen más sencillas. Como veremos pone el énfasis en cortar la actividad de la mente “*con una atención amorosa y sencilla vista de Dios*”, o sea, cerrando el foco atencional en una sola imagen y entregarse a esa tarea “*desechando con suavidad todas las imaginaciones*”. Sin duda nos resuena mucho esta forma de trabajar:

12 Siempre que se alcanza el fin cesan los medios, y llegando al puerto la navegación. Así el alma, si después de haberse fatigado por medio de la meditación, llega a la quietud, sosiego y reposo de la contemplación, debe entonces cercenar los discursos y reposar quieta, con una atención amorosa y sencilla

24 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual*, Defensa de la Contemplación, edición José Ángel Valente, Barral, Barcelona, 1974, pág. 79.

*vista de Dios, mirándole y amándole, y desechando con suavidad todas las imaginaciones que se le ofrecen, quietando el entendimiento en aquella divina presencia, recogiendo la memoria, fijándola toda en Dios, contentándose con el conocimiento general y confuso que de él tiene por la fe, aplicando toda la voluntad de amarle, donde estriba todo el fruto.*²⁵

Se ve claramente la importancia de concentrarse en la imagen con una carga afectiva suficiente. Y volverá sobre esto insistentemente:

*15 Cuando el alma llega a este estado, debe recogerse toda dentro de sí misma, en su puro y hondo centro, donde está la imagen de Dios: allí la atención amorosa, el silencio, el olvido de todas las cosas, la aplicación de la voluntad con perfecta resignación, escuchando y tratando con él tan a solas como si en todo el mundo no hubiese más que los dos.*²⁶

En la siguiente cita además de la concentración explica cómo el Propósito actúa copresente “*entregándote en sus manos*” cuando cierras los sentidos.

65 Allí estarás con atención y vista sencilla, con advertencia tranquila y llena de amor al mismo Señor, resignándote y entregándote en sus manos para que disponga y ordene en ti según su beneplácito, sin hacer reflexión a ti misma, ni aun a la misma perfección. Allí cerrarás los sentidos, poniendo en Dios el cuidado de todo tu bien, con una soledad y total olvido de todas las cosas de esta vida. Finalmente, la fe ha de ser pura, sin imágenes ni especies, sencilla, sin discursos y universal, sin reflexión de cosas distintas.

25 Ibid., pág. 71.

26 Ibid., pág. 72.

66 *La oración de recogimiento interior está figurada en aquella lucha que dice la Escritura tuvo toda la noche con Dios el Patriarca Jacob, hasta que salió la luz del día y le bendijo; porque el alma ha de perseverar y luchar con las dificultades que sintiere en el recogimiento interior, sin desistir hasta que le amanezca la luz y el Señor le de su bendición.*²⁷

Esta parte final me recuerda a la salida de la segunda cuaterna y a la luz del sol de los registros de la tercera, o dicho de otro modo: “... *Allí debes esperar la alborada, paciente y con fe, pues nada malo puede ocurrir si te mantienes calmo*”. Y un poco más adelante: “*Si en la explanada logras alcanzar el día surgirá ante tus ojos el radiante Sol que ha de alumbrarte por vez primera la realidad. Entonces verás que en todo lo existente vive un plan.*”²⁸

Carga afectiva

Anteriormente hemos visto textos en los que habla de la carga afectiva, de la importancia del afecto. Para él en eso está la perfección:

131 *La perfección del alma no consiste en hablar, ni en pensar mucho en Dios, sino en amarle mucho. Este amor se alcanza por medio de la resignación perfecta y el silencio interior.*²⁹

27 *Ibíd.*, págs. 108 y 109.

28 Silo, *El Mensaje de Silo, La mirada Interna*, Edaf, Madrid, 2008, págs. 81 y 83.

29 Miguel de Molinos, *Guía Espiritual, Defensa de la Contemplación*, edición José Ángel Valente, Barral, Barcelona, 1974, págs. 132 y 133.

En este caso me parece que debemos entender resignación no como sacrificio sino como desprendimiento, desapego.

Desapego

Molinos expresa la máxima del desprendimiento. No solo desapego de todo lo creado, sino de todo deseo y pensamiento.

130 A esta interior soledad y silencio místico la llama y conduce cuando le dice que le quiere hablar a solas, en lo más secreto e íntimo del corazón. En este silencio místico te has de entrar si quieres oír la suave, interior y divina voz. No te basta huir del mundo para alcanzar este tesoro, ni el renunciar a sus deseos, ni el desapego de todo lo criado, si no te despegas de todo deseo y pensamiento. Reposa en este místico silencio y abrirás la puerta para que Dios se comunique contigo, se una contigo y te transforme.³⁰

Ya vamos viendo, lo veremos más adelante, cómo habla de la voz interior –los significados profundos– como algo suave. En el siguiente texto habla de una atención suave e insiste en el desapego, en *no quieras nada*:

41 Mira si se han de estimar y abrazar las tinieblas. Lo que debes hacer en medio de ellas es creer estás delante del Señor y en su presencia; pero ha de ser con una atención suave y quieta. No quieras saber nada, ni busques regalos, ternuras, ni sensibles devociones, ni quieras hacer otra cosa que el divino beneplácito, porque de otro modo no harás en toda tu

30 Ibid., pág. 132 y 133.

*vida otra cosa que dar vueltas en círculos y no darás un paso en la perfección.*³¹

Dificultades

Miguel de Molinos entiende cual es la principal dificultad, la actividad de la propia conciencia, el ruido de la mente, que no es fácil parar:

*99 Dirásme (como me han dicho muchas almas), que hecha la entrega de ti misma con perfecta resignación en la presencia de Dios, por el acto puro de fe ya referido, que no mereces ni aprovechas, porque el pensamiento en el tiempo de la oración se divierte de manera que no puede estar fijo en Dios.*³²

A esto responde que hay que mantenerse en la intención y fortalecer la determinación porque aunque no lo parezca se va avanzando. Luego explica algo que vamos a encontrar muy en consonancia con nuestro estilo de vida:

110 Procura, pues, desde que sales de la oración hasta que vuelvas a ella, no distraerte ni divertirte, sino andar resignado totalmente en la voluntad de Dios, para que haga y deshaga de ti y de todas tus cosas según su divino beneplácito, fiándote de él como de amoroso padre. No revoques jamás esa intención, y aunque te ocupes en las obligaciones del estado en que Dios te ha puesto, andarás siempre en oración, en la presencia de Dios y en perpetua resignación. Por eso dijo San Juan Crisóstomo: El justo no deja de

31 *Ibíd.*, pág. 98.

32 *Ibíd.*, pág. 121.

orar, si no es que deje de ser justo; siempre ora el que siempre obra bien, y el buen deseo es oración; y si es continuo el deseo, es también continua la oración.
(Super 1, Ad., Thesalom. 5).³³

Me parece que hay dos temas en este párrafo. El primero el Propósito, en el que hay que estar no solo en el momento de ascesis sino que “*Cuando está configurado y es consciente, es muy fuerte. Alguien que no tiene Propósito tiene una vida muy cambiante. El Propósito está trabajando si vives en él. En él vivimos, nos movemos y somos*”. Y segundo es el tema de la conciencia de sí. Cuando entro al trabajo interno, en él se va a reflejar mi estado habitual. Si vengo con ruido, preocupaciones o tenso, disperso, desatento, distraído, va a ser difícil que pueda trabajar bien. Si durante el día, o si mi estilo de vida cuida de la atención y de tener presente el Propósito porque es algo importante para mí, al entrar al trabajo todo mi ser se vuelca en ello y la fuerza de mis actos, de mi Propósito es mayor.

Significados profundos y experiencias

Hemos encontrado muchas citas muy bellas en la *Guía Espiritual* sobre el rescate de significados profundos, sobre registros de plenitud, sobre la suavidad y la bondad interior, como esta:

66 El fondo de nuestra alma sabrás que es el asiento de nuestra felicidad. Allí nos manifiesta el Divino

33 Ibid., pág. 124.

*Señor las maravillas. Allí nos engolfamos y perdemos en el mar inmenso de su infinita bondad, en quien quedamos estables e inmóviles. Allí la inefable fruición de nuestra alma y la eminente y amorosa quietud. El alma humilde y resignada que llegó a este fondo, ya no busca sino el grado puro de Dios, y el divino y amoroso espíritu la enseña de todas las cosas su suave y vivífica unión.*³⁴

En la siguiente veremos cómo describe todo el proceso: suspensión de los sentidos y la conciencia, entrando en un estado de quietud y letargo, sin entender, con suave calma, y a la vuelta viene cargada de significados, de sabiduría y amor, transformada en humildad y verdad interna, y cómo esta experiencia afecta a su estilo de vida significativamente:

121 Allí el divino Esposo, suspendiéndole las potencias, la adormece con un suavísimo y dulcísimo sueño. Allí dormida y quieta recibe y goza, sin entender lo que goza, con suavísima y dulcísima calma. Allí el alma elevada y sublimada en este pasivo estado se halla unida al sumo bien, sin que le cueste fatiga esta unión. Allí en aquella suprema región y sagrado templo del alma, se agrada el sumo bien, se manifiesta y deja gustar de la criatura, con un modo superior a los sentidos y a todo humano entender. Allí el puro espíritu, que es Dios, no siendo la pureza del alma capaz de las cosas sensibles, la domina y se hace dueño, comunicándole sus ilustraciones y sentimientos necesarios para la más pura y perfecta unión.

122 Vuelta en si el alma de estos dulces y divinos abrazos, sale rica de luz, de amor, y de una estima de la divina grandeza y conocimiento de su miseria hallán-

34 *Ibíd.*, pág. 207.

*dose toda divinamente mutada y dispuesta a abrazar, a padecer y a practicar la más perfecta virtud.*³⁵

A continuación veremos a Molinos describiendo la soledad interior, ese vacío interno que a veces nos espanta, pero que en otras ocasiones hemos sentido que es ahí donde pasan las cosas importantes, las grandes comprensiones y los significados que hacen al reconocimiento de otra realidad y la iluminación, “*es el contacto con lo Profundo de la mente humana, una profundidad insondable en que el espacio es infinito y el tiempo eterno*”³⁶:

Consiste en el olvido de todas las criaturas, en el despego y perfecta desnudez de todos los afectos, deseos y pensamientos, y de la propia voluntad. Esta es la verdadera soledad, donde descansa el alma con una amorosa e íntima serenidad, en los brazos del sumo bien.

*113 ¡Oh qué infinitos espacios hay dentro del alma, que ha llegado a esta divina soledad! ¡Oh qué íntimas, qué retiradas, qué secretas, qué anchas y qué inmensas distancias hay dentro del alma feliz que ha llegado a ser verdaderamente solitaria! Allí trata y se comunica el Señor interiormente con el alma. Allí la llena de sí, porque está vacía; la viste de su luz y amor, porque está desnuda; la eleva porque está baja y la une y la transforma en sí porque está sola.*³⁷

Es recurrente entre místicos de distintas culturas y momentos históricos el tema de morir antes de morir,

35 Ibid., pág. 225.

36 Silo, intervención pública con motivo de la inauguración de la Sala de Sudamérica, Parque La Reja, Buenos Aires, 7 de mayo de 2005, www.silo.net.

37 Ibid., pág. 221.

entendido de dos formas: por un lado el morir al mundo en tanto que ya no atraen los intereses mundanos; y por otro el morir en uno mismo que no es otra cosa que el fracaso existencial, el fracaso de los sentidos provisorios que han dirigido la vida hasta ese momento. En el fondo, estas dos acepciones, son la misma, y se registra efectivamente como la muerte de una parte de sí mismo que ya no puede continuar más.

Pasar por esta situación es inevitable en el camino interno y a pesar de su aparente sabor desagradable o trágico, es definitivamente una liberación de condiciones previas opresoras y falsas. Falsas en el sentido de inconducentes al Sentido de la Vida.

Este tema tan importante se ha expresado de muy diversas formas. Así lo expresa nuestro autor:

78 Qué feliz serás si no cuidas de otra cosa que de morir en ti misma: entonces no sólo saldrás vencedor de los enemigos, sino de ti misma, en cuya victoria hallarás de cierto el puro amor, la perfecta quietud y la divina sabiduría. Es imposible que nadie pueda sentir y vivir místicamente, en sencilla inteligencia de la divina e infusa sabiduría, sino muere primero en sí, por la total negación del sentido y racional apetito.³⁸

Para concluir, a modo de cierre, sin comentarla, pondremos esta última cita genial, poética, inspiradora:

204 Porque en el trono de quietud se manifiestan las perfecciones de la espiritual hermosura; aquí la luz

38 Ibid., pág. 211.

verdadera de los secretos y divinos misterios; aquí la humildad perfecta hasta la aniquilación de sí misma; la plenísima resignación, la castidad, la pobreza de espíritu, la inocencia y la sencillez de paloma, la exterior modestia, el silencio y soledad interior, la libertad y pureza del corazón; aquí el olvido de lo creado, hasta de sí misma, la alegre simplicidad, la celestial indiferencia, la oración continua, la total desnudez, el perfecto despego, la sapientísima contemplación, la conversación del cielo y, finalmente, la perfectísima y serenísima interior paz de quien puede decir esta alma lo que dijo el Sabio de la Sabiduría, que con ella le vinieron todas las demás gracias: Con ella me vinieron a la vez todos los bienes. (Sap 7,11).³⁹

EPÍLOGO

Este breve estudio no deja de ser una aproximación al tema de la historia de la mística occidental. Tema que necesitará ser revisado en profundidad, analizado y reinterpretado. Pero para eso se necesitarán unos nuevos ojos y una nueva sensibilidad, un nuevo horizonte espiritual, una nueva altura histórica que ponga a los estudiosos en situación de reconocer el aporte tan importante que Europa ha hecho al mundo con su mística.

Pero hablar así nos choca a nosotros mismos. El concepto establecido, la verdad establecida es que Europa ha aportado al mundo la técnica –en mayús-

39 Ibid., pág. 250.

culas—, el pensamiento, la democracia, el desarrollo social, y por sobre todo, la razón. No vamos a negar estos aportes aunque en alguno de ellos se peque de eurocentrismo: hay aportaciones al pensamiento muy importantes en India y Japón entre otros. Pero el tiempo está cambiando y si hasta ahora Occidente (Europa más Estados Unidos) estaba en la cumbre, ya en los próximos decenios no va a ser así, como no podía ser de otra manera, si es que las distintas regiones del globo continúan su desarrollo. Y eso forzaría a Europa a desprenderse de su soberbia y a hablar al resto del mundo en situación de paridad.

Pero volviendo a nuestro tema y para aportar algunos trazos adicionales, me parece que Miguel de Molinos es uno de los grandes escritores místicos a la altura de Teresa de Jesús, Dôgen, Ibn Arabi, Nagarjuna o Milarepa. Quizá la historia no le haya tratado bien o lo haya ocultado. Pero en su lectura no podemos por más que reconocer la altura espiritual de uno de los grandes. Para sumar a esta opinión citaremos Elemire Zolla, autor de la magna obra *Los místicos de Occidente* que es entrevistado en el prólogo de la edición en castellano por Valentí Gómez i Oliver:

VGO: Has hablado del misticismo como el conocimiento de lo eterno, del regreso de la unidad, a lo uno. ¿Cómo se obtiene?

EZ: Hay mil caminos. Unos pueden ser opuestos a otros. También podría responder que se logra a través de la violación, de manera sistemática, de todas las leyes como el tantra. La definición más precisa, sin embargo, son muy pocos quienes la recuerdan: es la

del quietismo, la de Miguel de Molinos⁴⁰, por ejemplo. Los esfuerzos que hacen los tratados de mística católica para sostener que la mística es uno de los pilares de la religión, mientras que el quietismo es una herejía, me hacen sonreír.⁴¹

Compartimos la importancia que da a Miguel de Molinos como también compartimos su sonrisa ante los intentos de la religión de manipular la mística. Pero la entrevista tiene más jugo. Veamos lo que dice sobre qué pasa a partir del siglo XVII:

VGO: ¿Por qué te detienes en el siglo XVII?⁴² ¿Acaso no hay místicos en el siglo XIX o en el XX?

EZ: Porque a partir de entonces, del XVIII, cesa el gran estilo de la mística. Hay místicos en el siglo XIX, pero si contemplo su estructura, su manifestación, me enfrento siempre con un estilo un poco “miserable” respecto de la época que yo considero plena...⁴³

Quizá es una expresión un poco exagerada, pero claramente la gran mística europea termina en ese momento. Y para terminar con las citas, en la siguiente nos deja un sabor a reconocimiento del aporte de la mística europea y concretamente española:

40 Se está refiriendo al texto de Miguel de Molinos que hemos citado en el apartado: “*La Guía. Presentación, aclaraciones, conceptos y destinatario*”.

41 Zolla, Elémire, *Los Místicos de Occidente*, vol. I, Paidós, Barcelona, 2000, pág. 15.

42 La obra de Zolla recorre la mística occidental empezando por el mundo pagano (desde el siglo VI a.n.e. para terminar el recorrido a finales del siglo XVII.

43 Zolla, Elémire, *Los Místicos de Occidente*, vol. I, Paidós, Barcelona, 2000, pág. 16.

VGO: Buena parte de tu obra va siendo traducida al castellano y cada vez más dejas de ser un ilustre desconocido. ¿Qué opinión te merece que una obra tan importante como *Los místicos de Occidente* sea traducida al castellano?

EZ: Creo que la mente de un español está hecha para poder comprender estos argumentos. La mística española es una de las cosas más importantes que puede ofrecer Europa. Habiendo leído algunas cosas fundamentales, y habiendo podido saber que san Juan de la Cruz es el primer autor que instaura un lenguaje incomprensible para reflexionar sobre la incomprensibilidad de la experiencia mística (como muy bien explica Luce López-Barral), es lógico que el público que lee en español pueda sentirse como en casa al leer todos estos autores.⁴⁴

Esta incomprensibilidad de la experiencia mística coincide con la dificultad por un lado de transmitir la experiencia y por otro de racionalizarla. Efectivamente, para el racionalismo la experiencia mística no solo es incomprensible, sino dudosa, desconfiable y carente de utilidad. Pero sí, desde fuera de la experiencia esta se percibe como incomprensible. Pero paradójicamente es sumamente atractiva porque se intuye que es en ella donde quizás están las respuestas a las búsquedas importantes.

No mucho más que aportar. Solo queda expresar nuestro agradecimiento a los *rara avis* que estudiaron e investigaron la mística y nos la presentaron en sus libros para facilitar nuestro acceso a ella y entenderla. Respecto de Miguel de Molinos, no ha sido el interés

44 *Ibíd.*, pág. 16.

hacer justicia, ya que vendrá un tiempo histórico en el que se le redescubrirá por encima de oficialismos, sino rescatarlo del olvido.

Resumen

Hemos hecho un breve recorrido por la situación de la religiosidad en Europa desde el siglo xi al xvi-observando cómo la crisis religiosa y de valores se acentúa mientras llega el Renacimiento. A la vez la expresión mística como respuesta a esta crisis crece y brilla justo en el momento de máxima perturbación –la Reforma y la Contrarreforma y la Guerra de los 30 años–. Al final del siglo xvii asistiremos al enfrentamiento entre racionalismo y tradicionalismo por un lado contra la mística por otro, utilizando como campo de batalla Italia y como objeto de pelea el quietismo y su máximo exponente: Miguel de Molinos. Finalmente la rama de la viva experiencia es cortada y en los decenios siguientes se certificará su defunción.

Después hemos caminado por las páginas de Miguel de Molinos que con claridad y sencillez nos ha mostrado actitudes, procedimientos, recomendaciones y experiencias de acceso a lo profundo, la suspensión del yo y el rescate de significados. Nos ha hablado del Propósito, la carga afectiva, las dificultades y propondrá soluciones: un estilo de vida coherente con el Propósito y lo sagrado.

Síntesis

Hubo un tiempo en Europa en el que la gente hablaba de lo místico en las plazas, en las cocinas de las casas. Hubo un tiempo en el que lo espiritual estaba en los temas de las gentes. Innumerables tendencias y corrientes, multitud de personas estaban en estos temas. Decenas de libros y decenas de ediciones. La oleada fue corriendo por países: en unos momentos se elevaba en España, en otros en Francia o Italia, finalmente en Alemania.

Este período magnífico de dos siglos en el que despuntaron grandes figuras de lo místico terminó a finales del siglo xvii con la figura de Miguel de Molinos, el último gran místico europeo.

Finalmente el racionalismo y la rígida ortodoxia formal triunfaron. Ahora que ambos se resquebrajan y caen, ahora que lo espiritual también renace en Europa, ahora se pueden rescatar estos momentos maravillosos que los historiadores, como es de esperar subidos aún en el racionalismo imperante, no han sabido valorar. A veces ni siquiera han sabido conocer.⁴⁵

¿Cómo se puede obviar que los predicadores desde sus púlpitos fueron capaces de movilizar pobla-

45 Digo esto porque nos han enseñado en los colegios y en los institutos Historia del arte, Historia de la filosofía, Historia política, Historia económica, Historia de la ciencia, Historia de la literatura. Muchas historias. Pero nunca, digo nunca, nos enseñaron historia de la mística. ¿Cómo puede ser? Lo más que pasó, es que dentro de la Historia de la Literatura se nos mandase leer a Juan de la Cruz. Y esto sigue así actualmente, aún no ha cambiado en los colegios y en los institutos.

ciones en dirección positiva o negativa? ¿Cómo se puede desconsiderar que reyes y gobernantes dejaron su alma y las decisiones de Estado en consultas con confesores, espirituales y hombres de Dios? Sin duda, el mundo no era como nos han hecho creer los historiadores racionalistas que negaron el impulso espiritual de aquellos siglos.⁴⁶

Es claro que hubo manipulación y engaño desde los que eran referentes, desde los púlpitos, pero también hubo hombres que transmitían la verdad interior.

Muchos aspectos marcan la altura de los tiempos. Una de ellos es en qué temas está la gente, en qué cree, de qué habla. En esos siglos se habló, se conversó, se practicó y mucho y por muchos lo espiritual de muchas y diversas formas.

Pero ahora vivimos en un tiempo de reacción a lo religioso. Cualquier cosa que huela a esto es rechazada o tachada. ¿Y qué tendrá que ver lo religioso con lo místico? Más aún, ¿qué sería del cristianismo, del Islam o de cualquier religión, sin lo místico? Nada, simplemente no habría existido. La experiencia espiritual profunda, o sea, lo místico, es la chispa sagrada que incendia a los grandes fundadores de religiones que, desde esa experiencia, arrojan esos huracanes que transforman la Historia. Lo místico florece en todos los tiempos y en todas las culturas e intenta

46 Baste leer el estupendo libro de Ana Martínez Arancon, *Geografía de la eternidad*, ed. Tecnos, Madrid, 1987, para comprender el papel fundamental de los predicadores y los espirituales en los siglos XVI y XVII.

adaptarse y sobrevivir en el mundo que le toca vivir. Lo místico es universal, atemporal. Estuvo en lo anterior, está en el durante y estará en lo posterior a todas las religiones. Porque está en el alma humana como el enamoramiento, el arte, la poesía, la amistad y lo divino.

LOS MITOS EN MOMENTOS
DE DERRUMBE SOCIAL

Aclaración. El presente texto fue expuesto como ponencia en el III Simposio Mundial “Un nuevo humanismo para una nueva civilización” organizado por los Centros de Estudios Humanistas celebrado en Parques de Estudio y Reflexión, Attigliano, Italia, del 2 al 4 de noviembre de 2012.

En primer lugar me gustaría dar las gracias a los organizadores del Centro de Estudios Humanistas “Salvatore Puleda”, a la comisión del Parque Attigliano, y a todos aquellos que han impulsado esta excelente idea del simposio que ha servido sin duda de intercambio y de atmósfera de la que han surgido nuevas comprensiones y nuevos retos.

Introducción

Con esta intervención no pretendo dar respuesta a una inquietud sino poner el tema sobre la mesa para abrir el intercambio, plantear algo que nos preocupa porque sentimos la fuerte inestabilidad que se está generando y no sabemos cómo saldremos de esta situación. Y nos parece que el tema de los mitos presentes y futuros es parte central de este problema ya que son ellos los que están entrando en crisis produciendo esta inestabilidad.

No me ha parecido nada fácil observar el momento presente y futuro desde el punto de vista de los

mitos, principalmente porque estamos apegados a ellos y, también, porque nuestras creencias filtran y prejuzgan lo que nuestras miradas ven.

Cuando hablamos de mitos, ¿de qué estamos hablando? ¿Acaso de héroes, dioses, hazañas que nos traen ecos del lejano pasado? ¿Cómo en este mundo altamente tecnológico y con un gran desarrollo legislativo, educativo y social se puede plantear este tema? Las voces de la razón, –quizá de la diosa razón– dirán que de la crisis saldremos racionalmente. Pero eso ya no es tan creíble y por mucho que se quiera insistir, ese mito se está rompiendo. Unas décadas atrás quizá, pero ahora la diosa razón está cayendo y nuevos dioses y nuevos mitos se levantan. Decir que la razón es un mito o una diosa para algunos puede parecer insultante, pero estamos viendo cómo las personas van tomando conciencia de la sobrevaloración que se ha tenido de la parte lógica y racional del ser humano, que sirve para algunas cosas, pero no para todo.

Entonces no encuadraremos al mito desde la razón ni desde la explicación académica sino desde el transfondo de las actitudes vitales y la comprensión psicológica. En este punto me parece muy oportuna la explicación dada por Silo en su conferencia de presentación de su libro *Mitos raíces universales* en 1991 en Buenos Aires. Él dice:

“Debo advertir que no entiendo a los mitos como falsedades absolutas sino, opuestamente, como verdades psicológicas que coinciden o no con la percepción del mundo que nos toca vivir. Y hay algo más, esas

creencias no son solamente esquemas pasivos sino tensiones y climas emotivos que, plasmándose en imágenes, se convierten en fuerzas orientadoras de la actividad individual o colectiva. Independientemente del carácter ético o ejemplificador que a veces les acompaña, ciertas creencias poseen una gran fuerza referencial por su misma naturaleza.”¹

Entonces, cuando hablamos de mitos estamos refiriéndonos a creencias capaces de movilizar el comportamiento hacia lo que pensamos nos hará felices.

Así mismo debemos considerar brevemente el tema cultural y geográfico. Aunque las culturas están conectadas no todas están en la misma situación respecto de los mitos que se están cayendo. Para decirlo claramente, no será la misma situación la que se viva en la cuna del capitalismo, si este termina derribado por la historia, que la que se viva en culturas que, aunque influidas por la cultura imperante, han mantenido ciertos valores, cierta espiritualidad, cierto alejamiento del materialismo desbocado. Desde luego, es fácil entenderlo, no sufre igual quien está apegado o interesado, que quien tiene otros valores u otros intereses.

Además deberíamos apuntar que los mitos o las creencias a veces tienen aires a nuevo, pero si las despojamos de su ropaje epocal nos vamos a encontrar con núcleos esenciales que reconocemos en historias muy antiguas, tan antiguas como para perder su origen en el pasado lejano.

1 Silo, *Mitos raíces universales, Conferencia sobre mitos raíces universales*, Centro Cultural San Martín, Buenos Aires, 18/04/91. Ed. Antares, Madrid, 1992, pág. 18.

Ejemplo histórico

Veamos un ejemplo histórico. Por un momento veamos al mundo mediterráneo de dos mil años atrás. Los historiadores hablan de la llamada “crisis del mundo antiguo” y la localizan en esta área desde el siglo III antes de nuestra era hasta el siglo IV de esta era. Esta crisis envolvió a todas las culturas de este entorno, no solo a la griega y romana. También afectó profundamente a la egipcia, mesopotámica, la judía, y a los diferentes cultos locales.

Al igual que el momento presente, fue el desgaste de los viejos valores, el contacto entre las culturas que propició Alejandro Magno y la aceleración del comercio los factores más importantes que provocaron esta crisis. Con el comercio llegaban costumbres, sensibilidades, creencias, ritos, cultos, conocimientos y personas de apariencias y hablas desconocidas.

Se inició el proceso de síntesis y aparecieron dioses sincréticos como Serapis, a la vez que los dioses locales viajaban y se instalaban por todo el Mediterráneo. Así vemos a Calígula muy cerca de aquí, en el lago Nemi, construir dos naves-templos a la diosa egipcia Isis sobre el año 40 de nuestra era. Ya estamos en plena crisis. Las señales hacen rano que están indicando la caída de los dioses. Un ejemplo espectacular es la acción del general y dictador romano Lucio Cornelio Sila en el año 86 a.d.e. cuando saqueó Delfos, el ombligo sagrado del mundo antiguo. Pero eso no fue todo, antes había hecho lo mismo en otros lugares sagrados: Olimpia y Epidauró. Estas acciones eran in-

concebibles un siglo antes. La decadencia fue a más y Nerón, un siglo después, asaltó de nuevo Delfos llevándose 500 estatuas. Este santuario no se recuperó y poco a poco fue apagándose después de dos mil años de irradiación.

Estamos en plena crisis de valores y creencias y se presiente el peligro del futuro desconocido. Mientras el Imperio llega a su máximo apogeo militar y comercial las costumbres son decadentes y las ceremonias se han ritualizado hacia la pérdida de su significado profundo.

Mientras esto ocurre, los más sensibles con la situación intentan respuestas. Varios siglos antes ya habían impulsado el estoicismo, el hedonismo, el epicureismo. Pero la multiplicación de respuestas es sorprendente. El culto a Mitra se extiende rápidamente sobre todo en las legiones; el gnosticismo brota en Egipto y sus ramas se mezclarán con otro culto oriental de fuerte impronta misionera: el cristianismo que ya en el siglo III estaba expandido por todo el Imperio. Pero también florece el culto a Cibele y a Sol Invictus, que procedente de Siria, se asocia a Apolo o Mitra. El último en llegar a este bullir fue el maniqueísmo, también oriental, que aun después de desaparecer se incrustó en la religión vencedora provocando, siglos después, las rupturas de los albigenses y los cátaros.

Pero finalmente fue el cristianismo, por decisión de un emperador no cristiano, la que se convirtió en religión imperial y excluyente. Eso sí, incorporó a su sistema de creencias motivos mitraicos, maniqueos,

gnósticos, de los viejos cultos místéricos y de cuanto rito se encontró en su expansión.

En los últimos momentos el viejo panteón intentó sus respuestas. Se amarraron a dioses de fuerza y los emperadores de los siglos III y IV se asociaron a Hércules o Zeus. Pero no sirvió de mucho. Solo quedaron en pie dos mitos que nos llaman la atención. Cuando Constantino trasladó la capital a Bizancio en el 330, futura Constantinopla, mandó construir un templo a los Dióscuros, Castor y Polux, dioses que representan la solidaridad y la generosidad entre hermanos, y otro a Tyche (Tique), la Fortuna, señora del Destino. Poco después convocó el concilio de Nicea en el que se oficializó el cristianismo como religión oficial y la dotó de un sistema estructurado en jerarquías y uniformó sus textos oficiales.

¿Y qué tenían en común todos estos cultos orientales que se multiplicaron por el imperio? Casi todos ellos, el gnosticismo, el cristianismo, el mitraísmo o el maniqueísmo, promovían lo mismo que el viejo culto de Eleusis, la esperanza de la inmortalidad del alma, o la salvación del alma si se quiere. Por eso son llamados cultos salvacionistas. Todos ellos ponen al practicante ante la posibilidad de la experiencia directa y personal de su propia inmortalidad además de portar en su seno nuevos valores y nuevas sensibilidades en las relaciones humanas. Es el mito del dios que desciende y vive entre los mortales, es sacrificado, muerto desciende a los infiernos desde donde resucita luminoso anunciando la esperanza de la inmortalidad.

Pero estos cultos solo pudieron expandirse gracias al derrumbe de mitos anteriores, gracias al vacío que sentían los individuos. Mientras el viejo mundo se derrumbaba las nuevas referencias despuntaban.

Y finalmente, Constantino en la creencia de que un solo dios y una sola religión servirían para unificar y fortalecer el imperio garantizando así su supervivencia, eligió el cristianismo no por convicción sino por mentalidad práctica de la cual los romanos eran maestros.

Ya entramos de lleno en la nueva etapa y los viejos cultos van muriendo. Eleusis se cierra, los templos de Apolo o Diana se abandonan. Sobre ellos, exactamente sobre ellos, la nueva religión construirá sus templos y pondrá sus bases. Así san Benito en el 529 fundó la abadía de Montecasino sobre el templo de Apolo. Este será un hecho muy común.

Ahora las creencias y los mitos están sólidos. La gente no duda sobre qué creer y cómo entender el mundo porque la nueva religión da una explicación a la vida, al sentido de la vida y la muerte, a la historia y al universo.

El momento actual

Y ahora volvamos a nuestro presente. Comprender la situación actual nos va a resultar más difícil, nos parece más inaprensible, hay cosas que se nos escapan porque no podemos medir el seguimiento que tienen los dioses y los mitos porque no hay templos para ellos. Solo quedan los templos de la vieja religión cris-

tiana y hemos visto cómo en los últimos siglos se han ido vaciando hasta convertirse en un culto minoritario, eso sí, oficial y con apoyo estatal, pero perdiendo rápidamente seguidores. Si hace unas décadas pusieron sus esperanzas de renovación y fortalecimiento en América Latina, esa esperanza hoy ya no está y los hechos se imponen. ¿Cuál será su futuro? Muy difícil preverlo, pero sinceramente no encuentro ramas verdes en el viejo árbol.

Aunque a algunos no les guste esta expresión, el culto mayoritario no es este. Hoy dominan otros dioses y otros mitos imponiendo sus leyes y sus comportamientos. En el centro está el mito del dinero y a su alrededor están el desarrollo material, el éxito social, la democracia formal, y el Estado de derecho. Pero todos ellos se supeditan al dinero y si hay que imponer presidentes forzando la democracia, si hay que bloquear el desarrollo material por imperio de los mercados, si los derechos ciudadanos se discuten porque hay que recortar, entonces se hace, porque domina el dinero.

Este dios ha sufrido el embate de la historia en los últimos años y hemos visto cómo algunos bancos han caído de sus pedestales (J. P. Morgan era el cuarto banco del país más poderoso del planeta) y otros han tenido que ser amarrados fuertemente por los Estados en un intento de evitar una reacción en cadena que tirase a todos al suelo.

El hecho es evidente: el dinero y sus propietarios deciden el destino común y no les va a importar, como

hemos podido ver en directo, empobrecer y destruir países enteros.

Y la gente, ¿qué pasa con sus mitos? Me parece que si bien estas creencias han recibido golpes aún no están derrumbadas y han resistido este primer terremoto.

Pero si hemos entendido bien lo que pasó hace dos mil años estamos seguros de que aún tiene que profundizar mucho más esta crisis. Hasta que el fracaso de los mitos, hasta que el vacío de creencias no se extienda y se reconozca, no estaremos en situación de ver nuevas creencias que orienten a la gente.

Me parece que este tema del fracaso y del reconocimiento del vacío, este tema del liberarse de los mitos que tanto nos han oprimido es un tema decisivo. Y lo podemos expresar a nivel personal. Como experiencia personal sabemos que ha sido en el reconocimiento de nuestro fracaso, en el reconocimiento de nuestra desorientación donde hemos buscado genuinamente un nuevo camino que nos saque de la crisis existencial. Esto es lo que tiene que pasar a nivel social.

Mientras esto llega ya algunas tendencias se entreven. Repasemos algunas. ¿Se acuerdan que mencionamos a los estoicos? Pues bien, ahí está de nuevo el estoicismo dando respuesta y por parte de los gobiernos se dice que hay que aguantar. No solo por parte de los gobiernos interesados. Les cuento la siguiente anécdota que me parece ilustrativa. Hace muy pocas semanas en una cadena de TV española es entrevistado uno de los economistas más reputados y también más críticos

con la situación. Después de un largo análisis económico y de las posibles soluciones el periodista le pregunta sobre qué puede hacer la gente a nivel personal, qué puede hacer cada cual. José Luis Sampedro, que así se llama, responde: “*Yo recomiendo el estoicismo, es decir, hay que aguarar esto, porque hay que vivir con dignidad*”. Y luego agrega “*tenemos el deber de vivir*”. Esta creencia está arraigando, es el viejo estoicismo que reverdece con nuevos seguidores.

Veamos otras señales. Por un lado la participación en escuelas de meditación como el yoga, el Reiki, el budismo está creciendo fuertemente en Occidente como señal de una difusa búsqueda aunque sea aprovechada por modas y negocios. Por otro lado en las producciones cinematográficas y de series de televisión vemos cómo una nueva búsqueda espiritual se está abriendo a la par que se intenta impulsar los viejos mitos del superhéroe individualista y justiciero. Solo hay que ver las producciones de superhéroes en los últimos años.

Además conocemos cada vez a más personas que hablan de la vuelta a lo natural, a lo campestre, mostrando un desgaste del mundo altamente civilizado. Por cierto que esta vuelta a “lo natural” me parece que lleva en su seno la expresión religiosa más antigua de todas: el chamanismo y el animismo que nuevamente se despierta.

A la vez surgen movimientos sociales que tienen cierto aire planetario ya que se conectan por las redes informáticas intercambiando información y propo-

niendo acciones simultaneas en todo el globo. ¿Qué creencia está detrás de este movimiento? La creencia de que otro mundo es posible, la creencia de que seremos felices después del derrumbe del capitalismo. Un capitalismo que no ha aportado nada interesante.

Este movimiento, de fuerte componente juvenil, además de descreer de la democracia y del dinero, tiene varias características novedosas: no tiene líderes ni jerarquías, están interconectados entendiendo que el problema es global y la respuesta debe ser global, no tiene una única ideología, y es, generalmente, no-violento. Esto está muy alejado del guerrillerismo de hace unas décadas.

Pero también tenemos otros mitos no tan positivos. Ya empezamos a percibir en las tensiones entre las regiones y países poderosos la presión de una creencia típica de las situaciones de naufragio. Es la traducción de la visión zoológica sobre el ser humano apostando por la supervivencia del más apto. Este mito de características violentas pone al ser humano en lucha interpretando que no hay recursos para todos y que el más fuerte triunfará. Como vemos, parte de una falsedad radical. Sí hay recursos para todos si es que se ponen al servicio de las necesidades y no al servicio de poderes inhumanos ni al servicio de la explotación del hombre por el hombre.

Seguramente veremos cómo este mito se fortalece en los próximos años si la crisis económica se acentúa. Veremos cómo este monstruo genera tragedias a su paso. Pero este mito convivirá con otros y a nues-

tro entender el ser humano se está haciendo mayorcito como para creer en cualquier cosa. En efecto, los nuevos mitos no tienen representación antropomórfica y se insinúan suavemente desde el corazón humano. Citaremos de nuevo a Silo que comenta este aspecto en su libro:

“Las cosas están cambiando a gran velocidad en el mundo de hoy y así, me parece ver que se ha cerrado un momento histórico y se está abriendo otro. Un momento en el que una nueva escala de valores y una nueva sensibilidad parece asomar. Sin embargo, no puedo asegurar que nuevamente los dioses se están acercando al hombre. Los teólogos contemporáneos sufren la angustia de la ausencia de Dios, tal como la experimentaba Buber. Una angustia que no pudo superar Nietzsche luego de la muerte divina. Ocurre que demasiado antropomorfismo personal ha habido en los mitos antiguos y tal vez aquello que llamamos ‘Dios’ se exprese sin voz a través del Destino de la humanidad.”²

A mi entender este nuevo horizonte espiritual tomará más fuerza en la medida en que se agrave el derrumbe. Y esta nueva espiritualidad se manifestará en el hecho de que lo espiritual se pondrá como tema en lo social y las personas hablarán y practicarán diferentes técnicas buscando la experiencia directa de lo sagrado en ellos. No es la primera vez en la historia que esto ocurre. Podemos rescatar al menos cuatro momentos pasados en los que lo espiritual se puso

2 Silo, *Mitos raíces universales, Conferencia sobre mitos raíces universales*, Centro Cultural San Martín, Buenos Aires, 18/04/91. Ed. Antares, Madrid, 1992, pág. 23.

como tema social. Primero en Europa en los siglos XVI y XVII en donde surgieron multitud de practicantes y sectas de todo tipo generando un humus del que surgieron grandes místicos. Nos parece increíble pero los vecinos se reunían en las cocinas de las casas para oír hablar a una persona de sus experiencias místicas. Así está atestiguado en las actas de la Inquisición. Otro momento es la zona de Irak en los siglos siguientes al surgimiento del Islam. De nuevo una enorme proliferación de místicos de gran nivel como nos ha mostrado Alain Ducq en su estudio *La vía devocional del sufismo en Irak del siglo VII al IX*. Esta proliferación es un síntoma de un cultivo social. El tercero es el Japón del siglo XIII en donde confluyen los místicos más importantes de su historia que produjeron un fuerte impacto en los siglos posteriores. Y el cuarto es en Andalucía en el siglo XIII y en algunos otros puntos del area islámica.

Así creo y además espero que lo espiritual entre en lo social, creo que en las conversaciones las personas hablarán de lo espiritual. La gente empezará a entender que nada le va a hacer más feliz que su desarrollo espiritual; comprenderá que todo el desarrollo material, que el dinero, que el éxito social, son una insignificancia comparado con una pequeña experiencia espiritual. Dicho con palabras del Maestro: ***“La divinización del ser humano es una dirección hacia la creación del espíritu en su componente social”***.

¿Y que mito succionará la esperanza de la gente en esta dirección? Para que este mito oriente las bús-

quedas de gentes en diferentes regiones del planeta deberá ser universal y, adaptándose a los nuevos tiempos no dependerá de jerarquías, ni de magias, ni de figuras antropomorfas, ni exigirá que un ser humano se supedite a otro. Esta creencia universal además tendrá el olor de lo atemporal e igual que sirvió en momentos del pasado presentado por el paisaje cultural de la época, de nuevo florecerá ahora simple y despejado de ritos y estructuras.

Este mito a mi parecer será la antigua creencia de que el ser humano tiene una parte inmortal de la que puede tener experiencia y que tiene que desarrollarla para sentirse plenamente feliz y saltar por encima de la muerte. Su comportamiento se adaptará a esto como una nueva moral que tendrá como base la experiencia de lo sagrado en el interior de uno mismo y el reconocimiento de lo sagrado en el otro. Las consecuencias sociales de este reconocimiento serán incalculables y suficientes para ser la base de una nueva civilización que esta vez será planetaria.

¿Cómo se puede alegorizar este mito? Lo haremos a la manera del Maestro de lo alegórico. Silo en *El Mensaje de Silo* escribe:

“Cuando se habló de las ciudades de los dioses adonde quisieron arribar numerosos héroes de distintos pueblos; cuando se habló de paraísos en que dioses y hombres convivían en original naturaleza transfigurada; cuando se habló de caídas y diluvios, se dijo gran verdad interior.”

Y más adelante continúa:

*“Así, hoy vuela hacia las estrellas el héroe de esta edad. Vuela a través de regiones antes ignoradas. Vuela hacia afuera de su mundo y, sin saberlo, va impulsado hasta el interno y luminoso centro”.*³

En este punto quisiera transmitir una experiencia personal. En algunos momentos de mi vida me he sentido profundamente fracasado. Fue en ese fracaso cuando llegó una suave señal que resonó en mi interior. Gracias a las herramientas y la doctrina de Silo tuve una pequeña experiencia. Esta pequeña experiencia despertó la búsqueda: la esperanza de conseguir la experiencia de la inmortalidad en la creencia de que esta experiencia cambiaría mi vida. Esta persistente búsqueda dentro de la espiritualidad de *El Mensaje de Silo* me ha conducido a algunas experiencias con la inmortalidad y lo sagrado que me afectaron profundamente. Me es muy difícil transmitir mi agradecimiento a Silo y su doctrina por darnos procedimientos para estas experiencias.

Esta búsqueda y esta apertura a la experiencia me pone en sintonía para percibir e intuir que en el interior de muchas personas estas búsquedas están anidando y que el fracaso del mundo que vivimos y viviremos empujará a la gente buena a buscar lo inmortal y lo sagrado en el interior de ellos mismos, comprendiendo que esta experiencia está al alcance de todos los seres humanos.

Nada más, muchas gracias.

3 Silo, *El Mensaje de Silo, La mirada interna*. Edaf, Madrid, 2008, págs. 87 y 88.

BIBLIOGRAFÍA

- Abi-L-Khayr**, *Las Cuarenta Estaciones del Alma*, Edaf, Madrid, 2006.
- Abu-L-Hasan al-Nuri de Bagdad**, *Moradas de los corazones*, Traducción, introducción y notas de Luce López-Baralt, Trotta, Madrid, 1999.
- Agramonte, Francisco**, *Diccionario Cronológico Biográfico Universal*, Ed. Aguilar, Madrid, 1952.
- Amman, Luis A.**, *Autoliberación*, editorial Plaza y Valdés, México, 1991. / otra edición en. ATE, Barcelona, 1980.
- Andrés Martín, Melquíades**, *Los recogidos, nueva visión de la mística española (1500-1700)*, Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975.
- Anónimo**, “*Strannik*”, *el peregrino ruso*. Versión española y presentación Urbano Barrientos, introducción y notas Augusto Guerra. Espiritualidad, Madrid, 1999.
- Anónimo**, *Bardo Thödol, libro tibetano de los muertos*, Edicomunicación, Barcelona, 1998.
- Asín Palacios, Miguel**. “*Símil de los castillos y moradas del alma en la mística islámica y en Santa Teresa*”, *Revista Al-Andalus: revista de las Escuelas de Estudios Árabes de Madrid y Granada*, Año 1946, vol. 11, núm. 2, págs. 263-274.
- Bloom, S.M. / Blair, Sheila S.**, *Islam, mil años de ciencia y poder*, Paidós, Barcelona, 2003.
- Boudet, Jacques**, *Cronología Universal*, Espasa Calpe, Madrid, 1997.
- Brosse, Jacques**, *Los Maestros del Zen*, José J. de Olañeta Editor, Palma de Mallorca, 2007.

- Buckhardt, Jacob.** *Del paganismo al cristianismo, la época de Constantino el Grande*, Ediciones F.C.E. España S.A, Madrid, 1982.
- Buda, Dhammapada,** Versión e introducción de Thomas Cleary, Debate Editorial, Madrid, 1999.
- Buddha, Diálogos con Buddha, Doce Suttas del Majjhima Nikâya,** Edición y traducción de Daniel de Palma, Miraguano ediciones, Madrid, 1998.
- Buddha, Majjhima Nikâya, Los sermones medios de Buddha,** Traducción, introducción y notas: Amadeo Solé-levis y Abraham Vélez de Cea, Kairos, Barcelona, 2006.
- Bukkyo Dendo Dyokay,** *La enseñanza de Buda*, 3-14, Shiba 4-chome, Minato-ku, Tokyo, Japón, 108-0014, 2005. bdk@bdk-jp.org, <http://www.bdk-jp.org>
- Capezzone, Leonardo,** *La trasmissione del sapere nell'islam medievale*, Jouvence, cop. Roma, 1998.
- Carcopino, Jérôme,** *La vida cotidiana en Roma en el apogeo del Imperio.* Círculo de lectores, Barcelona, 2004.
- Cavallo, Guglielmo,** *El hombre bizantino*, Alianza Editorial, Madrid, 1994.
- Ciudadanos del Mundo,** *Bizancio, la raíz común*, Fundación Pangea, UNED, CSID, Centro de Estudios Humanistas (CEH) “Faros de la Humanidad”, Madrid, 2008. Recurso electrónico, <http://www.farosdelahumanidad.org/coleccion.php>.
- Ciudadanos del Mundo,** *Federico II, un puente entre Oriente y Occidente*, Fundación Pangea, UNED, CSID, CEH “Faros de la Humanidad”, Madrid

2006. Recurso electrónico, <http://www.farosdelahumanidad.org/coleccion.php>.
- Ciudadanos del Mundo**, *La aparición del conocimiento en la corte de Rodolfo II*, Fundación Pangea, UNED, CSID, CEH “Faros de la Humanidad”, Madrid 2005. Recurso electrónico, <http://www.farosdelahumanidad.org/coleccion.php>.
- Ciudadanos del Mundo**, *Toledo & Alejandría*, Faros de la Humanidad, Fundación Pangea, UNED, CSID, CEH “Faros de la Humanidad”, Madrid 2003. Recurso electrónico, <http://www.farosdelahumanidad.org/coleccion.php>.
- Cleary, Thomas**, *El secreto de la flor de oro*, Edaf, Madrid, 1996.
- Cleary, Thomas**, *La esencia del Zen. Los textos clásicos de los maestros chinos*, Editorial Kairos, Barcelona, 2001.
- Cleary, Thomas**, *Las cinco casas del Zen*, RBA, Barcelona, 1998.
- Corbin, Henry**, *La imaginación creadora en el sufismo de Ibn ‘Arabi*, Ediciones Destino, Barcelona, 1993.
- Cornu, Philippe**, *Diccionario Akal del Budismo*, ed. Akal, Madrid, 2004.
- De Zayas, Rodrigo**, *Ibn ‘Arabi de Murcia, maestro de amor, santo humanista y hereje*, Almuzara, Murcia, 2007.
- D’Haucourt, Geneviève**, *La vida en la Edad Media*, Oikos-tau, Barcelona, 1991.
- Dôgen**, *Cuerpo y espíritu*, Ed. Paidós, Barcelona, 2002.

- Dôgen, *Gakudoyojin-Shu*, Trad. y comentarios del Maestro Taisen Deshimaru, Editorial Sirio, Málaga, 1990.
- Dôgen, *La naturaleza de Buda (Shobogenzo)*, Ed. Obelisco, Barcelona, 1989.
- Domínguez Ortiz, Antonio y Vincent, Bernard, *Historia de los moriscos. Vida y tragedia de una minoría*, Ed. Revista de Occidente, S. A., Madrid, 1978.
- Duck, Alain, *La vía devocional del sufismo en Irak del siglo VIII al IX*, Parques de Estudio y reflexión La Belle Idee (<http://www.parclabelleidee.fr/>).
- Eliade, Mircea, *La Búsqueda, historia y sentido de las religiones*, Kairos, Barcelona, 2000.
- Eliade, Mircea, *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis*, Fondo de Cultura Económica, México, 1960.
- Eliade, Mircea. *Historia de las creencias y las ideas religiosas*, Vol. I, II, III, Ed. Paidós, Barcelona, 1978.
- Eliade, Mircea, *Historia de las creencias y las ideas religiosas. Vol. IV Las religiones en sus textos*, Ed. Cristiandad, Madrid, 1980.
- Evans Schultes, Richard y Hofmann, Albert, *Plantas de los dioses, orígenes del uso de los alucinógenos*, Fondo de Cultura Económica, México, 1993.
- Farid ud-Din Attar, *La conferencia de los pájaros*, Versión de Raficq Abdulla, Gaia Ediciones, Madrid, 2002.
- Feres, José G., *Estudio sobre "la Oración del Corazón", un procedimiento de acceso a lo profundo*, Centro de Estudios Parque Punta de Vacas (www.parquepuntadevacas.org/), agosto, 2010.

- Francisco de Osuna, *Tercer Abecedario Espiritual*, ed. Ed. BAC, Madrid, 1998.
- Frazer, J. C., *La rama dorada, magia y religión*, Fondo de Cultura Económica, Madrid, 1992.
- García-Arenal, Mercedes, *La diáspora de los andalu-síes*, Editorial Icaria, Barcelona, 2003.
- García Arenal, Mercedes, *Los Moriscos*, Ed. Nacional, Madrid, 1975.
- Genicot, Leopold, *Europa en el siglo XIII*, Labor. Barcelona, 1976.
- Granella, Francisco, *Raíces de la disciplina energética*, Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, 2005, <http://www.parquepuntadevacas.org/>.
- Gramlich, Richard, *La mística del Islam, mil años de textos sufíes*, Sal Terrae, Santander, 2004.
- Graves, Robert, *Los Mitos Griegos*, trad. Esther Gómez Parro, Círculo de lectores, Barcelona, 2004, (Ed. Alianza Editorial, 2001).
- Hallay, Mansur, *Diván*, Ediciones del Oriente y del Mediterráneo, Madrid, 2002.
- Herrero de Jáuregui, Miguel, *Tradición órfica y cristianismo antiguo*, Ed. Trotta, Madrid, 2007.
- Holsapple, Lloyd B., *Constantino el Grande*, Espasa Calpe, Buenos Aires, 1947.
- Hourani, Albert, *La historia de los árabes*. Ediciones B, S.A., Barcelona, 2003.
- Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, Edición de Cándido Dalmases, Ed. Sal Terrae, Santander, 1985.
- Ignacio de Loyola, *Obras Completas*, Edición Manual del P. Ignacio Iparraguirre, Ed. BAC, Madrid, 1952.

- Ibn Arabi y Al-Razi**, *Dos cartillas de Fisiognomía*, Editora Nacional, Madrid, 1977.
- Ibn Arabi**, *El árbol del universo*, Editorial Sufí, Madrid, 1989.
- Ibn Arabi**, *El divino gobierno del reino humano*, Azagra Multimedia y Editorial Almuzara, Murcia, 2004.
- Ibn Arabi**, *El esplendor de los frutos del viaje*, Siruela, Madrid, 2008.
- Ibn Arabi**, *El intérprete de los deseos*, trad. y comentarios Carlos Varona Narvión, Editora regional de Murcia, Murcia, 2002.
- Ibn Arabi**, *El libro de la extinción en la contemplación*, Traducción e introducción Andrés Guijarro, Editorial Sirio, Málaga, 2007.
- Ibn Arabi**, *El Núcleo del Núcleo*, Editorial Sirio, Málaga, 2002.
- Ibn Al'Arabi**, *El tabernáculo de las luces*, Editorial Sufí, Madrid, 1998.
- Ibn Arabi**, *Guía Espiritual: Plegaria de la Salvación – Lo imprescindible– Terminología Sufí*, Editora Regional de Murcia, Murcia, 1990.
- Ibn Al'Arabi**, *La maravillosa vida del Du-I-Num, el Egiptio*, Editora Regional de Murcia, Murcia, 1991.
- Ibn Arabi**, *La taberna de las luces. Poesía sufí de al-Andalus y el Magreb (del siglo XII al siglo XX)*, selección, presentación y traducción de Pablo Beneito, Editora Regional de Murcia, Murcia, 2004.
- Ibn Arabi**, *Las contemplaciones de los Misterios*, Editora Regional de Murcia, Murcia, 1994.

- Ibn Arabi**, *Las iluminaciones de la Meca*, Ediciones Siruela, Madrid, 1999
- Ibn Arabi**, *Los engarces de la sabiduría*, Ediciones Hiperrión, Madrid, 1991.
- Ibn Arabi**, *Los sufíes de Andalucía*, Ed. Sirio, Málaga, 2007.
- Ibn Arabi**, *Textos Espirituales, La Alquimia de la perfecta felicidad*, El adorno de los Abdal, Editorial Sufí, Madrid, 2005.
- Ibn Arabi**, *Textos sobre la Caballería Espiritual*, Edaf, Madrid, 2006.
- Ibn Arabi**, *Tratado de la Unidad*, Ediciones y distribuciones Vedral S.L., Barcelona, 2002.
- Ibn Arabi**, *Tratado del amor*, Versión de Maurice Gloton, Edaf, Madrid, 1996.
- Ibn Arabi**, *Viaje al Señor del Poder*, Editorial Sirio, Málaga, 2002.
- Ibn Hazn de Córdoba**, *El collar de la paloma*, Alianza Editorial, Madrid, 1993.
- Irigoyen López, Antonio; García Hourcade, José Jesús**, *Notas para un análisis de la problemática religiosa en la España de Felipe II*, Universidad Católica de Murcia - UCAM.
- Juan Climaco**, *Escala Espiritual o Escala del Paraíso*, Ed. Monte Casino, Zamora, 2004.
- Juan de la Cruz**, *Obras completas*, Edición crítica, introducción y notas de Lucinio Ruano de la Iglesia, Ed. Ed. BAC, Madrid, 2005.
- Jung, Carl G. y Wilhelm, Richard**, *El secreto de la flor de oro*, Paidós Ibérica, Barcelona, 2009.

- Kosen, Bárbara**, *ZaZenbuda, Introducción al ZaZenshin del Maestro Dôgen*, Ed. Dilema, Madrid, 2002.
- La Comunidad para el desarrollo humano**, *Manual de formación personal para miembros del Movimiento Humanista*, Parques de Estudio y Reflexión, Toledo, 2012.
- Lao Tse, Tao Te Ching**, *Los libros del Tao*, Edición y traducción del chino de Iñaki Preciado Idoeta, Trotta, Madrid, 2010.
- Ling, Trevor**, *Las Grandes Religiones de Oriente y Occidente*, Ediciones Istmo, Madrid, 1972.
- Lucero, Susana**, *La mística en el Cristianismo occidental*, Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, mayo 2012, (<http://www.parquepuntadevacas.org/>).
- Mahoma**, *El Corán*, Edicomunicación, Barcelona, 1998.
- Manzano Moreno, Eduardo**, *Historia de las sociedades musulmanas en la Edad Media*, Editorial Síntesis, Madrid, 1992.
- Márquez Villanueva, Francisco**, *El problema morisco (desde otras laderas)*, Ediciones Libertarias/Prodhufi S. A., San Lorenzo de El Escorial, 1998.
- Martínez Arancon, Ana**, *Geografía de la eternidad*, ed. Techos, Madrid, 1987.
- Marrou, Henri-Iréné**, *Historia de la educación en la antigüedad*, Eudeba, Buenos Aires, 1976.
- Melloni Ribas, Javier**, *La mistagogia de los Ejercicios*. Ed. Sal Terrae, Santander, 2001.
- Molinos, Miguel de**, *Defensa de la contemplación*, Edición de Francisco Trinidad Solano, Editora Nacional, Madrid, 1983.

- Molinos, Miguel de**, *Guía Espiritual, Defensa de la Contemplación*, edición José Ángel Valente, Barral, Barcelona, 1974.
- Molinos, Miguel de**, *Guía Espiritual*, edición crítica, introducción y notas de José Ignacio Tellechea Idígoras, Ed. Universidad Pontificia de Salamanca y Fundación Universitaria Española, Madrid, 1975.
- Moisés ben Shem-Tov de León**, *Antología del Zohar, el libro del Esplendor*, Versión Marcos Ricardo Barnatán, Edaf, Madrid, 1998.
- Moisés ben Shem-Tov de León**, *El Zohar*, Versión castellana e introducción de León Dujovne, Editorial Sigal, Buenos Aires, 1977,
- Moody, Raymond A.**, *Más allá la Luz*, Edaf, Madrid, 1990.
- Moody, Raymond A.**, *Reflexiones sobre vida despues de la vida*, Edaf, Madrid, 1978.
- Moody, Raymond A.**, *Vida despues de la vida*, Edaf, Madrid, 1991.
- Nagarjuna**, *Fundamentos de la vía media*, Ed. Siruela, Madrid, 2004.
- Nichiren Daishonin**, *Los escritos de Nichiren Daishonin*, edición y trad. Carlos Rubio y Paula Tizzano, Herder Editorial, Barcelona, 2008.
- Nicholson, Reunold A**, *Los místicos del Islam*, José J. de Olañeta, Barcelona, 2008.
- Novotny, Hugo**, *La conciencia inspirada en el chamanismo siberiano-mongo y el budismo tibetano en Buryatia y Mongolia*. Parques de Estudio y Reflexión, Carcaraña, 2010, <http://www.parquecarcarana.org/>

- Novotny, Hugo**, *La entrada a lo profundo en Buda*, Parques de Estudio y reflexión, Punta de Vacas, 2009, <http://www.parquepuntadevacas.org/>.
- Ordoñez, Alicia**, *El Budismo en Sri Lanka*, Parques de Estudio y reflexión, Punta de Vacas, 2002, <http://www.parquepuntadevacas.org/>.
- Ortega y Gasset, José**, *Entorno a Galileo (Esquema de las crisis)*, Alianza Editorial, Madrid, 1982.
- Pampillon, Marcos**, *El budismo en Camboya*, Parques de Estudio y Reflexión, Punta de Vacas, 2008, <http://www.parquepuntadevacas.org/>.
- Panikkar, Raimon**, *Espiritualidad hindú*, Kairos, Barcelona, 2005.
- Papadopoulo, Alexandre**, *El Islam y el arte musulmán*, Editorial Gustavo Gili, Barcelona, 1977.
- Porfirio**, *Vida de Pitágoras / Argonáuticas órficas / Himnos órficos*, Gredos, Madrid, 2002.
- Puledda, Salvatore**, *Un humanista contemporáneo. Escritos y conferencias. Las organizaciones monásticas en la historia*. Virtual Ediciones, Santiago de Chile, 2004. Otra edición en Plaza y Valdés Editores, México, 1996.
- Roth, Kark**, *Cultura del Imperio Bizantino*, Labor, Barcelona, 1930.
- Rumi, Jalal al-Din**, *El libro interior*, Paidós, Barcelona, 1996.
- Rumi, Jalal al-Din**, *La Esencia de Rumi, una antología de sus mejores textos*, Coleman Barks, Ediciones Obelisco, Barcelona, 2002.
- San Agustín**, *Las Confesiones*, Ed. BAC, Madrid, 2002.

- Silo**, *Apuntes de Psicología*, Ulrica ediciones, Rosario, Argentina, 2006.
- Silo**, *Contribuciones al pensamiento (Psicología de la imagen, discusiones historiográficas)*, Plaza y Valdés, México, 1990.
- Silo**, *El Mensaje de Silo*, Edaf, Madrid, 2008.
- Silo**, *Experiencias Guiadas*, Plaza y Janés, Barcelona, 1989.
- Silo**, *Mitos raíces universales*, Antares, Madrid, 1992.
- Silo**, *Obras completas*, Vol. I, Ed. Oscar Elegido González-Quevedo, Madrid, 1999.
- Silo**, *Obras completas*, Vol. 2, Ed. Oscar Elegido González-Quevedo, Madrid, 2002.
- Takuan, Maestro**, *Misterios de la sabiduría inmóvil del Maestro Takuan*, Paidós, Barcelona, 1991.
- Teresa de Jesús**, *Obras completas*, Edición Manual, transcripción, introducción y notas de Efrén de la Madre de Dios y Otger Steggink, Ed. Ed. BAC, Madrid, 1977.
- Teresa de Ávila**, *Obras completas*, Edición Manual, introducción y notas de P. Isidoro de san José, Editorial Espiritualidad, Madrid, 1963.
- Thió de Pol, Santiago**, *La intimidad del peregrino. Diario espiritual de Ignacio de Loyola*. Mensajero – Sal Terrae, Santander, 1988.
- Tolstoi, León**, *El reino de Dios está en vosotros*, Kairos, Barcelona, 2009.
- Tomas de Kempfen**, *Imitación de Cristo*, Traducción clásica española de Fray Luis de Granada. Preparado por José Antonio Martínez Puche. Ed. EDIBESA, Madrid, 2002.

- Toynbee, Arnold J., *Estudio de la Historia*, Planeta Agostini, Barcelona, 1985.
- Treadgold, Warren, *Breve Historia de Bizancio*, Paidós Ibérica, Barcelona, 2001.
- Urzubialde, Santiago, *Ejercicios Espirituales de S. Ignacio. Historia y análisis*. Ed. Sal Terrae, Santander, 2009.
- Van Doren, H, *Meditación Transcendental, cuatro conferencias dictadas por Silo*, Ed. Gnosis, Madrid, 1974.
- Vasiliev, A. A., *Historia del Imperio bizantino*, Editorial Iberia, Barcelona, 1945.
- Villalba, Dokushô, *Iluminación silenciosa. Antología de textos Sôtô Zen*, edición de Kepa Egiluz, Miraguano Ediciones, Madrid, 2010.
- VV. AA. *Actas del I seminario de investigación "María de Cazalla", Franciscanos, místicos, herejes y alumbrados*, Servicio de Publicaciones Universidad de Córdoba, Seneca Editorial, 2010.
- VV. AA. (Jaime Alvar, José María Blázquez, Santiago Fernández Ardanaz, Guadalupe López Monteagudo, Arminda Lozano, Celia Martínez Maza, Antonio Piñero) *Cristianismo Primitivo y religiones místicas*, Ediciones Cátedra, Madrid, 1995.
- VV. AA. *El Camino a Eleusis*, R. G. Wasson, A. Hofmann y C. A. P Ruck. Fondo de Cultura Económica, Madrid, 1980.
- VV. AA. *Filocalia* Ed. Lumen, Buenos Aires, 1998.
- VV. AA. *Historia del Mundo en la Edad Media*, tomo II. Editorial Ramón Sopena, Barcelona, 1978.

- VV. AA. *La Europa y el Islam en la Edad Media* (Henri Bresc, Pierre Guichard, Robert Mantran) Editorial Critica S.l., Barcelona, 2001.
- VV. AA. *Oriente y Occidente en la Edad Media. Influjo bizantinos en la cultura occidental*, Actas de las VIII jornadas sobre Bizancio, Vitoria. Instituto de ciencias de la antigüedad, Servicio editorial de la Universidad del País Vasco.
- VV. AA. *Diccionario de la sabiduría oriental*, Paidós, Barcelona, 1993.
- Walter, Joseph M. *Historia de Bizancio*, Edimat Libros S. A., Madrid, 2004.
- Wats, Alan, *El camino del Zen*, RBA. Barcelona, 2006.
- Wenger, Michael D., Prieto, José M., *Penetrante Compasión: cincuenta koan contemporáneos*, Miraguano Ediciones, Madrid, 2007.
- Wilhelm, Richard, *I Ching, el libro de las Mutaciones*, Edhasa, Barcelona, 2004.
- Wilson, N. G., *Filólogos bizantinos*. Alianza Editorial, Madrid, 1994.
- Zolla, Elémire, *Los Místicos de Occidente*, vol. I, II, III y IV, Paidós, Barcelona, 2000.

WEBS DE REFERENCIA

www.silo.net

www.elmensajedesilo.net

PARQUES DE ESTUDIO Y REFLEXIÓN EN EUROPA

Parques de Estudio y Reflexión Toledo

<http://www.parquetoledo.org>

Parques de Estudio y Reflexión Navas del Rey

<http://parquenavasdelrey.org>

Parcs d'Estudi i Reflexió Òdena

<http://www.parcodena.org>

Parcs d'Estudi i Reflexió Les Terres de Ponent

<http://parcponent.org>

Parques de Estudio y Reflexión Villanueva

<http://www.parque-villanueva.org>

Parques de Estudo e Reflexão Minho

<http://www.parqueminho.org>

Parcs d'Etude et de Réflexion La Belle Idée

<http://www.parclabelleidee.org>

Parchi di Studio e Riflessione Attigliano

<http://www.parcoattigliano.it>

Parchi di Studio e Riflessione Casa Giorgi

<http://www.parcocasagiorgi.org>

Studien- und Reflexionsparks Schlamau

<http://www.parkschlamau.org>

A Tanulmányozás és Elmélkedés Parkjai Mikebuda

<http://www.mikebudapark.org>

Parky Studíí a Reflexe Pravíkov

<http://www.parkpravikov.cz>

VER OTROS

PARQUES DE ESTUDIO Y REFLEXIÓN EN EL MUNDO

Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas

<http://www.parquepuntadevacas.org>

