

WILLIGIS JÄGER

LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA

Una introducción según San Juan de la Cruz



EDICIONES OBELISCO

56 CUENTOS PARA BUSCAR
A DIOS

Julio Peradejordi

56 cuentos para avivar la nostalgia y orientar al buscador en su peregrinar, en la más pura tradición mística. Un libro para leer y releer en los momentos de duda y de tristeza.

LA VIDA COMO INSPIRACIÓN

Consuelo Martín

¿Qué significado tiene la vida? La vida es una aventura insólita, una inspiración incesante que se va haciendo cada vez más presente en la vivencia consciente de lo cotidiano.

GUÍA ESPIRITUAL

Miguel de Molinos

La *Guía Espiritual* de Miguel de Molinos es un camino y un método basados en la oración, escrito para ayudar a aquellos que desean saber rear la vida del espíritu. Fruto de una larga experiencia personal, este libro apela a la vivencia directa.

PALABRAS BLANCAS

Madre Teresa de Calcuta

Plegarias y poemas que manan directamente del corazón de esta gran santa del siglo XX. Este libro constituye un mensaje de paz y amor dirigido

WILLIGIS JÄGER

LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA

(Una introducción según San Juan de la Cruz)



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición, etc.) y gustosamente le complaceremos. Puede visionar nuestro catálogo en <http://www.edicionesobelisco.com>.

Colección Aguas Vivas
La oración contemplativa
Willigis Jäger

1ª edición: Diciembre de 1989
2ª edición: Septiembre de 2000

Diseño cubierta: *Judith Roig*
Maquetación: *Edda Pando*
Traducción: Carmen Montske

© 2000 by Willigis Jäger
(Reservados todos los derechos)
© 2000 Ediciones Obelisco, S.L.,
(Reservados todos los derechos para la presente edición)
Pere IV, 78 (Edif. Pedro IV) 4.ª planta 5.º 08005 Barcelona - España
Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23
Castillo, 540 - 1414 Buenos Aires (Argentina)
Tel. y Fax 771 43 82
E-mail: obelisco@website.es y obelisco@airtel.net

Depósito legal: B-35.621-2000
ISBN: 84-7720-776-3

Printed in Spain

Impreso en España en los talleres de Romanyà Vallís S.A.
de Capellades (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna ni por ningún medio, ya sea eléctrico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.

PRIMERA PARTE

Introducción a la Oración Contemplativa según San Juan de la Cruz

1. LA ATENCIÓN AMOROSA

Juan de la Cruz quiere enseñar con sus libros un camino hacia la experiencia mística. En ninguna parte se ve esto más claramente que en la introducción al libro *Subida del Monte Carmelo*. Ahí leemos: «La subida del Monte Carmelo explica cómo se puede alcanzar rápidamente la unión divina».

La descripción del camino se puede, resumir tal y como se encuentra en su libro *Llama del amor viva*.

«El alma se ha de andar sólo con ADVERTENCIA AMOROSA a Dios, sin especificar actos, haciéndose pasivamente, sin hacer de suyo diligencias, con la determinación y advertencia amorosa simple y sencilla, como quien abre los ojos con advertencia de amor».

(11 III, 33)

El camino hacia la contemplación descrito por Juan de la Cruz, consiste en la ATENCIÓN AMOROSA, o como dice en otro lugar, en la advertencia amorosa pasiva. (L/III, 34).

Igual que otros místicos, también él enseña a prescindir de cualquier tipo de reflexión, incluyendo los pensamientos y sentimientos religiosos:

«Porque se requiere el espíritu tan libre y anihilado acerca de todo, que cualquier cosa de pensamiento o discurso o gusto a que entonces el alma se quiera arrimar la impediría, desquietaría y haría ruido en el profundo silencio que conviene que haya en el alma, según el sentido y el espíritu para tan profunda y delicada audición: que habla Dios al corazón en esta soledad». (*LI III*, 34)

Esta advertencia amorosa es a la vez un escuchar hacia dentro. Dios está dentro de nosotros, «el centro del alma es Dios», (*LI I*, 12) dice Juan de la Cruz.

Normalmente, no podemos percibir o experimentar esto, porque nuestro entendimiento, nuestros sentidos y nuestra voluntad son demasiado fuertes. No es fácil mantener este grado de escucha hacia dentro. Por un lado, no debemos deslizar hacia un pensar discursivo, ni por otro lado caer en un amodorramiento o incluso quedar dormidos. A fin de cuentas, se trata solamente de esta ATENCIÓN AMOROSA –dirigida hacia dentro, sin tener ningún concepto de Dios y sin espe-

rar nada–, que escucha y mira donde «Dios es el centro del alma».

El entendimiento, la memoria y la voluntad deben quedar totalmente aquietados. La suave relación de esta atención amorosa con el centro del propio Ser se destruye mediante la más mínima reacción de estos poderes del alma. Juan de la Cruz advierte en las glosas al tercer verso:

«Estas unciones, pues, y matices son tan delicados y subidos del Espíritu Santo, que con grandísima facilidad, no más que con el menor acto que el alma quiere entonces hacer de suyo de memoria, o entendimiento, o voluntad, o aplicar el sentido, o apetito, o noticia, o jugo, o gusto, se deturban o impiden en el alma; lo cual es grave daño y dolor y lástima grande». (*LI III*, 4 1)

Sigue hablando del adormilamiento y aniquilación de los sentidos (*LI III*, 55) y de un oscurecimiento de las relaciones con Dios:

«Dios, pues, que el alma, para haberse de guiar bien por la fe a este estado, no sólo se ha de quedar a oscuras según aquella parte

que tiene respecto a las criaturas y a lo temporal, que es la sensitiva e inferior (de la cual hemos ya tratado), sino que también se ha de cegar y oscurecer según la parte que tiene respecto a Dios y a lo espiritual, que es la racional y superior de la cual ahora vamos tratando. Porque, para venir un alma a llegar a la transformación sobrenatural, claro está que ha de oscurecerse y trasponerse a todo lo que contiene su natural, que es sensitivo y racional; porque sobrenatural quiere decir que sube sobre el natural; luego el natural queda abajo. Porque, como quiera que esta transformación y unión es cosa que puede caer en sentido y habilidad humana, ha de vaciarse de todo lo que puede caer en ella perfecta y voluntariamente, ahora sea de arriba, ahora de abajo, según el afecto, digo, y voluntad, en cuanto es de su parte; porque a Dios, ¿quién le quitará que Él no haga lo que quisiera en el alma resignada, anihilada y desnuda? Pero de todo se ha de vaciar como sea cosa que puede caber en su capacidad, de manera que, aunque más cosas sobrenaturales vaya teniendo, siempre se ha de quedar como desnuda de ellas y a oscuras —así como el ciego—, arrimándose

a la fe oscura, tomándola por guía y luz, y no arrimándose a cosa de las que entiende, gusta y siente e imagina, porque todo aquello es tiniebla, que la hará errar, y la fe es sobre todo aquel entender y gustar y sentir e imaginar, y si en esto no se ciega, quedándose a oscuras totalmente, no viene a lo que es más, que es lo que enseña la fe». (*Subida* II, 4, 2)

Al principio, esta noticia amorosa de la luz interior es casi imperceptible, como dice Juan de la Cruz. Y nos da la razón para ello:

«Es tan delicado que el alma que ha estado habituada al otro ejercicio de la meditación que es totalmente sensible, no echa de ver ni casi siente estotra novedad insensible (que es ya pura de espíritu)». (*Subida*, II, 13, 17)

Compara esto con la percepción de la luz exterior. Se la ve mejor allí donde es reflejada. El ojo capta mejor el rayo de luz que entra por la ventana, cuando éste se refleja en unas motitas de polvo que flotan en el aire. Así, el alma se agarra, al principio, a las «motitas de polvo» que están en el interior del alma, porque aún no puede captar la oscuridad de la luz increada.

«La luz no es propio objeto de la vista», dice Juan de la Cruz, «sino el medio con que ve lo visible». (*Subida* II, 14, 9). De esta manera, el mirar hacia adentro pasa por un proceso de evolución.

2. LA ATENCIÓN AMOROSA HA DE SER EJERCITADA

Quien, según Juan de la Cruz, ya no le saca jugo a la meditación imaginativa que ha ido practicando durante largo tiempo, debería intentar la contemplación. Él da por supuesto que los principiantes en la contemplación ya han practicado la meditación intensivamente. (*Subida* II, 14, 1). Pero cuando ésta deja de ser placentera, el alma ha de empezar a ocuparse de esta atención amorosa, aun cuando le parezca no estar haciendo nada. (*Subida*, II, 14, 2, 3). Al alma nunca le falta la luz de Dios. Pero debido a las imágenes y envolturas que cubren el fondo, no se la puede ver. Por ello, hay que aprender a quedarse ante Dios en ATENCIÓN AMOROSA. (*Subida* II, 15)

Este quedarse ha de ocurrir a menudo y regularmente para que se convierta, como él dice, en un hábito.

«Así como muchos actos en cualquier cosa vienen a engendrar hábito en el alma, así

muchos actos de estas noticias amorosas que el alma ha ido sacando en veces particularmente vienen por el uso a continuarse tanto, que se hacen hábito de ella.» (*Subida* 14,2)

De ahí, que el ejercicio continuo es importantísimo. Según se desprende de los escritos de los Padres del Desierto, el ejercicio se facilita sentándose muy quieto y respirando regularmente. Pero la ATENCIÓN AMOROSA no se debe tener sólo cuando uno se sienta o arro-dilla, sino que debería estar presente durante el día entero, a no ser que la mente esté ocupada en un trabajo intelectual. Las horas de insomnio habrían de convertirse en preciosas horas dedicadas al ejercicio. Esta orientación hacia el interior, donde «Dios es el centro del hombre», y la determinación de mantenerse en el ejercicio es, en opinión de todos los guías espirituales, una de las condiciones más importantes para el progreso en el camino de la contemplación. Es conocido que tanto en el Zen como en el Yoga, durante unos períodos especiales de entrenamiento, se pasan hasta 10 horas diarias en profundo recogimiento. Se trata, pues, de aprender tanto de los Padres del Desierto como de los caminos orientales de meditación, que el camino consiste, principalmente, en un abrirse a la relación con el propio centro. Al principio hay que ser activos, hay que hacer algo, hay que hacer

un esfuerzo para mantenerse en el estado de la atención amorosa despierta, hasta que se llegue, mediante la constancia, a la madurez de la oración contemplativa. En cuanto queden callados el entendimiento, la fantasía, la memoria y la voluntad, empieza el camino de la contemplación. El alma debe dedicarse a este ejercicio, dice Juan de la Cruz, para que mediante el hábito se llegue a formar en ella un estado contemplativo. (*Subida* II, 14, 2, 3)

Esto no significa que la experiencia mística se podrá «hacer» o «forzar»; siempre será puro regalo. Se trata de prepararse a través del ejercicio a soltarse y a vaciarse. Se cuenta de Juan de la Cruz que se pasaba horas, e incluso noches enteras, en esta forma de oración, y que lo hacía con predilección al aire libre o delante de una ventana abierta, al igual que su maestro Jesús. (Brenan, *St. John of the Cross*, págs. 43, 47, 48, 53, 55)

3. EL PROCESO DE PURIFICACIÓN *LA NOCHE OSCURA*

Ninguno de los poderes del alma que son guiados por el ego, tales como el entendimiento, la memoria o la voluntad, deben ser activos en el estado de contemplación. Este ejercicio no es fácil, ya que la mente no

debe agarrarse a nada, y también las emociones tienen que pasar. Se trata de una atención amorosa que no sabe nada y que no quiere nada. El que emprende este camino no tardará en darse cuenta de cómo le acosan los pensamientos de la vida cotidiana.

Pero no sólo los pensamientos de la vida cotidiana dificultan el ejercicio. Todo aquello que a lo largo de los años fue reprimido hacia el inconsciente personal, lo que «se escondió debajo de la alfombra», se siente alentado a asegurarse su sitio en el escenario interior. Por regla general, al comienzo de este camino, los principiantes tienen que luchar con sus experiencias infantiles cargadas de miedo, con sus traumas y sus núcleos neuróticos.

Las dificultades interiores, para algunas personas, puede que sean tan fuertes que se vean impedidas a seguir con el ejercicio contemplativo. Entonces, es hora de buscarse a un guía. El aliento y el apoyo constantes es algo que todos necesitan en este camino.

Los núcleos perturbadores del inconsciente pueden manifestarse en forma de miedo. La persona no sabe de qué tiene miedo, pero siente que el miedo le impide seguir por el camino contemplativo. Hay quien consigue aceptar este miedo, dejándolo ahí, dirigiendo

con valor la atención amorosa hacia Dios. Hay otros que tendrán que dejar la contemplación y pasar primero por un tratamiento terapéutico. Para una persona sana y normal, será suficiente aceptar el miedo y seguir el camino. Con el tiempo, los estados ansiosos suelen disminuir hasta finalmente desaparecer.

Durante esta «fase de purificación activa», el hombre aún puede contribuir algo a su cambio interior. Pero con el comienzo de la «purificación pasiva», que parece purificar principalmente el inconsciente colectivo, desaparece cualquier acción. Estas capas de la conciencia están más allá de una intervención activa del hombre. La última purificación ha de ser sufrida.

Todo este proceso puede resultar tremendamente doloroso. Sólo aquel que lo haya pasado o haya trabajado largo tiempo con personas afectadas por él sabe lo que significa. El capítulo 6 del 2º libro de *La Noche Oscura* de Juan de la Cruz nos da una idea. Allí leemos:

«La tercera manera de pasión y pena que el alma aquí padece es a causa de otros dos extremos, conviene a saber, divino y humano, aquí se juntan; el divino es esta contemplación purgativa, y el humano es sujeto del

alma. Que, como el divino embiste a fin de (cocerla y) renovarla para hacerla divina, desnudándola de las afecciones habituales y propiedades del hombre viejo en que ella está muy unida, conglutinada y conformada, de tal manera la destripa y descuece la sustancia espiritual, absorbiéndola en una profunda y honda tiniebla, que el alma se siente estar deshaciendo y derritiendo en la haz y vista de sus miserias con muerte de espíritu cruel; así como, si tragada por una bestia, en su vientre tenebroso se sintiese estar digeriéndose, padeciendo estas angustias como Jonás en el vientre de aquella marina bestia (Jon. 2, 1). Porque en este sepulcro de oscura muerte le conviene estar para la espiritual resurrección que espera».

Las palabras que Juan de la Cruz utiliza en este capítulo nos dan idea de lo terrible que resulta este proceso de purificación:

«Cercáronme los gemidos de la muerte – dolores del infierno – arrojado en las tinieblas – estar puesto en el lago más hondo e inferior en tenebrosidades – sombras de muerte sin luz – sombra de muerte, gemi-

do de muerte, dolores de infierno – un padecer muy congojoso – suspendido el aire que no respirase, los huesos encendidos en fuego – consumirse han las carnes – cocerse ha toda la composición y deshacerse han los huesos (Ez. 24, 10) – grande deshacimiento en la misma sustancia del alma – el alma ve abierto el infierno».

Esta fase de la contemplación puede resultar terrible para algunos y puede extenderse por un período de tiempo muy largo. Este estado se parece, por regla general, a una depresión profunda. Es importante que el practicante no vea en este proceso simplemente un mal que le ha atacado, sino un camino de purificación espiritual. Solamente así tendrá las fuerzas necesarias para aguantar este proceso hasta el final. La diferencia consiste en la actitud que se tiene hacia la experiencia interior. Esto lo demuestra un ejemplo:

Pensemos en dos turistas que se han quedado atrás en el desierto, y a los que no les queda nada más que agua para las próximas cuatro semanas. Uno de estos dos turistas está continuamente buscando comida, sólo piensa en alimentos, sueña con la comida, pasa hambre y, al final de las cuatro semanas, muere efectivamente de hambre.

El segundo se hace a la idea de pasar un ayuno de cuatro semanas, un período de purificación psíquica y física. Porque sabe ayunar, sale fortalecido y purificado de esta fase de privación, mientras que el primero se queda en la necesidad, en el miedo, sin salida.

La purificación pasiva es un período de desamparo, de dolor, de tensión, de desesperación, de pánico y de horror. No en vano denominaban los místicos este estado *HORROR VACUI*, el horror del vacío. Muy pocos serán capaces de atravesar estas pruebas sin el aliento de un guía.

4. LA MORTIFICACIÓN COMO LIBERACIÓN

A menudo, el lector está consternado del vocabulario tan negativo que utiliza Juan de la Cruz. Palabras como mortificación, negación del mundo o abnegación causan un efecto angustioso y despiertan asociaciones desagradables. ¿No conduce un camino tal a la atrofia de las potencias del alma? ¿Qué es lo que le queda al hombre cuando entra en esa Nada?

Sin embargo, para Juan de la Cruz, la contemplación no es un camino de «aniquilación», sino un camino de liberación. Sólo aquel que se ha visto alguna vez de ver-

dad enfrentado a su impotencia frente a sus emociones, tales como las agresiones, los anhelos o miedos, sabe qué cadenas le tienen prisionero. El hombre puede estar tan inundado por las tormentas en su interior que ya no es él mismo.

La separación de cosas exteriores resulta relativamente fácil, pero el desprendimiento de las energías libidinosas sobrepasa prácticamente las fuerzas humanas. Por ello, los místicos hablan en este caso de la purificación pasiva. Dios mismo tiene que intervenir y quitar los obstáculos.

En el camino contemplativo, son aun peores las trampas ocultas e inadvertidas que impiden el progreso del ejercitante, como son, por ejemplo, los pensamientos religiosos, los sentimientos profundos. Incluso carismas como el don de lenguas se convierten en obstáculo, cuando se carece de la disposición de proseguir hacia un nivel más profundo de oración, pues también el don de lenguas no es nada más que un paso hacia una experiencia más honda de Dios.

Cuando Juan de la Cruz habla de desprendimiento, nunca se refiere a un desprecio del mundo. Se trata más bien de soltarlo todo para poder recobrarlo en un nivel nuevo. Escribe:

«Este recuerdo es un movimiento que hace el Verbo en la sustancia del alma de tanta grandeza, señorío y gloria, y de tan íntima suavidad, que le parece al alma que todos los bálsamos y especies odoríferas y flores del mundo se trabucan y menean, revolviéndose para dar su suavidad, y que todos los reinos y señoríos del mundo y todas las potestades y virtudes del Cielo se mueven; y no sólo eso, sino que también todas las virtudes y sustancias y perfecciones y gracias de todas las cosas criadas relucen y hacen el mismo movimiento, todo a una y en uno». (LI, IV, 4)

5. LA NADA COMO PUERTA A LA EXPERIENCIA MÍSTICA

El total desprendimiento de todo lo creado desempeña un papel decisivo en Juan de la Cruz. Se podrá reducir su enseñanza a dos frases: «Un alma llena de afecto hacia las criaturas está vacía de Dios». «Un alma vaciada de las criaturas está llena de Dios». En este punto, este gran maestro cristiano de la oración interior se encuentra en el mismo estadio que los maestros orientales del Yoga o del Zen. El desprendimiento total, la *kenosis*, es aquel vaciamiento que Jesucristo nos ejemplificó.

El total desprendimiento de Jesucristo es, según Juan de la Cruz, la tarea vital por excelencia, a cuya imitación están llamadas todas las personas. Jesús es el SACRAMENTUM, el signo que abre el camino, la verdad y la vida. La entrada en el modelo de vida de Jesucristo y su imitación constituyen, según Juan de la Cruz, la vocación contemplativa:

«... al punto de la muerte quedó anihilado en el alma sin consuelo y alivio alguno, dejándole el Padre así en íntima sequedad según la parte inferior, por lo cual fue necesitado a clamar diciendo: ¡Dios mío!, ¿por qué me has desamparado?, lo cual fue el mayor desamparo sensitivamente que había tenido en su vida; y así, en él hizo la mayor obra que en toda su vida con milagro y obras había hecho ni en la Tierra ni en el Cielo, que fue reconciliar y unir al género humano por gracia con Dios. Y esto fue, como digo, al tiempo y punto que este Señor estuvo anihilado en todo, conviene a saber: acerca de la reputación de los hombres». (*Subida*, II, 7, 11)

Igualarse a Jesucristo en este aniquilamiento es el estado más elevado que el alma puede alcanzar. Ese elevadísimo estado consiste en la muerte vivida en la cruz,

tanto de los sentidos como del espíritu, interior y exteriormente. El soltarse es, según Juan de la Cruz, la condición indispensable para una profunda experiencia mística. Esa desposesión de sí se refiere sobre todo a las experiencias religiosas, las consolaciones, éxtasis, etc. La salvación se consuma siguiendo los pasos de Jesús, no sólo imitándole. Hay que haber llegado a una plena identificación con él.

Las exigencias de San Juan de la Cruz no son inferiores a las de un maestro Zen. En el Zen, se habla de morir en el cojín. Es esto a lo que se refiere Juan de la Cruz con el «nada, nada, nada», que se encuentra en un dibujo del camino contemplativo de su libro *Subida del Monte Carmelo*. Los peldaños que conducen a la cima del monte se llaman «nada». No menos de cinco veces, refiriéndose a los peldaños, vemos en este dibujo «nada». Y en lo alto de la cima, leemos otra vez: «Y en el monte nada».

Es posible que el individuo sienta aquello que le pasa como un aniquilamiento de sí mismo. Es parecido a la muerte, al sentimiento de ser rechazado por Dios, hasta tanto que lo creado no esté absorbido por lo divino. O mejor dicho: hasta que lo creado se perciba en lo divino.

SEGUNDA PARTE

La experiencia mística

6. PERCIBIR LAS COSAS EN DIOS

Un indicio característico, tanto de la mística oriental como de la occidental, es el hecho de que el mundo en su diversidad sea percibido con un nuevo estado de conciencia, y por ello de una manera diferente que en el hombre corriente. Algunas veces, se le reprocha al místico una falta de realismo, acusándole de andar cual soñador por este mundo, estando demasiado afeerrado al más allá. Un místico que se comporta así no será más que un pseudomístico.

La persona que percibe el mundo con sus sentidos y su mente tiene una limitada percepción. Es la conciencia del ego la que limita la percepción humana; hace que se capte sólo un sector, un aspecto de la realidad total. El místico ve con una dimensión adicional de su conciencia. Mientras que la persona corriente se identifica con su ego, no siendo capaz por eso de ver el mundo de manera diferente a como se le representa éste, el místico se identifica con su experiencia mística. Por esta razón, ve el mundo de manera distinta. Ni el místico oriental ni el occidental dicen que el mundo no existe. Dicen más bien: el mundo no existe tal como nos lo representa la conciencia del ego. Esta conciencia del ego es como un gran hipnotizador, que nos refleja constantemente un mundo que en realidad es totalmente diferente.

Para Juan de la Cruz, Dios «mora» en todas las cosas. Es Dios el que sostiene en su reino a todos los «vasallos», es decir, todas las cosas creadas. La persona mística comprende a las criaturas en el Ser de Dios y no en su «propio» ser, como la conciencia del ego le sugiere. Juan de la Cruz escribe:

«Y aunque es verdad que echa allí de ver el alma que estas cosas son distintas de Dios en cuanto tienen ser criado, y las ve en Él con su fuerza, raíz y vigor, es tanto lo que conoce ser Dios en su ser con infinita inminencia todas estas cosas, que las conoce mejor en su ser que en ellas mismas. Y éste es el deleite grande de este recuerdo: conocer por Dios las criaturas y no por las criaturas a Dios; que es conocer los efectos por su causa y no la causa por los efectos, que es conocimiento trasero, y esotro esencial». (LIV, 5)

Generalmente, se dice que las criaturas llevan hacia Dios. También Juan de la Cruz se refiere a ellas de esta manera en diferentes ocasiones. Pero es en el verso cuatro de *La llama del amor viva*, donde irrumpe la verdadera experiencia mística. (LIV, 5 y 6). Ahí lee-

mos que el mundo no es tal como es captado por la conciencia del ego, mediante los sentidos y la mente. El mundo entero es la manifestación de Dios, la forma múltiple, en la que Él se muestra y de la que a la vez queda diferenciado en su Ser invisible. El mundo en sí no tiene existencia. Nada existe fuera de Dios.

Con la misma fuerza, se hace patente la experiencia de Juan de la Cruz en los versos 14 y 15 del *Cántico Espiritual*:

«Mi amado, las montañas,
los valles solitarios, nemorosos,
las ínsulas extrañas,
los ríos sonorosos,
el silbo de los aires amorosos;
la noche sosegada,
en par de los levantes de la aurora,
la música callada,
la soledad sonora,
la cena que recrea y enamora».

Explicando estos versos, dice:

«Todas estas cosas es el amado en sí; y lo es para ella (el alma)». (*Canc.* XIV, 5)

Y sigue diciendo:

«Porque en lo que Dios suele comunicar en semejantes excesos, siente el alma y conoce la verdad de aquel dicho que dijo S. Francisco, es a saber: Dios mío y todas las cosas...». (Canc. XIV, 5)

«Cada una de estas grandezas que se dicen es Dios y todas ellas juntas son Dios; que, por cuanto en este caso se une el alma con Dios, siente ser todas las cosas Dios, según lo sintió S. Juan cuando dijo: “Lo que fue hecho, en Él era vida”. (Canc. XIV, 5)

«Cada una de estas grandezas que se dicen es Dios», escribe Juan de la Cruz. Las montañas y los valles, las islas y los ríos, los llama Dios. Son revelaciones de Dios, pero no en el sentido corriente. Son Dios. Dios se manifiesta como montaña y valle, como río e isla. «... el alma siente cómo todas las cosas son Dios.»

En el Zen también se sabe que la realidad última puede revelarse en una flor de cerezo, en el grito de un pájaro, o en el susurro del bambú. El místico percibe a Dios como la realidad originaria en todo lo creado. Así debió percibir Moisés a Dios en la zarza.

Se sobreentiende que la vivencia en sí es «suprasensorial» en el propio sentido de la palabra, y para la cual la percepción, mediante los órganos exteriores, no es más que el punto de partida. La vivencia de unidad trae consigo un nivel de conciencia totalmente nuevo.

Esta vivencia profunda puede desencadenarse mediante la visión o la audición. Se oye un sonido o un ruido con el oído exterior y repentinamente se percibe en el interior, que ese sonido, ese ruido, lo es TODO. Este TODO es el Vacío resplandeciente y transparente, Dios, lo absoluto, la última realidad.

Para Elías, la experiencia de Dios tenía que ver con el susurro del aire, y Juan de la Cruz hace el siguiente comentario a este respecto:

«Que, por significar este libro la dicha inteligencia sustancial, piensan algunos teólogos que vio nuestro padre Elías a Dios en aquel SILBO DEL AIRE DELGADO que sintió en el monte a la boca de su cueva». (Canc. XIV, 14).

«... que vio nuestro padre Elías a Dios (en el silbo).» No pocas personas confirmarían haber percibido lo mismo o algo parecido.

Juan de la Cruz añade:

«... Este divino silbo que entra por el oído del alma, no solamente es sustancia entendida, sino también descubrimiento de verdades de la Divinidad y revelación de secretos suyos ocultos». (*Canc.* XIV, 15)

Por eso, Juan de la Cruz creía que Pablo se refería a una de estas experiencias en su segunda carta a los Corintios, cuando dice: «Oí palabras secretas, que al hombre no es lícito hablar». (*Cor.* 2, 12, 4). Y comenta Juan de la Cruz: «En lo cual se piensa que vio a Dios tan bien como nuestro padre Elías en el silbo». (*Canc.* XIV, 15)

Un ejemplo de nuestro tiempo

«Casi desfallezco de anhelo por este Ser», escribe una mujer en el relato de su vivencia. «Por todas partes me parece que oigo el gran nombre inefable de Dios. Al dar un paseo, oí cómo reía un hombre en su jardín. Reía el “gran nombre”.» («Gran Nombre» significa aquí Dios.)

«Reía el gran nombre» —¿reía Dios! Seguidamente, se da cuenta de lo extraño de su testimonio; queda desconcertada y añade: «Pero no puede ser lo que digo».

La mente censura la vivencia, y por eso lo dicho no puede ser cierto. Y precisamente allí está la vivencia. ¿Reía Dios? y no: Dios estaba en la risa, lo que podría interpretarse mal. Más bien: «Reía el Gran Nombre», pues la risa, tal como la captan nuestros sentidos, no es la gran realidad. Nos parece que el místico no capta las cosas correctamente, pero ése es el gran engaño. El místico percibe la realidad total, tal y como es. Ve, por así decir, el paisaje en su extensión tridimensional, donde la persona corriente sólo es capaz de ver una imagen de dos dimensiones.

De la misma manera, se puede percibir a Dios en un concepto. Posiblemente, algo así les sucedió a Teresa y a Juan de la Cruz cuando estuvieron hablando en el locutorio de la Sta. Trinidad. Donde más arriba decimos: «Reía el Gran Nombre», deberíamos decir ahora: «Pensaron la Sta. Trinidad». Pero igual que la palabra «reír» no tiene nada que ver con lo que normalmente entendemos por reír, la palabra «pensar» no tiene que ver aquí con lo que les ocurrió a Sta. Teresa y a Juan de la Cruz. Tal como más arriba ocurrió con la audición, aquí es el pensar el que condujo hacia una nueva calidad de la experiencia.

No se deberían comparar entre sí vivencias de este tipo, como si, por su punto de partida religioso,

unas fueran de más valor que otras, en que «sólo» se habla del reír, del susurro del viento o de la zarza ardiente. Las tres últimas también son testimonios profundamente religiosos de una experiencia mística, aunque no se sirvan de un lenguaje religioso en el sentido tradicional. En cualquier caso, la experiencia sobrepasa los sentidos y la inteligencia. Pero «sobrepasa» no se debe entender como un aumento de la capacidad de los sentidos o de la inteligencia. Se trata más bien de una calidad totalmente nueva de percepción.

La evolución del ser humano tiende a que este «ver místico» sea algún día patrimonio de todos. Se trata de ayudar a los hombres a desarrollarse hacia esa nueva dimensión de la conciencia, donde se percibe el origen común de toda existencia.

7. CANCIONES DE AMOR.

EXPRESIÓN DE LA EXPERIENCIA

En Juan de la Cruz, la experiencia se reflejaba también en imágenes de canciones populares de amor, porque no sólo el *Cantar de los Cantares*, sino también las canciones de amor de su tiempo aparecen en sus escritos. Una vez, le inspiró una canción de amor

que escuchaba al estar escribiendo sus poesías, cuando la voz de un joven cantante penetró desde la calle en su celda de prisión, donde le habían encerrado sus hermanos de congregación. Las palabras de la canción eran las siguientes: «Me muero de amor. Amada mía, ¿qué puedo hacer? –Morir». (Ver Brenan, pág. 32).

En otra ocasión, cuando estaba de padre espiritual de las Carmelitas en Beas, al ver una imagen del Niño Jesús, dio unos pasos de baile, a la vez que cantaba las primeras líneas de una popular canción de amor, que dirigió a Jesús: «Dulce y suave Jesús, si el amor mata, ahora tiene la ocasión». (Ver Brenan, pág. 57).

En los poemas de Juan de la Cruz, raras veces encontramos la palabra Dios, sacramento u otras expresiones cristiano-religiosas. Pero es precisamente en sus poesías, donde encontramos su mística. Según Fernando Urbina, no era amigo de explicar sus poemas. Sabía demasiado bien que una interpretación dentro de la terminología cristiana sería fácilmente atacable y que expresaría en mucho menor grado la experiencia mística que la poesía en sí.

Por ejemplo, nos referimos a las primeras estrofas de sus diferentes libros:

¡Oh llama de amor viva,
que tiernamente hieres,
de mi alma en el más profundo centro!
Pues ya no eres esquiva,
acaba ya, si quieres;
rompe la tela deste dulce encuentro.

(*LI*)

¿Adónde te escondiste,
Amado, y me dejaste con gemido?
Como el ciervo huiste,
habiéndome herido,
salí tras ti clamando, y eras ido.

(*Cántico*)

En una noche oscura,
con ansias, en amores inflamada,
¡Oh deliciosa ventura!,
salí sin ser notada,
estando ya mi casa sosegada.

(*Noche*)

A oscuras y segura
por la secreta escala, disfrazada,
¡Oh dichosa ventura!,
a oscuras y encelada,
estando ya mi casa sosegada.

(*Subida*)

8. LA NATURALEZA COMO DESENCADENANTE DE LA EXPERIENCIA MÍSTICA

La naturaleza era casi siempre la puerta que le conducía hacia la experiencia profunda. Por ejemplo, cuando estaba en el Convento de la Trinidad, cerca del pueblo Iznatoraf, solía retirarse a un minúsculo cuarto, desde cuyo ventanuco tenía una amplia vista sobre las montañas y los verdes valles.

En Granada escogió la celda más pequeña del Convento. Pero tenía una ventana que ofrecía una vista muy amplia. Allí solía arrodillarse y orar. Cuando se encontraba en Segovia, se retiraba a una gruta desde la que tenía una gran vista sobre la ciudad, hacia las lejanas montañas. Y en La Peñuela, poco antes de caer gravemente enfermo, solía orar bajo los sauces y en medio de los arroyos, hasta que el calor del mediodía

le sacara de su oración contemplativa. (Brenan, págs. 48, 55, 65, y 75).

La auténtica experiencia abarcaba para él ambas cosas: Dios y la creación. Parece ser parte de la mística el que ambas cosas se perciban sólo conjuntamente.

9. CREADOR Y CRIATURA - NO DUALIDAD

Sabremos aceptar y apreciar las experiencias de Dios de este tipo sólo cuando partamos de la unidad de todo lo existente. Decimos: «Dios creó el mundo de la nada», pero queremos decir que Dios creó algo enfrente de sí, y de lo que se mantiene alejado mediante un abismo. Hacemos como si Dios hubiera creado la creación fuera de sí. Pero fuera de Dios, nada puede existir. ¡Cómo podría! Él es en lo más profundo la vida de todo lo creado. Dios y la creación son los dos aspectos de la única realidad, que no debemos separar. Un término mejor para expresar esta relación sería «no-dualidad». Ésta es la experiencia del místico. Resulta muy difícil verterla en conceptos. Pero intentaremos hacerlo mediante algunas imágenes.

Tenemos la imagen del árbol, al que pertenecen de la misma manera el tronco y las ramas. Las ramas salen

del tronco. Se pueden considerar las ramas como tales, y así distinguirlas del tronco. Pero las ramas no se experimentan sólo como ramas. Se experimentan también como árbol. Sólo bajo el aspecto del árbol puede haber la unidad de tronco y rama.

Otra imagen es la del cuerpo. A él pertenecen los brazos, las piernas, la cabeza y el tronco, y a cada una de esas partes se la puede considerar por separado y darle un nombre. Pero el hombre no se percibe como brazo, pierna, cabeza o tronco. Se experimenta como cuerpo. La experiencia de unidad en la mística es parecida. Se puede separar al hombre de Dios, y considerarlo como tal. Pero esto no es más que la mitad de la realidad. El hombre es «dios y hombre», y cuando el místico tiene esta vivencia, se percibe como uno con Dios y con toda la creación. En el intento de verbalizar esta experiencia, es cuando dice necesidades tales como «mi amado las montañas», o «Dios estaba en susurro del viento».

Por ello, en un sentido místico, Dios no es ni inmanente ni trascendente. Es más bien la creación entera de una manera misteriosa. Él se expresa en ella como el amor en el gesto de la caricia. En la creación, Él se hace evidente y tangible. Pero insistimos en que no se trata aquí de una percepción con los órganos corporales de la vista y del oído. Hablar de «ver y oír» es una expresión gráfica de

una experiencia mística mucho más honda. Pero también hay que decir que esta experiencia le es dada a muchas más personas de lo que se suele imaginar.

En la mística, no se trata de hacerse uno con Dios. Se trata DE DARSE CUENTA EN LA EXPERIENCIA DE LA UNIDAD QUE YA EXISTE DESDE SIEMPRE. Esta unidad ya existente aflora en la experiencia. O sea, el místico no alcanza la unidad, sino que Dios le hace el regalo de caer en la cuenta de esta unidad siempre presente. Dios la hace surgir de repente en el horizonte, siempre y cuando el ojo interior haya quedado puro, es decir, cuando hayamos sufrido hasta el final el proceso de la purificación activa y pasiva. El que haya recibido el regalo de esta experiencia llegará a una nueva comprensión de las enseñanzas de Jesús. Tolstoi probablemente se inspiraba en esta fuente cuando escribía:

«Cristo enseña a los hombres que dentro de ellos hay algo que los eleva por encima de esta vida con sus persecuciones, sus miedos y sus placeres. El que comprende las enseñanzas de Cristo siente lo mismo que un pájaro que hasta entonces no sabía que tenía alas, y ahora comprende que puede volar, que puede ser libre y no necesita temer nada». (Sellmair, Weisheit (*Sabiduría*)... pág. 236).

10. EL MÍSTICO - ¿PANTEÍSTA O MONISTA?

Cuando el místico dice que es uno con Dios, no quiere decir necesariamente que su existencia se pierde en Dios. El intelecto trabaja por naturaleza de manera dualista; sólo puede pensar «yo» y «tú». Por eso, para el ser humano, la unión solamente puede significar la fusión de dos. Pero en la experiencia profunda que se da en un nuevo estado de conciencia, se le revela a la mística la ya existente unidad entre Dios y el hombre. Percibe a Dios como el mar que se manifiesta constantemente en olas. A la ola se la puede considerar como tal; tiene una cierta independencia, pero no existe fuera del mar. De la misma forma, cada criatura tiene su propia existencia; se la puede considerar por separado, pero en realidad es el mar de la vida de Dios el que está expresando en la criatura.

EL MUNDO TAL Y COMO LO VEMOS NO ES TODA LA VERDAD; es una verdad parcial. Por eso, la teología que sólo ve lo divino con la mente no puede proporcionar más que una verdad parcial. La especulación teológica es la reflexión de la ola sobre el océano.

La experiencia mística, en cambio, va al fondo de las cosas de manera diferente a la de una persona no ilu-

minada. Esto no quiere decir que se trata de una sublimación de lo creado. Lo creado se amplía en la experiencia mística hacia su totalidad, y recibe así una nueva calidad y valencia. Surge una relación totalmente nueva para las cosas, que está impregnada por la unidad experimentada de la vida. Todas las cosas proclaman a Dios, son la revelación de Dios. La piedra no es sólo piedra; el árbol no es sólo árbol. La experiencia hace ver que la verdadera existencia de la naturaleza y de todas las cosas no se agotan ni en lo material, ni en lo biológico. Para el místico, en este sentido, todo lo creado está totalmente vacío. Visto desde el lado fenoménico, todas las cosas le resultan ser la pura nada. Pero esta nada, ese vacío misterioso de la mística, se le revela por otro lado como la última realidad que el hombre podrá percibir, pero que la mente no será capaz de comprender ni describir.

El vacío de la mística es creativo. En él, todas las cosas tienen su existencia, pero no tal y como son percibidas por los sentidos y la razón en el nivel espacio-temporal. Siempre que nos apoyemos demasiado en el intelecto, estamos inclinados a clasificar lo dicho más arriba como panteísmo, monismo o gnosticismo.

Pero esto significaría no hacerle justicia a los testimonios de los místicos, porque ninguno de estos concep-

tos resulta adecuado para la experiencia de la realidad total. Son formas de percibir del intelecto. Por eso, insistimos una vez más en que todo lo creado, con relación a su existencia material, es la pura nada para el místico. Es totalmente vacío y no tiene existencia en sí. La creación para él no existe en la forma percibida por el yo espacio-temporal. Sólo el intelecto del ego espacio-temporal es capaz de percibirla separada de su origen, pero no el hombre en la experiencia mística. Por eso, cuando declaran los panteístas: «Las montañas son Dios», esto no es comparable a la declaración del místico. Cuando Juan de la Cruz dice: «Mi amado las montañas», se refiere a algo muy diferente de lo que son las imaginaciones panteístas de los teólogos. La montaña, tal como la capta el ego espacio-temporal, nunca puede ser Dios. Pero la montaña que se percibe en la experiencia de unidad «es Dios».

Al místico, se le revela la totalidad del Ser en lo creado, que es un Ser de Dios. Todas las cosas rebosan Dios, todas las cosas rebosan su Ser. «Dios está más cerca de mí de lo que lo estoy yo mismo», dice Eckhart.

La creación es un despliegue de Dios. Dios se despliega y (en la experiencia mística) se repliega. La experiencia es unidad de Dios y creación. Y como en la

experiencia el místico abarca más con la percepción intelectual, está en lo más hondo convencido de esa realidad entera. Cualquier experiencia en nuestra existencia espacio-temporal será siempre incompleta. La profundidad de Dios es insondable.

11. ENCARNACIÓN. UN ACONTECIMIENTO PERMANENTE

Si la creación entera, y ella también incluye a la raza humana, es expresión de lo divino, la encarnación no es un acontecimiento único. La encarnación ha sido y será siempre. En Cristo, la encarnación de Dios alcanzó su punto culminante. En Cristo, Dios mismo se manifestó. Cristo es la manifestación absoluta de Dios en el mundo. Pero la manifestación de sí mismo, que alcanza su perfección en la persona humana de Cristo, ya se ha llevado a cabo en la creación. También la creación es Palabra de Dios. La creación en sí ya es encarnación. La creación y la encarnación no son pues dos actos de Dios que estén desgajados de él, ni que coexistan separadamente, sino que son «dos momentos y fases de un sólo proceso, aunque interiormente diferenciado, de manifestación de sí mismo y de despojamiento de Dios en lo otro desde sí mismo». (K. Rahner, *Schriften zur Theologie V*,

Einsiedeln 1964, pág. 213*). La creación está dispuesta hacia la encarnación. La encarnación es la perfección de la creación.

Cuando en la experiencia mística uno cae en la cuenta de esto, entenderá a Pablo de una manera totalmente nueva cuando dice: «No soy yo el que vive. Cristo vive en mí». Cristo es el prototipo en quien la creación entera ha de reconocerse.

La no-dualidad de la realidad entera, de lo divino y de lo creado se hace patente en Jesucristo. En él resulta imposible dividir esta realidad que es una; en él, Dios se revela como hombre; en él, Dios se personaliza. En Jesucristo, Dios se hizo carne, creación: «La Palabra se hizo carne y habitó entre nosotros». (Jn 1, 14). Pero lo que ocurrió en él, sucede permanentemente de forma similar en toda la creación. La creación es encarnación, es la manifestación de Dios mismo, pues «sin la Palabra no se hizo nada de lo que se ha hecho». (Jn 1,3).

Cuando Dios se hizo hombre, «llegó a su casa», dice Juan (Jn 1, 11). Él vino a lo suyo. La realidad que es

* *N. del T.* : «Escritos referentes a la Teología V», Einsiedeln, 1964

una tiene dos aspectos. En Jesucristo, la penetración del yo espacio-temporal y la experiencia de ambos aspectos pertenecientes a esa realidad que es una llegada a su absoluta perfección. Si decimos que no somos nosotros los que vivimos, sino que Cristo vive en nosotros, queremos expresar que lo divino de Jesús es también nuestro verdadero centro, nuestra naturaleza esencial. Él es la «cabeza». La cabeza nunca vive sin cuerpo, y lo que es válido para ella también lo es para el cuerpo. En el cuerpo entero de la creación, la no-dualidad de la realidad entera ha de manifestarse. «Pues la espera ansiosa de la creación anhela la revelación de los hijos de Dios.» Y no sólo eso. «Con esperanza de ser también la creación liberada de la esclavitud de la corrupción para entrar en la libertad esplendorosa de los hijos de Dios.» (Rom, 8, 19-21).

Para los cristianos y muchas personas religiosas, Jesús es más que sólo el hombre nacido en Nazaret. La irradiación de su personalidad sobrepasa el fenómeno simplemente humano. El Nuevo Testamento viene a referirse a él como a Cristo que es «la imagen de Dios» (Col. 1), que abarca la plenitud del cosmos y se nos presenta como el «Cristo Cósmico». En él y según él, todo está creado, es decir, todo es, igual que él, revelación de lo divino. La expresión «en Cristo Jesús», que encontramos continuamente en las Cartas de Pablo,

debe estar basada en este conocimiento. Si alguien aún no tiene sus rasgos, o ya no los lleva, debe seguir el impulso de la gracia para llegar al fondo interior y, a través del reconocimiento de su naturaleza esencial, adquirir una mayor capacidad para alcanzar la identificación con Cristo. Cristo es el Símbolo, la señal que indica que la realidad entera tiene dos aspectos, que la persona auténtica es Dios y hombre. Un símbolo siempre es emisario, portador de un mensaje.

Eckhart dice en uno de sus sermones:

«Puesto que en esta naturaleza tengo todo lo que Cristo es capaz de ofrecer según su humanidad, ¿por qué elevamos a Cristo y le adoramos como Señor y Dios nuestro? Esto es, porque él era un mensajero de Dios para con nosotros, trayéndonos la bienaventuranza. La bienaventuranza que nos trajo ERA NUESTRA.

Allí donde en su fondo más profundo el Padre alumbraba a su Hijo, allí se introduce esta naturaleza (humana)». (Quint, Meister Eckhart, pág. 178)

Igual que en Pablo, Cristo quiere andar de nuevo por el mundo en todas las personas. Cristo quiere mani-

festarse en el hombre. (Flp 1, 20). Para esto es indispensable que el hombre se despoje de su viejo ego y se vista de su verdadera naturaleza esencial, para así convertirse en hombre nuevo según la imagen de Cristo. (Col 3, 9). Morgenstern tenía razón al decir:

«Nunca fuimos realmente echados del paraíso. Estamos y vivimos en medio del paraíso, pero sin darnos cuenta y por ello en medio del infierno». (Sellmair, pág. 19).

En el camino de la contemplación, se le prepara al hombre para el encuentro con Dios. Cuando está maduro para entrar en el nuevo nivel de conciencia, se le abren las puertas del paraíso interior. Ésta es la dimensión mística del cristianismo, que cual semilla yace en el mensaje de Pablo y Juan. No tengamos miedo a la idea de que pudiera brotar, pues el tiempo ya está maduro.

12. EL ACONTECIMIENTO DEL MONTE TABOR. LA EXPERIENCIA MÍSTICA DE LOS DISCÍPULOS

Vistos desde la experiencia mística, los hechos del monte Tabor también quedan claros. (Lc 9, 28). ¿No puede haber sido que Jesús no hubiera sufrido ningun-

na transformación? Puesto que en todo momento era totalmente Dios y hombre, tiene que haber manifestado, en consecuencia, siempre perfectamente los dos aspectos de la realidad. La transformación tuvo que haber tenido lugar en los discípulos. Los ojos les fueron abiertos. Ahora veían a Jesucristo entero, al Dios y al hombre. Una profunda iluminación les fue deparada. Les fue dado ver la realidad entera, el aspecto de lo humano y de lo divino. Y también se dieron cuenta de que espacio y tiempo carecían de importancia. Jesús estaba frente a frente con Moisés y Elías. Todo resplandecía. La experiencia de toda la verdad se describe a menudo con la palabra «luz», aunque no se trate de luz que pueda verse con ojos corporales.

Esta luz es la que al parecer les fue dada a los discípulos, sin que nada hubiera cambiado en Jesús.

Jesús les mandó que no refiriesen a nadie lo que habían visto. (Mc 9, 9). No se debe hablar de un solo aspecto de la realidad. Pretender quedarse absorto en éxtasis pensando que ésa es la realidad total sería tan erróneo como apegarse a la dimensión espacio-temporal. También forma parte de la realidad entera el sufrimiento que le aguardaba a Jesús. El sufrimiento, la muerte y la resurrección son la realidad total. El destino y el camino de Jesús son el destino y el cami-

no de todo hombre que mira a Dios. Encontrar a Cristo significa encontrar su naturaleza esencial. La naturaleza esencial es Hijo de Dios, que nace del Padre en el alma del Hombre. La vida viene a parecerse entonces a la existencia del sarmiento en la vid. La unidad con Cristo nos hace partícipes de las poderosas y dinámicas fuerzas creadoras que emanan de él. Ésta es la salvación. Estas fuerzas nos conducen a un proceso de sanación, a llegar a ser personas enteras y al alumbramiento del Cristo en nosotros. Pero el proceso de integración no es sólo meta del hombre. Sólo cuando la gloria de Dios resplandezca en la creación entera, ha encontrado su identidad. Los discípulos tuvieron que esperar con sus predicaciones hasta que llegaran a comprender esto en cierta medida. ¡No se pueden construir cabañas en el monte Tabor!

Algo parecido debió ocurrir en el camino hacia Emaús. (Lc 24, 10). «Los ojos estaban incapacitados», la realidad total del Dios y hombre les quedó velada. Sólo al partir el pan les fueron abiertos los ojos: este Jesús no está muerto. Solamente ha pasado a otra forma de vida, aquella que denominamos vida eterna. Pero él siempre ha tenido esta forma de vida, pues la vida eterna era y es siempre. Por eso fue capaz de decir: «El que me ve a mí, ve al Padre». (Jn 14, 9).

13. EUCARISTÍA

ANUNCIO DE LA VERDAD ENTERA

También en la eucaristía, el pan de Dios, el cuerpo de Dios, vuelve a hablar de estos dos aspectos de la realidad que es una. Pan es más que pan, y vino es más que vino. Para expresarlo, doblamos las rodillas. Utilizamos incienso para testimoniarlo y encendemos una lamparilla para tenerlo siempre presente.

LA EUCARISTÍA ES EL ANUNCIO DE LA VERDAD ENTERA, y esta verdad entera es Dios y la creación. La verdad del pan y del vino que anunciamos en la eucaristía es la verdad de la creación entera. Sólo que nuestros ojos están incapacitados; no podemos ver la verdad total con ojos corporales. Tomás de Aquino escribió: «*Pignus futurae gloriae*», «signo de la gloria venidera». Mas, en el nivel místico no existe ni ayer, ni mañana, solamente un ahora.

A algunos de nuestros contemporáneos de vez en cuando les es dado participar de este ahora. Entonces, decimos que pueden «prever» acontecimientos. En realidad, lo que ven son los acontecimientos en el ahora de Dios, que está en el eterno ahora de una manera que abarca absolutamente todo.

Este don es dado a más personas de lo que suele imaginar. A menudo se lo callan, sobre todo en presencia de los padres espirituales, porque dentro de la iglesia, las facultades místicas todavía suelen encontrarse con cierta incompreensión.

La verdad de la creación entera es la verdad de la eucaristía. En ella, se oculta toda la realidad. Es su imagen. Abarca la totalidad y la santidad del misterio eucarístico. Sólo así se explica el profundo respeto de los santos cara a la creación. Éste proviene de la experiencia mística que hace ver «que todas las cosas son Dios», según Juan de la Cruz. Todo es santo. Ante Dios no existe ni ayer, ni mañana.

La gloria venidera de la que habla Tomás es presencia en el nivel místico. La eternidad es aquí y ahora. Este momento es ELLO, es TODO. La mística no tiene ningún componente escatológico. Esto es una interpretación del después. Aquí, en este sonido, en este árbol, la entera verdad originaria está presente.

Al verbalizar sus experiencias, los místicos a menudo las han presentado de manera distinta, lo que no implica que estén en contradicción con lo anterior. Juan de la Cruz no advierte en balde contra una interpretación demasiado estrecha de sus escritos místicos:

«Por haberse, pues, estas *Canciones* compuesto en amor de abundante inteligencia mística, no se podrán declarar al justo, ni mi intento será tal, sino sólo dar alguna luz en general (pues V. R. así lo he querido). Y esto tengo por mejor, porque los dichos de amor es mejor dejarlos en su anchura para que cada uno de ellos se aproveche según su modo y caudal de espíritu, que abreviarlos a un sentido a que no se acomode todo paladar; y así, aunque en alguna manera se declaran, no hay para qué atarse a la declaración, porque la sabiduría mística, la cual es por amor de que las presentes *Canciones* tratan, no ha menester distintamente entenderse para hacer efecto y afición en el alma, porque es a modo de la fe, en la cual amamos a Dios sin entenderle». (*Cántico*, Prólogo 2)

14. JESUCRISTO EN LA CONTEMPLACIÓN

En la contemplación, la fe en Jesucristo se ahonda y llega a transformarse. Conduce de Jesús a Cristo. En Juan, Jesús dice al despedirse:

«Pero yo os digo la verdad: os trae más cuenta que yo me marche; pues, si no me marchó,

el Paráclito no vendrá a vosotros» (Jn 16, 7). Los místicos, en especial Juan de la Cruz, interpretan este párrafo siempre en el sentido de que la figura de Jesús tiene que retroceder para que el verdadero Jesucristo pueda ser percibido. Hay que dejar atrás todo tipo de imagen que se tenga de Jesús, para que el verdadero Jesús pueda manifestarse. (*Subida II*, 11, 7).

A este respecto, convendría leer los capítulos 11 al 14 del 2º libro de la *Subida del Monte Carmelo*.

Según Juan de la Cruz, en la contemplación, el hombre debe huir de todo aquello que entra a través de los sentidos. En su opinión, ése es el motivo por el que Jesús dijo a María Magdalena y a Sto. Tomás: «No me toques». «Si no se las desprecia (las cosas que pueden ser captadas por los sentidos), estorban el espíritu; pues el alma se entretiene con ellas y el espíritu no vuela hacia lo invisible; éste es uno de los motivos que indujo a Jesús a decir a sus discípulos que sería mejor que él se marchara, para que pudiera venir el Espíritu Santo. (Jn 16, 7). De la misma manera, después de resucitar, no la dejó estar a María Magdalena a sus pies.» (Jn 20, 17): (*Subida II*, 11, 12).

En la *Subida del Monte Carmelo*, en el capítulo 12, Juan de la Cruz dice lo mismo de la imaginación y de la fantasía, y en los capítulos 13 y 14, explica por qué y cuándo el hombre debe comenzar con la oración contemplativa. Desde este momento, tiene que dejar atrás cualquier imagen o idea que tuviera de Jesús.

Transformación y no imitación

En la contemplación, se trata de un proceso de transformación y no tanto de un proceso de imitación. En el hombre ha de tener lugar lo que tuvo lugar en Jesucristo. Jesucristo, que es totalmente Dios y totalmente hombre, es el modelo ejemplar para cada hombre. Cada persona se enfrenta con la misma tarea que él. Cada uno ha de permitir que lo divino se manifieste libremente en él. El hombre ha de llegar a ser igual que Jesús en la realización de su propia vida. El acento principal aquí está más bien en «conformatio» que en «imitatio». Se trata de dejar al descubierto lo divino dentro de nosotros de la misma manera que era manifiesto en Jesucristo. El proceso de la salvación en nosotros está enfocado hacia un proceso de llegar a ser Cristo, que a fin de cuentas resulta ser un proceso de individuación, de llegar a ser personas auténticas, llegar a la integración, sí, un proceso de llegar a ser Dios.

En este proceso hay que atravesar una etapa de purificación pasiva. Según Juan de la Cruz, Jesús salvó al mundo en la *Kénosis*, en la última desposesión de sí mismo en la cruz, y lo mismo le aguarda a cada persona orante que vaya por el camino de la contemplación. A este respecto, convendría leer en el 2º libro de la *Subida del Monte Carmelo*, el capítulo 7, nn. 11 al 12. Ahí leemos que Jesús concluyera la obra de salvación en su más profunda humillación (*Kénosis*) (*Subida* II, 7, 1 1).

Soltar toda idea religiosa

Palabras tales como «desprendimiento», «mortificación», «morir», despiertan en nosotros asociaciones negativas.

Nos hacen pensar en seguida en ejercicios ascéticos como son el ayuno, las prácticas de mortificación de la carne, la negación del mundo y similares. Pero lo principal para Juan de la Cruz, es el soltar cualquier idea e imagen que se tenga de Dios. Enseña la oración contemplativa, y en ella no cabe el agarrarse a tales contenidos, por muy religiosa que sea su vestidura.

«De donde los que imaginan a Dios debajo de algunas figuras destas, o como un gran fuego

o resplandor, o otras cualesquiera formas, y piensan que algo de aquello será semejante a Él, harto lejos van de él; porque, aunque para los principiantes son necesarias estas consideraciones y formas y modos de meditaciones para ir enamorando y cebando el alma por el sentido. (*Subida* II 12, 5)

Conocer realmente a Jesucristo, para Juan de la Cruz, significa una equiparación con Jesucristo, y se lamenta mucho de que esto no lo proclaman aquellos que hablan mucho de Jesucristo, siendo tan eruditos:

«... porque veo es muy poco conocido Cristo de los que se tienen por sus amigos; ... grandes letrados y potentes y otros cualesquiera que viven allá en el mundo, no conocen a Cristo». «... porque a ellos les convenía primero hablar esta palabra de Dios, como a gente que Dios puso por blanco de ella según las letras y más alto estado.» (*Subida* 117, 12).

15. JESUCRISTO - EL ARQUETIPO DE LA UNIDAD

Jesucristo viene a ser el arquetipo de la unidad entre hombre y Dios del que somos portadores. Esto es, sin

duda, uno de los motivos por el que tantos hombres se han sentido atraídos por Jesucristo a lo largo de los siglos. En él se manifiesta claramente que el hombre completo es «divino y humano». Las oraciones oficiales de la Iglesia acaban con las palabras «por Jesucristo nuestro Señor». Así, esta unidad se confirma siempre de nuevo.

Desde esta experiencia de unidad, Angelus Silesius escribió los siguientes poemas:

«La oración más noble es
cuando el orante se convierte
íntimamente en aquello delante
de lo que se arrodilla».

O:

«Si quieres conocer al hombre nuevo
y su nombre,
primero pregúntale a Dios
cómo se suele llamar él».

Lo divino yace en cada uno como una semilla. Tal como llegó a brotar en el hombre Jesucristo, así también ha de despertar en cada individuo y llegar a desarrollarse. Jesucristo era totalmente transparente. Dios

relucía a través de él. Lo mismo ha de ocurrir con nosotros, Dios quiere desplegarse en nosotros, reflejarse en nosotros. Como decía Pablo: «Estoy crucificado con Cristo. Y vivo, ya no yo, sino que Cristo vive en mí». (Ga 2, 19, sig.). Jesús vino para curarnos de la idea errónea de estar viviendo separados de Dios y destruyéndola mediante su muerte en la cruz. «Si se nos es dado morir con él, también viviremos con él.» (Ro 6, 4). El camino de la contemplación es el camino hacia la experiencia de unidad con Dios.

Se trata de admitir lo divino, de darle espacio. El esfuerzo ético sirve al desarrollo de lo que vive en nosotros, para que el buen hacer del hombre se vuelva un «hacer de Dios». La finalidad de todas estas expresiones negativas no es otra que la de conducir hacia la libertad. Morir en el sentido de la contemplación, supone ganancia. La ganancia de la vida total y plena.

Pero esto es solamente posible cuando el hombre sea capaz de retirar la actividad de su yo hasta tal punto que su naturaleza esencial, la vida de Dios, se manifieste.

TERCERA PARTE

La guía
en el camino de la
Oración Contemplativa

16. LA CRÍTICA A LOS GUÍAS ESPIRITUALES

Juan de la Cruz da mucha importancia a la guía de almas. Cuando alguien está sin dirección espiritual «será como el árbol que está solo y sin dueño en el campo, que, por más fruta que tenga, los viadores se la cogerán y no llegará a sazón». (Avisos, 5). En muchos capítulos de sus obras, habla de la dirección espiritual, de los espirituales y de los confesores. Y censura gravemente a los directores espirituales de su tiempo. En opinión de Fernando Urbina, uno de los mejores conocedores de Juan de la Cruz, éste escribió sus libros solamente porque el miedo a la Inquisición frenaba a los directores espirituales de su tiempo a acompañar a las personas con facultades místicas en el camino de la contemplación.

Juan de la Cruz reprocha a esos directores espirituales falta de comprensión por intentar volver a llevar a esas personas, que estaban a punto de entrar en la oscuridad y el vacío de la contemplación, a las meditaciones y ejercicios devotos. Esto supone un momento crítico en el camino interior. En vez de hacerles volver, los guías espirituales deberían animarles a seguir con el ejercicio de la atención amorosa con valor y confianza, a pesar de toda sequedad, soledad y vacío. Habla largamente de ello en su libro *Llama de amor viva* (ver *LI*

III, todos los párrafos desde el 53 al 66). En ellos amenaza de la siguiente forma:

«Grandemente se indigna Dios contra estos tales y promételes castigo por Ezequiel, diciendo: “Comíades la leche de mi ganado y cubríades os con su lana, y mi ganado no apacentábades; yo pediré mi ganado de vuestra mano”». (Ez. 34, 3 y 10) (Ll III, 60)

También se recomienda p. e. la lectura del capítulo 18 del 2º libro de la *Subida del Monte Carmelo*. Ya en el prólogo a ese libro nos encontramos con una crítica feroz en los párrafos 4, 5 y 6, que, por lo demás, ocupa gran espacio en los escritos de Juan de la Cruz. En ese prólogo, viene a llamar a los directores espirituales descalificados «constructores de la Torre de Babel». En la *Llama de amor viva*, los llama «herrereros» que no saben más que martillar (Ll, III, 43), las raposillas que demuelen la florida viña del Señor (Ll, III, 53), «ciegos», que estorban la obra del Espíritu Santo y gente que cierra a otros la puerta del Cielo (Ll III, 62).

Por este motivo, Juan de la Cruz aconseja a los hombres tener cuidado en el camino espiritual y no confiarse a cualquiera.

«Grandemente le conviene al alma que quiere ir adelante en el recogimiento y perfección mirar en cuyas manos se pone, porque cual fuere el maestro tal será el discípulo, y cual el padre, tal el hijo.» (Ll, 3, 30).

Todos los místicos advierten que si se quiere avanzar en el camino de la contemplación, llegará el tiempo en que habrá que prescindir de cualquier tipo de reflexión acerca de Dios y, en consecuencia, de más de un ejercicio pío. Pero a pesar de esto, aún hoy día, muchos confesores y espirituales suelen desaconsejar a los hombres seguir adelante cuando lleguen a este punto. Cuando se carece de la experiencia propia en este terreno, resulta efectivamente muy difícil dejarlos entrar en esta forma de «oración sin ningún objeto». Citemos a este respecto también a Tauler, que por lo visto se vio enfrentado con el mismo problema en lo que se refiere a la guía de almas. Leamos en el sermón nº 29:

«... si no has alcanzado este fondo, no llegarás a él mediante acciones exteriores. ¡No te esfuerces en balde! Cuando hayas conquistado a tu hombre exterior, vuélvete hacia tu interior, vuélvete sobre ti y busca ese fondo; no lo encontrarás en las cosas exteriores, ni en

las instrucciones, ni en las intenciones... El que tire de estas personas (que buscan el fondo) hacia su propio método tosco consistente en un ejercicio exteriorizado y consiguiendo que pierdan esa gracia, se está preparando a sí mismo un juicio terrible. En verdad, estos hombres con sus particulares ejercicios de devoción, a los que quieren atraer a esas personas, ponen más obstáculos en el camino de su progreso que jamás lo hicieron los paganos con los judíos. Vosotros, que juzgáis con palabras fuertes y gestos furiosos, tened cuidado al hablar acerca de hombres interiorizados» (Johannes Tauler, *Predigten*, tomo II, Johannes Verlag, Einsiedeln 1979, pág. 201)*.

También está muy apenado por el hecho de que los «paganos» conozcan mejor que los cristianos el camino hacia el propio fondo del alma. Y en el mismo sermón sigue diciendo:

«Con respecto a esto, un maestro pagano, Proclo, comenta: En tanto que el hombre se

* J. TAULER, *Sermones*, t.II, Editorial Johannes, Einsiedeln, 1979.

ocupe de las imágenes que están entre nosotros y se entretenga con ellas, creo que nunca llegará a ese fondo. Se nos figura supersticioso que ese fondo esté en nosotros; no somos capaces de creer que tal cosa exista y que exista dentro de nosotros. Pues, sigue diciendo, si quieres percibir su existencia, suelta toda diversidad y contempla tan sólo ese único objeto con los ojos de tu razón; pero si quieres subir más alto, deja de mirar y considerar con la razón, pues la razón está por debajo de ti, y hazte uno con el Uno. Y llama al Uno una oscuridad divina, quieta, callada, dormida, sobrenatural.

Ay, mis queridos, el que un pagano haya entendido esto y haya caído en la cuenta estando nosotros tan alejados y tan poco parecidos a ello, significa deshonor y vergüenza». (Idem, pág. 201).

17. LA PROPIA EXPERIENCIA COMO CONDICIÓN MÁS IMPORTANTE

Juan de la Cruz no pide al guía de almas necesariamente santidad, pero sí experiencia. Para él, la gracia de la dirección espiritual no fluye necesariamente de la

gracia de la santidad. También hacen falta determinados requisitos psicológicos para ser capaz de guiar a otros:

«Y adviértase que para este camino, a lo menos para lo más subido de él, y aun para lo mediano, apenas se hallará una guía cabal según todas las partes que ha menester, porque, además de ser sabio y discreto, ha menester ser experimentado; porque, para guiar el espíritu, aunque el fundamento es el saber y la discreción, si no hay experiencia de lo que es puro y verdadero espíritu, no atinará a encaminar al alma en él cuando Dios se lo da, ni aún lo entenderá». (Li, 3, 30)

Los guías de almas quieren convencer a las personas contemplativas para que se ocupen de ejercicios devotos placenteros. Pero eso es exactamente lo contrario de lo que deberían aconsejarles.

Quizás nos aclare mejor que cualquier otra cita adicional, el siguiente párrafo, lo que Juan de la Cruz pide a un guía de almas:

«Adviertan los que guían las almas y consideren que el principal agente y guía y movedor

de las almas en este negocio no son ellos, sino el Espíritu Santo, que nunca pierde cuidado de ellas, y que ellos sólo son instrumentos para enderezarlas en la perfección por la fe y la ley de Dios, según el espíritu que Dios va dando a cada una. Y así, todo su cuidado sea no acomodarlas a su modo y condición propia de ellos, sino mirando si saben (el camino) por donde Dios las lleva y, si no lo saben, déjenlas y no las perturben». (Li 3, 46)

Sin embargo, Juan de la Cruz hace hincapié en la razón y en el discernimiento natural. Nadie debe seguir ciegamente su propia experiencia, sino que debería reasegurarse con su guía de almas.

«Y así, lo que Dios decía entonces ninguna autoridad ni fuerza les hacía para darle entero crédito, si por la boca de los sacerdotes y profetas no se aprobaba. Porque es Dios tan amigo que el gobierno y trato del hombre sea, también por otro hombre semejante a él y que por razón natural sea el hombre regido y gobernado, que totalmente quiere que las cosas que sobrenaturalmente nos comunica no las demos entero crédito ni hagan en nosotros confirmada fuerza y segura, hasta que

pasen por este arcaduz humano de la boca del hombre. Y así, siempre que algo dice o revela al alma, lo dice con una manera de inclinación puesta en la misma alma a que se diga a quien conviene decirse; y hasta esto no suele dar entera satisfacción, porque no la tomó el hombre de otro hombre semejante a él.» (*Subida* II, 22, 9).

Este consejo lo suelen repetir los guías espirituales. Agustín escribe que el hombre se salva por los hombres y, por eso ha de dejar guiarse por ellos. Se refiere a este respecto a Juan Crisóstomo, que viene a decir algo parecido en una homilía (*Homilía* nº 1), y a Pablo, que tuvo una experiencia mística ante las puertas de Damasco, pero que a continuación fue enviado a Anaías para que le enseñara. (Leo XIII, *Testem Benevolentiae*, 1899).

Sobre todo para la «Noche Oscura» es necesaria la compañía de un guía. En esa noche, Dios pone por última vez las manos a la obra en el hombre, y esto a menudo va acompañado de un fuerte sentimiento de abandono por parte de Dios, junto con la sensación de que nada tiene sentido.

18. LA DIRECCIÓN HA DE SER INDIVIDUAL

Para Juan de la Cruz, es de la mayor importancia el hecho de que cada persona sea guiada individualmente. No es posible aplicar los mismos criterios para todos, cortando todo por el mismo patrón. Ya que las personas se diferencian según su edad y madurez, no se les puede pedir lo mismo, sino que hay que tratar a cada una como a un individuo diferente.

En la evaluación de la canonización de Juan de la Cruz, María de la Madre de Dios hizo hincapié en el hecho de que éste tenía una medicina especial para cada uno. José de Jesús testificó lo siguiente en el Proceso de Información:

«Él se dio cuenta de dos cosas, sin las cuales ningún director espiritual puede guiar con seguridad a aquellos a los que quiere dirigir. Tiene que darse cuenta de la madurez de la persona y, además, ha de saber qué es lo que Dios quiere de él para realmente poderle guiar de manera razonable y segura».

José de Jesús era discípulo de Juan de la Cruz.

19. PAUTAS PARA LA GUÍA

El texto mencionado más arriba, contiene casi todas las pautas que Juan de la Cruz tiene para un guía de almas.

1. El agente real no es el sacerdote o guía de almas, sino Dios o, dicho de otra manera, el Espíritu Santo. La función del guía de almas es meramente instrumental.

Juan de la Cruz se enfrenta aquí a todas las falsas expectativas de salvación que se proyectan por parte del discípulo en el maestro. Éste es un problema que en nuestros días se da sobre todo, cuando las personas –en especial los jóvenes– se adscriben totalmente a un guía. Es el caso de muchos grupos religiosos actuales. El guía se convierte en redentor, las expectativas de salvación van dirigidas a una persona humana, no a Dios. Pero en la contemplación, la última autoridad siempre será Dios.

Por eso, en este tipo de proyecciones, que también se dan en una guía espiritual cristiana, siempre se apunta hacia Dios como a la meta única y final de todo amor. Sólo de allí puede fluir el afecto definitivo. El discípulo debe aprender a conducir hacia Dios la proyección que tiene para con el maestro.

El desenganche resulta a menudo penoso, y parece más fácil cuando se trata de una dirección espiritual cristiana que de un análisis, porque en ésta se señala un objeto nuevo que, a fin de cuentas, tiene mucho más encanto. Pero algún día, también en la mística cristiana habrá que dejar atrás este nuevo objeto, si se quiere llegar a la última realidad, que carece de nombre y de imagen, pero esto ya entra dentro de la dirección propiamente dicha.

2. Lo que es muy importante para Juan de la Cruz, es la gran fe, que para él siempre es una «fe oscura». Se trata de una fe enriquecida de dedicación, devoción y amor, mediante la cual el hombre es capaz de «amar a Dios sin comprenderle». (Ver *Cántico Espiritual*, Pról. 2).

Como muestra la experiencia, nadie que no tenga una fuerte motivación, es capaz de soportar el camino de la contemplación. Parece como si en cada persona estuviese un anhelo indefinido. A menudo, este anhelo se llama añoranza del lugar que le corresponde en el fondo, pero que aún no se conoce y cuya existencia sólo puede ser intuita. Este anhelo se traduce en los cristianos a menudo en una intensa fe en Dios. Pero esta fe no es una fe en un Dios definible por dogmas, sino más bien una intuición de la existencia de una última realidad que viene a ser el sentido de mi vida, aunque sea incapaz de definirla.

3. El guía de almas no debe defender reglas abstractas, sino más bien ha de encontrar el camino personal de cada uno, ayudándole a desarrollarse según sus disposiciones naturales y talentos propios que Dios le ha dado.

En la contemplación, se trata de desarrollar de forma totalmente individual la imagen de Dios que está contenida en cada persona. Se trata, pues, del desarrollo de aquellas cualidades ya existentes, y no de educar al discípulo según una ética fijada. El camino contemplativo ha de conducir más bien a un cambio de personalidad.

Desde esa personalidad cambiada, surgirán entonces las intenciones y modos de comportamientos correctos. No es un camino del exterior que pasa por las buenas intenciones, sino un camino del interior, de acuerdo con la palabra de Agustín: «Ama y haz lo que quieras». El que haya llegado realmente al fondo lleva dentro de sí una ley contra la que le es imposible actuar.

4. Volvamos a llamar una vez más la atención sobre un asunto muy importante para Juan de la Cruz. Al discípulo que va en serio por el camino de la contemplación, no se le debe retener en ningún ejercicio devoto. Y da el siguiente consejo al guía de almas:

«Por tanto, no digas: “¡Oh, que no va el alma adelante, porque no hace nada!””, porque si ello es verdad que no hace nada, por el mismo caso que, no hace nada, te probaré yo aquí que hace mucho, porque si el entendimiento se va vaciando de inteligencias particulares, adelante va, y cuanto más vacare a la inteligencia particular y a los actos de entender, tanto más adelante va el entendimiento caminando al sumo bien sobrenatural.» (Ll 2, 47)

Como lo demuestra la experiencia con muchos participantes en nuestros cursos, a los confesores o directores espirituales en general, les suele resultar muy difícil dejar que una persona se dedique a la oración sin objeto. Juan de la Cruz se queja amargamente de esta estrechez de miras, y esta situación apenas ha cambiado hasta nuestros días. No pocas personas están desanimadas y frustradas; su interior les dicta algo muy diferente de lo que el guía de almas en su temor considera correcto. Seguramente, hemos de encontrar en este hecho uno de los motivos por qué la mística occidental no ha sido capaz de desarrollarse libremente como lo hiciera la de Oriente. Se necesita a guías valerosos que estén ellos mismos yendo por el camino místico.

Bibliografía

BADEN, Hans: *Das Erlebnis Gottes*, Freiburg, Herder, 1981.

BRENAN, Gerald: *St. John of the Cross*, London - New York, Cambridge Univ. Press, 1976.

CHARITON IGUMEN (ed.): *The Art of Prayer*, London - Boston, Faber and Faber Limited, 1966.

CLIMACUS, John: *The Ladder of Divine Ascent*, New York, Paulist Press, 1982.

DEIKMAN, A.J.: *The observing Self*, Beacon Press Boston, 1982.

DIETZ, Matthias: *Kleine Philokalie, ausgewählt und übersetzt*, Zürich, 1976.

ECKHART: *Deutsche Predigten und Traktate*, München, Diogenes, 1979.

EVAGRIUS, Ponticus: *The Praktikos and Chapters on Prayer*, Michigan, Cistercian Publications, 1978.

GEBSER, Jean: *Ursprung und Gegenwart*, Deutsche Verlagsanstalt, Stuttgart, 1966.

GROF, Stanislav: *Topographie des Unbewussten*, Klett-Cotta, 1978.

HUGO von St. Viktor: *Mystische Schriften*, Trier, Paulinus Verlag, 1961.

JÄGER, Willigis: *Kontemplation*, Otto Müller Verlag, Salzburg, 1982. *Gebet und Schweigens*, Otto Müller Verlag, 1984.

KADLOUBOVSKY, E. und G.E.H. Palmer, (ed.): *Early Fathers from the Philokalie*, London, Faber and Faber Limited, 1976.

NAG Hammadi Library in English: James M. Robinson, Director, Leiden, E. J. Brill, 1977.

NARANJO, Claudio und ORRISTEIN, Robert E.: *Psychologie der Meditation*, Fischer Taschenbuch Verlag, 1976.

RICHARD von St. Viktor: *The Twelve Patriarchs*, The Mystic Art Book, Three of the Trinity, New York, Paulist Press, 1979. *Über die Gewalt der Liebe*, München. Ferdinand Schöningh, 1969.

ROBERTS, Bernadette: *The Experiences of No-Self*, Shambala, Boulder & Boulder, London, 1982.

SAN JUAN de la Cruz, *Obras Completas*, BAC. Madrid, 1982. *Subida: Subida del Monte Carmelo*, *Noche: Noche Oscura*, Can.: *Canción del Cántico Espiritual* LL.: *Llama del amor viva*, *Avisos: Dichos de luz y amor*.

SELLMAIR, Josef: *Weisheit der Sybille*, Thomas Morus Verlag, Basel, 1984.

SULLIVAN, John (ed.): *Carmelite Studies*, Spiritual Direction, Washington D.C., ICS Publications, 1980.

TAULER, Johannes: *Predigten Band I und II*, Einsiedeln, Johannes Verlag, 1979.

URBINA, Fernando: *Comentario a Noche del Espíritu y la Subida al Monte Carmelo*, Madrid, 1982.

WILBER, Ken: *Spectrum of Consciousness*, Quest Book, Wheaton, 1982.

WILBER, Ken: *The Atman Project*, Quest Book, Wheaton, ILL 1982.

WILBER, Ken: *Eye to Eye*, Garden City, New York, Anchor Press, 1983. *Wege zum Selbst*, Kösel Verlag, München, 1984.

WILBER, Ken: *Halbzeit der Evolution*, Scherz Verlag, 1984.

WILBER, Ken: *Zeitschrift für Transpersonale Psychologie*. Postfach 608, 7800 Freiburg i. Br.

Índice

Primera Parte

Introducción a la oración contemplativa según San Juan de la Cruz

1. La atención amorosa 5
2. La atención amorosa ha de ser ejercitada 10
3. El proceso de purificación - *La Noche Oscura* 12
4. La mortificación como liberación 17
5. La nada como puerta a la experiencia mística .. 19

Segunda Parte

La experiencia mística

6. Percibir las cosas en Dios..... 25
7. Canciones de amor. Expresión de la experiencia 32
8. La Naturaleza como desencadenante de la experiencia mística 35
9. Creador y criatura - No dualidad 36
10. El místico-¿Panteísta o monista? 39
11. Encarnación. Un acontecimiento permanente ... 42
12. El acontecimiento del monte Tabor. La experiencia mística de los discípulos 46

13. Eucaristía-Anuncio de la Verdad entera	49
14. Jesucristo en la contemplación	51
- <i>Transformación y no imitación</i>	
- <i>Soltar toda idea religiosa</i>	
15. Jesucristo-El arquetipo de la unidad	55

Tercera Parte

La guía en el camino de la Oración Contemplativa

16. La crítica a los guías espirituales	61
17. La propia experiencia como condición más importante	65
18. La dirección ha de ser individual	69
19. Pautas para la guía	70

<i>Bibliografía</i>	74
----------------------------------	----