

Teresa de Jesús

Experiencias místicas y procedimientos



ÍNDICE

Resumen	3
Síntesis	3
Presentación	5
Contexto	6
Breve biografía	6
Contexto histórico	7
Antecedentes de Las Moradas	7
Desarrollo	10
Introducción	10
Así presenta Teresa de Jesús Las Moradas	10
Sobre el Propósito	11
Sobre la persistencia	11
Sobre la carga afectiva.	11
El Propósito actúa co-presente. Vivir en él, humildad y desasimiento (ataraxia) ..	11
Procedimientos	11
Experiencias místicas	14
La entrada a lo profundo con diversas traducciones	14
Experiencias con el guía	17
Experiencias de proyección del espíritu	19
Experiencias con la Luz	20
Bibliografía comentada	21
ANEXO I Tabla cronológica: mística europea siglo XII al XVII.....	24

RESUMEN

Esta búsqueda en Teresa de Jesús de experiencias místicas y de procedimientos para producirlas ha sido muy fructífero y he encontrado y reconocido multitud 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 recomienda un trabajo sobre cómo 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 arrebatos 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 en nuestro lenguaje). Al leer sus escritos muy claramente se ve la dirección de llevar estas experiencias a otros intentando facilitarlas 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 arrebatos 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 despierta; 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 mismo 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.**¹*

[Juan Espinosa](#)

juanespinosanton@gmail.com
Centro de Estudios, Parque Toledo
Marzo 2011

¹ *Meditaciones sobre los Cantares*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Cap. 6, pág. 355

PRESENTACIÓN

Objeto de Estudio. La mística en Teresa de Jesús.

Interés. Rescatar y reconocer las experiencias místicas y los procedimientos en los místicos occidentales, en este primer caso en Teresa de Jesús. Rastreo de experiencias místicas y procedimientos para producirlas. Buscar los tres tipos básicos de experiencias místicas que se producen en el contacto con lo profundo: **éxtasis**, **arrebato** y **reconocimiento**, explicado así por Silo², además de otras experiencias como contacto con la **Luz Interior** -que describen numerosos místicos-, **viajes extáticos** y el contacto con el **Guía** reconocido como no producido por uno mismo.

Punto de vista. A la luz de mis experiencias personales en el trabajo interno y en los trabajos de ascesis y dado el encuadre general de psicología IV de Silo³.

Encuadre del estudio. Además de la lectura, en las diferentes versiones o ediciones de las publicaciones de Teresa de Jesús, he leído también las obras que a ella le inspiraron o la animaron en su propósito de acceder a experiencias trascendentes. Por eso aparecen en la bibliografía Francisco de Osuna, San Agustín y otros. También he leído varias biografías suyas y he intentado comprender el contexto religioso y social en el que vivió. En este contexto cultural he buscado la posibilidad de influencia de otros místicos tanto entre los conocidos o reconocidos, como entre no conocidos o perseguidos por la ortodoxia, como María de Cazalla.

Conexión con mi ascesis. Desde junio del 2001 dedico un rato de mi tiempo diario al trabajo con la fuerza y otros trabajos complementarios buscando crecimiento interno y experiencias de Sentido. De esta forma intenté salir de una crisis personal en la que estuve varios años. Esta búsqueda se plasmó también en la lectura de los místicos, principalmente los de mi contexto cultural, con los que me sentí muy conectado en sus ansias espirituales. Ahora, con los trabajos de ascesis, esta conexión con los místicos de mi paisaje cultural se intensifica al compartir con ellos experiencias, anhelos y ejercicios.

² *Apuntes de Psicología*, Silo, Ulrica Ediciones, Rosario, Argentina 2006, pág. 326: "Abundan, además, los estados anormales y los casos extraordinarios de experiencias de lo sagrado que podemos tipificar como **Éxtasis** o sea, situaciones mentales en que el sujeto queda absorto, deslumbrado dentro de sí y suspendido; como **Arrebato**, por la agitación emotiva y motriz incontrolable, en la que el sujeto se siente transportado, llevado fuera de sí a otros paisajes mentales, a otros tiempos y espacios; por último, como "**Reconocimiento**" en que el sujeto cree comprenderlo todo en un instante."

³ *Ibíd.* pág. 334.

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*⁴. 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 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, más de 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.



Murallas de Ávila de los Caballeros

⁴ *Cuentas de Conciencia o Relaciones, Obras Completas, Teresa de Jesús. ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 474.*

Contexto histórico

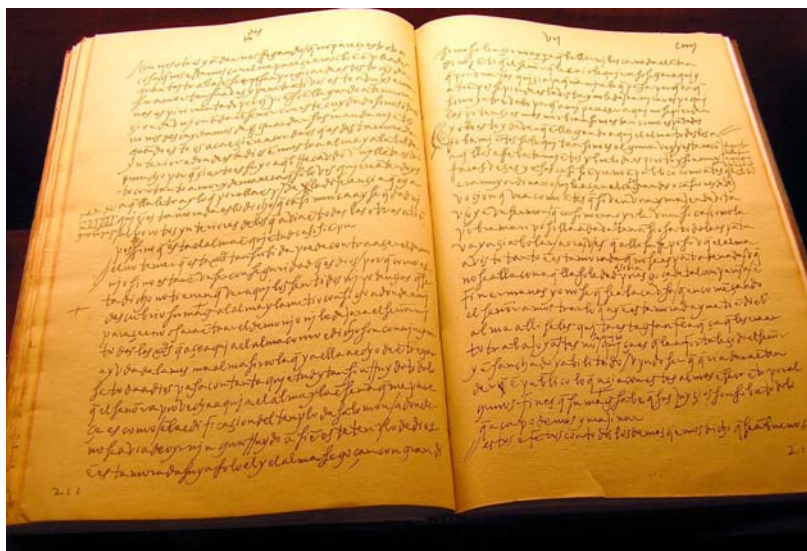
Describir la España del siglo XVI es harto complejo y necesitaría mucho estudio y desarrollo. Pero sí podemos apuntar algunos aspectos. Culturalmente España no es uniforme. En este momento gran parte de la población es musulmana, aproximadamente un tercio (serán expulsados en 1610); y cuenta también 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 de España 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 nuestro punto de vista, el hecho más llamativo y sorprendente es la efervescencia mística que durante siglo y medio inunda España -del 1450 al 1600- y que produce un grupo de grandes místicos -Ver tabla en anexo I- 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 muy 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 fuera del encuadre de la presente monografía. Pero sí he indagado sus raíces buscando estos antecedentes.



Facsimil de la edición de 1615 de *Las Moradas del Castillo Interior*.
Convento Madres Carmelitas Descalzas, Alba de Tormes.

La primera referencia a 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 impasibilidad 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, aseguremonos 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)...⁵

Aunque para Los estudiosos y especialistas⁶ 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 sufismo, Ahman b. Muhammad Abu-l-Hasan al-Bagawi (840-907 d.n.e.), 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...⁷

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 aseméjense 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.⁸

Y poco después, Muhama ibn Musa al-Damiri el egipcio (1344-1405 d.n.e.) 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 defendido en el interior de estas fortalezas. Es necesario [sin

⁵ *Escala Espiritual o Escala del Paraíso*. Juan Climaco. Ed. Monte Casino, Zamora, 2004. Cap. XXIX, vers. 13, pág. 314

⁶ 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.

⁷ *Moradas de los Corazones*, Abu-L-Hasan al-Nuri de Bagdad, Trotta, 1999, Madrid, pág. 90.

⁸ "Símil de los castillos y moradas del alma en la mística islámica y en Santa Teresa", Miguel Asín Palacios, *Revista Al-Andalus: revista de las Escuelas de Estudios Árabes de Madrid y Granada*, Año 1946, vol. 11, núm. 2, pág. 263.

embargo], que el creyente no abandone jamás la disciplina del alma bajo ninguna circunstancia.⁹

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 Zohar¹⁰ 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.¹¹

No se conoce 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 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*¹² 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 aprendiendo a transitar.

⁹ *Moradas de los Corazones*, Abu-L-Hasan al-Nuri de Bagdad, Trotta, 1999, Madrid, pág. 67.

¹⁰ *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.

¹¹ *Gold in the Crucible*, D. Green, UK, Element, 1989, pág. 92.

¹² *El Mensaje de Silo, La Mirada Interna*. Silo. Editorial Edaf, 2008 Madrid. Cap XIX y XX, págs. 79 a 88.

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 textos y también en su comprensión y explicación hay una parte interpretativa no pequeña. Los resaltados en negrita de los textos son míos.

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 embajo, 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.¹³

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 castillo 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.¹⁴

¹³ *Moradas del Castillo Interior*, Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. *Moradas primeras*, Cap. 1, pág. 365.

¹⁴ *Ibíd.*, pág. 366.

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.*¹⁵

Cuando dice “Sacaba cuán presto se acaba todo” parece que expresa 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 cosa en pensar mucho, sino en amar mucho; y así lo que más os despertare a amar, eso haced.*¹⁶

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.*¹⁷

Procedimientos

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

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*

¹⁵ *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Obras Completas, Teresa de Jesús, ed. BAC, Madrid, 1977. pág. 474.

¹⁶ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. *Cuartas Moradas*,. Cap. 1, pág. 383.

¹⁷ *Ibíd*, Cap. 2. pág. 387.

*ninguna cosa puedo usar de los sentidos, tanto que, si no es oír -y eso no para entender-, otra cosa no aprovecha.*¹⁸

*1. Ahora vengamos al **desasimiento** que hemos de tener, porque en esto está el todo, si va con perfección. Aquí digo está el todo;*¹⁹

*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 su 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.*²⁰

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.

*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?*²¹

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.*²²

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

¹⁸ *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Teresa de Jesús, Obras Completas, ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 452.

¹⁹ *Camino de Perfección*. Códice el Escorial. Teresa de Jesús, Obras Completas. Ed BAC Madrid 1977, pág. 222.

²⁰ *Ibíd*, pág. 267.

²¹ *Ibíd*, pág. 273.

²² *Ibíd*, págs. 285 y 286.

de Loyola en sus *Ejercicios Spirituales* para producir conversiones en aquellos que querían entrar a formar parte de la Compañía de Jesús.

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.²³

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.

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 de Dios, entregarse al Propósito sería nuestro lenguaje.

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 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

²³ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. *Cuartas Moradas*, Cap. 2, pág. 387.

²⁴ *Ibíd*, Cap. 3, pág. 389.

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

²⁵ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús, Ed. BAC, Madrid 1977. Moradas Quintas, Cap. 1, pág. 393

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

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

En esta experiencia me parece ver una experiencia de arrebatos en la que describe una carga afectiva muy grande que no sabía de donde 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 cómo explicarlo, ni decirlo. Es la mayor merced (gracia recibida) en el camino espiritual.

8. La diferencia que hay de arrobamiento y arrebato, es que el arrobamiento va poco a poco muriéndose a estas cosas exteriores y perdiendo los sentidos y viviendo a Dios. El arrebato viene con una sola noticia que Su Majestad da en lo muy íntimo del alma, con una velocidad que la parece que la arrebató 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 nosotros podríamos decir *entrada a lo profundo* y describe de manera muy parecida el *arrebato* o *arrebato* 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 interior de aquel alma de manera que cuando torna en sí 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

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

²⁹ *Ibíd.* pág. 482

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

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

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

Otra experiencia de entrada a lo profundo. Ni ve, ni oye, ni entiende. Es breve. Registro 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 éxtasi.³³

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 quitándole 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 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 ascenso 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

³³ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Séptimas Moradas, Cap. 1, pág. 416

³⁴ *Ibíd*, pág. 439

³⁵ *Ibíd*, Cap. 3, pág. 445

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

*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 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 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:

*2. Habrá como dieciocho, cuando se comenzó a tratar del primer monasterio que fundó en Avila de Descalzas (como tres años antes), que comenzó a parecerle que le hablaban interiormente algunas veces y a ver algunas visiones y tener revelaciones. Esto jamás vio nada ni lo ha visto con los ojos corporales, sino una representación como un relámpago, mas quedábasele tan imprimido y con tantos efectos, como si lo viera con los ojos corporales, y más.*³⁹

*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;*⁴⁰

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

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

³⁹ *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Teresa de Jesús, Obras Completas, ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 474

⁴⁰ *Ibíd.* pág. 479

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.⁴¹

3. El le dijo que, si no veía nada, que cómo sabía que era nuestro Señor; que le dijese qué rostro tenía. Ella le dijo que no sabía, ni veía rostro, ni podía decir más de lo dicho; que lo que sabía era que era El el que la hablaba y que no era antojo. Y aunque le ponían hartos temores, todavía muchas veces no podía dudar, en especial cuando la decía: No hayas miedo, que yo soy. Tenían tanta fuerza estas palabras, que no lo podía dudar por entonces, y quedaba muy esforzada y alegre con tan buena compañía; que veía claro serle gran ayuda para andar con una ordinaria memoria de Dios y un miramiento grande de no hacer cosa que le desagradase, porque le parecía la estaba siempre mirando. Y cada vez que quería tratar con Su Majestad en oración, y aun sin ella, le parecía estar tan cerca, que no la podía dejar de oír; aunque el entender las palabras no era cuando ella quería, sino a deshora, cuando era menester. Sentía que andaba al lado derecho, mas no con estos sentidos que podemos sentir que está cabe nosotros una persona⁴²; porque es por otra vía más delicada, que no se debe de saber decir; mas es tan cierto y con tanta certidumbre y aun mucho más; porque acá ya se podría antojar, mas en esto no, que viene con grandes ganancias y efectos interiores, que ni los podría haber, si fuese melancolía, ni tampoco el demonio haría tanto bien, ni andaría el alma con tanta paz y con tan continuos deseos de contentar a Dios y con tanto desprecio de todo lo que no la llega a El.⁴³

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 mi 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.⁴⁴

⁴¹ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Moradas Sextas, Cap. 3, pág. 410

⁴² “que está cabe nosotros una persona”, significa que está alguien a nuestro lado

⁴³ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Moradas Sextas, Cap. 8, pág. 427

⁴⁴ *El Libro de la Vida*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Cap. 27, pág. 118

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 interior entiende el alma clarísimamente quién es, y hacia qué parte está, y a las veces lo que quiere significar.⁴⁵

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.⁴⁶

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.⁴⁷

⁴⁵ *Cuentas de Conciencia o Relaciones*, Teresa de Jesús, Obras Completas, ed. BAC, Madrid, 1977, pág. 480

⁴⁶ *Moradas del Castillo Interior*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Moradas Sextas, Cap. 5, pág. 418

⁴⁷ *Ibíd*, Moradas Sextas, Cap. 5, pág. 419

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

5. No es resplandor que deslumbre, sino una blanca 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.⁴⁸

⁴⁸ *El Libro de la Vida*. Teresa de Jesús. Ed. BAC, Madrid 1977. Cap. 28, pág. 124

BIBLIOGRAFÍA COMENTADA.

Teresa de Ávila

Obras completas

Edición Manual, introducción y notas de P. Isidoro de san José
Madrid, 1963, Editorial Espiritualidad

Teresa de Ávila

Obras completas

Edición Manual, transcripción, introducción y notas de Efrén de la Madre de Dios y Otger Steggink. Madrid, 1977, BAC

Esta versión es más completa, tiene más información, notas aclaratorias, referencias a la Biblia y a otros místicos. Además están los textos de varios códices u originales cuando de un texto de Teresa de Jesús hay más de uno, por ejemplo, de Las Moradas están el Códice de Valladolid y el de El Escorial.

San Agustín

Las confesiones

Madrid, 2002, BAC

Me parece un libro fundamental para entender las místicas occidentales de inspiración cristiana. Esta edición, como todas las que conozco de la Editorial BAC, tiene multitud de referencias cruzadas, aclaraciones y contextos muy útiles.

Francisco de Osuna

Tercer abecedario espiritual

Madrid, 1998, BAC

Es el libro más editado y leído por los místicos del siglo XVI en pleno apogeo de la mística española. Esta edición de BAC es completísima con multitud de contextos, referencias e introducciones.

Tomas de Kempen

Imitación de Cristo

Ed. EDIBESA

Según Ortega este libro cambió al cristianismo occidental. Mejor dicho, es una expresión de la transformación que se produjo en el cristianismo ya que cambió su sistema referencial, es decir, la referencia -Dios- sufrió grandes transformaciones. Esta es la cita: *“Más ahora la religión va a consistir en una cosa muy curiosa. Una expresión afortunadísima va a descubrirnos el secreto de esta nueva forma de santidad que ya es una forma intramundana de la santidad, de una religión que no va a ser teología, dogma, en suma, fe viva, sino conducta en el mundo como tal. La expresión es ésta: Imitación de Cristo. ¡Ah!, la vida que consiste en imitar a Cristo: 1º, se desinteresa de si Dios es de este o del otro modo en su propio ser, en su más allá; 2º, de la Trinidad segrega una sola persona, Cristo; 3º, de Cristo toma no lo que tiene de persona trinitaria, sino lo que tiene de hombre ejemplar. He aquí por qué curioso escamoteo hemos llegado a una forma de religión en que, si se me entiende bien, hemos secularizado el cristianismo, subrayando de Dios su única vertiente humana, intramundana. No es, conste, que el hombre se vaya fuera del cristianismo: es lo contrario, que el hombre trae el cristianismo al punto de vista y de acción humanos...”* Entorno a Galileo (Esquema de

las crisis), José Ortega y Gasset, Alianza Editorial, Madrid, 1982, pág. 189. Multitud de místicos mencionan haber leído este libro, entre ellos Ignacio de Loyola y Teresa de Jesús.

Moisés ben Shem-Tov de León

Antología del Zohar, el libro del Esplendor.

Versión Marcos Ricardo Barnatán.

Editorial Edad. 1998 Madrid.

Puede servir de introducción a la mística hebrea que me parece especialmente difícil.

Moisés ben Shem-Tov de León

El Zohar

Editorial Sigal, Buenos Aires, 1977

Versión castellana e introducción de León Dujovne

Juan Climaco

Escala Espiritual o Escala del Paraíso

Ed. Monte Casino, Zamora, 2004

Otro libro referente para los místicos. Es un libro sobretodo de recomendaciones sobre actitudes y estilo de vida más que sobre procedimientos o experiencias de ascesis. Tiene un capítulo entero, el XXVII, dedicado a la hesiquia, quietud.

Abu-L-Hasan al-Nuri de Bagdad

Moradas de los corazones

Traducción, introducción y notas de Luce López-Baralt

Trotta, 1999, Madrid

Contiene un fantástico estudio previo de la alegoría del castillo interior o las moradas en la mística musulmana-sufí.

Filocalia

Ed. Lumen, 1998, Buenos Aires

Es la única edición completa que he encontrado de la Filocalia. Son tres volúmenes. Se han consultado solo capítulos específicos.

Trevor Ling

Las grandes religiones de Oriente y Occidente. Vol. I y II.

Ed. Istmo, 1972, Madrid

Un buen libro introductorio de la historia de las religiones e influencias entre ellas. De lectura fácil.

Mircea Eliade

Historia de las creencias y las ideas religiosas. Vol. I, II, III y IV

Ed. Paidós, 1978, Barcelona

Mircea Eliade

El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis

Fondo de cultura económica de España, México, 2001

Para introducirse en lo chamánico. De lectura fácil como todo lo de Mircea Eliade.

La intimidad del peregrino

Diario espiritual de San Ignacio de Loyola

Santiago Thió de Pol

Ed. Mensajero, Bilbao, 1998

Una edición muy cuidada con multitud de relaciones, contextos, referencias y bibliografía.

Ignacio de Loyola

Ejercicios Espirituales

San Pablo, Madrid, 2005.

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

María Laura Giordano

María de Cazalla

Ediciones del Orto, Madrid, 1998

Con este libro se puede entrever la situación espiritual del momento. Se fundamenta no en escritos de María de Cazalla, que no se conservan, sino en las actas de su juicio inquisitorial.

Antonio Irigoyen López, José Jesús García Hourcade

Notas para un análisis de la problemática religiosa en la España de Felipe II

Universidad Católica de Murcia - UCAM

Una síntesis fácil y muy clara de la situación social y religiosa de España en el siglo XVI

Revista Al-Andalus: revista de las Escuelas de Estudios Árabes de Madrid y Granada

Año 1946, vol. 11, num. 2, págs. 263-274

Símil de los castillos y moradas del alma en la mística islámica y en Santa Teresa

Asín Palacios, Miguel

Es un estudio introductorio. Algunas relaciones entre la mística islámica y la española están muy claras. Otras quedan pendientes de aclarar.

Luis A. Amman

Autoliberación

Plaza y Valdes, 1991, México

Silo

Apuntes de psicología

Ulrica Ediciones, Rosario, 2006

ANEXO I:

TABLA CRONOLÓGICA: MÍSTICA EUROPEA SIGLO XII AL XVII

Nace	Muere	Nacimiento	Movimiento que crea	Escritos
1182	1226	Francisco de Asis	Italia	Orden Franciscana
1165	1240	Ibn Arabi	Murcia	
1240	1305	Moises Ben Shemtov de Leon		El libro del Explendor - El Zohar - Libro canonico judio
1280	1340	Padre Niceforo	Monte Athos	La Oración del Corazon
1300	1500	Movimiento Hesicasta	Monte Athos	
1379	1471	Tomas de Kempen	Kempen (Prusia)	1415 Imitación de Cristo
1400	1463	San Diego de Alcala	San Nicolas (Sevilla)	
1487	1550	Maria de Cazalla		Pertenece al movimiento de los Alumbrados
1488	1555	San Tomas de Villanueva	Ciudad Real	Ciudad Real
1491	1556	San Ignacio de Loyola	Loyola (Guipuzcoa)	1543 Compañía de Jesus
1492	1540	Fray Francisco de Osuna	Osuna - Sevilla	Ejercicios Espirituales
1495	1550	San Juan de Dios	Evora - Portugal	Tercer Abecedario Espiritual , Ejercicios asceticos
1499	1562	San Pedro de Alcantara	Alcantara (Caceres)	Hermanos Hospitalarios en España
1500	1569	San Juan de Avila	Almodovar (Ciudad Real)	Universidad de Baeza - Colegios
1504	1588	Fray Luis de Granada	Granada	Tratado de la Oración y la Meditacion
1515	1582	Santa Teresa de Jesus	Avila	Tratado sobre el amor de Dios
1527	1591	Fray Luis de León	Granada	Carmelitas Descalzos
1536	1609	San Juan de los Angeles	Lagartera - Toledo	Moradas del Castillo Interior
1542	1591	San Juan de la Cruz	Avila	Psicofisiologia
1575	1624	Jacobo Boheme	Boheme (Alemania)	Triunfos del amor de Dios, Manual de vida perfecta.
1628	1696	Miguel de Molinos	Teruel	Subida al Monte Carmelo, Cantico Espiritual, Moche Oscura
1688	1772	Emanuel Swedenborg	Estocolmo	Aurora
				Guia Espiritual
				Multiples ciencias, mistica renovada

En Rojo
los místicos en España