

# Aprender a cultivar la interioridad

Antonio García Rubio

## 7

*“Está separado de todo, pero unido a todo.  
Impasible, pero de una sensibilidad soberana.  
Divinizado, se considera el desperdicio del mundo.  
Y, por encima de todo,  
es feliz, divinamente feliz”*

Evagrio Póntico

### DETENERSE EN EL MONJE. (INTRODUCCIÓN)

---

Son tres palabras de mucho peso, *aprender, cultivar e interioridad*, las que aparecen en la cabecera de este trabajo y que te van a guiar en esta reflexión. Aparecen ante unas miradas deseosas de adentrarse en la desconocida espesura del hombre interno; pero la atención de este hombre de final del siglo XX es difusa, consecuencia probable de las muchas llamadas externas que recibe. Nuestro deseo se manifiesta como real en momentos puntuales, aunque se nos desinfla y desluce a poco que las condiciones cambien, y éstas cambian con excesiva facilidad.

Nunca se ha hablado tanto de la *“interioridad”* como en las últimas décadas, pero es posible que esto suceda por el trasfondo al que alude el refrán: *“dime de qué presumes y te diré de qué careces”*. Hoy, debido al consumo, se escribe mucho de todo y, en parte por atracción, en parte por tabú, no podía ser menos de un mundo tan apasionante como la interioridad. En la sociedad hay recetas para todo y, en el ámbito editorial, en este caso, se encuentran las recetas más insospechadas, sin que falten tampoco las extraídas de las distintas tradiciones religiosas y culturales. Es difícil aportar veracidad

científica o autenticidad moral en un campo abonado por los Medios de Comunicación de tal modo que cualquiera, con sagacidad, puede sentirse un virtuoso con capacidad para explorarlo.

Me alegraría que pusieras, en una pared blanca, la frase de Evagrio Póntico con la que he iniciado este trabajo. Habla del monje, y el monje puede ser para ti, inmerso en un mundo laico, un punto de referencia inequívoco para lo que buscas. Sitúate, para la lectura de estas páginas, en un rincón solitario y tranquilo, un poco *“acurrucado”* en ti mismo y proyectado hacia el centro de tu ser. Que tu respiración sea una llamada a vivir y a dar gracias por lo que experimentas en ti mismo. Un monje es un solitario y un separado, que vive, sin embargo, una experiencia de unidad con el universo y con la humanidad como pocos seres humanos tienen oportunidad de experimentar en su agitada y despistada vida. Un monje es un ser aparentemente impasible ante los graves problemas de la humanidad y ante las *“moscas”* que puedan molestar con su zumbido en la tarde soleada, pero pocos seres conocerás que extremen más su sensibilidad ante los sufrimientos de la humanidad, que asume como propios y trata de ablandarlos y purificarlos en unas entrañas iluminadas por la oración. El monje aparece, ante nuestros ojos sometidos a los estallidos estridentes del consumo y de la vanidad reinante en occidente, como un ser divinizado, elevado, salido de las redes negativas en las que nosotros hemos de deshojar y deshacer nuestros días. Pero el monje se sabe un desecho del mundo, un pobre inútil, un trasto que para nada cuenta salvo para el trato a solas con el Misterio.

Un monje es un hombre feliz, no posee nada, ni tiene nada, ni compra nada, ni vende nada, ni puede nada, ni pide nada. Divinamente feliz. Querría que tuvieras presente la aventura que vas a emprender, ella dirige tus pasos por caminos extremosos, desconocidos del todo para el consumista, el conformista, el estresado, el ansioso o el activista. Tú también entras en la noche, la noche oscura de fray Juan de la Cruz, en la que buscarás el Amor y el Encuentro; oscuridad a la que cantaba 'Alí Ibn Abí Tâlib, yerno del profeta Mahoma:

*“Busco a tientas en la oscuridad, busco encontrarte, busco tu amor.  
Concédeme, Señor, tu encuentro, tu amor y tu piedad.  
Perdóname mis pecados, ¡oh mi Señor!, y déjame aproximarme a Ti”<sup>1</sup>.*

---

1. Emilio Galindo Aguilar y Sgrid Von Thimmel, *Salmos Sufies*, Ed. Darek-Nyumba, Madrid 1986, p. 11.

## ANÁLISIS DE LAS TRES PALABRAS.

---

Centra tu atención, ahora, en las palabras del título de este estudio:

### **Aprender –comienzas aprendiendo–**

A *Aprender* dedicamos la mayoría de las energías. Muchas veces aprendemos lo que nos manda el sistema productivo-competitivo: aprender a “conocer” y aprender a “hacer”. No pasa lo mismo con el aprender a “convivir” y con el aprender a “ser”, es decir, no pasa así con el aprendizaje de la vida interior. Hay quienes la consideran una especie de plus de seres humanos especialmente dotados para este fin. Los hay que la estiman como una pérdida de tiempo. Unos pocos la estudian de modo científico o psicológico. En general, nuestra cultura occidental, atrapada por el afán de poseer, consumir y disfrutar, ha pasado a ignorar la vida interior, porque la experiencia de la inmediatez es mucha y porque una educación basada en el abuso del consumo acaba provocando tal cansancio que no existe capacidad para estirar más la cuerda de la sensibilidad humana. Algo así como “*tener embotada la mente*”, que diría Pablo de Tarso.

Han pasado los años en los que la cultura occidental descubrió el “*paraíso*” oriental, con su espiritualidad presentada como panacea y nueva salvación. En esos años se pretendió maquillar la tradición cristiana y readaptarla a los efluvios que venían de Oriente, con el fin de que no sucumbiera ante su acoso. La comercialización de estos productos espirituales provocó, mentalmente hablando, un contraste grande y atractivo con relación al estilo de vida europeo y occidental.

Todo fue cayendo por su propio peso al poner en práctica el paraíso andando sus caminos. Pronto se vio que no hay ninguna panacea y que quien tiene vida espiritual no es simplemente porque se marcha a Oriente o se lee unos cuantos libros de bolsillo, sino porque la trabaja y se deja trabajar. Y, una cosa es la moda que se compra con dinero, y otra el cultivo de un estilo de vida a partir de la interioridad que supone, además, una alternativa al estéril consumismo de nuestro mundo.

Todo *aprendizaje* supone un esfuerzo considerable y unos costes que pagar: Cristo “*aprendió sufriendo a obedecer*”. El aprendizaje es, según la definición del Diccionario de la Real Academia Española: “*Adquirir el conocimiento de alguna cosa por medio del estudio o de la experiencia*”. En el caso de la vida interior, siendo el estudio un apoyo, se te hace muy necesaria la experiencia. Pero, ni todo es esfuerzo, ni todo es conocimiento, ni todo es experiencia. No puedes adentrarte en el bosque de la vida interior si no eres conducido por una mano mis-

teriosa, aunque hayas de poner en juego tu propia experiencia y no desdeñes las orientaciones que te vengan de otros buscadores.

La segunda definición del Diccionario es: “*Concebir algunas cosas por meras apariencias, o con poco fundamento*”. Según esta definición, no puedes cultivar la interioridad por meras apariencias y sin fundamento. Aquí se resalta el trato que algunos dan a la vida interior: creen que el conocimiento a adquirir es algo “*sabido*” y sobre el que cualquiera puede “*pontificar*”. Bastantes pecamos de ser unos entendidos al hablar o al entrar en la oscuridad del mundo interior. Esto acarrea múltiples confusiones, a las que somos abocados por tanta falacia y tan poco fundamento.

La vida interior te va a requerir un serio aprendizaje, el mayor de todos, si quieres cultivar el asombroso mundo que te descubre. Ahí se halla todo lo que es posible para el hombre. Ahora bien, es necesario matizar que el aprendizaje está abierto a todos, hombres y mujeres, ricos y pobres, sanos y enfermos, negros y blancos, musulmanes o cristianos... Todos pueden entrar y a todos se les ofrece el instrumento necesario para intentarlo: *su propio ser, sus propias personas*. La naturaleza nos ha dotado de los medios esenciales para desarrollar este aprendizaje. No tendrás que “*ir a Salamanca*” para que puedas adentrarte en el universo de tu propia esencia y mismidad. Puedes ser monje en medio de la sociedad urbana y posmoderna. Eso es lo que vas a descubrir en estas páginas.

Una mujer castellana, Teresa de Jesús, que entendía mucho de entrañas, de interioridades y de las moradas que uno puede encontrar dentro de sí, solía decir que “*acostumbrarse a soledades es gran cosa para la oración. No es menester alas para ir a buscar a Dios, sino ponerse en soledad y mirarle dentro de sí*”. No te hacen falta alas, pues, para entrar en ti. Has de ordenar, eso sí, el pensamiento, las emociones y los sentimientos, con relación a lo necesario, para que sea posible alguna que otra escapada al bosque de tu propia existencia.

### **Cultivar –continuas cultivando–**

De la palabra *Aprender* pasamos a la segunda: *Cultivar*. Si *Aprender* te suena a escuela y te hace pensar en un esfuerzo intelectual, con maestro, libros y horas de estudio incluidas; *Cultivar* se te volverá sugerente, evocadora y, hasta cierto punto, bucólica e irreal. Dado que no habrás probado la rudeza del cultivo del campo, sólo te traerá a la cabeza la lechuga, la cebolla y el tomate aderezados ya con la sal, el aceite y el vinagre. Todos los frutos cultivados en el campo los encuentras, a cambio de unos cuantos duros, en el supermercado del barrio; y te encantará el olor a la tierra mojada; y te atraerá, de lejos, la imagen pacífica del cuadro, mil veces visto en el televisor, del labrador que mane-

ja hábilmente su arado. Pero te olvidarás, o no llegarás a tener conciencia, de que el fruto lleva consigo sudor, esfuerzo, lágrimas, sinsabores y fatigas.

*Cultivar* es una palabra que hace relación a la tierra y sólo de modo figurado la podemos utilizar con relación a la vida interior del hombre. En ese sentido, el Diccionario nos habla de *poner los medios necesarios para que sea posible* la interioridad y *para mantenerla*; y, así mismo, nos sugiere, concebida de modo extensivo, *el hecho de poder utilizarla aproximándola a la actividad de desenvolverse y de ejercitar las potencias y facultades* que son inherentes a la vida interior. En cualquier caso, nos volvemos a tropezar con una actividad intensa del ser humano. El cultivo de la tierra o de la vida interior suponen el ejercicio permanente y la actividad incesante.

### Interioridad –acabas interiorizando–

La tercera palabra es *Interioridad*. Aceptar que existe en el ser humano una interioridad es aceptar que somos una imagen externa, visible y concreta pero con un fondo vital, invisible e impreciso que, sin embargo, fluye sin cesar e influye decisivamente en la configuración de la vida humana. “*Interior’ es aquello que vive en el fondo del alma, en lo más íntimo del alma, en el entendimiento, y que no sale ni mira a ninguna cosa*”<sup>2</sup>. El Diccionario nos habla primero de la interioridad como “*calidad de interior*”. Luego dice: “*Cosas privadas, por lo común secretas, de las personas...*”. El mundo privado, al que con tanto gusto se agarra la sociedad actual, es un mundo engañoso y, así planteado, absurdo; es tan personal e inaccesible, tan propio e intransferible, tan tabú y tan morboso, que nos quedamos boquiabiertos y temblorosos ante lo que pueda suponer para el hombre.

La vida privada es como una barrera infranqueable, inventada por los poderosos para hacer dinero; bien a base de vender interioridades y trapos sucios, o bien a base de denunciar la injerencia en esos asuntos de otras personas o grupos poderosos. El fin siempre es ganar dinero y hacer negocios. La vida privada y su interioridad, así mirada, suena mal y hemos de limpiar su sentido si no queremos vernos envueltos en algún “*rollo*” que nos cueste cárcel, disgustos o dinero, a ti o a mí, pobres “*pardillos*”, ante estos manejos económicos y legales.

Cuando aquí hablamos de aprender a cultivar la interioridad no nos referimos, pues, al morbo de la vida privada de las revistas del corazón ni al mundo privado del que habla el Diccionario, sino que hablamos de lo contrario, de una vida honda, partícipe del misterio y del secreto más auténtico de la existencia y que nunca puede ser entendida en el sentido de “*vida o pro-*

---

2. Maestro Eckhart, *Tratados y sermones, Sermón X*, Ed. EDHASA, Barcelona 1983, p. 355.

*piEDAD privada*". Entrar en la interioridad supone una experiencia tal, que, si te adentras en ella, tienes, a poco que te aventures por esos caminos, una sensación similar a la que expresa Evagrio Póntico en el texto frontal: *"separado de todo pero unido a todo"*; o a la que expresan las tradiciones religiosas y que resume excelentemente el episodio de 'La Torá' que narra la experiencia de Moisés ante la zarza ardiendo: *"Descálzate porque la tierra que pisas es sagrada"*. Hay un carácter sagrado, luminoso, profundo y auténtico en la interioridad que se descubre cuando uno entra en ella libre y conscientemente, como entra el aventurero en el bosque. Has de entrar en la selva virgen de tu propia intimidad, de un modo sagrado y auténtico. Deja de leer esta página; toma la Biblia en tus manos con calor; lee el relato de Moisés<sup>3</sup>, y adéntrate, con tu silencio, en la tierra sagrada de tu corazón. Respira y goza de la experiencia.

#### HACER ESTE CAMINO DESDE LAS PROPIAS EXPERIENCIAS

---

Sitúate en el umbral de alguna experiencia personal que raye con lo luminoso, con lo vitalmente alegre, con lo emocionante, con lo asombroso, con lo atractivo, con lo excitante...; una experiencia que has podido tener a lo largo de tu vida y de la que guardas una memoria especial. Revívela: *"Unos sentimientos alados ante la puesta de sol de una tarde otoñal que te deja como 'encendido'. Una alegría desbordante, fruto de un encuentro amoroso, al que ni tú mismo sabes encontrarle motivo u origen real. Una emoción exultante ante la espera de tu amigo, al estilo de lo que narra "El Principito" en su encuentro con el zorro. Un choque experiencial ante la enfermedad o la muerte de tu padre, que te deja lleno de asombro ante la levedad de la existencia. Una atracción amorosa, sentida, vital o de vértigo, que acaba acaparando la atención entera de tu mente y de tu corazón. Una frustración en el trabajo social, en la entrega al mundo de los desheredados, en la lucha, tantas veces ingrata, por la justicia que ves machacada en seres concretos a los que amas, pequeños y sencillos, verdadera carne de cañón de un mundo dividido, roto e injusto, y que te provoca y excita sobremanera..."*.

Para aprender has de andar los caminos de la vida. De nada sirve que teóricos, que hables o abuses de la palabra, que vuelvas al laboratorio imaginado por el autor de unas páginas. *"El Maestro habla como el cantante canta, porque es su oficio... Pero él sabe muy bien que la palabra es sólo ocasión y escucha, y que el verdadero conocimiento nace de dentro, cuando la concentración de la larga búsqueda se junta con la sorpresa del despertar espontáneo"*<sup>4</sup>. Para que cultives la vida

---

3. Ex 3, 1 ss.

4. Carlos G. Vallés, *Vida en abundancia*, Ed. Sal Terrae, Santander 1993, p. 92.

interior comienza por descubrir lo que es; a qué te refieres cuando hablas de ella y qué posibilidades se te ofrecen para valorarla, para gustarla y para cultivarla, de modo que sirva a tu crecimiento como hombre, a tu humanización, a tu búsqueda diaria y a tu despertar espontáneo. Mi empeño, en primer lugar, está en dirigir tu mirada hacia experiencias en las que reconozcas la presencia activa de la interioridad y las posibilidades que esas experiencias despertaron sorpresivamente y que luego se desarrollaron en tu ser; y, en segundo lugar, hacia el reconocimiento de aquellas otras que pudieron quedar paralizadas en ti, como consecuencia de la desidia, del despiste, del desconocimiento o de la carencia de una voluntad organizada.

Si quieres aprender algo en el cultivo de la vida interior, entonces, mírate, obsérvate, descubre los secretos de tu propia vida, que están ahí, ante ti, no para morbo alguno, sino como datos precisos, de primera mano, que, al verlos de cerca, te harán sentir una vocación especial para intervenir sobre ellos o para dejar que sean llevados por manos especiales.

Jesucristo, el *"Maestro"* para los cristianos, dijo que todo sale del arca del corazón humano. Ahí, en tu corazón, está, como en un holograma, la verdad entera del universo, resumida y preparada para hacerse grande, bella, extensa, espléndida, tuya... ¡Párate! Deja de hacer. Escucha aquella otra advertencia del mismo Maestro: *"Andas inquieto y nervioso con tantas cosas. Una sola es la importante"*. Quien elige la vida interior elige la mejor parte y nadie se la podrá quitar. El dogma del activismo, en el que se encuentra apresada nuestra generación, es el primer enemigo de la vida interior. El activismo pretende vaciarte y dejarte a merced de las fuerzas distraídas de la naturaleza y de aquellas otras que manipulan la vida social, económica y política. La tendencia humana básica, si es apoyada por el poder, tiende a estar fuera de sí; muy *"ocupados en no hacer nada"*, que apostillaba San Pablo; perdidos entre las fragancias de los sentidos y las más variadas excitaciones, que sólo son provocaciones malintencionadas para mantenernos como muñecos manipulables.

---

## ENTRADA EN EL UMBRAL DE LA CONCIENCIA

---

*"Ver lo pequeño es clarividencia.  
Conservarse débil es fortaleza.  
Usar la luz para volver a la claridad,  
y proteger el cuerpo de todo daño,  
es vestirse de eternidad"*<sup>5</sup>.

---

5. Lao Tse, *Tao Te King*, Ed. Ricardo Aguilera, Madrid 1980, p. 64.

La conciencia es el lugar del cultivo de la interioridad; es su huerto y su jardín; es el lugar del cultivo de las plantas que darán los frutos y las flores del mundo interior; un mundo que emerge y se descubre como *“la contemplación”*; ésa es la gran meta de este aprendizaje. *“Aprovechábame a mí también ver el campo, el agua o las flores; en estas cosas hallaba yo memoria del Creador, digo que me despertaban y recogían y me servían de libro”*<sup>6</sup>. Santa Teresa te sitúa en el ambiente cálido de la naturaleza externa para que tú traslades la belleza exterior al mundo interior, lleno de campos, agua y flores. Vas a entrar en la conciencia. Hazlo desde lo pequeño, desde lo débil, desde la luz, desde la eternidad que siempre es...

### **Conciencia: Universo nuevo de Amor**

Para ti, hombre o mujer espiritual, la conciencia no es una experiencia de orden psicológico, aunque la psicología sea fundamental en el proceso interior. *“No está la cosa en pensar mucho, sino en amar mucho”*<sup>7</sup>. Nuestra época corre más riesgo de psicologizar que de pensar, por lo que adaptamos la cita teresiana de esta manera: *“No está la cosa para mucho psicologismo, sino para andar caminos de amor”*. La conciencia que buscas y en la que quieres entrar es más un universo nuevo que un estado de activismo peculiar. Desde el comienzo de esta aventura hacia dentro, goza con saber lo que vas a encontrar. Lo mismo que el peregrino sueña cada hora con el Pórtico de la Gloria, así también tú soñarás lo que te espera, que es grande, extenso, único, apetecible y maravilloso: el mundo de la conciencia, universo nuevo de amor.

### **Ascesis sana o enferma**

*“¿Cómo llegaremos a este punto sin una cierta disciplina? Pienso que no podemos. No obstante, la ascesis por la ascesis fomenta únicamente los programas emocionales y su patología. Una verdadera ascesis tiene que actuar en nuestra motivación inconsciente”*<sup>8</sup>. Esta aportación de Keating es importante al comenzar el camino. Te narraré una experiencia personal:

*“Llevaba yo aproximadamente cuatro años en mi trabajo como párroco de una villa veraniega de la sierra de Madrid y me encontraba, desde el punto de vista humano, en una época dorada. Las cosas habían salido bien y el pueblo estaba como una piña en torno a su cura. Contaba con su respeto y con su entrega, del mismo modo que ellos contaban con el mío. Pero me rondaba por*

6. Santa Teresa de Jesús, *Obras Completas*, Vida, 9, Ed. B.A.C., Madrid 1982, p. 53.

7. Santa Teresa de Jesús, *Ibidem*, Camino, 28, p.280.

8. Thomas Keating, *Intimidad con Dios*, Ed. Desclée De Brouwer, Bilbao 1997, p. 54.



el corazón una idea machacona: ofrecerle a Dios todo mi ser. No me servía haberle entregado la vida en mi ordenación, quería darme entero, de nuevo, y para ello sólo encontraba una vía, la monástica: *“apartarme de todo y de todos, en un monasterio perdido, en soledad completa; dejarlo todo, con total radicalidad, para demostrarle al Señor que le amo por encima de todo”*. Tanta urgencia me entró, que, después de las oportunas consultas, decidí entrar en el Monasterio benedictino de Santa María del Paular, en el exuberante valle del Lozoya.

El sentido ascético de esa decisión fue absoluto. Tenía necesidad enfermiza de purgar mis pecados y de demostrar mi amor por Dios. Lo dejé todo y me marché al desierto. Cinco días duró aquella decisión. *“Sólo el hecho de que les pase algo a mis padres, ya mayores, me puede hacer cambiar el rumbo emprendido”*. Esa fue mi sentencia antes de entrar. Y, al quinto día, un infarto fulminante me dejó sin mi querido padre Nicolás y sin el proyecto ascético y monástico en el que tanto me empeñé.

Nunca como entonces he comprendido la voluntad inequívoca de Dios, expresada en un acontecimiento concreto de mi vida. Dios no quería ascesis enfermiza, me quería a mí y me quería para lo que Él me había elegido desde muy niño: ser pastor de su pueblo. Y en esto continúo desde entonces con toda humildad”.

No es la *ascesis que fomenta programas emocionales y su patología* la que has de practicar. El cultivo de la interioridad es un trabajo lleno de amor y de ternura, y con ellas has de contar desde el inicio. Sólo lo que se hace con amor tiene salida. Nada de lo que se hace forzado por lo externo, por lo imperativo, por lo legal, por lo condicionado o por patologías tiene salida en el camino de la vida interior.

La ascesis que hemos de practicar ha de ser real pero, ante todo, ha de ser sana y fomentar una vida saludable. La experiencia de que el camino es largo y que es preciso andarlo todos los días con perseverancia, con paz, con sabiduría y en espera permanente, ha de darse en cada peregrino de la interioridad. Sólo así vivirás una experiencia de radicalidad alegre, saludable y no amargada. *“Permanecer siempre en camino. Día tras día. Durante toda la vida, sin renunciar a ello jamás. A cada caída, levantarse y volver a empezar”*<sup>9</sup>.

No puedes andar este camino sin instrumentos precisos, sin medios, sin compañía y sin la certeza moral de que te acompaña la fragilidad de tu propio ser. La selva puede ser tan grande y temerosa que acabe hundiéndote en lo profundo de ti mismo. El objetivo es abrirte al cambio, desde la conciencia selvática en la que estás en este momento, pues sólo así podrás llegar a rotu-

---

9. Klemens Tilmann, *Temas y ejercicios de meditación profunda*, Ed. Sal Terrae, Santander 1973, p.91.

rar un jardín y un huerto ganados a tu misma selva con trabajo riguroso y con amor. En mi reciente viaje a Panamá he podido observar el ímprobo trabajo que han de realizar los campesinos pobres para conseguir transformar la selva en praderas y huertos.

La ascesis ha de venir dictada por la propia praxis, por el nivel de conciencia que aflora de modo apenas perceptible, pero real. El trabajo es duro, pero el sabor del trabajo es suave y ligero. Tumbiar un monte lleno de selva es molesto, pero observar la pradera con sus búfalos y caballos, con sus rosas y flores multicolores, con su huerto lleno de maíz, de arroz y de yuca, es una sensación mucho más bella e increíble que todos los sudores y los malos ratos pasados. La sensación que tiene todo aprendiz de la vida interior, según pasan las jornadas, es de haber sorteado los esfuerzos, aunque la rudeza haya sido mucha; de ver que todo se ha ido hilando de modo misterioso y como por encanto. ¡Haz la experiencia!

La situación del mundo interno suele ser bastante penosa. En el alma se dejan crecer, como malas hierbas, los prejuicios, los condicionamientos, los apegos, las arbitrariedades, los miedos y temores, los fantasmas, los intereses, las redes mafiosas personales y sociales... Ésta es la selva a la que me refiero. Un hombre solo no es capaz de tirar por tierra lo que le ha crecido en el alma a lo largo de los años. La selva impide que se vea la nueva y renovada conciencia, convertida en agua clara, en espacios abiertos y despejados.

La ascesis colabora, en la medida de sus posibilidades, para que sea posible un cambio significativo que te permita despertar a una conciencia nueva. Estate atento para no cometer errores de bulto, como el de creer que tienes fuerza y poder suficientes para crear las condiciones de una nueva conciencia. Tu poder es mínimo y puede volverse contra ti. En este sentido, has de practicar la humildad como la regla de oro esencial y primera. Humilde para reconocer que la fuerza que hay en ti no es propiedad tuya, proviene del Misterio buscado y con el que esperas encontrarte. Todo cambio es un regalo que supone el empeño humano, pero no es fruto del esfuerzo humano. El aprendiz sabe que es regalo, don que le viene dado. Tú debes saberlo.

Llegar a la conciencia y verla iluminarse ante tus ojos, percibiendo cómo caen, uno tras otro, los ídolos de barro que habías fabricado artificialmente, es el inicio de la realidad auténtica, que parecía imposible de alcanzar y que no ofrecía noticias fidedignas acerca de su existencia. Limpia bien este camino. La metodología es siempre espiral. Acceder con luz a la nueva conciencia, supone la caída y la pérdida de lo viejo. Se esfuma solo, sin que hayas de convocar un concilio en tu cabeza.

Llegar aquí es la meta básica a la que aspiramos todos. La conciencia iluminada es tarea que supone trabajo y don ofrecido. En la medida que des pasos en esta dirección, te sentirás afirmado y seguro en este camino de la conciencia de tu ser, que se volverá transparente y se transformará en música, en poesía, en salmo, en arte, en amor... Es muy importante que sientas esta seguridad en ti mismo. Se darán procesos enrevesados y complejos que te pondrán contra las cuerdas y te harán sentir muy inseguro, pero ahí estará la dulzura de este camino hacia el centro. No es extraño que el caminante se encuentre, según hace camino, abierto y con regalos, gustos, caprichos o dulces que se le ofrecerán de modo generoso, gratuito y sorprendente. Cada detalle dulce se convertirá en un deseo mayor de llegar a la pureza de la conciencia. Así adivinarás la cercanía de la contemplación, tu meta ansiada.

## MANUAL DEL CAMINANTE

---

Quisiera enseñarte ahora el manejo de las artes necesarias para avanzar con seguridad y gozo en el aprendizaje del cultivo de la vida interior. No te ofrezco ninguna regla inequívoca. Lo que es bueno para unos no lo es para otros. Lo que favorece el crecimiento de unos aletarga y paraliza el de los otros. El ser humano no es una máquina que se programe y, menos aún, para la vida espiritual; en ella acaban incidiendo todos los aspectos que nos envuelven y constituyen: el histórico, el psicológico, el normativo, el tradicional, el social, el familiar, el moral, el formativo, el ambiental... El ser humano capta todo lo que vive y lo interrelaciona en lo profundo de su conciencia, propiciando unas mezclas tan ilimitadas que no es posible sacar recetas idénticas para todos. Por eso, cada pista que te sugiero ha de ser estudiada con detenimiento, experimentada con sosiego y contrastada con otros caminantes. Éstas son:

### **El “fin” siempre en el corazón**

Recuerdo un poema de Kostantin Kavafis, titulado *Ítaca*, en el que recomendaba al navegante “llevar siempre a Ítaca en el corazón”. A lo largo de la travesía de la vida, cada mañana y cada tarde, el solitario navegante debe tener presente y hacer memoria del motivo y el fin por los que comenzó su viaje. Lo mismo les pasa a los que peregrinan a Santiago. Todo lo que suceda en el camino, con la presencia del fin en el corazón, estará lleno de sabor y de sabiduría, y al llegar al destino final, al fin, uno tendrá la impresión de que lo que

tanto apetecía y buscaba había sido ya gustado en cada jornada. La interioridad, la conciencia que nos la aclara, es el paso previo a la contemplación del Misterio de la vida, verdadero y único fin del viaje humano.

Perder el fin es perder el sentido y eso te adentrará en vías de perdición, de amnesia, de locura o de pasión interesada, provocadora de muerte y desamparo. Conviene no perderse en la selva. Para eso te propongo que agudices la inteligencia y la pongas al servicio de este proyecto vital. Para encontrar el fin has de andar con un cierto orden. Si te he pedido más arriba que conectes con experiencias básicas de tu vida es porque confío en que, a través de ellas, con sensibilidad y atención creciente, te será posible la aparición sorpresiva, en cualquier momento, de la luz del fin. Has de saber esperar. Todo lo bello, noble y auténtico tarda en aparecer. Le pasa lo mismo al montañero sediento cuando busca el manantial que le refresque; siempre aparece cuando menos se espera y la alegría, entonces, es mayor.

Esto es esencial para que crezca en ti una seguridad básica. Es lo que te ha de dar el inicio de la confianza. Es lo que te hará gustar y apetecer con atracción creciente este camino *“de vida y vida abundante”*.

El hombre y la mujer actuales, hijos de la influyente y poderosa cultura posmoderna, no están especialmente capacitados para un encuentro consigo mismos o con el fin que les da vida; un encuentro que sea fruto de espacios anchos, de largas horas y de prolongadas experiencias de silencio y oración. Esta cultura es laboriosa y agitada, llena de alternativas y de entretenimientos, apesadumbrada e implacable en su falta de tiempo para reposar; por ello, es preciso plantear la vida interior a base de catas, de perforaciones, de inmersiones y de momentos precisos de luz. Madeleine Delbrêl estudia este tema de modo esponjoso y dice cosas como éstas: *“Para la oración tenemos racionado el espacio, y ese espacio que nos falta deben sustituirlo las perforaciones... Estemos donde estemos, allí está Dios también. El espacio necesario para reunirnos con Él es el lugar de nuestro amor... Amar a Dios lo bastante para querer estar con Él, llevar con nosotros el deseo de ese amor... Algunos minutos de una oración así nos darán a Dios, y nos lo darán más que muchas horas, quizá sumamente recogidas, pero que no han estado precedidas por un deseo vivo y voluntario”*<sup>10</sup>. **Aprende a tener el fin en el corazón, a base de momentos privilegiados que tú vayas propiciando o preparando.**

### **El Dios Amor es el fin y no debe haber otro**

No conviene equivocarse y es preciso que llames a las cosas por su nombre. Has visto demasiada gente decepcionada de sí misma y del vacío del

10. Madeleine Delbrêl, *La alegría de creer*, Ed. Sal Terrae, Santander 1997, p.218-219.

corazón humano, para que esquives el tema de fondo y el fin en el que crees, y del que damos fe y somos testigos. Sólo el encuentro con un Dios personal, lleno de positividad, y expresión suprema de la bondad y del amor, puede calmar la sed del corazón del hombre. Sabes que el encuentro interpersonal y amoroso es capaz de equilibrar a los seres humanos. No son las cosas, ni las ideas, ni los sentimientos etéreos los que llenan de felicidad y de sentido la vida humana. Es el amor que nos llega desde otras personas el que tiene capacidad para transformar, elevar, dignificar y positivizar, en crecimiento continuo, al hombre.

Un ser personal es el único que puede hablarte y puede comunicarse contigo a pecho descubierto y con libertad. Es el único en el que puedes confiar. Un ser personal, con toda la potencialidad positiva imaginable y que sea la Fuente del Amor, puede darte las alas necesarias para volar alto, como el águila, y para gozar de la dicha de vivir y de esperar una vida libre y serena. *“Porque cuanto más desnudo y libre sea el ánimo que se abandone a Dios, siendo sostenido por Él, tanto más hondo será colocado en Dios el hombre y será susceptible de hallar a Dios en todos sus preciosísimos dones. Pues el hombre ha de confiar sólo en Dios”*<sup>11</sup>.

No se puede, ni se debe, favorecer la osadía de una espiritualidad en el aire. Al menos yo, honestamente, no puedo hacerlo. Esto no es propaganda de una determinada religión. Es testimonio de una experiencia de la que doy fe con el rigor del paso de mis años y con la gracia de una progresión sin otro fin que la plena posesión del Amor, que es Dios, y de la contemplación de un rostro, que el hombre no puede ver, pero por el que pronto descubre una gran vocación y atracción. **Aprende a descubrir al Dios del Amor como el fin verdadero de tu existencia, abandonándote libremente en sus manos.**

### **Abierto a todo y seleccionando lo positivo y lo saludable**

El cultivo de la espiritualidad es un trabajo y un secreto de los hombres. Algunas tradiciones han intentado hacer de esta tarea un coto cerrado en el que sólo pueden entrar unos cuantos elegidos, disciplinados o autodisciplinados a ultranza. No podemos decir que el cultivo de la interioridad haya sido una tarea común ni fácil entre los hombres. La atracción por el dinero suele ser más común entre nosotros y son pocos los que, teniendo la oportunidad de acercarse hasta él, no acaban sucumbiendo ante su fascinación, a pesar de las consecuencias funestas que éste puede acarrear. No suele suceder lo mismo con la fascinación por la vida interior. En la tradición bíblica,

---

11. Maestro Eckhart, *op. cit.*, *Tratados*, p. 128-129.

que a veces considera la riqueza como una bendición, nos encontramos también con posturas realistas con relación a la sombra de muerte que proyecta el dinero, que promete una felicidad que acaba en engaño miserable, como la que nos ofrece Qohélet<sup>12</sup>. También es iluminadora, en esta línea, la siguiente cita de un místico del Islam: “*Habrás saboreado todos los goces del mundo por toda la vida –escribía el poeta místico persa Abu Said I-Khair (967-1049)– habrás gozado de la tranquilidad con tu amiga por toda la vida; pero al final de la vida te tocará partir; y todo no habrá sido sino sueño, que habrá durado toda la vida*”<sup>13</sup>.

Falsearíamos la realidad si planteásemos el cultivo de la vida interior como algo común y general en la vida de la humanidad. Sin embargo hemos de resaltar que la llamada a la vida interior, no su desarrollo, está impresa en todos los seres humanos, y no existe inconveniente alguno para que pueda ser desarrollada sin distinción de raza, lengua, conocimientos o religión. La llamada es universal y está impresa en todo ser pensante. No todos la desarrollan ni todos dan con las claves esenciales para hacerlo, pero está en todos y es para todos. Esto es importante comprenderlo ya que el desarrollo de este cultivo nace de la fe en que es posible.

El que se inicia en este aprendizaje ha de mantenerse abierto y sin miedo ante lo que se le ofrece. Los acontecimientos, personas o cosas que llegan hasta ti están puestos para tu aprendizaje. No desdeñes nada por principio ni por prejuicios. Hasta el pecado es una vía de enlace con la interioridad en no pocos hombres santos y espirituales. Tú mismo lo habrás experimentado.

En todo puedes entrar, pero para quedarte sólo con lo bueno y saludable, con lo que es un bien al que adherirte. La apertura del hombre es esencial en esta aventura y está relacionada con el Misterio y con el corazón humano que la actualiza. La conjunción entre la humildad de tu corazón y la luz del Misterio hacen posible una conciencia lúcida, responsable, creciente, abierta al amor y capaz de superar la negatividad que constituye el fondo de sombra de la vida. Negatividad que ensombrece y enloquece tu espíritu y que se esfuma, sin embargo, cuando le pierdes el miedo y te abres, como una rosa en primavera, ante el Misterio de Dios y la vida que te envuelven.

Lo positivo y saludable que te ayuda en la gran travesía, al dejarte llevar, se te ofrece con libertad y gratuidad, y te hace sentir libre, humilde y natural, sin rebuscamientos. Lo saludable nunca es interesado ni retorcido. *Agua clara* es la que el hombre busca al avanzar en el cultivo de su interioridad. **Aprende a descubrir lo bueno, lo que te hace bien y trabájalo con apertura de corazón, sin cejar en el empeño.**

12. Gianfranco Ravasi, Qohélet, Ed. Paulinas, Madrid 1991, p.150-151.

13. Citado por Gianfranco Ravasi, op. cit. p. 151.

## **El contraste interpersonal no se puede desdeñar**

No hay recetas concretas. Cualquiera puede acabar siendo un arma peligrosa o una solución miserable. He conocido personas que no se han contrastado nunca con otras, aunque se hayan visto semanal y oficialmente con un llamado 'maestro'. También he conocido a otras que no parecen contrastarse con nadie especialmente y sin embargo se están contrastando de modo creciente. Quien no se contrasta no se desarrolla humanamente, no se cultiva interiormente y corre el riesgo de pudrirse; es agua estancada, y la humanidad huele ya demasiado a aguas estancadas. El que se contrasta entra en la dimensión comunitaria que necesitamos para cualquier proyecto humano y especialmente para el aprendizaje al que nos estamos refiriendo. Aquí la comunicación humana y divina es esencial.

No podrás dar un paso firme y confiado si no miras y escuchas los latidos y las sombras de otras vidas semejantes a la tuya. El escuchar y el saberse escuchado, en la dimensión interna de la persona, es una tarea permanente de la que no puede escaparse, salvo que quiera quedarse estancado, ni el más santo de los humanos. No hay ni un solo maestro espiritual, en cualquier tradición religiosa conocida, que desdeñe la necesidad de sentirse acompañado en el camino espiritual por los pasos, las palabras y los ojos de otros hombres experimentados o que estén igualmente en el camino.

Hay partidarios acérrimos de la dirección espiritual, del acompañamiento individualizado o del seguimiento personal por parte de un maestro espiritual determinado. Yo no me atrevo a pontificar sobre este asunto. Pertenezco a una tradición espiritual que no tiene padres, ni maestros, salvo el Padre Dios y Jesucristo. No dejo de reconocer, sin embargo, la influencia positiva que han recibido algunos hermanos a quienes he visto acompañados por líderes o acompañantes espirituales que no han protagonizado sus vidas, y que no han sido manipulados ni distorsionados en su camino. Ese acompañamiento, sobre todo en determinadas edades y situaciones, es positivo. El aprendiz debe plantearse como necesario. Pero hay que abrir los ojos ante esos otros 'directores espirituales' que lo que han hecho han sido copias de sus éxitos y de sus fracasos, seres aberrantes que repiten, como loros clónicos, aquello para lo que han sido planificados y programados.

Considero, pues, necesario el contraste espiritual; el personalizado siempre que no exista riesgo de manipulación y la persona acompañada tenga acceso a otros contrastes y a otros acompañantes; y me parece fundamental el contraste comunitario, el que se produce en un pequeño grupo o puede ofrecernos una gran tradición y una gran comunidad.

Y no olvides que el gran contraste es el que puedes vivir con el Misterio personal que anida en tu corazón y que te conduce, a través de un crecimiento personal positivo, hasta el fin del camino que, cada día, en cada presente, se te hace realidad. **Busca siempre contrastarte con Dios y con otros caminantes. No te cierres en ti mismo.**

### **Vive el presente con una conciencia diáfana**

Se dice que el presente es el tiempo de Dios y el tiempo del Misterio. Vivir del pasado o mirando al futuro es algo típico de nuestra determinación en el tiempo y de nuestra finitud. El pasado y el futuro son percepciones humanas que alimentan las fragilidades del ego, pero que pueden no facilitar un crecimiento acompasado de la interioridad. El sometimiento al tiempo nos hace vivir en ansiedad y culpabilidad. Ansiedad por lo que no llega o se teme su llegada; y culpabilidad por lo que ya no es pero pesa como losa de mil kilos.

El presente es el tiempo de la creación, del diálogo, de la relación armoniosa y del gozo. Sólo se goza de lo que se tiene plena conciencia, y la conciencia necesita vivir positivamente y en presente para que su desarrollo sea equilibrado y auténtico. El presente posibilita el encuentro distendido con el Otro, que despierta una conciencia diáfana y que se ensancha en la medida misma en la que se pone en práctica. *“Tú que en el aprieto me diste anchura”*, que reza el salmo.

La salud mental, que te introduce en el cultivo de la interioridad, es hija de un presente que aceptarás con paz, con sosiego y con confianza ilimitada en el poder-amor de Dios. La interioridad es siempre una experiencia de presente. Los frutos del jardín interior serán posibles en la medida en que te centres en tu presente y en el de Dios. Es aconsejable, para cualquier aprendizaje de la vida interior, que haga, a lo largo del día, experiencias diversas de una conciencia que se deja poner en presente. Para ello sólo has que aprender a cerrar los ojos, a respirar sosegadamente, a retirarte de lo que te despista y a poner el corazón y el ser en las manos suaves de quien te arrulla y compacta. Para el contemplativo no existe otro tiempo más que el presente. Si aparecen otros, no te importe, pues sabes que también actúan otras fuerzas distintas a las que tú buscas. **Vive el presente para que se ensanche tu corazón y puedas contemplar la nueva vida que brota en ti.**

### **Trabaja con lecturas que aligeren el espíritu**

No sé si estás especialmente dispuesto o preparado, metodológicamente hablando, para la vida interior. Lo escrito hoy es mucho y en todos los ámbitos encontrarás autores que te iniciarán en el camino de la vida interior. Los libros



sagrados de todas las religiones, unos más que otros, son diálogos abiertos entre el hombre y su interioridad, su conciencia. La Palabra de Dios es el lugar común para un encuentro singular, en el que brote el cultivo de la interioridad. Mucho tienen que decir y aportar los hombres espirituales sobre la importancia vital de “*la verdadera fuente que mana y corre*”, que es la Palabra de Dios. No existe ningún instrumento más privilegiado, siempre que se haga de ella una utilización correcta. El libro “*Intimidad con Dios*”, ya citado, nos abre al trabajo con la *lectio divina*, como un buen medio para llegar a la *contemplatio*, verdadero fin de este aprendizaje. En él se marcan los ritmos y los caminos a recorrer para hacer posible el encuentro misterioso y transformante: “*La lectio divina es la forma más tradicional de cultivar la oración contemplativa... consiste en escuchar los textos de la Biblia como si se conversara con Dios y éste sugiriera los temas de diálogo. Quienes siguen el método de la lectio divina cultivan la capacidad de escuchar la palabra de Dios en niveles de atención cada vez más profundos...*”<sup>14</sup>.

Todo peregrino hacia el corazón del universo, presente en la intimidad de cada persona, sabe que el camino se ensancha y se alarga conforme se ejercita. Es la misma sensación del alpinista que comienza a escalar la montaña y cree ver cerca la cumbre; sólo pensarlo le llena de alegría; la decepción llega, sin embargo, momentáneamente, al comprobar que tras la loma no está la cumbre, sino que continúa la ascensión. Esa misma es la sensación del hombre o la mujer espirituales, que han de sortear los obstáculos permanentes provocados por la espera del momento definitivo, aunque vayan gozando, entre afanes y disgustos, del placer de superar metas parciales. La vida interior se te ensancha en la medida en la que te desgastes por aquello que amas. La interioridad se te irá haciendo cada vez más profunda y las diversas moradas del castillo interior se te harán cada día más purificadoras y atrayentes.

Cualquiera otra lectura espiritual, además de la Palabra de Dios, es motivo de nuevas aperturas y crecimientos en el cultivo de la interioridad y de la conciencia. Leer es fundamental y encontrar buenas lecturas, necesario. El aprendiz se convierte en un buscador nato de lecturas con las que entrar en diálogo de hondura. Has de aligerar la vida de las cargas que la oprimen y la agostan y para ello has de abrirte a cuantos más mundos mejor. La lectura es un modo privilegiado de entrar en contacto con el alma de otros seres humanos, con sus luchas y sus esfuerzos por encontrar la gracia. Y, así, algún día, podrás decir: “*Tu gracia vale más que la vida*”. **La lectura de la Palabra y de la vida de otros hermanos es un camino del que no puedes prescindir para cultivar la interioridad.**

---

14. Thomas Keating, op. cit. p. 41.

## La magia del amor contemplativo comienza en el inocente menesteroso

“Ser menesteroso y compartir la suerte de los menesterosos”. Menesteroso, según el Diccionario, es: “Falto, necesitado, que carece de una cosa o de muchas”. Al ver la palabra “falto” como definición de menesteroso, se me ha llenado el corazón de ternura. El pueblo llano suele llamar “falto”, o “faltito”, con cariño y ternura, a los discapacitados. Y yo me he sentido un faltito. Desde siempre me han atraído con fuerza estos hermanos y he ayudado a poner en marcha algún que otro club, en el que he podido gozar de ellos y de monitores admirables, entregados hasta darnos envidia sana por tanto derroche de energía amorosa. En estos “santos inocentes” de nuestra sociedad yo he percibido la mano milagrosa de Dios y con ellos se me ha ensanchado el corazón de un modo peculiar. En el aprendizaje del cultivo de la interioridad has de dejarte ganar por los faltos, por los carentes de todo poder, de todo futuro, de toda 'plata' y gozar con su presencia como goza el tomillo al lado del romero en la falda de la montaña.

Faltos somos muchos, y eso puede tener su lado maravilloso. El falto, el carente, tiene necesidad, mendiga amor y da amor. Pocos dan tanto amor como un discapacitado. Pocos reclaman tan radicalmente el amor como ellos. La vida interior conecta con la “magia” de un amor novedoso, no racional ni calculado ni preparado. No. El amor es espontáneo, es necesitado y no se avergüenza de manifestarlo. Sólo el que sabe de lo que carece se siente en disposición de encontrarlo. Y hay que pedirlo con la naturalidad con la que lo pedía Pilar, una “novia”, así decía ella, que tuve en el club del Encuentro, discapacitada, que era feliz con que yo danzase con ella, me pusiese un ratito a su lado, le contase cualquier historieta o nos comiésemos un bocadillo juntos. Ya ha muerto, pero la ternura que emanaba quedó para siempre en mi corazón.

Así quiero ser yo y puedes ser tú con el Misterio que deseamos contemplar. Así puedes cultivar la interioridad y aprender a andar por esa selva inaccesible para una razón científica, matemática y calculadora, pero que es plenamente gozosa para quien ama con una sonrisa *faltita*, pero encantadora y capaz de conseguir lo que precisa.

Has de ser menesteroso del amor contemplativo para que puedas gozarlo y experimentarlo con hondura y con veracidad. “Él enaltece a los humildes”. Ni que decir tiene que son muchos los santos inocentes que se extienden a lo largo y ancho de la tierra. Millones de hambrientos, de oprimidos, de menesterosos, que no tienen ni siquiera lo esencial para vivir. Luchar por ellos y por su dignidad es tarea esencial para ti que quieres entrar en la hondura de esta gracia del encuentro místico. Nunca ha servido una espiritualidad evasiva y apartada del sufrimiento de los santos inocentes. Ellos son el camino más evidente para llegar al 'summum'. “Bienaventurado tú, porque tuve hambre y me

*diste de comer, tuve sed y me diste de beber, estuve enfermo y me visitaste, en la cárcel y me viniste a ver*". Éstos son los que lograrán la eterna bienaventuranza. *"Entra al banquete de tu Señor"*. Bienaventurados ellos. **Ser menesteroso es condición indispensable para entrar en el Reino y en la contemplación del Misterio que se te desvela en la interioridad.**

### **Cada día es un nuevo reconocimiento**

Has de *aprender a reconocer*. La verdad que descubres, según avanzas en el cultivo de la vida interior, es que éste es un viaje a ninguna parte, a la nada; y, sin embargo, en el reconocimiento de la nada progresiva, aparece reluciente el todo. Es el viejo dilema místico en torno al todo y a la nada, magistralmente expresado por San Juan de la Cruz<sup>15</sup>. En la vida interior no hay nada que se pueda pesar, medir o contar. El encuentro es con lo inenarrable, con lo incontable, con lo etéreo, desde un punto de vista material o consumista. Es el encuentro con la nada, según el parámetro de lo apetecible y lo interesante en esta sociedad. *¿Cuánto cuesta?*, que es la pregunta del realismo de nuestro mundo, es una pregunta que no puede hacerse en este aprendizaje. Si uno la hace se encuentra con que la respuesta es NADA. *¿Cuál es su forma?* NINGUNA. *¿Cuáles son sus dimensiones?* NO TIENE. *¿Para qué sirve?* PARA NADA. *¿Cómo se usa?* NO TIENE USO. La vida interior no tiene, pues, aliciente para el ego. Esa es la verdad. No puedes engañarte. Ahora bien, la mística, a lo largo de los siglos, viene diciendo que si no corres el riesgo de la NADA no acabarás nunca de encontrarte con el TODO. Y aquí estás en el umbral de un TODO, que no se posee, ni se compra, ni se adquiere por ningún mérito; simplemente se reconoce.

El aprendizaje del cultivo de la vida interior te sitúa en la felicidad del reconocimiento. Nos reconocemos visitados, como vividos; la vida nos vive. Nos reconocemos acogidos, en comunión. Nos reconocemos envueltos en la gracia, hijos de un Padre que nos ama y nos arrulla suavemente en sus brazos. *"El meollo del mensaje bíblico consiste en que creamos en la vida que nos 'vive'". Estar consciente de ello significa haber renacido. Nos es necesario reconocer estas relaciones, captar esta verdad y alcanzar la experiencia de esta vida. Solamente entonces seremos auténticos seres humanos, hombres y mujeres que nos comprendemos a nosotros mismos en la luz de Dios*"<sup>16</sup>. Y el aprendiz reconoce que no hay felicidad mayor. Cuando encuentres este tesoro, irás, venderás todo lo que tienes, y lo

---

15. "Y para tener a Dios en todo conviene no tener en todo nada...", y otras muchas citas. San Juan de la Cruz, *Obras Completas, Carta 17*, Ed. B.A.C., Madrid 1982, p.889.

16. Willigis Jäger, *Encontrar a Dios hoy a través de la contemplación*, Ed. Narcea, Madrid 1991, p. 96.

comprarás. Cuando encuentres esta perla tan fina, venderás todas las perlas acumuladas para poder comprarla. Cuando encuentres la moneda perdida saldrás a la calle a vocearlo y comunicarlo a tus amigos y conocidos. **Aprende a reconocer significativamente, en la NADA de cada día, al TODO, que es presencia de la comunión con todos y con todo.**

#### NOTA PERPLEJA DE DESPEDIDA

---

Toma todo esto en pequeñas dosis, pues se te da a pequeños sorbos. Estate atento para saber reconocer el momento en el que serás visitado y para que no se te escape ningún sorbito de interioridad y de posible contemplación. Vuelve luego a la vida de cada día, al jaleo de la casa, a las decisiones en la ONG, al drama del paro, al lío de la empresa, al suspenso... La vida es un continuo ocurrir de acontecimientos que te adentran en el país de la misericordia y del amor. Aprende a reconocer y hazlo a poquitos, sin ansia alguna y en constante acción de gracias por lo que te ofrecen, que es mucho más de lo que mereces.

Para terminar, te propongo una experiencia típicamente cristiana, que no me resisto a dejar de ofrecerte: *la cruz*. No es un camino de rosas y de bienestar burgués el de la vida interior, como pretenden vender los comerciantes de este agitado siglo. No. El camino es hermoso y bello, pero *“el que quiera venir-se conmigo que cargue con su cruz y que me siga”*; no puedo ser un vendedor barato de *“una experiencia increíble y magnífica”*, en la que te vas a encontrar en una especie de gloria adelantada y con burbujas. No se te prometen paraísos para que puedas eludir el fisco. *Él pasó por la tierra haciendo el bien, curando a los oprimidos por el mal y dejándose matar cruelmente en una cruz ignominiosa*, que no podemos borrar de nuestras mentes, aunque lo pretendamos. Son millones todavía los sometidos cruelmente a la cruz. El camino de la gloria pasa por el Calvario. Si quieres ser aprendiz del cultivo de la vida interior debes saber que has de cargar con la cruz y que, ahí, en esa entrega y despojo de los intereses de tu yo, encontrarás lo que buscas.

*“Nos hiciste, Señor, para Ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en Ti”.*

Confesiones de San Agustín.