

INTELIGENCIA ESPIRITUAL: ESPIRITUALIDAD Y RELIGIÓN

Gonzalo Haya Prats



Inteligencia espiritual. Espiritualidad y
Religión por Gonzalo Haya Prats se encuentra
bajo una Licencia Creative Commons
Atribución-NoComercial-SinDerivadas 3.0
Unported

1 de febrero 2013

ÍNDICE GENERAL

U. D. 1 Inteligencia espiritual

U. D. 2 Espiritualidad y Religión

U. D. 3 Jesús una espiritualidad laica

U. D. 4 de la espiritualidad a la religión

U. D. 5 Fundamentalismo, Pluralismo, Liberación

U. D. 6 Religión, Laicidad, Ciencia, Ecología

U. D. 7 Caminos de espiritualidad

Glosario de términos empleados

UD 7. CAMINOS DE ESPIRITUALIDAD

ÍNDICE

A. Una espiritualidad auténtica

1. No es oro todo lo que reluce
2. Criterios sobre una espiritualidad auténtica
 - 2.1 Tres tipos de criterios
 - 2.2 Criterios que ofrece Jesús
 - 2.3 Criterios en el Nuevo Testamento
3. Conclusiones
4. Aplicaciones prácticas
 - 4.1 Ejercicios personales
 - 4.2 Textos complementarios
 - 4.3 Lecturas recomendadas

B. Mística y espiritualidad

1. Qué entendemos por mística
2. Características de la mística
3. Diversas orientaciones místicas
 - 3.1 La mística del judaísmo
 - 3.2 La mística sufi
 - 3.3 La mística cristiana
 - 3.4 Universalidad de la mística
4. Diversos Caminos de espiritualidad
5. Conclusiones
6. Aplicaciones prácticas
 - 6.1 Ejercicios personales
 - 6.2 Textos complementarios
 - 6.3 Lecturas recomendadas

Cuestiones para la reflexión

UD 7. CAMINOS DE ESPIRITUALIDAD

Este tema es de tal amplitud y complejidad que sólo podremos esbozarlo y proponer algunas orientaciones para nuestra vida práctica y para continuar nuestras lecturas.

A. UNA ESPIRITUALIDAD AUTÉNTICA

No es oro todo lo que reluce.

No todos los caminos llevan a la espiritualidad; ni a la paz; ni a la justicia.

No todos los profetas hablan en nombre de Dios.

1. No es oro todo lo que reluce

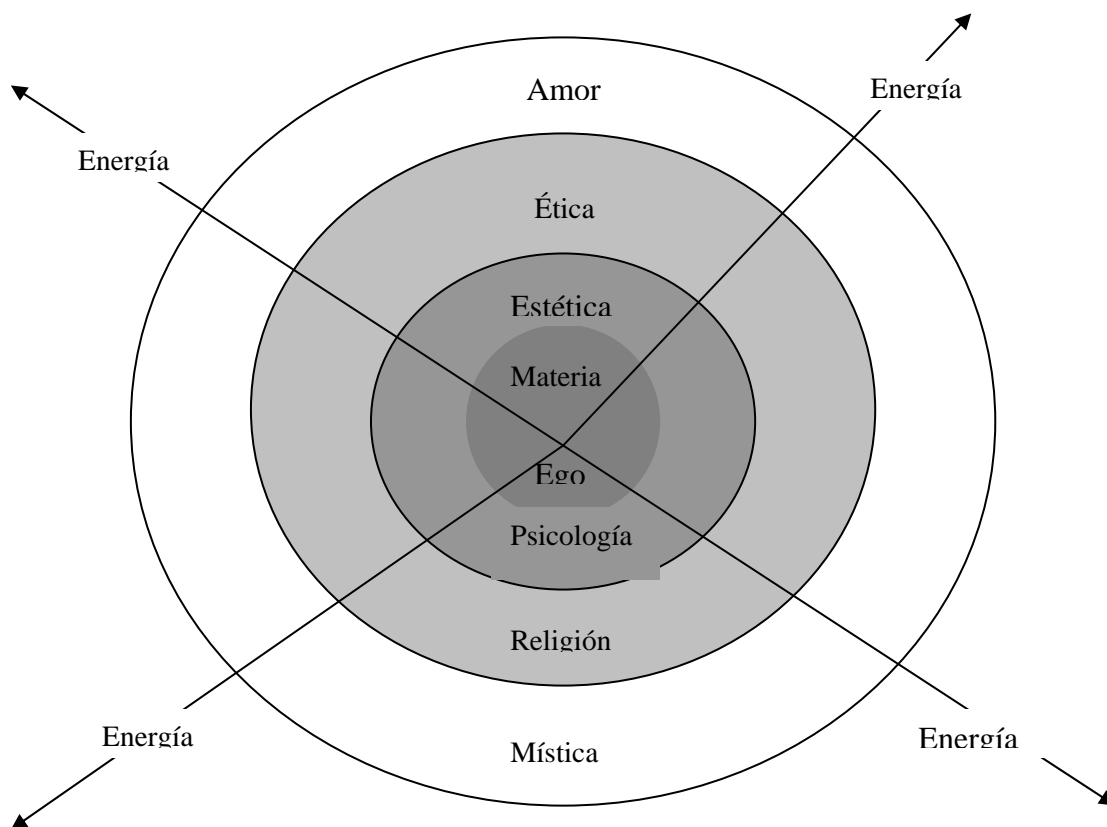
La Historia nos ha mostrado casos en los que el orgullo o la sexualidad se han disfrazado de espiritualidad, como también de otros egoísmos menos burdos. Por su parte, los maestros espirituales siempre se han mostrado desconfiados ante los fenómenos místicos extraordinarios.

Al abordar este tema sobre una Espiritualidad auténtica, convendría recordar lo que decíamos en la UD 2 "*Espiritualidad y Religión*". La espiritualidad no es un concepto fácilmente definible. Y si no está bien definido, si se presta a diversas interpretaciones, no puede establecerse un instrumento común para determinar la autenticidad de una espiritualidad. Podemos, eso sí, proponer algunos criterios que gozan de prestigio entre personas eminentemente espirituales.

Entendemos aquí la espiritualidad como ese algo que no sólo impregna a toda religión sino que va más allá de ellas; lo que Rudolf Otto consideraba el elemento irracional de la religión: el sentimiento de ser criatura, y la fascinación ante el *mysterium tremendum* y la majestad de Dios.

“La espiritualidad es el encuentro con lo trascendente, con lo sagrado, con el misterio; y se presenta en tres aspectos principales que trascienden lo material: la estética, la ética, y la mística” (UD 2 Espiritualidad y Religión).

Vamos a tratar de expresar de una manera plástica nuestra idea de la espiritualidad, aun siendo conscientes de que cualquier imagen o símbolo sólo ofrece una idea parcial y aproximativa. La inteligencia racional encontrará sin duda muchos fallos en esta imagen, pero nuestra inteligencia



espiritual sabrá orientarse.

En el círculo central representamos la materia como energía concentrada; en ella actúa una fuerza centrípeta que la mantiene dentro de su propio círculo. En un sentido traslático, este círculo sería el ámbito del ego y del egoísmo.

En el segundo círculo representamos el mundo de la estética y de la psicología. En él se va diluyendo la oscuridad compacta del egoísmo y se

percibe ya un primer estadio de espiritualidad. La energía se va estructurando en espiritualidad.

En el tercer círculo situamos la ética y la religión. El egoísmo se va diluyendo y nos permite entrar en un espacio de mayor espiritualidad.

En el cuarto círculo casi desaparece la oscuridad del egoísmo y gozamos de una auténtica espiritualidad, que generalmente se realiza en una vida sencilla, pero que también puede manifestarse en fenómenos místicos extraordinarios.

En nuestra vida interior pasamos continuamente de un círculo a otro, como en el “Castillo Interior” de santa Teresa. A medida que se desarrolla la vida espiritual nos vamos asentando más establemente en los círculos superiores.

La tarea de la discreción de espíritus consiste en discernir si los impulsos, o los sentimientos, provienen de una zona más espiritual o más egoísta, si nos impulsan hacia el Absoluto o hacia nuestro egoísmo.

A veces no es fácil distinguir entre la parapsicología y la espiritualidad, o entre la poesía erótica religiosa y la profana. Para el gran místico sufí Ibn ‘Arabí el acto sexual tenía un significado místico, pero ¿realmente tendría ese significado para sus seguidores? Cuando el místico Anâ-l-Haqq decía “*yo soy la Realidad*” expresaba su disolución en el Absoluto, pero en otros podría ser una muestra de orgullo.

2. Criterios sobre una espiritualidad auténtica

El nivel estético de la espiritualidad puede ser un goce puramente psicológico o ser una pista de despegue para una auténtica espiritualidad. Cuando Francisco de Asís le decía a las florecillas “*callad, callad, ya sé que me estáis hablando de Dios*” el goce estético le había llevado al goce

espiritual. Cuando yo desde la playa me dejo abrazar por el inmenso círculo del mar ¿siento un goce estético o espiritual?

El nivel ético de la espiritualidad puede evaluarse con los preceptos de cada religión, con la declaración Universal de los derechos humanos, o con los incipientes acuerdos sobre una ética de mínimos. Malpagar a un inmigrante es signo de una deficiente espiritualidad a pesar del goce que esa persona pueda sentir ante un hermoso paisaje, o a pesar de la devoción que experimente al comulgar.

En cuanto a los sentimientos o impulsos que se manifiestan más allá de las normas éticas o religiosas, es más difícil discernir si se trata de impulsos expansivos hacia el Infinito (el cuarto círculo de la espiritualidad) o de tendencias involutivas de egoísmo autocomplaciente (del primero o segundo círculo).

Estos sentimientos espirituales que van más allá de las normas se dan tanto en una vida sencilla como en los fenómenos místicos extraordinarios. Por ejemplo la madre que sacrifica su vida por sus hijos y por los de la vecina, pero no está casada, o el místico Ibn Arabi que exclama

*“pero ahora mi corazón acoge cualquier forma:
pradera de gacelas, ermita para monjes,
templo para los ídolos, Ka’aba para los peregrinos,
Tabla de la Torá y Libro Santo del Corán.
Sólo sigo la religión del amor”.*

En cada tradición religiosa, muchos autores han elaborado algún tipo de Reglas de Discreción de Espíritus, especialmente para la toma de decisiones importantes o para fenómenos extraordinarios que se salen de la vida normal de la comunidad. Esta discreción de espíritus requiere, como decía santa Teresa, sólidos conocimientos y sensibilidad espiritual, aunque todo eso no ha salvado de la cárcel o de la hoguera a grandes místicos cristianos o musulmanes.

San Pablo les decía a los filipenses “*Esto es lo que pido: que vuestro amor crezca más y más en conocimiento y en toda clase de percepción, para que sepáis apreciar lo que vale más. Así llegareis limpios y sin tropiezo al día de Cristo*” (Fil 1,9-10). Y a los hebreos “*El alimento sólido es para los maduros, que con la práctica y el entrenamiento de los sentidos saben distinguir el bien del mal*” (Hebr 5,14).

Donde hay paz y amor, hay espiritualidad; pero ¿qué entendemos por paz y amor? San Bernardo predicó la segunda Cruzada.

A veces bastaría no olvidar algunas normas más elementales. Recientemente hemos visto avalar como espiritualidad una situación que vulneraba la ética más fundamental.

Creo que la mejor piedra de toque sería el índice de egoísmo o de entrega a los demás, y no dejarse deslumbrar por las ideas preconcebidas, por los fenómenos extraordinarios, ni menos aún por el éxito económico o mediático.

2.1 Cuatro tipos de criterios

No podemos entrar aquí en la multitud y complejidad de los criterios propuestos para el discernimiento de espíritus, y nos limitaremos a mencionar los tres tipos de criterios que presenta Atanasio Matanic (“*La spiritualità come scienza*”) y que deben complementarse y contrastarse entre sí:

- **Criterios Teológicos:** conformidad con los dogmas y enseñanzas (si se refiere a una espiritualidad cristiana, o de otra religión). Este criterio es poco fiable porque procede de una preocupación por la ortodoxia institucional. Los grandes místicos han sido condenados frecuentemente por sus propias religiones.
- **Criterios Psicológicos:** los expertos distinguen algunos rasgos propios de una experiencia espiritual, de una neurosis o de unos

estupefacientes. La experiencia religiosa deja una personalidad armonizada, mientras que los estupefacientes y la neurosis dejan una personalidad desintegrada.

- Criterios Históricos: conformidad con ejemplos considerados como auténticos místicos.
- Criterio ético. Javier Melloni propone otro criterio: *“el único criterio de discernimiento: ir convirtiendo nuestra existencia en receptividad y donación” (Hacia un tiempo de síntesis).*

Los criterios teológicos suponen que la espiritualidad es una manifestación de la religión y está regida por su normativa dogmática o teológica.

Nosotros hemos afirmado que la espiritualidad es anterior a las religiones y va más allá de ellas.

Los criterios psicológicos pueden ser de gran ayuda para descartar determinados fenómenos que proceden de alguna patología; sin embargo hay que tener en cuenta que cualquier manifestación espiritual se produce siempre a través de un proceso fisiológico; y que cualquier manifestación extraordinaria se sale, por definición, de las conductas normales. Es difícil distinguir entre la genialidad y la locura, entre el gozo intelectual o estético y el espiritual.

Los ejemplos históricos nos ayudan a romper esquemas racionales sobre lo que tiene que ser una verdadera espiritualidad. La dificultad surge cuando adoptamos un criterio teológico para aceptar o rechazar la espiritualidad de un místico sufí o de un itinerante hindú. Los modelos de espiritualidad no pueden apreciarse solamente con la inteligencia racional, se necesita aplicar la inteligencia espiritual.

El criterio ético, para Martínez Lozano, *“es el criterio de verificación de toda religión y de la misma espiritualidad. No porque se priorice ningún tipo de voluntarismo, sino porque constituye el test donde se muestra la calidad del amor y, paralelamente, la desegocentración. Sin esta referencia ética, alguien*

podría pensar que se halla en algún elevado peldaño espiritual cuando en realidad estaría solo en un autocomplaciente paraíso narcisista”.

Y para el psicoterapeuta Dr. Domínguez *“La experiencia mística madura surge en la capacidad de entrar en el juego de la intersubjetividad con Dios, unido al compromiso con la sociedad humana en la que se inserta. Sería este un factor que diferencia claramente la auténtica experiencia mística de otro tipo de sucesos enfermizos”.*

2.2 Criterios que ofrece Jesús

Para un cristiano –y también para cualquier espiritualidad- son muy significativas las referencias que encontramos en los evangelios sinópticos sobre una verdadera o falsa espiritualidad. Quizás no sirvan para dirimir sutiles situaciones, pero sin duda son fundamentales para comprender la orientación de una espiritualidad y para caminar sosegadamente en ella. Como hemos dicho varias veces, las palabras de Jesús no deben tomarse al pie de la letra sino en espíritu, pero queda muy claro que Jesús se esforzó por mostrar la diferencia entre una auténtica espiritualidad y unas prácticas religiosas vacías de espiritualidad.

Escogemos algunas palabras de Jesús y proponemos que cada uno relea los evangelios sinópticos desde este punto de vista.

- La parábola del Juicio final describe con gruesas pinceladas las características de una verdadera y de una falsa espiritualidad (Mt. 25,31-46).
- La parábola del fariseo y el recaudador emplea pinceladas más finas para establecer la misma diferencia (Lc. 18,9-14).
- Jesús reprocha a los fariseos que pongan todo su afán en lo exterior
“De modo que vosotros, los fariseos, limpiáis por fuera la copa y el plato, mientras por dentro estáis repletos de robos y maldades... En

vez de eso, dad lo que tenéis en limosnas y así lo tendréis limpio todo” (Lc. 39-41).

- Estas parábolas discernen, por sus frutos, lo verdadero y lo falso, según aconseja el mismo Jesús
“Cuidado con los profetas falsos, esos que se os acercan con piel de oveja, pero por dentro son lobos rapaces. Por sus frutos los conoceréis” (Mt. 7,15-16).
“No basta decirme: «¡Señor, Señor!», para entrar en el Reino de Dios; no; hay que poner por obra el designio de mi Padre del cielo. Aquel día muchos me dirán: «Señor, Señor, ¡si hemos profetizado en tu nombre y echado demonios en tu nombre y hecho muchos prodigios en tu nombre!»
Y entonces yo les declararé: «Nunca os he conocido. ¡Lejos de mí los que practicáis la iniquidad!» (Mt. 7, 21-23).
- En otras ocasiones Jesús destaca la fuente de donde proceden nuestros comportamientos: *“El ojo ilumina todo el cuerpo. Si tus miras son generosas, el cuerpo entero será luminoso; pero si son mezquinas, también el cuerpo será tenebroso” Lc. 11,34-36).*
- La autenticidad definitiva de una espiritualidad está en aquella bienaventuranza *“Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios” (Mt. 5,8),* aunque es una garantía difícil de comprobar porque sólo se aprecia con limpieza de corazón.

2.3. Criterios en el Nuevo Testamento

Para alentar la búsqueda personal de otros criterios, citaremos aquí algunos entresacados de dos escritos del Nuevo Testamento, aunque cualquier selección resultaría parcial e injusta.

- Juan apela a grandes criterios: amor, lealtad, luz
“No hay mayor amor que dar la vida por los amigos” (Jn. 15,13)-
“Quien está por la verdad escucha mi voz” le dice Jesús a Pilatos (Jn. 18,37).

“El que practica la lealtad se acerca a la luz, y así se manifiesta su modo de obrar, realizado en unión con Dios” (Jn. 3,21).

“Jesús les habló de nuevo: -Yo soy la luz del mundo; el que me sigue no caminará en la tiniebla, tendrá la luz de la vida” (Jn. 8,12).

- Santiago concreta los criterios en el comportamiento solidario:
“Religión pura y sin tacha a los ojos de Dios Padre, es ésta: mirar por los huérfanos y las viudas en sus apuros y no dejarse contaminar por el mundo” (Sant. 1,27).
Hermanos míos, ¿de qué le sirve a uno decir que tiene fe si no tiene obras? ¿Es que esa fe podrá salvarlo? Supongamos que un hermano o una hermana no tiene qué ponerse y andan faltos del alimento diario, y que uno de vosotros le dice: «Andad con Dios, calentaos y buen provecho», pero sin darle lo necesario para el cuerpo; ¿de qué sirve eso? Pues lo mismo la fe: si no tiene obras, ella sola es un cadáver (Sant. 2,14-17).
- La Didajé (13) y el Pastor Hermas (Mand X) presentan como criterio el desinterés de los Profetas.

No será difícil encontrar otros muchos criterios; lo difícil será no perderse en tantos criterios. Una vez más insistimos, estos criterios no pueden entenderse ni aplicarse con la inteligencia racional; se necesita la inteligencia espiritual. Si aplicamos con sinceridad estos criterios, quizás muchos cristianos queden fuera y muchos ateos queden dentro; pero el que quiera engañarse encontrará argumentos, y textos de la Sagrada Escritura, suficientes para justificarse.

Conclusiones

No existe una norma clara que podamos aplicar para discernir la autenticidad de nuestra espiritualidad; o, mejor dicho, su grado de autenticidad, porque en esta vida no alcanzamos la iluminación perfecta. No tenemos un termómetro para medir la fiebre de nuestra espiritualidad, aunque sabemos que todos tenemos algunos grados o décimas de fiebre.

Ni siquiera podemos valernos de la palabra de Dios como prueba clara y definitiva de una espiritualidad, porque no podemos aplicar la palabra de Dios al pie de la letra, ni tomar una frase del mismo Jesús como medida única y exclusiva. Toda palabra humana –y Jesús habló con palabras humanas- está limitada por el lenguaje, la cultura, y las circunstancias en que ha sido pronunciada. Ya hemos señalado que el lenguaje de Jesús es simbólico y, por ser emocional y centrado en cada situación, resulta a veces racionalmente contradictorio.

El último y principal indicador de nuestra espiritualidad es nuestra propia conciencia. Ya nos decía Jesús: “*¿Por qué no juzgáis por vuestra cuenta lo que es justo?*” (Lc. 15,57). Su dictamen será acertado en la medida en que nuestro corazón esté limpio de egoísmos: “*Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios*”; sólo será gravemente erróneo cuando nuestro corazón esté gravemente corroído de egoísmo.

En definitiva, después de decidir honestamente nuestro camino de espiritualidad, siempre debemos adoptar la humilde oración del publicano (Lc 18,9-14).

Para los que siguen otras religiones u otras filosofías será igualmente su conciencia –su inteligencia espiritual- la que reaccione positiva o negativamente ante la información y los estímulos de su entorno.

La conciencia puede estar viciada y equivocarse en el camino de la espiritualidad; incluso puede caminar en dirección contraria. La única garantía de acierto es la búsqueda honesta y desinteresada de la trascendencia y la práctica de la justicia y la solidaridad. La desviación no estará tanto en lo que se cree como en lo que realmente se desea y se busca. Si en las prácticas más santas –oración, limosna- sólo busco mi propia exaltación, me estaré alejando de la espiritualidad. Ninguna acción es químicamente pura, pero será espiritual en la medida en que trascienda nuestro propio yo.

La religión que se repliega en sus dogmas y ritos, sin la vivencia del misterio y de la compasión, pierde su espiritualidad. La religión que expresa su sentimiento de criatura y que se da en solidaridad, encarna la verdadera espiritualidad.

4. Aplicaciones prácticas

4.1 Ejercicios personales

- Releer nuestros libros sagrados buscando sus criterios sobre una auténtica espiritualidad.
- ¿Qué criterios deberían haber aplicado los doctores de la Ley para discernir si la enseñanza y el comportamiento de Jesús era auténtica o falsa espiritualidad?

4.2 Textos complementarios

- Rudolf Otto: la religión es identificación con el numen, al contrario del chamanismo que es apoderarse de la fuerza del numen. (*Lo Santo: lo demoníaco*. p. 189 ss).

- **Enrique Martínez Lozano** (www.feadulta.com 9.12.10)

El test de todo camino espiritual es simplemente la Vida, y la vida entregada a favor de los demás.

¿Cuál es el criterio de verdad de una propuesta o un camino espiritual?

La respuesta sólo puede ser ésta: que nos hace crecer en amor compasivo, que se expresa como servicio eficaz a favor de la vida.

Con otras palabras: ¿por qué sabemos que Jesús es el Mesías? Porque “pasó por la vida haciendo el bien” (Libro de los Hechos 10,38).

No hay signo más palpable de Dios que la bondad. Lo realmente divino no es el poder, ni los milagros, ni demostraciones de fuerza..., sino el Amor.

Lo que ocurre es que esta respuesta remueve las ideas de Dios que suele tener la gente religiosa.

- **Javier Melloni**

"La dirección que no ha de variar, aunque se cambien los vehículos y los caminos, es el progresivo descentramiento del yo, tanto personal como comunitariamente... Esta es la única certeza, el único discernimiento: ir convirtiendo nuestra existencia en receptividad y donación".

- **Ives Congar** *"Si la doctrina sin profetismo degenera en legalismo, el profetismo sin doctrina podría convertirse en ilusión. El movimiento y la institución se interpelan mutuamente", (Citado por J. A Marina "Por qué soy cristiano" p. 102).*

- **Fray Marcos Rodríguez:** *"Al verdadero Dios sólo se le puede servir, sirviendo al hombre. Aquí está la originalidad del mensaje cristiano. Donde las religiones, verdaderas o falsas, ponen 'Dios', Jesús pone 'hombre'. Estamos engañados si creemos que podemos desarrollar nuestra humanidad o religiosidad sin contar con el pobre. Nuestra religión, olvidando el evangelio, ha desarrollado un individualismo absoluto. Lo que cada uno debe procurar es una relación intachable con Dios. La moral católica está encaminada a perfeccionar esta relación. Pecado es ofender a Dios y punto. El evangelio nos dice algo muy distinto. El único pecado que existe es olvidarse del hombre que me necesita. Mi grado de acercamiento a Dios es el grado de acercamiento al otro. Todo lo demás es idolatría"* (www.feadulta.com)

- **Juan José Tamayo:** *"Una espiritualidad desvinculada del cuerpo desemboca en espiritualismo; desligada de la razón, acaba en sentimentalismo: sin relación con la praxis, termina siendo pasiva; desarraigada de la historia, es evasión de la realidad; sin subjetividad, es impersonal; sin sociabilidad, desemboca en solipsismo". (Otra teología es posible, c. IX)*

- **Simone Weil:** *“No es por la forma en que un hombre habla de Dios, sino por la forma en que habla de las cosas terrenas como se puede discernir mejor si su alma ha permanecido en el fuego del amor de Dios”.*
- **Compte-Sponville:** El autor desconfía de una espiritualidad de la intimidad del “yo mismo”, “¿cómo podría contener yo el absoluto?”, “La espiritualidad es lo contrario de la introspección”. En vez de la frecuente expresión “morir a uno mismo” el autor prefiere “vivir más, vivir en lugar de esperar vivir. El Yo no es más que el conjunto de ilusiones que se hace a sí mismo”.
- **José Arregi:** *“Salud y espiritualidad. ¿Quién sabe decir lo que es la salud que tanto anhelamos, o lo que es la espiritualidad que tanto necesitamos? ¿Quién sabe decir la relación tan estrecha y compleja que existe entre ambas? Cada respuesta suscita nuevas preguntas, y de pregunta en pregunta nos vamos abriendo a un concepto más espiritual de salud y a una idea más sana de espiritualidad. Cuando decimos salud, no nos referimos solamente a la salud física. Al decir espiritualidad, de ningún modo me refiero solamente a espiritualidad “religiosa”. (www.atrío.org 29.05.13)*

4.3 Lecturas recomendadas

- **Ignacio de Loyola:** Reglas para conocer los espíritus (Ejercicios Espirituales). Reflexiones para ayudar al ejercitante a tomar conciencia y a interpretar sus propias experiencias espirituales.
- **XXIV Congreso de Teología.** Espiritualidad para un mundo nuevo (ed. Evangelio y Liberación, 2004)
- **Pagola, José Antonio:** La postura justa (ECLESALIA, 20/10/10)
- **Vázquez Borau, José Luis:** La inteligencia espiritual, o el sentido de lo sagrado (ed. Desclée de Brouwer, 2010).
- **Zohar, Danah / Marshall, Ian :** Inteligencia espiritual. El mal y la desesperación (p.167-173, ed. Plaza Janés, 2001)
- **Rudolf Otto:** Lo Santo. La posesión demoníaca.
- **Haya, Gonzalo:** Lo que creo que creo (Biblioteca Universidad y Bubok, descarga gratis). Punto de partida, mi conciencia y el mensaje de Jesús (c 2), La conciencia guía de la razón (c 3), La letra mata (c. 3).

- **Honorio Cardoso:** Mística o espiritualidad en Juan Ramón Jiménez. (Ver ATRIO 20.07.13). Creo que este no tiene suficientemente en cuenta la espiritualidad en Juan Ramón (ver gráfico sobre los niveles de espiritualidad).
- **José maría Castillo:** El Reino de Dios, ed desclée de Brouwer, c. 12 Repensar la espiritualidad desde el Reino de Dios.

B. Mística y Espiritualidad

1. Qué entendemos por mística

La mística es una vivencia difícil de definir precisamente porque es una identificación con lo Trascendente. Los diccionarios tantean cómo definir los términos mística, místico y misticismo.

La Real Academia Española (RAE) define

- **mística.** (Del lat. *mystīca*, t. f. de *-cus*, místico²).
 1. f. Parte de la teología que trata de la vida espiritual y contemplativa y del conocimiento y dirección de los espíritus. 2. f. Experiencia de lo divino.
 3. f. Expresión literaria de esta experiencia.
- **místico², ca.** (Del lat. *mystīcus*, y este del gr. *mystikós*).
 1. adj. Que incluye misterio o razón oculta. 2. adj. Pertenciente o relativo a la mística o al misticismo. 3. adj. Que se dedica a la vida espiritual. U. t. c. s.
 4. adj. Que escribe mística. U. t. c. s.
- **misticismo.** (De *místico²* e *-ismo*).
 1. m. Estado de la persona que se dedica mucho a Dios o a las cosas espirituales.
 2. m. Estado extraordinario de perfección religiosa, que consiste esencialmente en cierta unión inefable del alma con Dios por el amor, y va acompañado accidentalmente de éxtasis y revelaciones.

3. m. Doctrina religiosa y filosófica que enseña la comunicación inmediata y directa entre el hombre y la divinidad, en la visión intuitiva o en el éxtasis.

María Moliner.

- **mística:** Parte de la teología que trata de la vida espiritual, la comunión con Dios o su contemplación intuitiva, las relaciones de la inteligencia humana con Dios
- **místico/a** Se aplica a la persona que se dedica a la contemplación de Dios y las cosas divinas; particularmente, a la que alcanza en esa contemplación el estado de éxtasis
- **misticismo:** 1 Cualidad de místico 2. Estado de unión inefable del alma con Dios. 3 Cualquier doctrina filosófica y religiosa que sostiene que el hombre puede comunicarse directamente con la divinidad a través de la visión intuitiva y el éxtasis.

- **Rudolf Otto: Lo Santo**

“Como definición provisional de la mística, yo diría que la mística es religión, pero con unilateral predominio de sus elementos irracionales, exaltados todos ellos a la vez como excesivo. Una religiosidad adquiere ‘coloración mística’ cuando tiene propensión a la mística. En este sentido, el cristianismo de San Pablo y San Juan no es ‘mística’, pero sí religión teñida de misticismo. Y con entera razón” (Otto, Lo Santo c. 12 nota 1)

- **Raimon Panikkar:** la mística es la experiencia plena de la Vida, la experiencia integral de la Realidad. *“Es un contacto tangencial con la eternidad”*.

Mística es integración en la Realidad (superación de la fragmentación).

La poesía religiosa es una palabra de los hombres a Dios; la poesía mística es una palabra de Dios a los hombres. La religión habla desde aquí; la mística, desde el otro lado.

- **Bouyer, Diccionario de Teología: mística y misticismo.**

Distingue el sentido de místico en el helenismo como ritos ocultos a los profanos.

En el cristianismo nace con los Santos Padres la noción de mística o teología mística, como conocimiento de Dios, revelado en Cristo por la meditación de la Biblia. Una mística que así se llama en propiedad. La mística cristiana, según san Juan de la Cruz, “*no consiste en modo alguno en los éxtasis, las visiones, y otros fenómenos psicológicos extraordinarios*”.

En la actualidad: la palabra mística designa hoy día toda experiencia, verdadera o supuesta, de Dios que se une a nosotros directamente... y se confunde con experiencias aparentemente análogas, platonismo antiguo, hinduismo, Islam, budismo.

- Por nuestra parte nos quedamos con la definición de **San Buenaventura**, uno de los principales concededores de la mística: “*cognitio experimentalis Dei*”, conocimiento experimental de Dios.

Nosotros, en la primera parte de esta UD (sección A 2) y en la UD 2 “Espiritualidad y religión”, decíamos que la espiritualidad es el encuentro con lo trascendente, con lo sagrado, con el misterio, y se presenta en tres aspectos principales que trascienden lo material: la estética, la ética y la mística. La estética es “*el infinito representado de forma finita*” (Schelling). La ética es la percepción de un deber que me trasciende y se impone sobre mis intereses personales. La mística es la vivencia de la identificación con lo trascendente.

La mística, como fenómeno extraordinario, es una forma de espiritualidad pero no es necesariamente el culmen de la espiritualidad. La mística es un anticipo del gozo de la unión con Dios, pero no es necesariamente mayor unión con Dios. López-Baralt lo confirma con los testimonios de Ruysbroeck y de Ernesto Cardenal. Los fenómenos místicos pueden deberse, al menos en parte, a las cualidades psicológicas de la persona o a sus condiciones de vida.

2. Características de la mística

Luce López-Baralt en su artículo sobre la Mística (Nuevo Diccionario de Teología) presenta las principales características de la mística. En primer lugar reconoce que es imposible definir con precisión el fenómeno místico, por lo que este término ha sido utilizado a veces en sentido muy laxo. En sentido propio, se trata de una percepción de unidad con el Amor infinito, que se realiza en un estado alterado de conciencia, más allá de la razón, de los sentidos, del lenguaje y del espacio-tiempo. Es una experiencia directa de Dios.

Insiste en la imposibilidad de expresar y comunicar la experiencia mística citando a escritores de diversas épocas y culturas como san Pablo, Plotino, Maimónides, Dante, Giordano Bruno, Juan de la Cruz, Rumi, Chuang-Tzu, María Zambrano, Borges, Thomas Merton y Ernesto Cardenal. Todos ellos comparten lo que se ha llamado el “*lenguaje del desdecirse*”, es decir, la necesidad de corregirse inmediatamente porque los términos que han empleado no expresan suficientemente lo que ellos querían comunicar. Como los símbolos culturales se les quedan cortos para expresar sus experiencias, algunos recurren a la poesía, a la pintura (Hildegarda), a la música o a la danza (derviches giróvagos).

En cuanto a las características de la mística cita las cuatro características que señala William James en su estudio sobre “*Las variedades de la experiencia religiosa*”: indescriptible (incomunicable); intuitiva; momentánea; y pasiva. López-Baralt añade que estas experiencias no hacen santa a la persona que las recibe, aunque dejan una certeza y una huella radical en su vida.

Dionisio Areopagita (siglo IV ó V) marcó la mística especulativa cristiana con su doble Vía: la afirmativa, que trata de comprender a Dios mediante la aplicación de los nombres más sublimes de nuestra experiencia; y la vía negativa, que tiene que ir negando todos esos nombres, porque Dios no es eso, está más allá de todo lo que nosotros podamos pensar, es incognoscible. Dios habita en las tinieblas, pero la tiniebla es una luz

deslumbrante (María Toscano y Germán Ancochea “Dionisio Areopagita. La Tiniebla es luz).

La vida mística se desarrolla en varias etapas, que fundamentalmente se resumen en la *Triple Vía* –Purificación, Iluminación, Perfección- aunque cada autor las matiza o subdivide para mayor claridad.

- La vía purgativa, de aniquilación del ego y concentración en Dios, para lo que ayudan la oración, ejercicios respiratorios o el recitado de algunos mantras*.
- La vía iluminativa en la que se reciben experiencias, que algunos tratan luego de comunicar.
- La vía unitiva o “matrimonio espiritual”, de total desasimiento del mundo y del yo, y de transformación en el amado. Esta culminación de la vida mística es conocida tanto por los orientales como por los occidentales, y al expresar su identificación con la divinidad ha llevado a algunos a situaciones de sospecha y de condena a muerte por blasfemia.

Durante este proceso se producen épocas o situaciones de aridez y desconsuelo espiritual, que san Juan de la Cruz denomina “La noche oscura del alma”.

3. Diversas orientaciones místicas

Muchos fenomenólogos* consideran que la mística es propia y exclusiva de las religiones orientales no dualistas, que diluyen la diferencia entre Dios y el mundo. Por el contrario las religiones proféticas -como el Judaísmo, el cristianismo y el Islam- acentúan esta diferencia. Realmente las primeras no tienen que apelar a la mística para vivir la unión con Dios, pero también las proféticas cuentan con muchos místicos que han experimentado una transformación o unión con Dios. Al hablar del misterio de Dios, Trascendente en la inmanencia, no podemos atribuir a nuestros conceptos humanos un valor definitivo y excluyente.

3.1 La mística del judaísmo

Xabier Pikaza en su artículo sobre la Mística en el “*Diccionario de las tres religiones*” presenta las visiones de Isaías 6, Ezequiel 1, Daniel 7, y el libro de Henoc (no incluido en el canon judío) como muestra de unas experiencias místicas de tipo apocalíptico. Se caracterizan por un ascenso místico que culmina ante el trono del Dios de la Majestad y de la Gloria.

Estas visiones apocalípticas han marcado la mística posterior judía cristiana, como la *Escuela de los ascensos místicos* (siglo IV a VII d.C) y posteriormente la Cábala. La Escuela de los ascensos místicos presenta un viaje a través de los siete palacios de los siete cielos hasta vislumbrar la figura divina en su trono glorioso. Esta ascensión está llena de pruebas para superar los propios engaños, hasta que al final del camino se le revela Dios haciéndole descender hasta lo más interior del mismo caminante.

3.2 La mística sufí

Resumiremos aquí la amplia exposición sobre el sufismo que nos aporta el *Diccionario de las Tres Religiones*.

El sufismo es el misticismo islámico, la vertiente esotérica* del Islam. Es un largo camino guiado por un maestro, o maestra, espiritual. Sus prácticas más habituales consisten en la repetición de los Nombres de Dios y en practicar poesía, música o incluso danza como medios de espiritualidad.

El objetivo del sufí es la extinción del yo en Dios, y recorre varias etapas desde el viaje hacia Dios hasta el viaje en Dios. De ahí vuelve al mundo pero ya transformado e identificado con Dios.

La espiritualidad sufí entró a veces en conflicto con la sharía o legislación islámica sobre todo en el uso de ciertos estimulantes como el vino. Esta mayor flexibilidad le facilitó su difusión y simbiosis con las tradiciones de

otros pueblos, y su multiplicación en diversas Órdenes sufíes, no siempre aceptadas por muchos musulmanes. El gran maestro Rûmi (siglo XIII) tuvo discípulos cristianos y judíos.

Algunas de estas órdenes practican ritos excéntricos y mortificaciones como atravesarse las mejillas con pinchos de hierro. Otras son más moderadas, como los derviches musulmanes sufíes que son ascetas y místicos; su ritual puede ser la repetición de frases sagradas, la búsqueda de un estado de hipnotismo o danzas giratorias para alcanzar el éxtasis religioso.

3.3 La mística cristiana

En la UD 3 *“Jesús, una espiritualidad laica”* hemos comentado que no se suele hablar de Jesús como místico, quizás porque se ha visto en él a Dios más que al hombre. Mencionamos sin embargo dos experiencias místicas de Jesús, en su bautismo y en la oración del huerto. No son las únicas; podemos entrever otras experiencias místicas en diversos pasajes de los sinópticos:

- Lc. 4,16-20: En la sinagoga de Nazaret, al descubrir su propia misión citando el texto de Isaías 61, como ya hemos comentado
- Mt. 11,25: *“En aquella ocasión exclamó Jesús: Bendito seas, Padre, Señor de cielo y tierra, porque, has escondido estas cosas a los sabios y entendidos, y se las has revelado a la gente sencilla”*
- Lc. 10,18: *“He visto a Satanás caer del cielo como un rayo”*

Sabemos que Jesús se retiraba para orar, a veces durante toda la noche, Lc. 5,16; 6,12; 9,18.28.29; 11,1 y sin duda esta oración era la fuente de sus parábolas. Su mística se centra más en Dios como Padre, pero también tiene momentos de tipo apocalíptico como el discurso que recoge Marcos en el capítulo 13 de su evangelio.

La mística de Jesús es un tema que queda abierto a nuestro estudio y meditación, como también la mística del evangelista Juan, especialmente en el Prólogo, y la mística de Pablo, comenzando por su conversión.

Ya hemos comentado que la familiaridad que nos produce el sentimiento de Dios como Padre no impide que Dios siga siendo un misterio para nosotros, y que los místicos cristianos sientan fascinación ante la majestad de su Gloria. Esta fascinación acontece especialmente en el éxtasis, en el que el místico sale de sí y encuentra a Dios, y más aún en la exultante sorpresa de su comunión de amor, de su matrimonio espiritual.

3.4 Universalidad de la mística

Javier Melloni, en su libro *“Voces de la mística” volumen I y II* –cuya lectura recomendamos– despliega un muestrario de textos místicos de muy diversos autores que han vivido en épocas y culturas diferentes. Seleccionaremos aquí algunos textos, para ampliar nuestro horizonte y para apreciar cómo esos místicos, de tan sensible inteligencia espiritual, han tenido una intuición muy parecida de algo absoluto más allá de nuestra comprensión racional.

No podemos ni siquiera aludir a todos los escritores o escuelas místicas, pero cada uno puede completar esta antología con sus propias lecturas o con las lecturas recomendadas al final de este tema.

Melloni nos advierte que hay tres niveles de lectura: el literal, atento a los matices del texto; el alegórico, abierto a las asociaciones que en cada nueva lectura nos descubre el texto; el anagógico*, que nos transporta al silencio contemplativo más allá del texto.

- **Lao-Tse** (China, siglo VI al IV a.C):

“El Tao que se intenta aprehender

No es el Tao mismo;

El nombre que se le da no es su nombre adecuado.

Su nombre representa el origen del universo”.

- **Al-Hallaj** (sufí iraní, s. IX-X d.C)

*“Dadme muerte, compañeros.
En morir está mi vida.
Mi morir es sobrevivir,
Mi vida es si muero.
La abolición de mi ser es mi mejor don,
El sobrevivir, el peor de los daños”*

.....

*Entre tú y yo
Hay un ‘soy yo’ que me atormenta.
¡Apártese de nosotros mi ‘soy yo’!*
- **Ibn Arabi** (sufí, Murcia s. XII-XIII)

*Hasta ahora ignoraba a mi compañero
Si no compartía la misma creencia.
Pero ahora mi corazón acoge cualquier forma.
Pradera de gacelas, ermita para monjes,
Templo para los ídolos, Ka’aba para los peregrinos,
Tablas de la Torá y Libro Santo del Corán.
Sólo sigo la religión del amor.*
- **Maestro Eckhart** (dominicano alemán, s. XIII-XIV)

El Padre engendra a su Hijo en la eternidad igual a sí mismo... Todavía más: Él lo ha engendrado en mi alma... y todavía digo algo más: me engendra en cuanto Hijo suyo y el mismo Hijo- Todavía digo más: no sólo me engendra en cuanto que su Hijo, sino que me engendra en cuanto que Él mismo, y Él se engendra en cuanto a mí, y a mí en cuanto a su ser y naturaleza”.
- **Ángela de Foligno** (Italia, terciaria franciscana, s. XIII-XIV) *“Cuando estoy en aquella tiniebla, no me acuerdo de ninguna humanidad ni de Dios-hombre ni de cosa alguna que tenga forma, y sin embargo no viendo nada lo veo todo.*
- **Jan Ruysbroeck** (Bruselas, sacerdote, s. XIII-XIV) *“Allí el espíritu contempla una tiniebla que la razón no puede comprender. Allí se*

siente muerto, perdido, uno con Dios sin diferencia. Y puesto que se siente uno con Dios, Dios mismo es su paz, su gozo y su descanso.”

- **Teresa de Jesús** (carmelita, Ávila s. XVI)

*“Vivo sin vivir en mí,
y de tal manera espero,
que muero porque no muero...”*

- **Juan de la Cruz** (carmelita, Ávila s. XVI)

*“Gocémonos, Amado,
y vámonos a ver en tu hermosura
al monte y al collado
do mana el agua pura,
entrémonos más adentro en tu hermosura”.*

- **Tukaram** (India, s. XVII)

*Dios es un rompecabezas gigante
En el cual cada uno de nosotros
Somos piezas diminutas.
Si lo ves como es,
Todas las piezas encajan de golpe en su sitio.*

- **Alce Negro** (sioux, s. XIX-XX).

*“Yo me veía de pié en la montaña más alta de todas y, alrededor de mí,
a mis pies, estaba el aro entero del mundo. Desde esa altura vi más de lo
que puedo contar y comprendí más de lo que vi, pues veía de un modo
sagrado, con el espíritu, las formas de todas las cosas y la forma de
todas las formas que deben vivir juntas en un solo ser”.*

- **Simone Weil** (Francia, s. XX).

*“La virtud de esta práctica (rezar el Padrenuestro en griego) es
extraordinaria y no deja de sorprenderme, pues aunque la llevo a cabo
cada día, sobrepasa siempre lo que espero. A veces, ya a las primeras
palabras, arrancan mi pensamiento de mi cuerpo y lo trasladan a un
lugar del espacio en el que no hay perspectiva ni punto de vista. El
espacio se abre. La infinitud del espacio ordinario de la percepción es
reemplazada por una infinitud a la segunda o tercera potencia. Al mismo
tiempo, esa infinitud de infinitud se llena por entero de silencio, un*

silencio que no es ausencia de sonido, sino objeto de una sensación positiva, más positiva que la de un sonido... a veces también, durante esa recitación o en otros momentos, Cristo en persona está presente, pero con una presencia infinitamente más real, más punzante, más clara y más llena de amor que aquella primera vez en que se apoderó de mí”.

4. Diversos Caminos de Espiritualidad

Todos los que nos interesamos por profundizar nuestra espiritualidad buscamos un camino, y quizás ingenuamente deseamos encontrar el mejor camino. Cada religión ya debería ser un camino, aunque a veces llegan a ser un obstáculo para seguir creciendo. Y religiones hay muchas; y dentro de ellas muchas escuelas, maestros y familias religiosas. No es posible enumerarlas aquí, ni seleccionarlas.

No tratamos aquí de mostrar un camino, sino de mostrar que hay muchos caminos. Caminos que llevan a Jerusalén, a la Meca, a Nepal... caminos que no dan vueltas entorno al yo sino que se dirigen, como los radios de la circunferencia, al centro y origen de todo lo creado.

Cada uno de nosotros ponderamos el camino que vamos siguiendo, pero estamos ávidos de conocer las experiencias espirituales de otros caminantes. En los Textos complementarios y en las Lecturas recomendadas citaremos algunos, y no de los más significados, porque ya se les conoce. Esperamos que todos los participantes de este curso compartamos con todos nuestro camino, nuestros maestros y nuestras experiencias.

Fray Marcos Rodríguez, al comentar las parábolas de la sal y de la luz, insiste en que no estamos llamados a conducir a todos hacia nuestro camino sino a mostrárselo y ayudarles a encontrar el suyo. Excesiva sal hace incomedibles los alimentos; excesiva luz, deslumbra.

“Los cristianos somos mucho más aficionados a deslumbrar que a iluminar. Cegamos a la gente con excesivas

trascendencias y hacemos inútil el mensaje de Jesús para iluminar la vida real de cada día. Preferimos avasallar con nuestras verdades y normas absolutas, en vez de ayudar a cada uno, en su ámbito, a encontrar el camino que le haga crecer partiendo de su situación real. No sé si hemos caído en la cuenta de que no se nos pide salar o iluminar, sino ser sal, ser luz... En el último párrafo del pasaje evangélico hay una enseñanza esclarecedora. ¿Cómo debemos ser sal y luz? “Para que vean vuestras buenas obras y den gloria a vuestro Padre”.” (Fray Marcos, Comentario a Mt,5,6 www.feadulta.com 3.02.2011).

El Corán reconoce que *“Los caminos hacia mí son tantos como los corazones de mi siervos”*

Jesús, cuando salía a los pueblos paganos circundantes, no pretendió convertirlos a la fe de Israel. Se mostró tal como era; actuó como actuaba siempre. Ayudó a los desvalidos que acudieron a él, ponderó la confianza (la fe) que mostraban, y respetó el camino espiritual de cada uno. Al geraseno que quería seguirle, le dijo que fuera a los suyos a anunciarles la misericordia de Dios (Mt. 5,18-20).

5. Conclusiones

Para no perdernos en el océano de la mística, vamos a intentar concretar algunas conclusiones.

La mística es:

- Una experiencia de lo divino (Absoluto, Trascendente, Tao, Todo)
- Una experiencia extraordinaria (irracional, contemplación, visión intuitiva, éxtasis), momentánea, incomunicable, y por tanto desconocida para la mayoría
- Una percepción de una Realidad superior a la realidad que perciben los sentidos

- Una certeza total, pero indemostrable ante los demás
- Un estado de paz, gozo, armonía, amor, solidaridad, siempre en consonancia con la ética
- Generadora –o participe- de una doctrina religiosa o filosófica (hinduismo, Islam, platonismo), que en el cristianismo se ha entendido como parte de la teología y de la moral

Rasgos comunes

- El proceso místico se inicia con una etapa de renuncia, olvido y desaparición del yo (el sí mismo)
- Los momentos culminantes consisten en una transformación o unión con Dios (Tao, el Uno, el Todo, Absoluto, Trascendente)
- Dejan una actitud permanente que ve a Dios presente en todos los seres

Es enormemente significativo que personas de épocas y culturas tan distintas hayan percibido algo que, con unas u otras palabras, consideran la verdadera Realidad. Nuestra inteligencia racional se resiste a admitir que la realidad que perciben nuestros sentidos no sea la auténtica y única realidad. Creo que convendría ser más prudentes y tener en cuenta las experiencias místicas cuando intentamos comprender el mundo en que vivimos.

Por nuestra parte consideramos que, desde el punto de vista cristiano, la mística es una experiencia anticipada del gozo de la plenitud del Reino; es un carisma de disfrute personal pero también de servicio a la comunidad, para testificar el gozo que nos está preparado a todos. A este carisma, como a todos los demás, se aplica el consejo de Pablo de ambicionar el don más valioso, que es la caridad (1Cor. 12,31).

Jesús no estimuló entre sus discípulos la experiencia mística, les enseñó a orar y les dio ejemplo retirándose noches enteras para orar. Su mensaje fue su propia vida, su olvido de sí y su compasión por la muchedumbre errante o por leprosos marginados. Podemos y debemos anhelar la experiencia

mística; quizás estemos llamados a ella, pero ciertamente estamos llamados a ejercer la caridad.

Buscar la mística puede confundirse fácilmente con buscar la satisfacción de una máxima experiencia psicológica. Recuerdo haber oído comentar que las hermanitas de la caridad desconfiaban de aquellos sacerdotes que ponían más énfasis en la espiritualidad que en la atención a los enfermos.

Si queremos caminar por terreno seguro, ahondemos en nuestro sentimiento de criatura ante la majestad y el misterio de Dios, olvidémonos de nosotros mismo y trabajemos por la justicia y la felicidad de los marginados, como hizo Jesús. Todo lo demás se nos dará por añadidura.

6. Aplicaciones prácticas

6.1 Ejercicios personales

- Releer los evangelios sinópticos, o algún libro fundamental de la propia religión o espiritualidad y observar en qué momentos pueden entenderse como una inspiración mística.
- Buscar en los textos complementarios alguna orientación sobre otros caminos, o sobre algunos métodos, para desarrollar la vida espiritual.
- Para actuar de modo solidario, si no sabemos cómo o dónde, quizás nos ayuden algunas web como www.hacesfalta.org ; www.soluciones.org

6.2 Textos complementarios

- **San Buenaventura** pondera lo afectivo sobre lo intelectual como camino para alcanzar la contemplación: *“¿Quieres saber cómo se produce esto? Pregunta a la gracia, no a la doctrina; al deseo, no a la razón; al gemido de la oración, no al estudio de la letra; al esposo, no al maestro; a Dios, no al hombre; a la tiniebla, no a la claridad; no a la luz sino al fuego que todo lo*

inflama y transporta en Dio con unciones excesivas y afectos ardentísimos”(“Itinerario de la mente hacia Dios” c. VII,6)

- **Juan Ramón Jiménez:** *“Místico no quiere decir menos humano, sino más humano en el sentido superior de humanidad. El místico... es un hombre que tiene un sentido más delicado, más exquisito, más profundo del amor, el que hace del amor poesía humana y divina al mismo tiempo”.*
- **Rosa Montero:** Historia del rey transparente
 - *¿Sigues escribiendo tu libro de palabras?*
 - *Sí ¿por qué?*
 - *Porque quería regalarte una palabra. La mejor de todas.*
 - *¿Ah, sí? ¿Cual es?*
 - *Compasión. Que, como sabes, es la capacidad de meterse en el pellejo del prójimo y sentir con el otro lo que él siente.*
 - *Sí me gusta. Pero ¿por qué dices que es la mejor?*
 - *Porque es la única de las grandes palabras por la que no se hiere, no se tortura, no se apresia y no se mata... Antes al contrario, evita todo esto. Hay otras palabras muy bellas: amor, libertad, honor, justicia... Pero todas ellas, absolutamente todas, pueden ser manipuladas, pueden ser utilizadas como arma arrojadiza y causar víctimas. Por amor a su Dios encienden los cruzados las piras, y por aberrante amor matan los amantes celosos a sus amadas. Los nobles maltratan y abusan bárbaramente de sus siervos en nombre de su supuesto honor; la libertad de unos puede suponer prisión y muerte para otros y, en cuanto a la justicia, todos creen tenerla de su parte, incluso los tiranos más atroces. Sólo la compasión impide estos excesos; es una idea que no puede imponerse a sangre y fuego sobre los otros, porque te obliga a hacer justamente lo contrario, te obliga a acercarte a los demás, a sentirlo y a entenderlos. La compasión es el núcleo de lo mejor que somos.... Acuérdate de esta palabra, mi Leola. Y, cuando te acuerdes, piensa también un poco en mí. (Nyneve a Leola p. 444).*
- **Compte-Sponville:** La experiencia mística de un ateo (UD 2 espiritualidad y Religión)
- **Karl Rahner:** el cristiano del siglo XXI será místico o no será.
- **De Lubac,** Ateísmo místico. *“En su último estado de realización, el misticismo natural, convertido en naturalista, sería un misticismo puro”.*
- **Shopenhauer:** El papel del gran arte es conducir a la trascendencia.
- **Leibniz:** *“Entre los místicos se encuentran algunos pasajes de osadía extrema... que casi se inclinan hacia el ateísmo”.*
- **Kojève:** *“Toda mítica auténtica es más o menos atea”.*

- **Nietzsche:** *“Soy místico y no creo en nada”. “El fin propio de todo filósofo es la intuición mística”.*
- **Paolo Coelho, El Alquimista:** Prefacio, tres tipos de alquimista: La Virgen sólo sonrió y entregó su niño al fraile malabarista. Los fenómenos místicos extraordinarios no indican un grado mayor de espiritualidad.
- **Pedro Miguel Lamet:** *La mística no es desentenderse de este mundo, sino vislumbrar en la inmanencia lo que tiene de trascendencia y comprometerse por cambiarlo.*

Cuando sientes que no comprendes a Dios es señal de que te estás acercando

Si la palabra de un místico resuena en nosotros es porque en nosotros hay un místico latente esperando a despertar.

Un místico judío decía que Dios tiene muchas caras, y un auténtico místico es quien le conoce más caras de modo que puede reconocer a Dios detrás de cualquiera de ellas.

- **José Enrique Galarreta.** *No se trata de dejarlo todo a ver si consigo encontrar el tesoro, sino de encontrar el tesoro y volverse loco de alegría, de manera que el valor de las demás cosas palidece e incluso desaparece. Ha sido muy frecuente que los directores espirituales y los libros de espiritualidad lo enfoquen al revés. Se pone el secreto de todo en la fuerza de voluntad, en el esfuerzo ascético. No es así. Lo que todo lo cambia no es mi voluntad ni mi esfuerzo: es la alegría de encontrar el Reino, que es regalo de Dios, no un logro de nuestra voluntad.*
- **Juan Masiá:** *“-Sabiduría y compasión, lucidez y misericordia, ¿cómo lograrlas?
-Callando, escuchando y haciendo camino al andar”.*

En el terreno de la espiritualidad hay webs y recursos muy provechosos.

Quiero hoy recomendar dos sitios:

El primero es muy sencillo, pero muy eficaz. Está destinado a aquellos que, en medio de su trabajo en la oficina, en el banco, en casa necesitan un rato de quietud. Son pequeñas meditaciones dirigidas, que pueden leerse o

bajarse en mp3. Es una idea de los jesuitas irlandeses que ya está traducida a varias lenguas. La encuentras en: Espacio sagrado.

El segundo es más exigente. Conduce a un tiempo de meditación profunda cristiana de silencio interior, no ajena al yoga y al Zen, en la inspiración de algunos benedictinos ilustres como Freeman o Main. Se llama: Comunidad mundial para la meditación cristiana. Freeman fundó un centro para la meditación y el diálogo religioso en la Universidad George Town de Washington: John Main Center.

En el sitio en inglés de The World Comunity for Christian Meditation hay conferencias, videos y audios de Freman y Main. He aquí un fragmento de este curioso e interesante sitio: ¿CÓMO MEDITAR?

Busca un lugar silencioso. Escucha unos minutos de música suave para relajarte, si gustas. Siéntate con tu espalda derecha, permanece quieto. Cierre tus ojos suavemente y empieza a recitar tu palabra, oración, o mantra, silenciosamente, interiormente y amorosamente durante todo el tiempo de tu meditación: Repite la palabra “Ma-ra-na-tha.” Dílo con 4 sílabas con igual énfasis y con fervor.

No pienses en el significado de la palabra. Presta total atención a su sonido durante todo el tiempo de tu meditación, desde el principio al final. Si surge una distracción, simplemente regresa a tu mantra. Medita por 30 minutos cada mañana y cada noche, cada día de tu vida. Solo repite la palabra.

6.3 Lecturas recomendadas

- Mística: en Nuevo Diccionario de Teología y Diccionario de las tres religiones.
Diccionario de espiritualidad (ed. San pablo; ed. Herder 3 tomos).
Diccionario de mística
- La mística del siglo XXI impulsará la solidaridad (Tendencias XXI, Tendencias de las religiones 05.06.12)

- Javier Melloni, Voces de la mística, Invitación a la contemplación (Herder).
- María Toscano y Germán Ancochea, Dionisio Areopagita. La tiniebla es luz (Herder 2009).
- González Faus: Unicidad de Dios, pluralidad de místicas (Cristianisme i justícia n. 180)
- Varios: Mística y compromiso con la justicia (Cristianisme i Justícia)
- XXIV Congreso de Teología. Espiritualidad para un mundo nuevo (2004): Movimientos de espiritualidad en Asia y en África. Experiencias: budista, Bahá'í y Movimiento Apostólico Seglar. María Lourdes Solé: *¿Tiene sentido la mística hoy?*
- “La Biblia, libro de contemplación” primer Congreso Internacional de Biblia y Mística, Ávila 2009
- Willigis Jäger, La ola es el mar. Espiritualidad mística. El autor, monje benedictino y maestro Zen, responde a preguntas sobre la necesidad de reinterpretar los conceptos teológicos y cómo encontrar el propio camino espiritual.
- Rudolf Otto, Lo santo. Especialmente capítulo 6 Himnos numinosos; c. 10 Medios de expresión de lo numinoso: directos e indirectos (el arte); c.13 Lo numinoso en Lutero; además p. 32-34, 40-42, 55-63
- Teilhard de Chardin, El Medio Divino
- Zohar, Inteligencia espiritual, c. 9-11 Usar la inteligencia espiritual
- Eckhart Tolle, El poder del ahora, Una guía para la iluminación temporal (1997 Bestseller del New York Times, nº 1). La superación del ego y del dualismo en un autor de cultura occidental. El ser, que es eterno, está dentro de nosotros; tomar conciencia de él es vivir el ahora eterno.
- Centre d'estudi des les tradicions religioses (CETR): La espiritualidad como cualidad humana y su cultivo en una sociedad laica (consultable por internet).
- Propuestas espiritualidad FSM Nairobi (Biblioteca virtual Universidad). Bibliografía con enlaces a servicios koinonía.

- *Margot Bremer* Vida y espiritualidad Guaraní. Sostenibilidad de la vida y espiritualidad Guaraní. Foro Mundial de Teología de la Liberación. Belén 2009. (Biblioteca virtual Universidad).
- Ecoespiritualidad holística (Biblioteca virtual Universidad Tierra y Humanidad).
- Martínez Lozano: Cómo enseñar a los niños a meditar (Biblioteca virtual de la Universidad).
- Programa Aulas felices: Cómo enseñar a los niños a meditar. Descarga gratuita del texto de los Anexos <http://catedu.es/psicologiapositiva/>
- Gonzalo Haya, Lo que creo que creo (Biblioteca virtual Universidad) especialmente: c.5 La praxis y la mística nos unen, c.6 Obras son amores, c.13 La letra mata, c.16 derechos humanos, palabra de Dios, c.29 Llamadas perdidas, c.30 ¿Derrota por goleada?, c.34 Renunciar a nuestros privilegios, c.36 Meditación teológico-metafísica.
- Esteban Velázquez, sj. curso sobre "Mística y Liberación" Manresa 2011.
- Lan Cátedra Pedro Poveda de la Universidad Pontificia de Salamanca, organiza un Congreso Internacional de espiritualidad laical: *Hombres y mujeres de Espíritu en el Siglo XXI*, Salamanca 2011.
- Joaquín García Roca: Espiritualidad para voluntarios (ed. PPC, Madrid 2011)
- Antonio Gil de Zúñiga: Ética y fenomenología religiosa en la poética de Blas de Otero (ADG-N Libros, Valencia 2011)
- Geraldina Céspedes O.P. Esperitualidad feminista (Biblioteca Universidad. 2012).

Cuestiones para la reflexión

U D 7 CAMINOS DE ESPIRITUALIDAD

3771 Consideramos que la ética y la religión

- a Son un grado intermedio de espiritualidad
- b Son el grado máximo de espiritualidad
- c Son algo distinto de la espiritualidad

3772 Para la discreción de espíritus

- a No hay criterios válidos
- b El único criterio válido es la doctrina de la Iglesia
- c Tenemos tres tipos de criterios

3773 Los criterios que nos da el Nuevo Testamento

- a Se entienden y aplican con la inteligencia racional
- b Se entienden y aplican con la inteligencia emocional
- c Se entienden y aplican con la inteligencia espiritual

3774 De Jesús se puede decir que

- a No es un místico porque él mismo es Dios
- b No es un místico porque no tuvo experiencias místicas
- c Es un místico porque tuvo experiencias místicas

3775 La espiritualidad

- a Tiene muchos caminos
- b Tiene un único camino verdadero
- c No admite caminos

3776 La mística

- a Es exclusiva de las religiones orientales
- b Es una experiencia espiritual de oriente y occidente
- c es una patología psicológica

3777 La mística

- a Es un concepto claro y bien definido
- b Es un concepto subjetivo y no científico
- c Es un concepto aceptado por la psicología y las ciencias de la religión