



Bienvenido,

amigo, que, por cualquier razón, vienes a esta tierra. Aquí encontrarás algunos de los lugares que marcaron la aventura vital de Teresa de Jesús y Juan de la Cruz: donde nacieron y donde transcurrió su infancia, donde pusieron en marcha la Reforma del Carmelo, y donde descansan los restos de Teresa, cuando terminó su paso por este mundo. Podrás recorrer caminos que ellos transitaron, a la luz y los horizontes que acompañaron también sus pasos. Algo de la sobriedad de estos paisajes y de la amplitud se refleja en sus escritos y en sus vidas.

El itinerario que emprendes, puede acercarte a la vida y al mensaje de Teresa de Jesús, y de Juan de la Cruz, y de Maravillas de Jesús, otra santa carmelita, del siglo XX, que también estuvo aquí. Y puede ayudarte a recorrer otro camino: puede ser ocasión para entrar en tu interior, y llevarte al encuentro contigo mismo, desde la soledad de los senderos, o desde los acontecimientos de cada jornada y las gentes con que te cruzarás. Puede moverte a despojarte de lo que no es esencial, o estorba, y ofrecer otras perspectivas... Puede llevarte al encuentro con Dios, que sale al paso de caminantes y entabla un diálogo de vida.

Estas páginas quieren ser una ayuda para ese camino, el del espíritu, que no se mide en kilómetros, ni termina en unos días. Y animarte a vivirlo con actitud de escucha, de acogida abierta a las sorpresas y el mensaje que trae cada día.

Hallarás aquí algunas reflexiones, en forma de cartas y algunas oraciones y textos ... Puedes encontrar otros, muy interesantes, en los Evangelios (te sugiero, especialmente, leer y meditar Lc 24, 13-35), en el *Camino de Perfección* de santa Teresa (que orienta el camino de la oración), en las poesías de san Juan de la Cruz (la *Fonte*, el *Cántico Espiritual*, la *Noche Oscura*, la *Llama de Amor Viva*)...

¡Buen camino!

"No pongo en estas fundaciones los grandes trabajos de los caminos."



“Confíen en Dios, que no deja a los que con recto y sencillo corazón le buscan, ni les dejará de dar lo necesario para el camino, hasta llevarlos a la clara y pura luz de amor”

San Juan de la Cruz, *Noche Oscura*, 1, 10, 3

“Aunque el camino es llano y suave para los hombres de buena voluntad: el que camina caminará poco y con trabajo si no tiene buenos pies y ánimo y porfía animosa en eso mismo”

S. Juan de la Cruz, *Dichos de luz y amor*, 3





Buscando mis amores,
iré por esos montes y riberas;
ni cogeré las flores,
ni temeré las fieras,
y pasaré los fuertes y fronteras.

¡Oh bosques y espesuras
plantados por la mano del Amado!
¡Oh prado de verduras,
de flores esmaltado!
Decid si por vosotros ha pasado.

Mil gracias derramando
pasó por estos sotos con presura,
y yéndolos mirando,
con sola su figura
vestidos los dejó de su hermosura.

San Juan de la Cruz,
Cántico Espiritual

con Frío, con fobes, con niebes,





Orar, tratar de amistad

“Es mi intención engolosinar las almas de un bien tan alto”

Querida Sara,

Me ha hecho gracia tu carta llena de preguntas sobre la oración, tan llena de dudas, pero también de inquietudes y deseos. Mejor que responderte yo, quisiera que encontraras tú las respuestas junto a Teresa de Jesús. Ella no viene a ofrecer un manual o unas pautas para preparar un rato de oración. Su voz llega hoy para invitarte a emprender el camino de seguimiento de Jesús con toda la radicalidad posible y vivirlo en una relación de amistad personal con Él. Cuando ella decide *“escribir algunas cosas de oración en que parece podré atinar”*, lo hace consciente de que sobran medios y métodos para *“hacer oración”*, pero faltan guías para llegar a *“ser orantes”*. Ella nos acompaña hoy con su sabiduría llena de Dios y de humanidad en esta aventura.

Olvídate de fenómenos extraños, de buscar recetas o de poner la oración en la estantería de técnicas *“para estar bien”*. Con Teresa de Jesús, hablar de oración es hablar de amistad personal, de una relación que nos llena el corazón y nos cambia la vida, que se hace de camino compartido, de encuentros y diálogos... de oración. Por eso, para ella orar *“no es otra cosa sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama”*. ¿Te animas?



“Mirad que convida el Señor a todos”

Sí, ésta es una llamada para toda persona porque el Señor no hace distinciones y a todos ofrece de su agua viva. A todos busca, a todos ama y, aunque por caminos muy diversos, a todos hace la misma propuesta: vivir en su compañía, compartir con Él caminos, proyectos, sueños. ¿Quién no quisiera tener como Amigo y Compañero al mismo Dios? Orar será cultivar esos espacios para dialogar juntos, intimidad compartida.

Para comenzar, *“conviene mucho no apocar los deseos”* y aspirar a la plenitud, tal y como Dios la sueña para nosotros. No te conformes con cualquier cosa, pero recuerda que éste no es un tesoro barato. Por el contrario, necesitarás *“una grande y determinada determinación”* para afrontar los obstáculos que no faltarán en esta empresa. Vas a encontrar, naturalmente, dificultades distintas en los momentos de oración: quizá te cueste centrarte o te distraigas con facilidad, a veces te resultará monótono, otras puede que te cueste sin saber bien por qué. Recuerda que, a pesar de ello, las grandes dificultades vienen justamente en la vida cotidiana para vivir según el Evangelio porque ¿acaso podemos ser amigos de Jesús vieniendo de cualquier manera?

Orar se convierte en responder con todas las consecuencias a este Dios que se te regala sin condiciones, que obra sin cesar maravillas de amor. Abre las manos para recibir y los ojos para reconocer su amor, déjale obrar en ti y contigo. Así irás naciendo como orante, en el agradecido recibir *“porque si no conocemos que recibimos, no despertamos a amar”*. Llegarás tan lejos como le permitas actuar porque Dios *“es muy amigo de que no pongan tasa a sus obras”*.

- ¿ La oración ¿por qué me interesa? ¿qué entiendo por oración? ¿qué busco en la oración?
- ¿He descubierto a Dios Amor en mi vida?
- Agradecer y recibir ¿qué lugar tienen en mi relación con Dios?

que bien a vez no cesamos en todo el día de nebar,



“Considerar nuestra alma como un castillo todo de un diamante o muy claro cristal”

Para adentrarse en la oración al estilo teresiano, hay una clave que siempre te acompañará: considerar quién es este Amigo divino y quién eres tú. Poco a poco, irás conociendo mejor el rostro de Dios y, ¡sorpresa!, también te descubrirás de un modo nuevo. Es lo propio de toda relación de verdadera amistad: se crece en este recíproco conocerse a través del trato, del diálogo, del amor mutuo. Parece una obviedad, pero aquí precisamente comienza a cambiar todo porque, con frecuencia, tenemos imágenes distorsionadas de Dios e, incluso, de nosotros mismos.

Lo primero que Teresa te propone es tomar conciencia de la belleza de tu ser, con multiplicidad de dimensiones que se iluminan desde un interior donde bulle la vida, la tuya y la de Dios. No, *“no estamos huecos”*, sino habitados por el Dios de la Vida que nos llama a vivir en comunión y diálogo de amor. De poco servirá hacer silencio exterior e interiormente si no te asomas a ese abismo que se abre en tu propio corazón y comienzas a vivir desde dentro.

Y si *“va mucho de estar a estar”* en este nuestro castillo, que no se puede orar viviendo de cualquier modo, no es menos cierto que este silencioso diálogo no se da con cualquiera ni se puede hacer de cualquier modo. Es necesario considerar quién es el Amigo que nos llama, descubrir su grandeza y aprender a *“amar una bondad tan buena y una misericordia tan si tasa”* que no duda en comunicarse personalmente con nosotros. Párate para tomar conciencia de su presencia, de quién es Él para ti, adéntrate en los Evangelios para conocerle mejor, para escucharle... y háblale. Lo que te brote desde dentro o un Padrenuestro, pero dilo con el corazón y, sobre todo, saborea con quién estás.



“Entablar el juego”

Quizá te preocupe encontrar tiempos para orar o cómo hacerlo. Que eso no te haga olvidar que se trata de llegar a ser orantes. Para conseguirlo, Teresa no tiene duda: todo el edificio se construye sobre tres pilares fundamentales que serán, al mismo tiempo, condición y meta del camino. No te sorprendas porque a la lumbre del Espíritu ¡qué distintas se ven las cosas! ¡Y qué diferente todo cuando se vive en amistad con el Señor!

Por eso, como si de una partida de ajedrez se tratara, Teresa te invita a preparar con esmero el corazón. ¿Cómo? Todo te lo juegas en el amor, la libertad y la verdad, así, juntamente. Aprender a amar a Dios y a los demás con un *“amor que se va pareciendo al que nos tuvo Cristo”* será fruto visible de este trato amistoso con el Amigo y Maestro en la oración. Al mismo tiempo, hay que ir soltando amarras, que no son pocas las cosas que nos atan por dentro y, cuando parece que no hay más, siempre quedan nuestra imagen y este ego sibilino lastrando el vuelo del corazón.

Todo esto nos habla ya del compromiso por vivir en la verdad, verdad para reconocernos en lo que somos, con todo lo grande y lo mezquino que llevamos dentro, verdad para mirarnos y mirarlo todo desde la luz de Dios, verdad para mostrarnos tal cual somos y vivir como creemos. Así de sencillo y así de comprometido porque, hay que admitirlo, resulta costoso acoger la propia verdad, la más humana, hecha de conocimiento personal, y la más divina como hijos e hijas de Dios, hermanos y hermanas en Cristo.

Poco a poco, con una parte de nuestro esfuerzo y un mucho de la obra de Dios, se va ensanchando el alma, creciendo el amor, la libertad y toda clase de valores como señal de identidad de quienes verdaderamente siguen al Señor. No, no

otras perder el camino otras con bastos males y calenturas





se trata de llegar a “ser mejores” (¿mejores que quién?), sino de llegar a ser lo que somos ante Dios, a vivir según su sueño y su querer.

- Busca algunos momentos de silencio y soledad, procura acallarte por dentro
- Y en presencia del Señor, pregúntate qué significa amar y cómo es el amor de Jesús
- ¿Hay en ti deseos de mayor verdad?

¿Cómo sigue la partida de este peculiar ajedrez? Sencillamente, como Dios quiere, llevándonos –si estamos dispuestos- por sendas insospechadas. Lo más importante no está en por dónde nos conduce, sino en colaborar para que su delicada obra vaya creciendo desde nuestro interior. Sorprendentemente, es aquí donde se realiza el cambio radical: en el propio corazón. Al comienzo te parecerá que tienes que esforzarte y empeñarte en muchas cosas. Con el tiempo, descubrirás que te sostiene Jesús mismo y, a medida que crezcas en esta amistad, verás que Él va tomando la iniciativa. Déjale obrar en ti y pon tu empeño en responderle, confía en su amor y verás que su obra resulta mucho más hermosa de lo que tú pudieras soñar. Tan bella y tan sorprendente, que Teresa la compara al gusano de seda que, convertido en mariposa, vuela en libertad sin haber nunca imaginado que ése era su destino.

No nos engañemos: gozar de esta amistad con Dios no depende de técnicas ni se mide con nuestros esquemas de “perfección”. Avanzar en esta intimidad se consigue dejando en las manos del Señor expectativas y temores, caminando a su lado sin volver atrás, dando nuestro sí sin reservas ni condiciones. “*Es muy buen amigo Cristo*”, siempre deseando colmarnos de su amor, pero “*no se da a Sí del todo hasta que ve nos damos del todo a Él*”. Este amor no se compra ni se vende, se regala a quien de veras lo desea y se la juega por Cristo. En la amistad, hay que ir a por todas.





“No está la cosa en hablar mucho, sino en amar mucho”

Si quieres orar al estilo de Teresa de Jesús, no te compliques la vida y vamos empezando:

Busca un lugar y tiempo que te ayuden al silencio, sin distraerte, para poder entrar *“en este pequeño cielo de nuestra alma”*

En esos momentos de soledad, es cuando puedes *“mirarle dentro de ti”*, poner tu atención en la presencia de Dios que te habita, que desea tu compañía y comunicarse contigo

Otros medios –meditar un fragmento del Evangelio, contemplar una imagen o un sencillo Padrenuestro, por ejemplo– cambian de color desde esta atención interior. ¿Cuál escoger? El que más te ayude y más te despierte el amor.

¿Y cómo seguir? Teresa, con toda la libertad del mundo, sólo te recuerda algo bien sencillo: ores como ores, *“no os pido que penséis en él, ni saquéis muchos conceptos, ni que hagáis grandes y delicadas consideraciones en vuestro entendimiento; no quiero más de que le miréis”*.

Como ves, esto de orar no es cuestión de cabeza, sino de corazón, no consiste en razonamientos, sino en amor. De eso se trata, de amar, pero ¡que se vea! Y ya sabes dónde se ve este amor a Dios: en la relación con los demás. La amistad con Jesús no es para disfrutarla uno solo, sino para compartirla; no es para encerrarla en la capilla, sino para que se transforme en obras. Si te animas, recuerda que encontrarás junto al Amigo y Maestro, muchos otros amigos y amigas. Ya ves, hablando de soledad, terminamos en comunidad. Así es este buen Jesús...

a lo que ahora me acuerdo,





Jesucristo en la vivencia y en el pensamiento de santa Teresa

El primer encuentro con Jesucristo

Al principio la religión se concentraba, para Teresa, en la figura de Dios, sin especificar mucho (Vida 2,7). El hallazgo de Jesús, como Dios que ha salido a nuestro encuentro, coincide con su pubertad (Vida 3,6) y supone para ella el comienzo de una religiosidad adulta. Empieza a entender toda su existencia como relación – oración, lo llama ella- (Vida 4,7).

Preguntándose por el sentido de su vida, y contemplando la de Jesús, cree que la mejor respuesta a su amor es consagrarse enteramente a Él. Y así su primera decisión sería es por Cristo, haciéndose carmelita.

El Carmelo es una Orden contemplativa, y Teresa comienza a vivir su religiosidad como encuentro con Jesús: *“Procuraba –dice- lo más que podía traer a Jesucristo, nuestro Bien y Señor dentro de mi presente, y ésta era mi manera de oración: si pensaba en algún paso (pasaje de los evangelios) lo representaba en lo interior”* (Vida 4,7).

Meditar para Teresa es pensar en Jesús, amarle y traerle consigo como si le tuviera dentro de sí o enfrente. Poco a poco se comienza a establecer tal relación entre ambos que Teresa la entiende como una amistad muy profunda (Vida 8,5). La comunicación ya no sólo se da en la oración, se extiende a la vida entera. Orar para ella es algo muy precioso: *“Tratar de amistad estando muchas veces tratando a solas”* (Vida 8,5). Allí se da cuenta de que necesita al amigo, y Él también a ella. Desde esta forma tan sencilla los tesoros de la fe se hacen presentes en su alma.



Vicisitudes en el encuentro con Cristo

Y así pasó algún tiempo, hasta que por sentirse imperfecta comenzó a dejar esta particular amistad, creyendo equivocadamente que era más humildad (Vida 7,1). Le parecía que no era digna de ese encuentro tan bello. La relación se enfrió un tanto y Teresa cayó en algunas imperfecciones. Intentó reconstruir la amistad, pero al no lograr despojarse de esos obstáculos, los encuentros con el amigo resultaban un tormento. Se sentía como mujer infiel al esposo, aunque sus “ingratinitudes” eran bien pequeñas. Intentaba ser fiel, hacía esfuerzos titánicos, hasta que un día se dio cuenta de que en este proceso de rehabilitación confiaba demasiado en ella misma y no se ponía del todo en las manos de su Señor (Vida 8,11-12).

Y un día, ante una talla de un Cristo, traspasado de llagas por los azotes de la pasión (Vida 9), deposita por entero su confianza en él, y siente que el Señor la rehabilita por dentro. La lectura de las *Confesiones* de san Agustín la habían ido preparando. Y comienza desde entonces a ser toda suya. Cada vez que se pone a hacer oración, representándose a Cristo, se siente llena de Dios. Esta percepción será el primer efecto de la salida de Jesús hacia ella (Vida 10,1). Al reflexionar sobre esto le parece que hasta este momento era ella la que buscaba a Cristo, ahora es Él quien busca a Teresa (Vida 23,1ss).

Cristo la conduce a la conversión plena

Esta conversión –así la llaman algunos- le abre a un proceso nuevo de fidelidad. Mientras tanto siente la protección del amigo Cristo, y cómo suavemente la va introduciendo en su persona (Vida 24,1ss). Teresa ve que la presencia de Dios la envuelve como una nube de la que no puede salir. Hasta que un día rezando el “*Veni, Creador*”, percibe que una fuerza interior la arrebató por dentro y remueve los quicios de su yo. Escucha estas palabras: “*Ya no quiero que tengas con-*

minca de Jesús fundación por miedo del trabajo,



versación con hombres, sino con ángeles” (Vida 24,5). Es el Amado, que la quiere para sí. Entra en las profundidades de la mística (6Moradas).

Teresa y Cristo Resucitado

Los fenómenos que percibe Teresa transfiguran su ser. Le hacen percibir el sentido de Cristo. Se da cuenta de que Él es el centro y el origen de la vida humana. Sin Él nada tiene sentido ni belleza, sin Él todo palidece. En estos encuentros entiende el misterio de la fe cristiana y descubre la verdad. Las visiones muchas veces se juntan con las palabras, es que el que le habla es ese Cristo al que ahora también ve. Teresa se siente cambiada, se está transformando en otra. Desde esta vertiente, aquellos encuentros primeros, que llamaba oración, ahora cobraban su verdadero sentido. Pero además las visiones y las locuciones crecen en intensidad. Se siente desbordada (Vida 38,17-18).

Llegará a percibir que Cristo resucitado está como esculpido en su propio ser. La amistad con Él la envuelve de tal manera que no solo lo siente como relación -un Tú que la ama entrañablemente- sino también como quien por dentro la llena de vida, la inhabita, la sustenta, es alguien que invade todo su ser. Es lo que los místicos llaman transformación en Cristo, profundísima amistad de dos que sienten lo mismo y se quieren con tal intensidad que cada uno vive más en el otro que en sí mismo. Pero esta relación no sólo es psicología, invade todo su ser. Escribe sobre ello: *“De presto se recogió mi alma, y parecióme ser como un espejo claro toda, sin haber espaldas, ni lados, ni alto, ni bajo, que no estuviese toda clara, y en el centro de ella se me representó Cristo nuestro Señor; como le suelo ver. Parecíame en todas las partes de mi alma le veía claro, como en un espejo, y también este espejo, (yo no sé decir cómo) se esculpía todo en el mismo Señor; por una comunicación, que yo no sabré decir, muy amorosa” (Vida 40,5).*



Cristo la conduce al misterio trinitario

Jesucristo que es el Hijo de Dios y su Enviado, Palabra del Padre, hecho hombre en María por el Espíritu Santo, el Mediador de nuestro encuentro con el Padre, conduce a Teresa al misterio Trinitario. Con la luz del Resucitado entenderá el misterio y sentirá que las Personas divinas habitan dentro del alma del ser humano que está en gracia (Cuentas de Conciencia 15; 36; 60). La experiencia trinitaria es muy intensa en la vida de Teresa. Tendrá experiencias de cada Persona, y percibirá también su unidad. Su alegría es desbordante porque Jesucristo, el Amado, el amigo del alma, la conduce a lo más profundo de la fe de la Iglesia (Cuentas de Conciencia 55,3).

La nueva vida

Todo esto repercute en la vida moral de Teresa, que se muestra llena de evangelio. Las Bienaventuranzas (Camino de Perfección, autógrafo de Valladolid, 2) y el Padrenuestro (Camino de Perfección, autógrafo de Valladolid 27-42) se reflejan con toda claridad en su persona. A ella le gustaba decir que las experiencias religiosas se conocen por sus efectos (7Moradas 3,1). Los de Teresa son las virtudes teologales, la confianza ilimitada en el Padre, la humildad y la fortaleza, entre otras muchas. Siente también cómo lo humano resucita en una personalidad nueva, libre, gozosa, llena de energía y de dulzura, de luz y de paz. En el libro de *Moradas*, principalmente puede comprobarse cuanto acabamos de decir. Ahora comprende de verdad qué significa ser cristiano.

Siempre Jesucristo

La realidad entera del Señor debe acompañar al cristiano en todo este proceso de ascenso. En defensa de la Humanidad de Cristo escribe dos capítulos memorables (Vida 22; 6Moradas 7), en los que con argumentos teológicos, bíblicos y desde

aunque de los caminos, en especial los gof,



el humanismo cristiano, demuestra que olvidar la humanidad del Señor va en detrimento de lo más hondo y bello de la revelación cristiana.

El tiempo posterior ha dado razón a la Santa, que con su vivencia personal y con sus enseñanzas acerca de Cristo ha regalado a la Iglesia una de las espiritualidades más netamente cristianas, donde el Cristo humano-divino lo llena todo. Su mística no es algo añadido al cristianismo, ni un balcón o una puerta que se le brinda; es su esencia, pues ella vincula su vivencia a la realidad de Cristo histórico- resucitado y vivido en la comunidad. Sus experiencias místicas tuvieron lugar en momentos cumbres de la liturgia (Cuentas de Conciencia 25). Ha contribuido de forma singular en la Iglesia a una comprensión plena de Jesús, que termina en mística, pero que se enraíza en los evangelios y en la comunidad que vive y celebra los misterios.

Preguntas para la reflexión y el diálogo

- Si de tu vida desapareciera la figura de Jesús de Nazaret, ¿cómo te afectaría?
- ¿Has tenido momentos de intimidad, experiencia de Jesucristo en lo hondo de tu ser?. ¿Qué han significado y significan para ti?
- Nuestra mirada “amiga” a Jesús, ¿qué imagen de Dios ha ido modelando en tu conciencia?
- Más allá de los momentos de oración, ¿vinculas a Jesús los quehaceres de la vida cotidiana?

Secundino Castro Sánchez



Bibliografía

- Las citas de Santa Teresa están tomadas de sus Obras completas de la Editorial de Espiritualidad
- S. Castro Sánchez. *Cristología Teresiana*, Madrid, Editorial de Espiritualidad.
- S. CASTRO, *Ser cristiano según Santa Teresa*, Madrid, Editorial de Espiritualidad.
- S. CASTRO, *El Cristo vivo de Santa Teresa*:
- <https://www.portalcarmelitano.org/articulos/santos-carmelitas/teresa-de-jesus/67-teresa-de-jesus-articulos/218-el-cristo-vivo-de-santa-teresa.html>
- <https://delaruecaalapluma.wordpress.com/2020/11/06/el-cristo-vivo-de-santa-teresa-curso-con-el-p-secundino-castro-iii-sesion/>

“Y así, querría yo persuadir a los espirituales cómo este camino de Dios no consiste en multiplicidad de consideraciones, ni modos, ni maneras, ni gustos, aunque esto, en su manera, sea necesario a los principiantes (...). Porque el aprovechar no se halla sino imitando a Cristo que es el camino y la verdad y la vida, y ninguno viene al Padre sino por él, según él mismo dice por San Juan (14,6 y 10,9). Y en otra parte dice: Yo soy la puerta; por mí, si alguno entrare, salvarse ha. De donde todo espíritu que quiere ir por dulzuras y facilidad y huye de imitar a Cristo, no le tendría por bueno”.

San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo*, II, 7,8

sentía gran contradicción.



María

Querido Carlos:

Entre las preguntas que me lanzas a partir del camino emprendido está la de María, la Virgen, que tú y yo sabemos que es presencia fundamental en la espiritualidad de Santa Teresa. Intuyes que también María es un manantial de vida y de frescura para tu alma, pero quieres conocer algo más de Ella.

Quiero decirte que nadie te puede comunicar quién es la Virgen María, si tú no estás dispuesto a dejar que ella misma te dé su mano y te adentre en la experiencia de su Hijo Jesús. En primer lugar Ella es una presencia viva, un susurro milagroso de salud, que renueva y da sentido a lo que tú pensabas perdido.

Por eso, te invito a que ahora mismo, antes de seguir leyendo, te pares, hagas un momento de silencio y la sientas viva, presente contigo, mirándote. Deja que su mirada pase por ti, por lo que ahora vives y te preocupa... deja que sea como un viento suave que refresca y alivia, que conforta y sostiene... Un momento de silencio... Ella está... di suavemente su nombre varias veces (...)

Quiero decirte que a mí siempre me ha traído paz y confianza, que siempre que la he invocado así, con fe, ha tenido efecto. Esta es la experiencia de Teresa. La certeza de que María acompaña nuestro peregrinar. Quiero partir de algunos aspectos de la historia y vida del Carmelo, la Orden en que Teresa vive, y que están cargados de enseñanzas para vivir con sentido este tiempo presente.

LA NUBECILLA: Para explicarte esta primera idea sobre María, coge la Biblia y lee del primer libro de los Reyes 18, 41-46. Se habla de una sequía que duraba ya años y la oración confiada del amigo de Dios, Elías, hace que vuelva la lluvia. El criado de Elías ve una nube pequeña que sube del mar.



En esa nube, que anuncia el final de un tiempo muy duro de muerte y desolación, podemos ver simbolizada a la Virgen María, que es pequeña, humilde y transparente, promesa de vida fecunda para nuestra tierra. Es insignificante, pero decisiva para que nuestra tierra vuelva a producir vida.

EL ESCAPULARIO DEL CARMEN: La Orden del Carmen está dedicada a María. La Virgen es para el Carmelo y para Teresa el modelo de su vida de oración contemplativa. Desde el siglo XIII los carmelitas extienden la devoción a esa Virgen del Carmen, reforzada con la promesa del Escapulario, según la cual, aquel que lleve el escapulario de la Virgen se salvará.

El Escapulario es una pieza de tela marrón que representa el hábito de la Virgen. Se trata de un recuerdo vivo, presencia de María en la vida de aquel que ha pedido amparo a la Madre y Hermana, y que también se compromete a dejarse vestir con las virtudes de María. Así lo recuerda Teresa en distintos momentos: *“Parezcámonos, hijas mías, en algo a la gran humildad de la Virgen sacratísima, cuyo hábito traemos”* (Camino de Perfección 13,3)

Llevar el escapulario es convertirse en discípulo de Jesús, con los sentimientos de María, tomarla por madre, hermana, maestra, compañera de camino en todo momento y mantener con ella una relación de entera confianza. Esta confianza siempre obra el milagro de la salvación que trae Jesús. *“bien sabe su Majestad que sólo puedo presumir de su misericordia y (...) llegarle a ella y confiar en los méritos de su Hijo y de la Virgen, madre suya, cuyo hábito traigo y traéis vosotras”* (3Moradas 1, 3)

LA VIRGEN DE LA CONTEMPLACIÓN. Todas las Vírgenes que se veneran son la misma, adornada con el cariño de sus hijos e hijas. En nuestro caso es la Virgen de la contemplación, la que sirve de modelo y protege los Carmelos de la

Maf, en comenjàndolo a andar, me parecía poco,



madre Teresa de Jesús, junto a San José. La escena de María más querida en el Carmelo, en la que han visto mejor reflejado el espíritu de la contemplación, es la Visitación. Está hermosamente representada en un icono de la Virgen embarazada, que representa a Jesús en un círculo en el mismo centro de la Virgen. María sigue siendo hoy nuestra referencia de vida escondida con Cristo en Dios. *“Todas las que traemos este hábito sagrado del Carmen somos llamadas a la oración y contemplación” (5Moradas 1,2)*

Decir María, desde Teresa, supone acentuar algunos aspectos que señala el mismo evangelio. De nuevo te invito a que tomes la Biblia y releas el evangelio de Lucas: 1, 26-56. Lee despacio, sin prisa, saboreando el sentido de lo que lees, entrando dentro del texto (...)

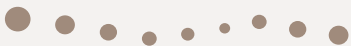
Hay varias palabras que son esenciales en la vida de un cristiano:

ALÉGRATE: nuestra vocación es a la alegría. Nos revestimos de esa alegría de María, la misma que Santa Teresa quería en sus Carmelos. Es nuestro primer mandamiento.

LLENA DE GRACIA: mujer amada de Dios. Nosotros somos para Dios seres llenos de gracia. Se goza en nosotros, nos quiere como no podemos imaginar, aunque pocos lo saben. *“fue tan grande su misericordia, que a nadie quitó procurarse venir a esta fuente de vida a beber. Bendito sea por siempre”*(Camino de Perfección 20, 2)

NO TENGAS MIEDO (El Espíritu Santo vendrá sobre ti): El Señor nos conoce. Se lo dijo a María, porque ella no se sentía fuerte. Nos lo dice a nosotros, siempre tentados por muchas clases de miedos.

“Tornando a los que quieren ir por él y no parar hasta el fin, que es llegar a beber de esta agua de vida, ... digo que importa mucho, y el todo, una grande y muy determinada determi-



nación de no parar hasta llegar a ella, venga lo que viniere, suceda lo que sucediere, trabájase lo que se trabajare, (...) siquiera se hunda el mundo; como muchas veces acaece con decirnos: “hay peligros” (Camino de Perfección 21,2)

PARA DIOS NADA HAY IMPOSIBLE: de hecho en la vida de María lo imposible se va a hacer posible. Como puede suceder en la tuya, si te fías, si tienes fe como ella.

Esas cuatro palabras bien conjugadas, son la mejor armadura de un hijo de María. Son las palabras que el ángel le dijo a ella de parte de Dios y que ella te regala a ti, para que recorras el camino cristiano con su estilo, con su elegancia. Pero el evangelio también nos regala algunas actitudes de María que son el espejo en el que nos queremos mirar nosotros cada día:

DISPONIBLE: ella dice la oración más simple y bella: *Aquí estoy. Aquí me tienes, pobre para ti.. “Vuestra soy, para vos nací. ¿Qué mandáis hacer de mí?”*

PEREGRINA DE LA FE: se pone en camino, para servir. Siempre en camino, sin saber lo que será, lo que sucederá. Se atreve, se lanza, se arriesga, confía... y verá lo que nadie vio jamás...

AGRADECIDA: proclama la grandeza de Dios, con sus propias palabras, sin miedo, sin pudor. Cuando es alabada por su prima, ella sabe que todo lo ha recibido de Dios y le canta una canción que sabe a verdadera, porque le nace del corazón.

“Resplandece el gran bien de vuestras misericordias. ¡Y con cuánta razón las puedo yo para siempre cantar!. Suplícoos yo, Dios mío, sea así y las cante yo sin fin, ya que habéis tenido por bien de hacerlas tan grandísimas conmigo, que asombran los que las ven, y a mí me saca de mí muchas veces para poderos mejor alabar a vos” (Vida 14, 10-11)

CONTEMPLATIVA: guarda todas estas cosas en el corazón, hasta que Dios las quiera esclarecer. Sus ojos saben mirar lo

biendo en fe bicio de quién se hacia,



que está dentro de las apariencias, no se deja engañar por el brillo hueco.

Carlos, aunque todo esto te parezca interesante, de todos modos no te quedes en las palabras, y ponte bajo Su mirada y con ella di

Aquí estoy, aquí me tienes;

Gracias, señor;

Enséñame a mirar con la mirada de María

Y, sobre todo, Carlos, **PONTE EN CAMINO...** Teresa te dice: **AHORA COMENZAMOS...** *Es tiempo de caminar...* Canta y camina con María, como María, porque Dios ha estado grande contigo y seguirá cuidándote en todos tus caminos. Pase lo que pase, te pasará, como a María, en la palma de la mano de tu Señor, tu Dios. ¡**Feliz aventura!**

- ¿De qué forma te relacionas con María, la Madre de Dios? ¿La reconoces y percibes como Madre?
- ¿Descubres en María un modelo de vida a seguir? ¿Qué actitudes reconoces en ella que pueden ayudarte a ti?
- ¿Sabías que el escapulario del Carmen es un signo de entrega a la Virgen y la aceptación de un compromiso de vida?
- Contempla la mirada de María, descubre en ella la ternura, la comprensión de una madre ¿eres capaz de recordar en este momento a tantos hijos suyos que están sufriendo injustamente? ¿Qué situaciones harías presente ante ella?
- La misión de María es conducirnos a su Hijo, ¿para ti, ella es camino de encuentro con Cristo? ¿Qué te ayuda? ¿Qué te impide ese encuentro?



“Descalzos”. El camino, el proceso...

Querido amigo/a y hermano/a,

A ti que deseas iniciar tu peregrinación, quiero decirte una palabra que pueda aportarte un poco de luz sobre algunas de las dudas e inquietudes que te surjan acerca del camino y todo lo relacionado con él. Lo haré gustosamente, pero deseo que sepas que yo, al igual que tú sigo siendo peregrina, pues *“no he llegado todavía a la meta, sino que continúo mi carrera por si consigo alcanzarla, habiendo sido yo misma alcanzada por Cristo Jesús”* (Filipenses 3, 12).

No te conozco personalmente, pero sospecho que debe haber una razón poderosa que te invita a salir. “Salir”. Esa es la clave. Salir, no lo pierdas de vista, implica dejar tus seguridades, lo ya sabido, el terreno firme, para lanzarte a una aventura que no tiene fin, porque el camino es largo: Yavéh dijo a Abraham *“Sal de tu tierra y de la casa de tu padre a la tierra que yo te mostraré”* (Génesis 12,1 y ss).

- ¿Qué preguntas me hago al ponerme en marcha? ¿Qué interrogantes tengo? ¿Qué busco?
- ¿Cuáles son mis problemas en este momento de la vida? ¿Qué me inquieta, me preocupa o me hace darle vueltas a la cabeza?
- ¿Cuáles son tus seguridades? ¿Estás dispuesto a abandonarlas para descubrir lo nuevo?

Si salir no es fácil, tampoco lo es continuar el camino una vez comenzado; aceptar entrar en esa permanente dinámica de desinstalación que nos pone de manifiesto que el camino es un riesgo y que en él se sufren a veces el cansancio y el desánimo, pero sorprendentemente, incluso en medio de los peores momentos experimentarás un *“no se qué”* que te impulsa a seguir adelante. Elías el profeta, ya nos dio muestras de las dificultades del camino y de la fuerza misteriosa que le sostenía:

y considerando que en aquella casa



“Luego caminó un día entero por el desierto, y al final se sentó bajo una retama. Entonces se deseó la muerte y exclamó: “¡Basta ya, Señor! ¡Quítame la vida, porque yo no valgo más que mis padres!”

Se acostó y se quedó dormido bajo una retama. Pero un ángel lo tocó y le dijo:

¡Levántate, come!” Él miró y vio que había a su cabecera una torta cocida sobre piedras calientes y un jarro de agua. Comió, bebió y se acostó de nuevo.

Pero el Ángel del Señor volvió otra vez, lo tocó y le dijo: “¡Levántate, come, porque todavía te queda mucho por caminar!” (1 Reyes 19,4-8)

Te he hablado de la importancia de salir y de estar siempre saliendo, y estoy absolutamente convencida de que las razones que te mueven a iniciar tu viaje son muy importantes aunque tal vez no sepas ponerle nombre a este impulso primero:

Puede haber una insatisfacción, un vacío, que te empuje a la búsqueda de algo nuevo que responda a tus anhelos más profundos de libertad y plenitud. En el origen de tu búsqueda puede estar un elemento decisivo, en ocasiones doloroso como un fracaso, un desconcierto, un sinsentido. Pero puede ser también la experiencia intensa aunque fugaz de una alegría sin nombre, de un Amor que te sacude y te urge ir hacia Él. Un “rostro” dibujado en lo profundo de tus entrañas, una impulsión misteriosa y singular del Espíritu que nos reclama en totalidad: “*Vivo en el Señor que me quiso para sí*” (Poesías 1, 2).

En todo caso siempre hay un “despertar” un “caer en la cuenta”¹. Fíjate qué precioso el testimonio de Teresa: “*Con*

¹ S. Juan de la Cruz: Comienzo del Cántico Espiritual. “*Cayendo el alma en la cuenta...*”



la fuerza que hacían en mi corazón las palabras de Dios así leídas como oídas y la buena compañía, vine a ir entendiendo la verdad de cuando niña...” (Vida 3,5)

Aquellos primeros peregrinos bíblicos y con ellos muchos otros que nos han precedido llamaron a estos deseos profundos “Sed de Dios”: *“Como busca la cierva corrientes de agua así mi alma te busca a ti, Dios mío. Tiene sed de Dios, del Dios vivo”* (Salmo 41)

- En la vida hay continuamente que avanzar ¿Tienes la sensación de estar madurando, creciendo, como persona y como creyente?
- ¿En qué aspectos de tu vida crees que debes avanzar porque te has quedado estancado/a?
- ¿Cuáles son tus principales dificultades?
- ¿Cómo reaccionas ante las dificultades?: buscas culpables, niegas la realidad, te bloqueas, buscas soluciones, te superas...?

Ya hemos puesto algunos nombres, querido amigo, a esa fuerza interior que te empuja a salir. Y me preguntarás, pues bien, ¿qué necesito para ponerme en camino?

¿Qué debo llevar conmigo?

El verdadero peregrino debe ir ligero de equipaje. Tú mismo comprobarás que cuantas más cosas cargues en tu mochila, mayor será la dificultad para avanzar hacia tu destino. *“No llevéis bolsa, ni alforja, ni sandalias”* (Lc 10,4), para poquito a poquito *“tenerlo todo debajo de los pies y estar desasidos de las cosas que se acaban y asidos a las eternas”* (Camino de Perfección 3, 4).

A medida que vayas dando más y más pasos irás siendo despojado de lo accesorio, e incluso de aquello que al principio te parecía esencial. Este es un camino, lo irás viendo, de desnudez, de pobreza, de vacío. Esta experiencia de despoja-

se había de alabar el Señor y haber santísimo sacramento.



miento es dura, pero te conducirá hacia una libertad que ahora no puedes ni imaginar. “que no dejara el Señor de hacernos esta merced y otras que no sabemos desear” (4Moradas 2,10).

¿De qué te va a ir despojando el camino? Pues entre otras cosas de las falsas seguridades, de la autosuficiencia y orgullo, de una imagen también falsa de ti mismo/a, que te oculta tu verdadero ser, tu yo más auténtico, y te oculta también ese “rostro que tienes en tus entrañas dibujado”. Desnudo y descalzo caminarás sin saber dónde: “*Por la fe, Abraham...salió sin saber adónde iba*” (Hebreos 11,8).

Desnudo y descalzo, sin saber dónde ni cómo, habrás de dejarte conducir a oscuras con la confianza de un niño...

Y en medio de esta sencillez y pobreza algo esencial debes llevar en la mochila sin lo cual te será imposible caminar: la fe, o con otras palabras la confianza del corazón será tu guía: “*La confianza y nada más que la confianza es la que debe conducirnos...*” nos diría una hija de Teresa (S. Teresa de Lisieux). Además de la fe deberás llevar el Amor: “*porque la fe son los pies con que el alma va a Dios, y el amor la guía que los encamina*”². Y junto la fe y el amor no olvides llevar la esperanza. No se trata de expectativas pequeñas, limitadas, cerradas sino que la esperanza es algo mucho más amplio, más grande. “Porque esperanza de cielo tanto alcanza cuanto espera” (Poesías - S. Juan de la Cruz); “*Confianza y fe viva mantenga el alma, que quien cree y espera, todo lo alcanza*” (versión popular en la línea del espíritu S. Teresa).

Veras, como Teresa, que el mismo Cristo es “*el Camino*”³. En este viaje interior del alma hay que poner la mirada en quien va delante, Jesús, y es compañía. Y ama con un amor gratuito que Teresa no puede menor que cantar “*sin tener que*

² San Juan de la Cruz: Cántico 1,11

³ S. Teresa: Moradas 6,7,6



amar, amáis; engrandecéis nuestra nada” (Poesías 6,3) en un hermoso trueque de amores de dar nuestro amor por el suyo⁴. Y al vivir ese amor, todo lo demás se ordena... “Amor saca amor” (Vida 22, 14). Unos últimos consejos: Ten una “*determinada determinación*” (Camino de Perfección 20,2) por nada te detengas. Mantente siempre humilde⁵. Y escucha, escucha siempre. Escucha en silencio, pues sólo en silencio podrás oír lo que late en el corazón de tu propio corazón. Escucha lo que late más allá, más abajo, más al fondo, “buscarte has en mí” (Santa Teresa).

¡Qué dichosa ventura nos espera, amigo mío, hermano peregrino! Aunque cada uno lleve su propio camino vamos juntos, y con nosotros, otros muchos otros peregrinos.

¡Al final del camino nos encontramos! ¡Buen viaje!

Tu hermana peregrina

Fundación, 18, 4-5

⁴ S. Teresa: Camino 16,10

⁵ S. Teresa de Jesús: “*este edificio, va fundado en humildad. Y mientras más cerca estés de la mete más adelante ha de ir esta virtud, y si no va todo perdido*”. (Vida 12,4) “*Porque importa mucho entendamos lo mucho que nos va ...la humildad que aunque la digo a la postre es la principal y las abraza a todas*” Camino 4,4



Cantar del alma que se huelga de conocer a Dios por la fe

¡Que bien sé yo la fonte que mana y corre:
aunque es de noche!

Aquella eterna fonte está escondida
que bien sé yo do tiene su manida,
aunque es de noche.

Su origen no lo sé, pues no le tiene
mas sé que todo origen della viene,
aunque es de noche.

Sé que no puede ser cosa tan bella
y que cielos y tierra beben della,
aunque es de noche.

Bien sé que suelo en ella no se halla
y que ninguno puede vadealla,
aunque es de noche.

Su claridad nunca es oscurecida
y sé que toda luz de ella es venida,
aunque es de noche.

Sé ser tan caudalosos sus corrientes,
que infiernos, cielos riegan y las gentes,
aunque es de noche.

El corriente que nace de esta fuente
bien sé que es tan capaz y omnipotente,
aunque es de noche.

El corriente que de estas dos procede
sé que ninguna de ellas le precede,
aunque es de noche.

Aquesta eterna fonte está escondida
en este vivo pan por darnos vida,
aunque es de noche.



Aquí se está llamando a las criaturas
y de esta agua se hartan, aunque a oscuras,
porque es de noche.

Aquesta viva fuente que deseo
en este pan de vida yo la veo,
aunque es de noche.

S. Juan de la Cruz

Salmo 15

Protégeme, Dios mío, que me refugio en ti;
yo digo al Señor: “Tú eres mi bien.”
Los dioses y señores de la tierra
no me satisfacen.

Multiplican las estatuas
de dioses extraños;
no derramaré sus libaciones con mis manos,
ni tomaré sus nombres en mis labios.

El Señor es el lote de mi heredad y mi copa;
mi suerte está en tu mano:
me ha tocado un lote hermoso,
me encanta mi heredad.

Bendeciré al Señor, que me aconseja,
hasta de noche me instruye internamente.
Tengo siempre presente al Señor,
con él a mi derecha no vacilaré.

Por eso se me alegra el corazón,
se gozan mis entrañas,
y mi carne descansa serena.
Porque no me entregarás a la muerte,
ni dejarás a tu fiel conocer la corrupción.

Me enseñarás el sendero de la vida,
me saciarás de gozo en tu presencia,
de alegría perpetua a tu derecha.



Salmo 83

¡Qué deseables son tus moradas,
Señor de los ejércitos!
Mi alma se consume y anhela
los atrios del Señor.
Mi corazón y mi carne
retozan por el Dios vivo.

Hasta el gorrión ha encontrado una casa;
la golondrina, un nido
donde colocar sus polluelos:
tus altares, Señor de los ejércitos,
Rey mío y Dios mío.

Dichosos los que viven en tu casa,
alabándote siempre.
Dichosos los que encuentran en ti su fuerza
al preparar su peregrinación:

Cuando atraviesan áridos valles,
los convierten en oasis,
como si la lluvia temprana
los cubriera de bendiciones;
caminan de baluarte en baluarte
hasta ver a Dios en Sión

Señor de los ejércitos, escucha mi súplica;
atiéndeme, Dios de Jacob.
Fíjate, oh Dios, en nuestro Escudo,
mira el rostro de tu Ungido.

Vale más un día en tus atrios que mil en mi casa,
y prefiero el umbral de la casa de Dios
a vivir con los malvados.



Porque el Señor es sol y escudo,
él da la gracia y la gloria;
el Señor no niega sus bienes
a los de conducta intachable.

¡Señor de los ejércitos,
dichoso el hombre que confía en ti!

Una huella en la arena

El pescador solitario era un hombre de Dios. Un día tuvo la audacia de pedir al Señor un signo de su presencia y de su compañía: *“Señor, hazme ver que Tú siempre estás conmigo. Dame el don de experimentar que me amas. Y el gozo de saber que caminas conmigo...”*

Cuando reemprendía el camino que le conducía nuevamente a su casa, observó con asombro que junto a las huellas de sus pies descalzos había otras cercanas y visibles. *“Mira-le dijo el Señor-, ahí tienes la prueba de que camino a tu lado. Esas pisadas tan cercanas a las tuyas son las huellas de mis pies. Tú no me has visto, pero yo caminaba a tu lado.”* La alegría que tuvo fue inmensa.

Pero no siempre fue así. Vinieron días de tormenta y de frío. Caminaba taciturno por la playa. Volvió sobre sus pasos y observó que, esta vez, en la arena, sólo había la huella de dos pies descalzos.

– *“Señor, has caminado conmigo cuando estaba alegre. Ahora que el desánimo y el cansancio hacen mella en mi vida... me has dejado solo. ¿Dónde estás ahora?”*

– *“Amigo...: cuando estabas bien, yo caminaba a tu lado. Pudiste ver mis huellas en la arena... Ahora que estás cansado y abatido he preferido llevarte en mis brazos. Las pisadas que ves en la arena son las mías, marcadas por el peso de tu propio cansancio...”*



Construyo una catedral

Un caminante llegaba a las puertas de una ciudad, y había allí unos canteros trabajando la piedra, con sus manos curtidadas por la dura labor. Pregunta al primero: ¿qué haces? Y éste, sin levantar apenas la mirada, dice: “pico piedra”. En la amargura de su voz se siente la fatiga, las heridas en las manos, la paga miserable... El caminante, unos metros más allá, interpela a otro cantero: ¿qué haces? Y éste lo mira y responde: gano el sustento para mí y mi familia. Su tono de voz es sereno, aunque en sus manos hay las mismas cicatrices y en sus hombros la misma fatiga, para una paga igualmente escasa. El peregrino aún habla con un tercer cantero -las manos también heridas, y el cansancio del día- y tú, ¿qué haces? Y éste, levantándose por un momento de su trabajo, sonrío diciendo: “construyo una catedral”.

Sólo semillas

Cuentan que un joven paseaba una vez por una ciudad desconocida, cuando, de pronto, se encontró con un comercio sobre cuya marquesina se leía un extraño rótulo: “La Felicidad”.

Al entrar descubrió que, tras los mostradores, quienes despachaban eran ángeles. Y, medio asustado, se acercó a uno de ellos y le preguntó. «Por favor, ¿qué venden aquí ustedes?»

“¿Aquí? -respondió el ángel-. Aquí vendemos absolutamente de todo”.

“¡Ah! - dijo asombrado el joven -. Sirvanme entonces el fin de todas las guerras del mundo; muchas toneladas de amor entre los hombres; un gran bidón de comprensión entre las familias; más tiempo de los padres para jugar con sus hijos...” Y así prosiguió hasta que el ángel, muy respetuoso, le cortó la palabra y le dijo:



“Perdone usted, señor. Creo que no me he explicado bien. Aquí no vendemos frutos, sino semillas.”

José Luis Martín Descalzo.

Ver a Dios

Yashoda es la madre de Krishna, la encarnación de Dios más popular, querida y venerada en la India. Ella lo cuidó mientras era niño, joven, adolescente, con todo el cariño de madre y la sumisión de la fe. Creció Krishna y le llegó el momento de dejar su casa, su pueblo y a su madre para predicar, ayudar, y redimir a su pueblo.

Al despedirse, su madre le pidió una gracia: “Que siempre que cierre yo los ojos, te vea”. Krishna le contestó: “Te concedo una gracia mejor: que siempre que abras los ojos, me veas”

Carlos G. Vallés

