

Cómo citar en APA: Echeverri-Rodríguez, S. (2024). Encarnarse, adentrarse, andar, salir: ser amigos fuertes de Dios. *Revista Seminario Mayor de Medellín*, 3(39), 126-132.

Fecha de recepción: 6.05.2024 / **Fecha de aceptación:** 3.09.2024

ENCARNARSE, ADENTRARSE, ANDAR, SALIR: SER AMIGOS FUERTES DE DIOS⁴⁴

Embodiment, enter, walk, exit: Being strong friends of God

HNA. SARA ECHEVERRI-RODRÍGUEZ⁴⁵ 

Resumen

Un acercamiento a la oración desde la perspectiva teresiana de la relación con Dios, con el otro y nosotros mismos, pues la oración se define como trato de amistad en un coloquio amoroso. Las principales obras de Santa Teresa de Jesús nos marcan el camino de la oración a partir de cuatro verbos: encarnar, adentrarse, andar y salir; con el propósito de encontrar a Dios en lo cotidiano, en lo sencillo.

Palabras clave

Oración, Santa Teresa de Jesús, Carmelo.

Abstract

An approach to prayer from the Teresian perspective of the relationship with God, with others and with ourselves, since prayer is defined as a friendly relationship in a loving colloquy. The main works of St. Teresa of Jesus show us the way of prayer based on four verbs: to incarnate, to enter, to walk and to go out; with the purpose of finding God in the everyday, in the simple.

Keywords

Prayer, Saint Therese of Jesus, Carmel.

44 Artículo de reflexión.

45 Economista de la Universidad EAFIT y religiosa carmelita de la diócesis de Santa Rosa de Osos.
Correo electrónico: saraecheverri@gmail.com

Introducción

El año de la oración, convocado por el papa Francisco, es una invitación a “*redescubrir el valor de la oración, la necesidad de la oración diaria en la vida cristiana; cómo orar, y sobre todo cómo educar a orar hoy, en la época de la cultura digital, para que la oración sea eficaz y fecunda.*” (Vaticano, 2024), y nos ha servido de preparación para el Jubileo de la Esperanza de 2025, esperanza fundamentada en la fe, que se nutre de la caridad, de la certeza de que nada podrá separarnos del amor divino; una manera de reavivar la esperanza es con la oración que alimenta los deseos y las expectativas del bien en nosotros.

Por tanto, quiero que nos acerquemos a la oración desde la perspectiva teresiana de la relación con Dios, con el otro y nosotros mismos, relación que se traduce en amistad, que exige comprometer todo el ser, dejarse sorprender constantemente y comenzar un camino para que, juntos, andemos con el Señor.

Para santa Teresa de Jesús la oración no era un momento, una actividad más dentro del horario; sino, la posibilidad de vivir en el castillo interior saliendo de sí, de afinar la mirada para percibir con mayor agudeza lo que ocurría a su alrededor, era ser amiga fuerte de Dios. La oración no es tampoco iluminación, apariciones o fenómenos extraordinarios, mucho menos la repetición de fórmulas. La oración en el Carmelo se define desde la afectividad; un amor creciente de amistad e intimidad.

Compartir mi experiencia de oración y escribir sobre ella es tener la posibilidad de escribir sobre mi vida y mi vocación contemplativa que da profundidad y un sentido al existir, a lo que soy. La oración ha sido descubrirme a través de Dios al fraguar mi autenticidad, resignificar mi historia a la luz del misterio y al reconocer mi dignidad porque “es considerada nuestra alma como un castillo todo de diamante o muy claro cristal, adonde hay muchos aposentos” (1M 1,1⁴⁶). A su vez, un descubrir a los otros desde una mirada amorosa con la comprensión de la vulnerabilidad de nuestra naturaleza humana para hallar su belleza; y un descubrir la creación, lo que me rodea a partir de las huellas de su presencia. En definitiva, la oración es ir tras el Amor, buscarlo dentro y fuera, el Amor que es el único que hace apresurar los pasos.

El ahora de Dios

La primera etapa del camino de la oración es el ahora de Dios. Esta implica dirigir una mirada crítica a la sociedad actual con lo que la caracteriza, sus principales tendencias y aquello que se ha establecido como normal pero que es un obstáculo para la amistad divina, para la contemplación cotidiana, para encontrar el Absoluto de Dios en lo sencillo y simple.

Vivimos en una sociedad globalizada, en un mundo interconectado; es un hecho que estamos más cerca unos de otros, pero no somos más hermanos porque el materialismo y el afán de consumir hace prevalecer los intereses individuales y debilita la dimensión fraterna de la existencia. El poeta John Donne del siglo XVII nos interpela con sus palabras: “*ningún hombre es una isla, ni se basta a sí mismo; todo hombre es una parte del continente, una parte del océano*” (2018, p. 186).

46 M es la sigla para identificar el libro de las Moradas de Santa Teresa de Jesús

Inscritos en esa lógica nos convertimos en consumidores, en permanentes insatisfechos que con el último producto de moda quisiéramos encontrar el sentido de la vida; así mismo, las relaciones se dan en el plano del mercado, del intercambio, sin dejar espacio a la gratuidad, al don.

En *Momo*, de Michael Ende (1978), los hombres grises están encargados de medir el tiempo y de asegurarse de que nadie lo pierda, el ocio está proscrito; hoy es el mercado quien impone el ritmo, la rapidez y la eficiencia se han establecido como valores preponderantes y características a destacar en una persona; vivimos con prisa, sumidos en la inmediatez de un clic, de un *like*, de una notificación del *smartphone*, de responder a las exigencias de la moda, de seguir las noticias al día. Los seres humanos del siglo XXI estamos en un estado constante de hiperestimulación y actividad que nos resta la capacidad de gozo, de disfrutar, de contemplar lo nimio, lo trivial.

La prisa busca mantenernos distraídos y ocupados todo el tiempo, satura la agenda de actividades febriles para que no quede tiempo de afrontar lo bello, lo esencial. Lo contrario a la prisa es la lentitud que “(...)... es tremendamente subversiva: necesitamos ir más despacio para poder vivir” (Ausín, 2024), para mirar sin propósito. Contemplar nos ayuda a desaprender y pasar de la aceleración al silencio sonoro, el caminar escuchando el sonido de nuestros pasos, escuchar con atención a una amiga, esperar que se haga el café, sembrar una semilla y ser partícipe de su crecimiento lento y progresivo.

Sumado al consumismo y a la prisa constante está el narcisismo como la representación de nuestra sociedad que ha reemplazado la vida por la imagen, el nosotros por el yo. El narcisismo es alimentado por la cultura de la celebración instantánea y las redes sociales donde nos autopromocionamos, donde se exalta el yo, y el peligro de convertirnos en Narciso es enamorarnos de nosotros mismos al punto de no ver al otro como un ser humano, un igual, sino como un objeto, y perdernos en nuestro reflejo por la misma serie de la velocidad creciente del mundo siendo incapaces de prestar atención. “La mirada atenta es un camino, de respeto y de cuidado, de generación y de creación, y de una espera de sentido tan necesario como otro.” (Esquirol, 2023, p. 7), se precisa de esta mirada para encontrar y reconocer a Dios.

El panorama del ahora de Dios, de nuestra sociedad actual se expresa en las palabras de Esquirol (2023) “la desconexión de lo sencillo es desconexión de la génesis” (p. 18), hemos perdido de vista lo esencial y hemos olvidado que lo normal está fundado en lo excepcional, sin embargo, la forma de recuperarlo es vivir la revolución de la generosidad, la contemplación y la fraternidad.

Será Teresa de Jesús, maestra de los espirituales, quien nos iluminará sobre cómo recuperar lo normal en lo excepcional, sobre la necesidad de la bondad, la contemplación en acción y la exigencia de ser buenos amigos, amigos fuertes. Elementos que componen la gran sinfonía de oración a la que se refiere el papa Francisco (2022): “oración, para agradecer a Dios los múltiples dones de su amor por nosotros y alabar su obra en la creación, que nos compromete a respetarla y a actuar de forma concreta y responsable para salvaguardarla. Oración como voz “de un solo corazón y una sola alma” (cf. Hch 4,32) que se traduce en ser solidarios y en compartir el pan de cada día. Oración que permite a cada hombre y mujer de este mundo dirigirse al único Dios, para expresarle lo que tienen en el secreto del corazón”.

Amigos fuertes de Dios

Como nosotros hoy, en el siglo XVI santa Teresa vivió una época de cambios, fue consciente y padeció las problemáticas de su época: “en este tiempo vinieron a mi noticia los daños de Francia y el estrago que habían hecho estos luteranos” (C⁴⁷ 1, 1), quería involucrarse, hacer algo por no ceder a la desilusión, a la resignación, al presagio que contagia de desesperanza; y lo hizo desde la vida cotidiana porque lo divino no está en lugares singulares sino en gestos cotidianos, desde la oración entendida como encuentro, relación, apertura de un horizonte infinito que le permitía ser mujer, ser libre, hasta el amor de Dios vivido con pasión en el ser albañil en la construcción de los monasterios, realizar largos viajes en su carromato por montañas y ríos, en las letras que son su herencia, legado del carisma. Su voz resuena con fuerza para exhortarnos y animarnos: “en estos tiempos (recios) que son menester amigos fuertes de Dios para sustentar a los flacos” (V⁴⁸ 15,5).

La oración teresiana se define como un encuentro con el Amigo, un coloquio ininterrumpido que posibilita conocernos, perdernos y reencontrarnos, es así como “no es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama” (V 8, 5). Ella no propone un método, fórmulas, oraciones vocales, un paso a paso; propone un trato de amistad, un descubrir a Cristo como la vida del hombre y de la mujer porque aprender a orar es aprender a ser amigo, amiga.

Encarnar, adentrarse, andar, salir

A partir de cuatro verbos dados por los escritos principales de la santa que son su legado, su magisterio⁴⁹, desentrañaremos el camino de la oración, que es lo mismo decir que desentrañaremos la vida, el misterio como aquello que no es susceptible de resolución, que nos atrapa e implica, que reclama atención y respeto (Esquirol, 2023, p. 14).

El “*Libro de la vida*” es su autobiografía, donde cuenta sus primeros años, la infancia y los juegos con su hermano Rodrigo a ser ermitaños y el deseo de irse a luchar a tierra de moros, esta es la verdad de cuando niña con el eco del “para siempre, siempre, siempre” (V 1,4); la muerte prematura de su madre; y la adolescencia con el despertar de la vocación en el internado Santa María de la Gracia y la decisión de entrar a la Encarnación a pesar de que se le partía el corazón. Después, presume de la misericordia de Dios al narrar lo que había obrado en ella convirtiendo su historia en historia de salvación, ahí Teresa comprende que la oración debe hacerse vida, debe tocar la existencia en la profundidad y la cotidianidad.

Encarnar es el primer verbo, la oración es fruto de un encuentro con Dios en la existencia de forma abrupta, un Tú amoroso ama desmedidamente y reclama una respuesta de amor. Nuestra respuesta comienza en el huerto -metáfora usada por santa Teresa para describir el alma- en el cual “su Majestad arranca las malas hierbas y ha de plantar las buenas (...) y

47 C es la sigla para identificar el libro de Camino de perfección de santa Teresa de Jesús.

48 V es la sigla para identificar el libro de la Vida de Santa Teresa de Jesús.

49 El 27 de septiembre de 1970, el papa Pablo VI nombró a santa Teresa de Jesús como la primera Doctora de la Iglesia por el carisma de la sabiduría y por ser maestra de oración

hemos de procurar, como buenos hortelanos que crezcan estas plantas y tener cuidado de regarlas para que no se pierdan, sino que vengan a echar flores de gran olor” (V 11, 6), el huerto se abona desde las vivencias, la historia personal con los recuerdos felices de antaño, la cotidianidad que no debemos dejar pasar de largo, porque el trato de amistad una y otra vez es siendo nosotros con luces y sombras, con el trigo y la cizaña, con la autenticidad de lo que somos, con tropiezos sinónimos de la propia vulnerabilidad.

El segundo movimiento del alma es **adentrarse**, dado por el libro de “*Las Moradas*” donde está plasmada el alma de santa Teresa, como un programa espiritual delicado y sensible al escribirlo desde su condición de mujer, de enamorada de Jesucristo, y como en los libros de caballería que leyó en su juventud, batallero, exigente, con un espíritu osado, luchador, determinado.

Adentrarse en el propio castillo interior como nos invita ella, requiere atención para que se manifieste el misterio que llevamos oculto y madure nuestra alma. El primer atisbo es la afirmación del ser y de la dignidad porque “no es otra cosa el alma del justo sino un paraíso adonde dice él tiene sus deleites” (1M 1, 1), entramos al castillo de cristal y diamante -metáfora del alma- con su interioridad espaciosa, pues los aposentos son espaciosos y esperan ser iluminados por la gracia para develar su belleza; el principal descubrimiento del castillo es que el alma es capaz de Dios, ¡no estamos huecos por dentro!, grita Teresa, es posible y deseable vivir en la hondura mística.

Una vez dentro, hay que tomar la resolución inquebrantable de emprender el recorrido hacia el centro, lo cual exige un volcar el corazón hacia Cristo y el propósito de orientar la vida hacia el evangelio, e indica Teresa la forma de ir cada vez más adentro donde habita el Rey: “la puerta para entrar en este castillo es la oración” (1M 1, 7). La oración concede el conocerse a sí mismo que excluye la autorreferencialidad y el egocentrismo, porque es desde Dios, desde nuestra imagen y semejanza para remover las máscaras y corazas, para derribar falsos ideales de perfección impuestos por los estándares de la sociedad, para toparse con propia verdad como vida sobreabundante que ofrece Jesucristo y ser capaces de asombrarnos, de cautivarnos con la gracia como escribe Esquirol (2024): “por la gracia hay mundo, por la gracia estamos aquí, por la gracia nos encontramos, el porqué del encuentro es la gracia, y la gracia es sin porqué” (p. 42).

El adentrarse requiere **andar** un camino dilemático y binario, un camino que es llano y empinado, amplio y estrecho, luminoso y oscuro, de consuelo y de desazón, al mismo tiempo, este es el “Camino de perfección”; escrito para el pequeño grupo del convento de San José, las primeras carmelitas descalzas que le piden a santa Teresa les hable de oración y les enseñe a orar.

Petición expresada principalmente en su deseo de “me determiné a hacer eso poquito que era en mí” (C 1, 1), determinarse por el evangelio sin desentenderse del mundo, sin concentrarse en lo superfluo, sin agotar el tiempo en nimiedades, y a nosotros nos pide determinarnos con la consigna de no tratemos con Él asuntos de poca importancia, que nos sintamos responsables, el vivir teresiano tiene matices de perfección, perfección que es suma amor, suma entrega, suma pasión, suma determinación.

Lo íntimo de la cadencia al andar en el camino de la oración es que esta modele nuestra vida, por eso, Teresa no gasta tinta proponiendo métodos, reglas que regulen el acto de orar sino que quiere dar consistencia al orante, al amigo fuerte de Dios para el trato de amistad. El cimiento son las virtudes -tres especialmente-, virtudes evangélicas capaces de remodelar lo interior y lo exterior, sin ellas no será posible hilvanar unas cuantas prácticas de oración (Álvarez, 2011).

La fortaleza y el señorío (palabra muy teresiana) son los medios para urdir las tres virtudes que nos propone: *el amor de unas por otras* que sensibilice frente al otro, que afine el trato de amistad con quiénes me rodean, familia y amigos; el *desasimiento* busca la libertad interior de cara a las cosas, a los valores terrenos, a las apariencias pues es necesario soltar las amarras para andar, “el amor nos hará apresurar los pasos; el temor nos hará ir mirando adónde ponemos los pies para no caer por el camino” (C 40,1) y la última, *la humildad*, de cara a nosotros mismos, con el fin de disponernos a acoger a Dios, a recibir gratuitamente de los demás, a abrazar la verdad de nuestra condición humana vulnerable y perfectible. Añade una cuarta que envuelve a las tres y acentúa la audacia de quien va por el camino, la *determinada determinación* de no parar hasta llegar a la meta.

Por último, las aventuras de santa Teresa en “Fundaciones” nos invitan a **salir**, “por ser la doctrina teresiana una mística evangélica, no se disuelve en la experiencia, dentro de las profundidades del yo, sino que aflora y se manifiesta en las actitudes.” (Castro, 1991, p. 91). Un salir que no es tanto un movimiento físico como hizo ella en esa época al lanzarse en su carromato por los caminos de Castilla y Andalucía, es salir de nosotros mismos.

Salir supone vivir en un éxodo permanente para no instalarnos, no enraizarnos en las propias certezas o comodidades, Teresa lo resume en “procuremos ir comenzando siempre de bien en mejor” (F⁵⁰ 29, 32), para elegir estar en una búsqueda constante del rostro de Dios, rostro que aparecerá en

“el mar de mañana, el fuego rojo en el hogar, la mano que se pone en contacto con las cosas, la mirada y aquello que mira, un sorbo de bebida fría o caliente, las flores que brotan de la tierra en primavera, el silencioso relámpago, el rayo estrepitoso, el silencio entre dos amigos” (Yourcenar, 2003),

O en “la noche sosegada, en par de los levantes de la aurora, la música callada, la soledad sonora, la cena que recrea y enamora” (Juan de la Cruz, 1997, p. 696).

También elegir encontrarme con las necesidades del otro al ser sensible, abierto y vulnerable, puesto que para existir y crecer es necesario un otro, alguien presente que impulse a superar los límites del yo, de los propios intereses, para abrazar otras orillas, otras historias que definen, otras periferias que ensanchan el corazón y ayudan a caer en la cuenta de que el alma que no es hueca, con hondura mística no se basta a sí misma, debe salir para compartir y recibir, para ser consolada y consolar, para amar y dejarse amar.

50 F es la sigla para identificar el libro de las Fundaciones de santa Teresa de Jesús.

Al encarnar, adentrarnos, andar y salir, experimentamos la oración como un proyecto liberador, como un modo de vida que permitirá al espíritu desear con amplitud, gozar sin culpa, volver al origen, al génesis, afinar el oído para escuchar el silbo del Pastor, ejercitar la atención para captar lo imperceptible, no apocarse, no reducir su horizonte, amar apasionada e incondicionalmente, tratar con el amigo con naturalidad, y exclamar: “nuestra vida es Cristo” (5M 2, 4).

Él basta

Más que preguntarnos por la ganancia de la oración o su utilidad, hay que escrutar el corazón para atisbar lo que acontece en aquel coloquio ininterrumpido que contiene silencios prolongados, súplicas, reproches, historias, cuestionamientos, lágrimas, movimientos interiores; escrutar el corazón para que ame según la capacidad infinita de quien lo habita, porque “el amor lleva a ver más, despertar el corazón es como ensanchar el ángulo del sentir. La persona afectuosa y cordial ve más que el individuo narcisista” (Esquirol, 2023, p. 34).

No es esta la última etapa del camino de la oración, no es este el final. Una mirada contemplativa, una escucha atenta, una atención amorosa hará que la sorpresa constante a la que les invitaba al comienzo del artículo sea para toda la vida, el camino que juntos podemos andar con el Señor esté inacabado siempre, conocemos la meta para comprender la lógica, para estar dispuestos a no detenernos hasta alcanzar y conquistar el tesoro que nos aguarda, en lo sencillo, en lo simple, en lo cotidiano solo Dios basta.

Referencias

- Álvarez, T. (2011). *Comentarios al Camino de perfección de Santa Teresa de Jesús*. Monte Carmelo.
- Ausín, T. (2024) Saber vivir “despacito”: elogio de la lentitud desde la filosofía. *Ethics*. <https://ethic.es/2019/05/prisa-despacito-elogio-de-lalentitud-desdelafilosofia/> de Jesús, T. (2017). *Obras Completas*, hg. von T. Álvarez. Monte Carmelo, Burgos, 1998.
- de la Cruz, J. (1997). *Obras Completas*. Monte Carmelo, Burgos.
- Esquirol, J. M. (2023). *La penúltima bondad: Ensayo sobre la vida humana*. Acantilado.
- Esquirol, J. M. (2024). *La escuela del alma: de la forma de educar a la manera de vivir*. Acantilado.
- Francisco. (2022). Carta del Santo Padre Francisco a S. E. Mons. Rino Fisichella para el Jubileo 2025. Vaticano. <https://www.vatican.va/content/francesco/es/letters/2022/documents/20220211-fisichella-giubileo2025.html>
- Yourcenar, M. (2003). *Los Treinta y tres nombres de Dios: ensayo de un diario sin fecha y sin pronombre personal*. Alción Editora.
- Vaticano. (2024). *Presentación del Año de Oración en preparación al Jubileo 2025 y de la serie “Apuntes sobre la Oración”*. Vaticano. <https://press.vatican.va/content/salastampa/es/bollettino/pubblico/2024/01/23/230124a.html>