

DE LA CONVERSIÓN A LA SANTIDAD

Teología de la perfección cristiana

18. “Cinco puertas y ninguna cerrada”. *La purificación activa de los sentidos externos*

P. Gustavo Lombardo, IVE — Ejercicios Espirituales

Fuentes principales - A. Royo Marín, O.P., *Teología de la perfección cristiana*, cap. V: la purificación activa de los sentidos externos - San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* I, 4; I, 6; I, 11; I, 13; III, 24-26; *Cautelas*; *Avisos* - Santo Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*: I-II q. 17 a. 7; II-II q. 148 a. 4; II-II qq. 166-167 - Fulton J. Sheen, columnas de *The Road to Better Living* (1957, 1960, 1977) - San Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, nn. 82-90 y 210-217 - Apuntes propios de Espiritualidad I, cap. 6: “Las purificaciones activas de los sentidos y las pasiones”

Haz la prueba esta noche.

Siéntate a rezar quince minutos. Sin teléfono, sin música, sin nada. Y en vez de pelear con las distracciones, haz algo distinto: **ananótalas**. Anota qué es exactamente lo que se te viene a la cabeza.

Te adelanto lo que vas a encontrar, porque es lo mismo que encontramos todos.

No van a aparecer ideas. Van a aparecer **imágenes**. Una cara. Una pantalla. Una conversación de la tarde. Un titular. Una escena de algo que viste. Una discusión que no tuviste.

Y ahora la pregunta incómoda: **¿de dónde salió todo eso?**

Ninguna de esas imágenes se generó sola. Todas entraron. Casi todas por los ojos. Casi todas las demás, por los oídos. Y entraron hoy, o esta semana, o este mes.

Entonces la conclusión es dura y es exacta: **la oración de esta noche está hecha con el material que dejaste entrar durante el día**. No hay otro material. Dios puede hacer milagros, pero normalmente no te fabrica una cabeza distinta a las nueve de la noche. Trabaja con lo que hay.

Por eso hoy vamos a hablar de una cosa que suena a manual antiguo y que resulta ser lo más actual del curso: **la guarda de los sentidos**.

Porque el alma tiene cinco puertas. Y el problema no es que estén abiertas —para eso están—. El problema es que hace años que ninguna se cierra, que ninguna tiene llave, y que por ahí entra todo el que pasa. **Cinco puertas y ninguna cerrada**.

1. DÓNDE ESTAMOS

Clase 18. Y hoy pasamos del diagnóstico al trabajo.

La clase pasada fue una radiografía. Vimos por qué te confiesas bien, comulgas, haces los Ejercicios, y a los diez días seguís siendo el mismo hombre: porque **la gracia te quitó el pecado y te dejó la historia**, y la historia hay que desarmarla a mano, acto por acto.

Terminamos con una promesa: que lo que quita el mal hábito es el ejercicio repetido de los actos de la virtud contraria. Muy bien. **¿Y por dónde se empieza?**

Royo Marín contesta sin vueltas: se empieza por abajo. Por la puerta. Por donde entra todo.

Y antes de bajar al detalle hay que entender una distinción que gobierna todo lo que viene: **la purificación activa y la purificación pasiva.**

El plan de hoy son cuatro pasos:

- **Las dos manos:** qué hago yo y qué hace Dios. Activa y pasiva.
- **Qué es purificar** — y sobre todo qué *no* es. Tres modos de equivocarse.
- **Los cinco sentidos, uno por uno:** vista, oído y lengua, olfato, gusto, tacto.
- **El método:** el “nada, nada, nada” de San Juan de la Cruz, que termina en todo.

2. LAS DOS MANOS: ACTIVA Y PASIVA

El texto que hay que tener grabado

Royo Marín lo dice en una frase que conviene copiar y pegar en la primera página del cuaderno:

“En este proceso de purificación *Dios se reserva la mejor parte**** (purificaciones pasivas); pero el hombre, con la ayuda de la gracia, ha de hacer un esfuerzo para cooperar, en cuanto esté de su parte, a la acción divina y llegar hasta donde materialmente le sea posible (purificaciones activas).”¹***

Tres cosas hay que subrayar ahí, y las tres son importantes.

Primera: son dos manos trabajando sobre la misma alma. No son dos etapas separadas donde primero trabajo yo y después llega Dios. Van juntas, se cruzan, se turnan.

Segunda: “Dios se reserva la mejor parte.” Fíjate en la palabra. No dice “la parte más grande”. Dice **la mejor**. Lo decisivo no lo vas a hacer vos. Esto es un antídoto contra el activismo espiritual, contra el hombre que cree que la santidad es un plan de entrenamiento bien ejecutado.

Tercera: “llegar hasta donde materialmente le sea posible.” Que es un modo elegante de decir: **hasta el fondo de lo que puedes.** No hasta donde te resulte cómodo. Hasta el límite.

La diferencia, en una línea

Vamos a ponerlo lo más simple posible, porque de acá se derivan las próximas nueve clases:

	Purificación ACTIVA	Purificación PASIVA
¿Quién obra?	Yo, con la gracia	Dios, y yo recibo
¿Cómo se llama?	Ascética	Mística

¹ A. Royo Marín, O.P., *Teología de la perfección cristiana*, cap. V, n. 233.

	Purificación ACTIVA	Purificación PASIVA
Materia	Sentidos, pasiones, entendimiento, memoria, voluntad	Noche del sentido y noche del espíritu
Se parece a	Limpiar la casa	Que te operen
Alcance	Llega hasta la superficie	Llega hasta la raíz

Idea fuerza: la purificación activa es lo que yo puedo. La pasiva es lo que yo no puedo. Y la santidad necesita las dos.

Por qué no alcanza la activa (y hay que decirlo desde ahora)

Acá conviene ser honesto desde el principio, porque si no, esta clase y las siete que vienen se convierten en un manual de autoayuda con incienso.

Todo lo que yo hago — cerrar los ojos, callarme, ayunar, cortar la conversación, apagar la pantalla — **llega hasta cierta profundidad y no más.** Yo puedo dejar de mirar. Yo no puedo cambiarme el gusto por mirar. Yo puedo callarme. Yo no puedo arrancarme de adentro las ganas de decir la frase brillante.

Eso lo hace Dios, y lo hace de un modo que Royo Marín describe — sin suavizarlo — como “*el conjunto terriblemente doloroso*” de las noches pasivas.² Lo veremos en la clase 24.

Pero — y esto es lo importante para hoy — Dios no suele empezar la parte pasiva en un alma que no ha hecho la parte activa. No porque sea mezquino. Porque el orden es ese. Nadie manda a operar a un paciente que todavía no dejó de fumar.

Y por eso la pregunta de esta clase no es “¿cuándo me va a purificar Dios?”. La pregunta es: **¿qué es lo que me toca a mí y todavía no hice?**

3. QUÉ ES PURIFICAR (Y QUÉ NO ES)

Ahora la definición. Y les pido que la escuchen entera, porque cada palabra está puesta para cerrarle la puerta a un error distinto:

“Esta purificación tiene por objeto moderar los excesos y someter los sentidos al control de la razón iluminada por la fe. No se trata de privar a los sentidos de sus objetos propios, sino sólo evitar que pongan su gozo y su descanso final en el mero placer sensible sin levantarse hasta Dios a través de ellos”.^{***3}

Desarmemos la frase.

² Ibid.

³ Ibid., la purificación activa de los sentidos externos. Cf. San Juan de la Cruz, *Subida* III, 24-26. Sigo aquí la formulación de los apuntes propios de Espiritualidad I, cap. 6, C, 2.

“No se trata de privar a los sentidos de sus objetos propios”

Empecemos por lo que **no** es, porque es donde se rompe la mitad de la gente buena.

Purificar los sentidos **no es** dejar de ver, dejar de oír, dejar de comer, dejar de disfrutar. No es andar por la vida con la vista clavada en el piso. No es que la belleza sea sospechosa. No es que el cuerpo sea el enemigo.

El cristianismo es la única religión cuyo Dios se hizo carne, comió con publicanos, aceptó que le derramaran encima un perfume carísimo y defendió a la mujer que lo hizo. **Nosotros no despreciamos el cuerpo. Lo vamos a resucitar.**

Y acá hay una frase de Sheen que a mí me parece decisiva, porque viene de un hombre al que nadie puede acusar de blando:

“Los placeres del cuerpo cumplen un papel importante en ayudar al alma. Es precisamente ese poder de relajación que va unido al placer sensible lo que resulta un don para el hombre: descansa su alma”; y cuando el placer hace eso, entonces sí es verdaderamente placentero.***⁴

Que quede clarísimo: **el placer sensible, en su lugar, descansa el alma.** Está puesto por Dios. Es bueno. La comida rica es buena. La música buena es buena. El paisaje es bueno. El descanso es bueno.

“Sino evitar que pongan su gozo y su descanso final”

Ahí está el bisturí. **El problema no es el placer. El problema es la palabra “final”.**

Descanso *final* quiere decir: ahí me quedo. Ahí se termina el asunto. Eso es todo lo que había.

El desorden no consiste en disfrutar del paisaje. Consiste en que el paisaje sea el techo. En que mire la puesta de sol y no se me mueva nada por dentro hacia Aquel que la hizo. En que coma bien y no dé gracias. En que escuche una música que me atraviesa y la use como anestesia en vez de como escalera.

San Juan de la Cruz dice que el hombre espiritual, ante lo agradable de los sentidos, *“luego, al primer movimiento, pone la noticia y afición de la voluntad en Dios”*.⁵ **Al primer movimiento.** No después de un examen de conciencia: en el acto, como un reflejo entrenado.

“Sin levantarse hasta Dios a través de ellos”

Y esto es lo que da vuelta toda la clase, así que quiero que quede.

La purificación de los sentidos **no es cerrar las ventanas. Es limpiar los vidrios.** No es que entre menos mundo: es que el mundo que entre no se quede a vivir en la planta baja.

⁴ Fulton J. Sheen, *Sensible Pleasure*, columna *The Road to Better Living, The Indianapolis Star*, 6-XI-1977, p. 127. Traducción propia.

⁵ San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* III, 24, 4. La expresión “al primer movimiento” es del santo.

Un sentido purificado no es un sentido apagado. **Es un sentido que conduce.** El purificado ve más, no menos. Oye más. Saborea más. Porque no está embotado por el exceso.

Idea fuerza: purificar los sentidos no es tapiar la casa. Es que las ventanas den al cielo y no a la pared del vecino.

4. LOS TRES MODOS DE EQUIVOCARSE

Antes de bajar a lo concreto, tres errores. Los tres están vivos, y los tres tienen nombre y apellido en la historia de la Iglesia.

El naturalismo: “la naturaleza es buena, no hay nada que ordenar”

El primero es el más difundido hoy, y es el aire que respiramos.

Dice, más o menos: *si Dios hizo el cuerpo y los sentidos, ¿por qué habría que mortificarlos? La gracia no destruye la naturaleza, la perfecciona.* Y presenta una falsa dialéctica: entre la mortificación y la vida, entre la renuncia y la realización, entre la obediencia y la libertad; como si las virtudes “pasivas” fueran cosa de otra época.⁶

La respuesta es de una línea, y es toda la clase 17: **es verdad que la gracia perfecciona la naturaleza; pero nuestra naturaleza no está intacta. Está herida.** No se trata igual al enfermo que al sano, aunque el cuerpo sea el mismo.

Detrás de este error hay siempre otra cosa: se pierde de vista la gravedad del pecado como ofensa a Dios, y termina quedando sólo el pecado como daño psicológico. Y con eso se pierde la Cruz.

El quietismo: “querer obrar es ofender a Dios”

El segundo error es el contrario y hoy aparece disfrazado de espiritualidad elevada.

Dice: *si Dios lo hace todo, esforzarme es desconfiar de Él.* Y termina desactivando la meditación, el examen de conciencia, la oración de petición, la resistencia a la tentación y la mortificación voluntaria, en nombre de un reposo absoluto.⁷

Traducción a tu vida espiritual: **el que espera.** El que hace veinte años que espera que Dios le arregle una cosa que él nunca intentó cortar.

El jansenismo: la austeridad orgullosa

Y el tercero, que en nuestros ambientes es el más peligroso porque se disfraza de fervor: **la orgullosa austeridad.** Exagerar las consecuencias del pecado original, mirar el cuerpo como enemigo, quedarse toda la vida en la vía purgativa, alejarse de la comunión por no ser digno.⁸

⁶ Cf. Dz 1967 y 2104; apuntes propios de Espiritualidad I, cap. 6, A.

⁷ Cf. Dz 1221-1246 y 1257-1286.

⁸ Cf. Dz 1094, 1291, 1298 y 1309-1313.

Ojo con este, porque tiene un síntoma clarísimo: **la mortificación jansenista deja tristeza y deja soberbia**. La cristiana deja libertad y deja alegría. Si tu penitencia te está poniendo severo con los demás, no es penitencia: es vanidad con cilicio.

Y el Señor fue explícito: “*cuando ayunéis, no pongáis cara triste... perfuma tu cabeza y lava tu rostro*” (Mt 6,16-17).

Idea fuerza: entre el que no ordena nada y el que se castiga por deporte, está el que ordena por amor. Ese es el sitio.

5. POR QUÉ VALE LA PENA: LOS CINCO DAÑOS

Alguno estará pensando: bueno, Padre, pero esto de los sentidos, ¿tanto importa?

San Juan de la Cruz contesta con una lista de cinco daños que producen los apetitos desordenados, y es de una precisión psicológica que asusta. Dice que los apetitos:

“*cansan el alma, y la ****atormentan**** y ****oscurecen**** y la ****ensucian**** y ****enflaquecen****.”**⁹

Vamos una por una, porque no es retórica: es un diagnóstico.

Los cinco, con nombre y apellido

CANSAN. El desorden de los sentidos no relaja: **agota**. Fíjate que después de tres horas de pantalla no quedas descansado, quedas fundido. El alma que persigue apetitos es como el que corre detrás de algo que se le mueve siempre un metro más allá.

ATORMENTAN. Porque nunca se llenan. Y acá viene la imagen que yo pediría que se lleven a casa: los apetitos “*son como hijuelos inquietos y descontentadizos, que siempre están pidiendo a su madre uno y otro, y nunca se contentan*”.¹⁰ Chicos caprichosos. Pides y te lo dan y a los dos minutos pides otra cosa. Eso es exactamente el scroll.

OSCURECEN. Este es el que más nos interesa hoy. El apetito **te apaga la luz**. No te deja ver. Y no porque te ponga una venda: porque te llena el campo visual de otra cosa. Sheen lo dijo con una frase que es de sentido común y de teología a la vez: “***Un hombre no puede hablar con la boca llena.*** *****Sus procesos de pensamiento quedan impedidos en proporción directa a la intensidad con que ejerce sus satisfacciones sensibles.***** ***Cuanto más intensa la reacción sensible, menor la concentración del pensamiento.***”¹¹

ENSUCIAN. Y San Juan de la Cruz es aquí durísimo: “***Todas las afecciones que tiene en la criatura son delante de Dios puras tinieblas, de las cuales estando el alma vestida no tiene***

⁹ San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* I, 6, 5. Los cinco daños se enuncian y desarrollan en *Subida* I, 6-10.

¹⁰ Ibid., I, 6, 6-7.

¹¹ Fulton J. Sheen, *Sensible Pleasure*, cit. Traducción propia.

*capacidad para ser ilustrada y poseída de la pura y sencilla luz de Dios, si primero no las desecha de sí.*¹²

ENFLAQUECEN. Te dejan sin fuerza para lo que importa. El hombre que gasta toda su capacidad de decidir en cosas chiquitas no le queda nada para las grandes. La voluntad es un músculo, y se gasta.

[S17] El pájaro y el hilo

Y ahora la imagen más famosa, que todos citan mal y que conviene citar bien:

“Eso me da que un ave esté asida a un hilo delgado que a uno grueso; porque, aunque sea delgado, tan asida se estará a él como al grueso en tanto que no le quebrare para volar. Verdad es que el delgado es más fácil de quebrar; pero, por fácil que es, ****si no le quiebra, no volará****. ***¹³*

Escuchen bien lo que está diciendo, porque es más incómodo de lo que parece.

No está hablando de pecados graves. Está hablando de **hilos delgados**. De cosas chiquitas, de apegos ridículos, de costumbres que uno nunca confesaría porque no son pecado. La media hora de más. La necesidad de tener la última palabra. El no poder comer sin mirar algo. La conversación que uno no puede no escuchar.

Y dice: **da igual**. Mientras no lo cortes, el pájaro no vuela. No importa que el hilo sea fino. Importa que está atado.

Y todavía agrega algo peor:

“Y lo que peor es, que no solamente no van adelante, sino que por aquel asimiento vuelven atrás... porque ya se sabe que en este camino el no ir adelante es volver atrás, y el no ir ganando es ir perdiendo. ***¹⁴*

No hay meseta. **En la vida espiritual no existe el estacionamiento.**

6. LOS CINCO SENTIDOS, UNO POR UNO

Bien. Bajemos ahora al detalle, que es lo que hace falta, porque los principios generales no santifican a nadie.

Royo Marín va sentido por sentido. Vamos con él.

LA VISTA — la puerta grande

Empecemos por la más importante, porque por acá entra el ochenta por ciento de todo.

¹² San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* I, 4, 1.

¹³ Ibid., I, 11, 4.

¹⁴ Ibid.

Tres niveles, de mayor a menor gravedad:

Primero: las miradas voluntarias con mal deseo. Acá no hay discusión y lo dijo el Señor: *“el que mira a una mujer deseándola, ya adulteró con ella en su corazón”* (Mt 5,28). Punto.

Segundo — y este es el que casi nadie trabaja — la mirada sin mal deseo, pero imprudente. Fijar la mirada, sin causa suficiente, en persona o cosa que puede inducir al pecado. Aunque no haya deseo. ¿Por qué? Royo Marín da la razón exacta, y es de una gravedad enorme: **esa imprudencia priva al alma de la gracia eficaz para resistir la tentación.**¹⁵

Es decir: no es que mirar sea el pecado. Es que **mirar te deja sin municiones para la pelea que viene después.** Cuando llegue la tentación, vas a estar desarmado, y no vas a entender por qué.

Por eso Job dice aquella frase que parece exagerada y no lo es: *“Hice un pacto con mis ojos”* (Job 31,1). **Un pacto.** No un buen propósito: un contrato.

Tercero: la mirada curiosa. Y acá viene la parte que nos toca a todos, incluso al que tiene la castidad ordenada. Un paisaje, un monumento, una noticia, una vida ajena. Nada de eso es malo. Pero *“representan un obstáculo para el recogimiento y la oración, cuando el alma se entrega a ellas con excesivo apasionamiento o demasiada frecuencia”*.¹⁶

Ahí está la palabra: **frecuencia.** No es qué mirás. Es **cuánto.**

Y hay un dato de la clase 19 que adelanto porque explica todo: detrás de la mirada curiosa viene el desorden de la imaginación. **Lo que mires hoy es lo que vas a rezar mañana.**

Idea fuerza: la guarda de la vista no es no mirar. Es decidir qué miras, en vez de que lo decida la pantalla.

EL OÍDO Y LA LENGUA — el sentido de ida y vuelta

Royo Marín los trata juntos, y hace muy bien, porque en la práctica son la misma puerta abierta en las dos direcciones. Y arranca citando a Santiago: *“Si alguno no peca con la lengua, es varón perfecto”* (Sant 3,2).

Y hace algo muy útil: clasifica las conversaciones en cuatro clases.

Malas. Las que ofenden gravemente a la pureza, a la caridad o a la justicia. De ahí nacen la mentira, la jactancia, la murmuración, la calumnia, la burla, la violación del secreto. No hay nada que discutir.

Frívolas. Palabras ociosas — *“de toda palabra ociosa que hablen los hombres darán cuenta”* (Mt 12,36). El cotorreo, las charlas insulsas e interminables. Y Royo Marín hace un retrato que a mí me parece muy adecuado: **los que están al tanto de todo, saben todo, comentan y critican todo — “ni llegan, ni permiten llegar a otros a una íntima unión con Dios”**.¹⁷

¹⁵ Royo Marín, op. cit., purificación activa de la vista. Cf. Eclesiástico 9,8.

¹⁶ Ibid.

¹⁷ Ibid., purificación activa del oído y de la lengua.

Leelo otra vez: *ni llegan, ni permiten llegar a otros*. No sólo se arruinan ellos: **arruinan el clima**. Hay gente que entra en una casa y baja la temperatura sobrenatural cinco grados. Sin pecar. Sólo hablando.

Y una observación práctica, porque es donde se ve: esto suele pasarle a **la gente que no soporta estar sola**. El que no aguanta el silencio va a llenar el aire con lo que sea.

Útiles. Honestas, sin perjuicio de nadie, con buen humor — la *eutrapelia*, que es una virtud, no una concesión. Saber conversar bien es un acto de caridad. Sólo hay que cuidar el borde: la crítica del prójimo, la ironía, insinuar sospechas, alimentar una envidia.

Santas. Las que buscan el aprovechamiento espiritual, propio o ajeno. Y Royo Marín agrega una condición que hay que agradecerle: **con suavidad y discreción, sin ser machacón**. Que el que quiere hacer bien no se vuelva insoportable.

Y un último punto sobre el oído, chiquito y decisivo: **abstenerse a veces de oír música o conversaciones agradables. Guardar silencio. Renunciar a curiosidades innecesarias**.¹⁸

Nótenlo: no dice cosas malas. Dice **agradables**. Ese es el ejercicio.

EL OLFATO — el sentido que nadie trabaja

Este es el más chico y el que siempre se saltea, pero Royo Marín le dedica dos puntos y los dos son sorprendentemente concretos.

Uno: tolerar los malos olores sin manifestar repugnancia ni quejarse. El enfermo, el hospital, el que no se cuidó, el que está sucio. Acá el sentido se cruza directamente con la caridad. **Cuánta gente descubre que no ama a los pobres el día que tiene que estar cerca de uno.**

Dos — y esta es del año 62 y suena provocadora, así que la digo tal cual: **renunciar al uso de perfumes, “porque van afeminando el alma y mundanizando”**.¹⁹

Ahora, traduzcámoslo bien, porque no se trata de andar oliendo mal. Lo que está diciendo es que **el cuidado desmedido de la propia presentación ablanda**. El que necesita estar siempre impecable, siempre agradable, siempre bien visto, se va volviendo incapaz de lo áspero. Y la vida espiritual, tarde o temprano, es áspera.

EL GUSTO — la gula, que no es lo que creés

Acá Royo Marín va con Santo Tomás, y conviene conocer la lista porque es mucho más fina que “comer mucho”. Santo Tomás distingue **cinco modos de gula**, y sólo uno tiene que ver con la cantidad:²⁰

¹⁸ Ibid. Cf. San Juan de la Cruz, *Avisos*, nn. 307-321.

¹⁹ Ibid., purificación activa del olfato.

²⁰ Santo Tomás de Aquino, *S. Th.* II-II q. 148 a. 4. Los cinco modos proceden de San Gregorio Magno, *Moralia* XXX, 18.

Latín	Qué significa
<i>praepropere</i>	Comer antes de tiempo , fuera de hora, sin necesidad
<i>ardenter</i>	Comer con demasiado ardor , con ansiedad, con voracidad
<i>laute</i>	Buscar manjares exquisitos
<i>studiose</i>	Exigir que esté preparado con refinamiento
<i>nimis</i>	Comer demasiado

Fíjate que cuatro de los cinco no son cuestión de cantidad. **Puedes ser goloso comiendo poco.** El que revisa la heladera a las once de la noche sin hambre es *praepropere*. El que come con voracidad sin prestar atención al prójimo es *ardenter*. El que se queja de la comida es *studiose*.

Y los efectos: la gula — y sobre todo el alcohol — “*origina la torpeza o estupidez del entendimiento, desordenada alegría, imprudencias, locuacidad excesiva, chabacanería, lujuria, destruye la paz en las familias, e incapacita para las virtudes*”.²¹

Incapacita para las virtudes. Ahí está la frase.

Y para lo práctico, San Ignacio tiene las mejores páginas que se escribieron nunca sobre esto: las **Reglas para ordenarse en el comer** (EE 210-217). Con un criterio que es una obra maestra de sentido común: mortificarse más en lo delicado que en lo necesario, y sobre todo — regla 6ª — **decidir cuánto vas a comer antes de sentarte a la mesa, no durante**.²² Porque durante ya no decides.

EL TACTO — el más grosero y el más extendido

Royo Marín lo llama “*el más grosero y extendido de los sentidos*”, y peligroso por el desorden de la impureza.²³ Y remite a las penitencias y mortificaciones corporales de San Ignacio (EE 82-90).

Dos cosas, y las digo con cuidado.

Primera, para no equivocarnos: la mortificación corporal en la vida cristiana **no busca el dolor**. San Ignacio da tres razones para la penitencia exterior y ninguna es el dolor por el dolor: satisfacer por los pecados, vencerse a sí mismo, y alcanzar alguna gracia que se desea (EE 87). El dolor es el medio, nunca el fin. Y siempre — **siempre** — con el director espiritual. La penitencia corporal por cuenta propia termina mal el noventa por ciento de las veces.

Segunda, para el que vive en el mundo, que son ustedes: hoy el tacto se desordena mucho menos por el cilicio ausente que por **la blandura**. El colchón, la temperatura, la comodidad, el “yo no aguanto el

²¹ Royo Marín, op. cit., purificación activa del gusto.

²² San Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, nn. 210-217, especialmente la 2ª y la 6ª regla.

²³ Royo Marín, op. cit., purificación activa del tacto. Cf. *Ejercicios Espirituales*, nn. 82-90.

frío”, el no poder estar incómodo ni diez minutos. Y ahí San Ignacio y Royo Marín coinciden con la vieja regla de Clemente de Alejandría, que vale para los cinco sentidos:

“Bien pronto harán lo que no está permitido los que hacen todo lo que está permitido.”²⁴

Esa frase es el resumen de toda la clase. El que nunca se priva de nada de lo lícito, un día se encuentra haciendo lo ilícito y no sabe cómo llegó ahí.

7. Y ENTONCES, ¿PARA QUÉ? LA LIBERTAD

Llegados acá alguno puede estar sintiendo que esto es una lista de prohibiciones. Y es exactamente lo contrario, así que quiero dedicarle el último tramo.

Sheen escribió sobre esto una frase en una columna de diario del año 57:

“Cuando uno llega al fondo del asunto de la libertad, se hace claro que *somos menos libres que ‘liberables’****. Podemos aumentar o disminuir nuestra libertad interior según vivimos. ** ****Cuanto más cede uno a lo exterior, menos se controla a sí mismo, y por lo tanto menos libre es. ****”***²⁵

Menos libres que liberables. Esa es la idea.

La libertad no es un dato que te dieron al nacer y que ya está. **Es un saldo que sube y que baja.** Y sube o baja exactamente en función de esto que estamos hablando: de cuánto cedés a lo exterior.

Y Sheen remata con una observación que en 1957 era rara y hoy es de una actualidad brutal:

“Los infelices son los sobre-privilegiados, no los sub-privilegiados. Y los más felices de todos son los que, domesticando los instintos descarriados y el egoísmo, pueden proclamarse libres en el grande y soberano estado de sí mismos.”²⁶

Y por eso el ayuno no es una dieta

En otra columna, Sheen distingue algo que hoy hace falta más que nunca: *“Muchos hacen dieta; pocos ayunan. Materialmente no hay ninguna diferencia: en los dos casos uno adelgaza.”* La diferencia es el motivo. Y da la razón de fondo:

“El hombre sigue siendo dueño de los sentidos sólo mediante alguna privación de los sentidos”.²⁷

²⁴ Clemente de Alejandría, citado por Royo Marín, op. cit., entre los remedios contra la concupiscencia.

²⁵ Fulton J. Sheen, *Self-Denial Essential To Personal Freedom*, columna *The Road to Better Living*, *The Indianapolis Star*, 13-X-1957, p. 21. Traducción propia.

²⁶ Ibid.

²⁷ Fulton J. Sheen, *Fasting Helps Tame 6 Rebellious Instincts*, columna *The Road to Better Living*, *The Indianapolis Star*, 21-VIII-1960, p. 104. Traducción propia.

Y todavía cita una frase de Gandhi que le gustaba mucho: *“Lo que mis ojos son para el mundo exterior, eso es el ayuno para el mundo interior.”*²⁸

Es decir: **la privación es un órgano de percepción**. No es un castigo: es un modo de ver. El que nunca se priva de nada no está más libre; está más ciego.

8. EL MÉTODO: LAS “NADAS” QUE TERMINAN EN TODO

Y ahora el método, que es lo que se llevan a casa.

San Juan de la Cruz, después de todo el diagnóstico, da dos avisos prácticos. Los dos son famosos y los dos suelen citarse a medias.

Primer aviso: inclinarse al revés

*“Procure siempre inclinarse: no a lo más fácil, sino a lo más dificultoso; no a lo más sabroso, sino a lo más desabrido; no a lo más gustoso, sino antes a lo que da menos gusto; no a lo que es descanso, sino a lo trabajoso; no a lo más, sino a lo menos; no a lo más alto y precioso, sino a lo más bajo y despreciado.”*²⁹

Esto es el *agere contra* de San Ignacio dicho en carmelita. Y es la aplicación exacta de lo que vimos la clase pasada: **el palo torcido no se endereza soltándolo; hay que doblarlo para el otro lado.**

Un detalle que suele pasarse por alto: dice *“procure inclinarse”*. **Inclinarse**, no arrancarse. Es una tendencia sostenida, no un acto heroico aislado. Es la gotera, no el rayo.

Segundo aviso: las nada del Monte

Y después vienen los versos que están escritos en el dibujo del Monte, y que son de las cosas más audaces que se escribieron en castellano:

*“Para venir a gustarlo todo, no quieras tener gusto en nada. Para venir a saberlo todo, no quieras saber algo en nada. Para venir a poseerlo todo, no quieras poseer algo en nada. Para venir a serlo todo, no quieras ser algo en nada.”*³⁰

Escuchen la estructura, porque casi todos la leen mal.

Cada verso empieza con un TODO. “Para venir a gustarlo **todo**.” El objetivo no es la nada. **El objetivo es el todo.** La nada es el camino, no la meta.

Esto no es budismo bautizado. No se trata de dejar de desear: se trata de **dejar de conformarse**. San Juan de la Cruz no te está pidiendo que quieras menos; te está diciendo que querés demasiado poco, y que por agarrarte de esto de acá te estás perdiendo aquello.

²⁸ Ibid. Sheen cita a Gandhi.

²⁹ San Juan de la Cruz, *Subida del Monte Carmelo* I, 13, 6.

³⁰ Ibid., I, 13, 11.

Idea fuerza: el “nada, nada, nada” de San Juan de la Cruz no es un ascetismo triste. Es la estrategia de un hombre extremadamente ambicioso que no quiere las migas porque le prometieron la mesa.

9. CIERRE

Volvamos al principio.

Te sientas a rezar y no te puedes concentrar. Y ahora ya sabes por qué.

No es porque tengas poca fe. No es porque Dios se haya callado. Es porque **estás rezando con el material que dejaste entrar**, y el material que dejaste entrar es ruido.

Y no hay ningún método de oración — ninguno, ni el mejor — que arregle eso desde adentro. Se arregla desde la puerta.

Que es, por otra parte, una noticia formidable. Porque quiere decir que **esto sí depende de ti**. La noche pasiva no la puedes provocar. La contemplación infusa no la puedes fabricar. Pero cerrar una pestaña, sí. Callarte una frase, sí. No mirar dos veces, sí. Comer lo que decidiste antes de sentarte, sí.

Y esas cosas chiquitas y sin gloria son exactamente lo que Royo Marín llama **“llegar hasta donde materialmente le sea posible”**. Es tu parte. Es toda tu parte. Y Dios no empieza la suya hasta que terminas la tuya.

Termino con la imagen del pájaro, porque quiero que se la lleven.

No importa que el hilo sea fino. No importa que nadie lo vea. No importa que no sea pecado. **Mientras esté atado, el pájaro no vuela.**

Y no naciste para estar posado. Naciste para volar.

[S30] PARA ESTA SEMANA

Tres cosas, y en este orden:

- **Identifica tu hilo.** Uno solo. El más delgado y el más tenaz: eso que no es pecado, que nadie te reprocharía, y que sabés perfectamente que no puedes dejar. No lo pienses mucho: ya te vino a la cabeza mientras lo decía.
- **Pon un pacto en un solo sentido.** Como Job. Concreto, verificable, con horario. “De tal hora a tal hora, no.” “Cuando pase tal cosa, cierro.” “Antes de sentarme a la mesa decido cuánto.” Un sentido, no los cinco.
- **Y una privación de algo bueno.** No de algo malo: de algo **lícito y agradable**. Una vez al día. La música en el auto. El segundo café. La respuesta ingeniosa que ya tenías preparada. Ofrecelo, y no se lo cuentes a nadie: *“y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará”* (Mt 6,18).

Y una advertencia, para que no te desanimes: **la primera semana no vas a sentir nada**. Es normal. Estás cortando el hilo, y cortar un hilo no se siente: se siente después, cuando el pájaro despega.

La semana que viene: **la purificación activa de los sentidos internos** — la imaginación y la memoria. Es decir: qué hacemos con todo lo que ya entró.