

EXPERIENCIAS DE INTERIORIDAD EN EL TRAJÍN DEL MUNDO

Teresa GARCÍA RUIZ

Introducción

La interioridad se ha convertido para nosotros, los seculares agustinos recoletos, en una palabra dulce, de cuya vivencia depende nuestra intimidad con Dios y, por eso también, la paz, la alegría, la fortaleza en la fe, la esperanza continua y el amor.

¿Hacia dónde vamos cuando vivimos el proceso de interioridad? Hacia la casa de Dios dentro de nuestro corazón. Ahí es donde nos encontramos con él y con nosotros mismos delante de él, para trascender con él hacia el hermano, los hermanos y la vida. Esto, en el contexto que sea; en el que estamos inmersos, en el que hemos elegido o en el que, aun independientemente de nuestra voluntad, nos toca vivir.

Lo que quiero decir es que lo que está fuera de nosotros no interrumpe ni estorba ni impide que, en el ejercicio de nuestra libertad y con ayuda de Dios, volvamos a nosotros mismos, hacia un cada vez mayor conocimiento y amor de Dios.

Al principio, cuando se escucha hablar de interioridad y se conocen los pasos que san Agustín nos invita a dar, a saber: «No salgas fuera, entra en tu interior, dentro de ti habita la verdad, trasciéndete a ti mismo» (v. *rel.* 72), lo que nos resulta más difícil son los primeros dos pasos. A veces, porque no se comprenden, y a veces, porque se entienden tan bien que nos asustan. Sí, nos asusta dejar lo conocido para penetrar en lo desconocido.

Pero, como también cuenta el camino, la biografía, nuestra historia, y mucho de lo que vivimos duele, cansa, fatiga, parece no tener sentido o ser una amenaza para nuestra felicidad y plenitud, san Agustín ora así, en *Soliloquios*: «Que me conozca a mí, que te conozca a ti» (*sol.* 2,1). ¿Te imaginas qué distinta es nuestra historia, o qué significado diferente adquiere cada momento de nuestro trayecto cuando, lo que vivimos, lo vivimos a sabiendas de quiénes somos delante de Dios y quién es Dios en nosotros?

Así, todo en nuestra biografía tiene sentido, y lo pasado se integra en un plan amoroso, y lo futuro está claro porque, aunque no sabemos qué viviremos, sí sabemos que nada nos alejará de Dios; contamos con su gracia y estamos dispuestos a vivirla, ya que no hay nada más hermoso que vivir con Dios y ver la vida con sus ojos.

Por eso, junto con decir: «Aquí estoy, Señor, para hacer tu voluntad», podemos decir con san Agustín: «Que me conozca a mí, que te conozca a ti» (*sol.* 2,1), y decirlo así, en cada momento crítico de nuestra vida. Sin caer en la desesperación, al grado de «decir ‘No puedo’, sino que despierte al amor de tu misericordia y a la dulzura de tu gracia, por la que es poderoso todo débil que se da cuenta por ella de su debilidad» (*conf.* 10,4).

En el camino, en la medida en que logramos practicar el silencio en un espacio para estar a solas con Dios o en la medida en que aprendemos a disfrutar la vida con austeridad y mesura, conseguimos no salir fuera. Pero eso no basta, se precisa ir dentro, para encontrarse con Dios y trascenderse con él en actos de amor y servicio al prójimo. Así que, para todo ello, necesitamos tener un gran motivo: hambre de Dios, hambre de amor, hambre de paz, hambre de libertad, de felicidad y de justicia social.

Por un lado, vemos las manifestaciones de un mundo de colores que se disuelve en penas y lamentaciones: «andan como ovejas sin pastor» y «el mundo gime como dolores de parto por ver la manifestación de los hijos de Dios»; y por el otro, vemos falsos profetas que ofrecen, como remedio, caminos y bienes que llevan a la dispersión y la esclavitud.

Y es precisamente hoy, tiempo del que somos corresponsables, cuando el proceso de interioridad se hace cada vez más necesario, como parte indispensable, de entre las múltiples acciones, para el rescate de muchos, mediante un encuentro real con el ‘maestro interior’.

Es gracias al encuentro con Dios en nuestro interior que la vida de cada uno halla sentido y se hace fecunda, mientras caminamos con el yugo suave y la carga ligera que Cristo nos da en este mundo lleno de contradicciones y que nos provoca constantes motivos de lamentación y fatiga.

Antes de emprender el proceso de interioridad, hay que saber que este camino nos permite ganar y conservar la paz, la alegría y la fortaleza de Dios, para hacer frente a los retos cotidianos, y trascender las vicisitudes, controversias y adversidades del mundo actual. Y todo esto, para vivir y extender el reino de Dios.

Por lo dicho hasta aquí, se entiende la insistencia, en el ‘Itinerario formativo agustino recoleto’, de provocar la experiencia de la interioridad, tanto en los ‘Ejercicios espirituales agustinianos’ como en los ‘Talleres de oración’ y en la formación permanente que los seglares agustinos recoletos recibimos, a través de las fichas que vivimos a nivel personal y en fraternidad.

Finalmente, antes de pasar al desarrollo del tema, baste decir que no hay comunidad ni apostolado sin experiencia de interioridad, lo cual en nuestro caso es grave, ya que, para ser agustinos recoletos, es necesario ser contemplativos.

Esto significa que, si al inicio, la práctica de la interioridad se realiza *ex profeso*, buscando un tiempo y espacio para solo ello, después, sin abandonar los tiempos fuertes de encuentro con Dios, toda nuestra vida es una vida contemplativa en la acción. Y la interioridad y trascendencia se notan en quien las vive.

Hay signos visibles que delatan que somos personas contemplativas o como quienes no viven la siempre posible intimidad con Dios que nos crea, salva y santifica desde el interior. Los signos de ambas situaciones son evidentes en las respuestas y propuestas que damos a la vida, lo mismo que en la omisión cometida ante lo que acontece día tras día. Así que nuestra forma de vida y relación con los otros revela la calidad de nuestra relación con Dios. Y conste que de ella depende que vivamos en un mundo más parecido al sueño de Dios.

Sí, pues, no dispones de tiempo para escudriñar todas las páginas santas, para quitar todos los velos a sus palabras y penetrar todos los secretos de las Escrituras, mantente en el amor, del que pende todo (s. 350, 2).

En el desarrollo del tema, ofrezco lo que por experiencia hemos visto como 1) necesario para favorecer la interioridad; 2) lo que no es ni interioridad ni trascendencia, pero ayuda; 3) explicaciones asequibles para los cuatro pasos de la interioridad y 4) experiencias de interioridad.

1. Lo necesario para favorecer la interioridad

Ningún esfuerzo por transmitir la experiencia agustiniana de la interioridad será suficiente para propiciar su vivencia, sin antes arrancar la hierba que aparece por encima, a la vista de todos, en cada persona; o, dicho de otro modo, sin antes remover la tierra. Todo lo que está a la vista son duelos inconclusos, miedos, complejos (timidez y soberbia), inseguridad y desconfianza (consecuencias de múltiples debilidades, frustraciones y desatinos). Porque, ¿quién puede pararse frente a un grupo de personas para hablar de interioridad, sin antes hablar de lo que está a la vista, fuera de nosotros? ¿A quién le importaría escuchar una cátedra sobre interioridad, si la exterioridad es lo que ayuda, aparentemente, o como paliativo, para evadir tantas penas? Lo necesario, entonces, es provocar hambre de Dios.

a) Planteamiento del mundo actual

Lo primero, para favorecer la interioridad, es hacer un planteamiento del mundo actual, cifras, datos, hechos, situaciones, lista de ejemplos de montones

de cosas que nos hieren como hijos, padres, hermanos, ciudadanos de un mundo global, donde unos cuantos se afanan en depredar al ser humano y dañar la casa común. A veces, basta con leer los encabezados de un periódico para provocar hambre de Dios.

Mientras se hace esta exposición, los oyentes cobrarán vida en su interior, con una participación de escucha activa, recordando sus propios duelos y experiencia. Como se ve, hay que despertar corazones adormilados, tocar a los pasivos, llamar a los dispersos, inquietarnos todos.

b) *Anuncio: Dios escucha y traduce los gemidos del corazón*

Después de esto, qué importante resulta preguntar para qué se quiere orar y cuál es nuestra materia de diálogo con Dios. Porque ¿sabes? Dios no escucha cualquier cosa, solo escucha los gemidos del corazón. ¿Qué significa eso? Que hablas sinceramente, clamando a su amor, pidiendo misericordia y dejándote llevar por el Espíritu Santo, que sutilmente te corrige poniendo las palabras exactas, es decir: las palabras que verdaderamente coinciden con tus sentimientos más profundos y que salen del corazón con humildad. Aquí van sentimientos, emociones, pensamientos... Todo alborotado sale a gritos del corazón, y eso es lo que Dios escucha y traduce en tu interior.

Pero, ¿quién es Dios? ¿Lo conocemos? ¿Podemos hablar desde el corazón con alguien a quien no conocemos y del que ni siquiera sabemos si en verdad se ocupa de nosotros, y, más aún, que no sabemos o no creemos que en verdad nos conoce y ama de manera particular?

c) *Ejemplo del clamor del corazón*

Por ejemplo, tenemos a una madre pidiendo a Dios que le quite el Síndrome de Down a su hijo. Ella lo hace a gritos y con llanto. Es sincera, realmente está clamando; pero entra el Espíritu Santo compasivo y le aconseja: «Dios tiene muchos hijos y todos distintos, a todos los ama así como son, pídele además de este que tienes, otro hijo, y a todos los hijos que tengas ámalos en sus diferencias, así como son, porque Dios así los crea y así los ama, para eso los crea. Para eso tienes un hijo con SD: para amarlo. Solo para eso... Ámalo». Entonces, la mujer ya no grita. Sonríe con ternura mientras salen lágrimas dulces por sus ojos, y dice: «Gracias, padre. Perdóname. No lo sabía. ¡Gracias! Así como amas a mi hijo, lo amo yo».

Por lo visto, la mujer quería, en el fondo de su corazón, aclarar con Dios este punto: «Dios, ¿amas a mi hijo? ¿Me amas a mí? ¿Verdaderamente nos amas? Porque, mira, la gente nos ve raros, como si yo fuera culpable, como si él fuera un castigo. Nos miran con pena. La mirada de muchos no me dice que nos amas». Y, al saber que sí, que son amados excelsamente así como son, absolutamente gozados y amados por Dios, ella ya no pide otra cosa más que saber amar.

Como se ve, todos, aun sin conocer a Dios ciertamente, y sin una preparación previa, con tan solo quizás las primeras lecciones para la primera comunión, hemos clamado a Dios, al menos cuando sucede un choque tremendo con la vida. Todos somos capaces de conocer a Dios, pero hay que buscarlo y dejarnos encontrar por él.

d) *Confianza en Dios: ¿Qué busco y qué encuentro cuando busco a Dios?*

Después de identificar una primera experiencia de búsqueda y encuentro con Dios, que podemos definir como un asomo espontáneo y sincero al proceso de interioridad, hecho aun sin mayor conocimiento, podemos celebrar que todo ser humano es capaz de conocer a Dios y saberse amado por él. Lo que buscamos está claro, es la felicidad, y a veces, al menos, la paz.

Después, con el proceso de interioridad, podremos también conocernos delante de él, desde su visión misericordiosa hacia nosotros, sentir la dicha, corresponderle y trascendernos hacia el prójimo en comunión con Dios, para darnos mutuamente la paz.

A Dios hay que buscarlo, encontrarlo y amarlo para seguirlo buscando, encontrando y amando más y más. «Te busco para encontrarte y te encuentro para seguirte buscando con mayor ardor» (*trin.* 15, 2, 2). Entonces, cuando en una oración profunda y verdadera, que no es fantasía ni producto de la imaginación, vivimos un encuentro de intimidad con Dios.

Pero nadie va hacia adentro sin antes conocer verdaderamente a Dios. Por eso, aquí vale mucho leer y meditar:

- 1Cor 13, las cualidades del amor. Ese es Dios. Así nos ama a cada uno de nosotros. Ahora que lo sabemos, podemos buscarlo en nuestro interior, y al hallarlo, sabremos que él es la belleza y el amor comprensivo, seguro y para siempre, servicial, misericordioso, paciente, que se alegra con la verdad y la justicia, y que buscamos en tantas cosas hacia afuera, sin hallarlo.
- El padrenuestro. Hay que permitir que se rece a manera de *Lectio divina* y cada participante descubra su significado en aquellas frases que más

hacen eco en su interior. Por ejemplo: «Padre nuestro que estás en los cielos». ¿Cielos? ¡Cielos! A la gente que amamos le decimos «mi cielo». ¡Es cierto! Los cielos de Dios son nuestros corazones, ese es el cielo de Dios. Ahí, dentro de nosotros ha instalado su reino. Y seguimos: «Santificado sea tu nombre» (que sepamos sentirte, vivir contigo, amarte, corresponder a tu deseo de amarnos amando con tu amor a nuestros hermanos). ¿Qué más dice el padrenuestro? Di una frase, una sola de sus frases y quédate ahí, contemplando su significado. Entre alabanzas y súplicas, con humildad, clamamos al cielo: «Padre nuestro». ¿Nuestro? ¡Nuestro! De amigos y enemigos, de todos... De chicos y grandes... ¡De mis hijos! Mis hijos son también mis hermanos. Hijos de Dios antes que míos, hechura suya, creados por él y para él. ¿Sigues con el padrenuestro? Sigue... Tú sigue... ¡Claro, si tienes hambre! Si no la tienes, es imposible hacer oración; o sea, escuchar a Dios. Tan importante es el padrenuestro que san Agustín ofrece un tratado completo, y con base en él, hay todo un curso en los talleres de oración agustiniana. Es una excelente iniciativa para aumentar nuestro conocimiento y trato con Dios.

- El credo. Lo mismo haríamos después con el credo, que emociona a muchos que han vivido la verdadera interioridad y que, por eso, al rezarlo, logran siempre, una y otra vez, en comunión con la Iglesia, ir en pos del hermano y trascender las adversidades que la vida les pone enfrente.

Con estas tres oportunidades (1Cor 13, padrenuestro y credo), logramos un conocimiento más cercano de Dios. También podríamos meditar Juan 15 y 17, porque en estas lecturas sabemos que para Jesús somos sus amigos, que su mandamiento es el amor, que sin él nada podemos hacer y que Jesús ora por nosotros al Padre.

Pero si, no obstante, hace falta verificar que tenemos hambre de su amor, justicia, verdad, felicidad, seguridad y paz, no podemos perder tiempo: hay que provocar hambre de Dios. Así que vamos con lo que sigue:

e) *Hambre de Dios*

Sea como sea la forma, los tiempos, la manera en la que el expositor es iluminado por el Espíritu Santo para despertar hambre de Dios y confianza en él, lo que importa es saber que para vivir la interioridad se necesita despertar la conciencia de ser dependientes absolutos de Dios, que nos ama con un amor perfecto y eterno. Solo así se puede ir al interior y trascender en un ritmo continuo de búsqueda y encuentro, para ser contemplativos en la acción.

El hambre de Dios nace a partir del autoconocimiento, y hay muchas herramientas, como el eneagrama, por ejemplo, o la caracterología relacional que nos mide teniendo en cuenta la velocidad, la emotividad y el grado de actividad. Sin embargo, conocerse uno no es real, sino hasta descubrirse absolutamente dependiente y necesitado de Dios: necesitado sobre todo de su perdón y de su gracia para vivir bien.

Se necesita estar cansado de ser desdichado para buscar la dicha y la paz. Se necesita estar cansado de cargar la propia vida, haciendo todo por nuestra cuenta y a nuestro modo, para ir en busca del descanso en Dios, conforme a la consigna de su amor: la humildad. Se necesita tener dudas y desconfiar respecto de nosotros y nuestras decisiones, para ir en busca de la sabiduría, el orden, la verdad. Se necesita sentir compasión para querer moverse con los otros, en favor de la justicia social y el bien común.

Y a ti, Señor, ¿de qué modo te puedo buscar? Porque cuando te busco a ti, Dios mío, la vida bienaventurada busco. Que te busque yo para que viva mi alma, porque si mi cuerpo vive de mi alma [espíritu], mi alma vive de ti. ¿Cómo, pues, busco la vida bienaventurada –porque no la poseeré hasta que diga ‘Basta’ allí donde conviene que lo diga–? ¿Cómo la busco, pues? ¿Acaso por medio de la reminiscencia, como si la hubiera olvidado, pero conservado el recuerdo del olvido? ¿O tal vez por el deseo de saber una cosa ignorada, sea por no haberla conocido, sea por haberla olvidado hasta el punto de olvidarme de haberme olvidado?

¿Pero acaso no es la vida feliz la que todos apetecen, sin que haya ninguno que no la desee? Pues ¿dónde la conocieron para así quererla? ¿Dónde la vieron para amarla? Ciertamente que tenemos su imagen no sé de qué modo. Pero es diverso el modo de serlo: el que es feliz por poseer realmente la felicidad y los que son felices en esperanza. Sin duda que estos la poseen de modo inferior a aquellos que son felices en realidad; con todo, son mejores que aquellos otros que ni en realidad ni en esperanza son felices; los cuales, sin embargo, no desearan tanto ser felices si no poseyeran la felicidad en algún grado; porque que desean ser felices es certísimo. Yo no sé cómo han tenido conocimiento de ella, y, consiguientemente, ignoro qué noción tienen de ella, sobre la cual noción deseo ardientemente saber si reside en la memoria; porque si está en esta, ya fuimos en algún tiempo felices. No me preocupa por el momento investigar si todos individualmente o en aquel hombre que primero pecó, y en el cual todos morimos y de quien todos hemos nacido con miseria. Lo que ahora me interesa es saber si la vida feliz está en la memoria; porque ciertamente que no la amaríamos si no la conociéramos. Oímos este nombre y todos confesamos que apetecemos la realidad misma; porque no es el sonido lo que nos deleita, ya que este, cuando lo oye un griego en latín, no le causa ningún deleite, por ignorar su significado; en cambio, nos lo causa a nosotros –como se lo causaría también al griego si se la nombrasen en griego–, porque la felicidad misma ni es griega ni latina, y esta es la que desean poseer griegos y latinos, y las personas de todas las lenguas.

Luego es de todos conocida aquella; y si pudiesen ser interrogados ‘si querían ser felices’, todos a una responderían sin vacilaciones que querían serlo. Lo cual no podría ser si la cosa misma, cuyo nombre es felicidad, no estuviese en su memoria (*conf.* 10, 20, 29).

Esto es tener hambre de Dios. Vale la pena leer todo el libro 10 de las *Confesiones* y, por lo menos, para el tema que nos ocupa, desde el capítulo 20 hasta el final, con la finalidad de conocer a fondo el proceso agustiniano de interioridad, el encuentro con Dios, y los adversarios de la felicidad, mismo bien que buscamos cuando buscamos a Dios.

Hasta aquí he intentado explicar que el hambre de Dios nace mediante el autoconocimiento y la introspección, movidos por la gracia del mismo y único Dios que nos hizo para él y que, por eso, nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en él (cf. *conf.* 1, 1, 1).

«No salgas fuera de ti», «Entra en tu interior», «Dentro de tu corazón está la Verdad», «Trasciéndete a ti mismo». Hacia allá vamos.

2. Lo que no es ni interioridad ni trascendencia, pero ayuda

a) Silencio

El silencio amerita no salir fuera. Sin embargo, el solo silencio, sin ningún objetivo más que la relajación física y mental, no es interioridad. Para que lo sea se requiere tener inquieta el alma, deseosa de estar con Dios. Esto es hacer una cita con Dios y llegar puntualmente. Se trata de estar centrado en tu encuentro con Dios y, aunque el alma grite y aunque haya ruido a tu alrededor, centrarte en el tema que tienes con Dios, hasta lograr, con su ayuda, centrarte en Dios para ir con él hacia el hermano, siempre y en todo lugar.

b) Memoria

En *Conf.* 10, 14, 21-22 san Agustín nos habla del deseo, alegría, miedo y tristeza como pasiones del alma, que tienen su raíz en el pasado, en el presente o en la imaginación como proyección hacia el futuro. En el silencio, todas estas emociones aparecen y hay que captarlas, atraparlas, reconocerlas, identificarlas... Pero no solo para quedarnos con ellas, ya sea para embelesarnos,

autocomplacernos, o autocompadecernos, sino para ponerlas como tema de conversación con Dios.

Así que identificar nuestras emociones y conocer más de nosotros mismos, a partir de ellas, es parte del proceso de interioridad, pero aún no es interioridad. Lo será cuando llevemos todas esas emociones, sentimientos, pensamientos, recuerdos, anhelos, miedos, fantasías y suposiciones delante de Dios, con muchas preguntas, peticiones y deseo sincero de purificar y liberar todo lo que estorba para conocer y amar a Dios; cuando pongamos en orden nuestra vida, ganemos humildad, transparentemos a Dios en nuestra relación con los demás, cuando nos trascendamos con él hacia el prójimo.

Conocernos a nosotros mismos nunca será completo sin conocernos delante de Dios, porque él es más íntimo que nuestra propia intimidad y solo él sabe la verdad sobre nosotros. Así que, si quieres saber sobre ti verdaderamente, hay que preguntar a Dios: ¿Quién soy para ti, Señor? ¿Cómo me ves tú a mí? ¿Qué quieres de mí? ¿En qué te puedo servir?

c) *Conocimiento de la Palabra de Dios*

Es sumamente importante conocer la Palabra de Dios, porque, en la interioridad, vamos a hablar a la Palabra viva con su Palabra y en su Idioma, que es el idioma del amor. Si la Palabra de Dios no te interpela, ni te confronta, ni te lleva a preguntar a Dios sobre ti y tu vida en relación a su plan de amor, si no quieres escuchar lo que te dice a ti de ti, y no ves síntomas de un cambio en tu corazón; si no hay escucha, revitalización, renovación, conversión, no podemos hablar de haber hecho el proceso de la interioridad. Esto, aun y cuando sepamos de memoria la Escritura. Se trata de ser dichosos, y eso se consigue con la escucha y cumplimiento de la Palabra de Dios.

3. Explicaciones asequibles para los cuatro pasos de la interioridad

Como ya se habrá leído en el libro 10 de las *Confesiones*, san Agustín nos explica, desde su experiencia personal y al detalle, los pasos para vivir la interioridad y la trascendencia. Está probado que un corazón inquieto, inmerso en un contexto social controvertido y adverso, se puede sentir hambre de Dios, y en su palabra, tal y como se presenta Dios ante nosotros, lo mismo que en la belleza de su creación, tener plena confianza en él, para ir a su encuentro. La condición

es querer conocerlo para amarlo. De otro modo, imposible hacer interioridad, y mucho menos trascendernos.

a) «*No salgas fuera*»

Lo dice porque sabe que solemos estar fuera de nosotros mismos. ¿Por qué lo hacemos? Porque nos da miedo estar dentro de nosotros mismos, lo cual nos obliga a conocer nuestras luces y sombras, y en ambos casos implica responsabilidad (una respuesta humilde: petición de auxilio y/o acción de gracias). Pero, ¿qué podemos esperar al no salir fuera de nuestro interior? La felicidad. Es más: su fuente, que está dentro de cada uno. Ahí dentro está quien te recibe con todo su amor, y recibe tu súplica y tu alabanza.

No salir fuera de nosotros mismos, como solemos hacer, mirando lo otro y a los otros, el clima, la política, la economía, la moda, las fiestas, los centros turísticos, los ambientes lúdicos, la música, la televisión, el cine, las personas... es el primer paso para hablar con Dios.

Hablar con Dios no te da miedo ¿o sí? Fíjate cómo es que no: no nos da miedo encontrarnos con Dios. Nos han dicho que él nos ama, y es cierto, lo hemos leído en su palabra, nos lo demuestra en los regalos de cada día, en todo lo que él crea y renueva.

Lo que nos da miedo es tener que toparnos con nosotros mismos, antes de hablar con Dios. Pero no hay modo de encontrarlo, ciertamente, sin nosotros, sin el yo que somos, tal cual nos vemos a nosotros mismos. Ya Dios pondrá su luz y seremos mejores. Por ahora, para no salir fuera, hay que vencer el miedo con un acto valiente de humildad, para estar dentro.

No salir fuera tiene un comienzo: callar. Detente antes de consultar a todo el mundo sobre tu vida; detente antes de inscribirte a un nuevo curso, sin haber asimilado aún el anterior; detente antes de encender la radio; detente antes de llorar tus problemas con el vecino; detente antes de pedir un favor a alguien; detente antes de entrar al cine; detente antes de llenar tu agenda de fin de semana... No salgas fuera. Haz una cita con Dios.

b) «*Entra en tu interior*»

¿Qué vas a encontrar? ¡Tantas cosas...! Toda tu persona e historia completa; tus miedos, alegrías, deseos, tristezas, necesidades, excesos, egoísmos, intentos, intenciones... «¡Qué miedo!». Sí, ¡qué miedo! Pero vale la pena.

Al estar dentro de ti, todo eso que ves, míralo bien, lo más que puedas, con

todo detalle, a fondo, y clama al Espíritu Santo para que no salgas huyendo de tu interior. Dite: «¡Dios, me quedo dentro de mí, pero con tu ayuda! ¡Acompáñame! ¿Me estás viendo? Ven, Señor Jesús. Padre bueno, creador nuestro, mándame tu santo Espíritu para permanecer dentro de mí y encontrar a Jesús en mi interior».

Ahí está. Silencio. Atiende a lo que ves en ti que te asusta tanto, mira lo que te duele tanto que te impulsa a salir nuevamente fuera de ti. No te vayas. Quédate. Dios está ahí, él te está esperando. Vive en tu interior. ¿Qué cosa te horroriza? ¿De qué te avergüenzas? ¿Qué vino a tu memoria? ¿Cuál es tu gran pregunta en relación al amor, la familia, tu infancia, tu madre? ¿Qué cosa lloras? ¿Hay algún reproche en tu interior? Lloro, sí, y mantente dentro de ti, mientras permites que salgan todas tus preguntas, tus clamores... Mira a fondo lo que hay en ti. Dios está ahí y él te va a explicar.

Entra pues en ti mismo, y entonces, cuando siguiendo una dirección que te lleva a lo superior, estuvieras allí, no te pares. Lo primero retírate de las cosas de fuera y entra en ti, y luego entrégate al que te hizo y te buscó cuando estabas perdido, y te halló cuando ibas en fuga, y te convirtió a sí cuando andabas apartado. Vuelve, pues, a ti y sube al que te hizo (s. 33, 3).

Cabe destacar que, dentro de nosotros mismos, vemos lo que alcanzamos a ver, y casi siempre tenemos una visión incompleta o distorsionada de nuestra realidad. Vemos de manera parcial y las emociones nos alteran la inteligencia. Dios es quien va a poner la luz sobre todo aquello, para que veamos con claridad y nos conozcamos como él nos conoce, o casi como él nos conoce. Poco a poco, en la medida en la que vivamos el proceso de búsqueda y encuentro, interioridad y trascendencia, en esa medida, sabremos más de nosotros mismos, nuestra vida y misión. Vale la pena pasar el trago amargo y difícil de entrar en nuestro interior. La cosa no termina ahí, estado de conciencia en el que a veces, a primera vista, parece más el infierno, un basurero o un sepulcro, que la vida.

Como se ve, entrar en nuestro interior es la parte más dolorosa del proceso. Y por debilidad, podríamos escapar. Por eso, desde ahí dentro, hay que clamar al Espíritu Santo para que venga en nuestra ayuda, y podamos soportar este trance.

c) «Dentro de ti está la Verdad»

Dios es la verdad. Jesús lo dijo: «Yo soy el camino, la verdad y la vida». Dentro de ti, te has mirado. Y el miedo crece. Algo te aterra, o te duele tanto, que te empuja hacia afuera. Pero tú, mantente dentro. Aguanta. Que crezca el hambre de Dios. Clama al Espíritu Santo: «Padre santo, quiero hablar con Jesús. En nombre de Jesús, te pido que me envíes tu Santo Espíritu. Sí, para hablar con

Jesús. Quiero que me explique mi vida y quiero creerlo. No quiero que esta sea una fantasía. Quiero encontrarme realmente con tu Hijo amado, quiero entender mi vida con Jesús y saber más de mí. ¡Espíritu Santo, ven! ¡Jesús! ¡Amado Jesús!».

Dios está ahí, él te ha llamado, él es quien te ha animado y conquistado para que tu relación llegue a la intimidad y sepas por experiencia personal cuánto te ama y cuánto le importas. ¿Ya lo ves? Él está ahí. Y mira cómo es que Jesús es quien más ha querido estar ahí, contigo, dentro de ti. Su deseo de estar contigo es más grande que tu deseo de estar con él.

«¿Por qué? ¿Para qué?», puedes preguntarte. Ahí dentro, quien es la verdad te dirá quién eres tú para él y lo que quiere vivir contigo. Él te dirá por qué has vivido como has vivido y te dirá también todos los momentos fuertes de tu historia en los que él ha estado ahí. Estar tú, dentro de ti, ha sido tremendamente valiente por tu parte. Ahora estás ahí y la verdad te ama y te habla de ti, de quién eres tú para él. Más sencillamente: cómo te ve él.

d) *«Trasciéndete a ti mismo»*

¿Recuerdas el monte Tabor? Jesús transfigurado con Elías y Moisés. Los apóstoles querían levantar unas tiendas para quedarse ahí, pero Jesús les dice que hay que volver y trabajar por el reino de Dios. Eso es trascenderse. En tu interior, la verdad, el maestro interior, Jesús, te ha enseñado y acompañado para saborear con él el Cielo. Ahora has vivido una probadita de la vida futura. ¡Y llega el momento de trabajar! Para que se haga la voluntad de Dios aquí en la tierra como en el cielo. Que todos conozcan y amen a Dios.

Trascenderse es amar: donar los talentos que has recibido, ponerlos al servicio de los otros, caminar con Jesús atendiendo a las necesidades de tus hermanos, buscar la justicia y la paz, perdonar, comprender... Todo esto solo se hace cuando se vive en oración continua, o sea, de manera contemplativa y activa.

La trascendencia es síntoma de estar realmente en diálogo con Jesús durante los ratos de interioridad que poco a poco se hilvanan, hasta que no haya tiempo y espacio en los que los afanes de la vida te distraigan (y mucho menos te dispersen). Eso significa tener el corazón recogido.

Se trata de vivir en un ritmo de búsqueda y encuentro hasta el final. Si no hay una actitud compasiva y misericordiosa para con los demás, quiere decir que no estuviste en oración, que no viviste la interioridad, sino una especie de interiorización subjetivista que te llevó a un encuentro imaginario con Jesús (o con un ídolo que has tomado por Jesús).

Y si no quieres dejar de salir fuera, es decir, si insistes en estar fuera de ti, huyendo y evadiendo el conocerte y encontrarte con Dios; si no quieres volver a tu interior; si no quieres una cita más con Jesús; si todo en tu vida sigue igual; eso significa que no hiciste oración.

¿Quieres encontrar el sentido de tu vida, el significado y el camino? No salgas fuera, entra en tu interior, dentro de ti está la verdad, trasciéndete a ti mismo... Vuelve a comenzar. Jesús tiene más deseos de ti que tú de él. ¿Lo complaces?

Esta es una clave importantísima: ¿Lo complaces? ¿Cómo no ir al amor que nos conoce y, aun así, nos desea y nos ama? ¿Cómo no conceder a Dios, creador, maestro y amigo paciente, comprensivo y misericordioso que nos enseña a vivir y que, con su amistad, nos da lo que deseamos: un amor perfecto y fiel, seguro y para siempre, que nos da la paz, la sabiduría, el sosiego y la dicha?

4. Experiencias de interioridad

Los seculares agustinos recoletos, para vivir la interioridad, hemos entendido que nada podemos hacer sin la gracia de Dios. Sabemos que, para vivir los cuatro pasos, necesitamos de él.

Una vez superada, a fuerza de voluntad, la incompetencia para no salir fuera, recogernos, guardar silencio y ser austeros; superado el terror de ver nuestro interior con todo lo que nos duele y avergüenza, para entrar dentro de nosotros mismos, aferrados al hambre de Dios y confiados en él; los dos pasos que siguen son un regalo que nos sana, nos libera, nos transforma y hace felices. Somos testigos del amor de Dios y queremos compartirlo.

Te invoco, Dios mío, misericordia mía, que me has creado y no me has olvidado, cuando yo me había olvidado de ti. Te invoco para que vengas a mi alma, a la que preparas para que te acoja con el deseo que le has inspirado. No abandones a quien ahora te invoca, tú que antes de que te invocara me has prevenido y has insistido, menudeando tus llamadas de varias formas, para que te oyera desde lejos, me volviere y te llamara a ti que me llamabas (*conf.* 13,1).

Así que saber que para todo ello contamos con la gracia de Dios es sumamente importante, porque solo así se puede creer y vivir lo que sigue a manera de lista, y que se refiere a los síntomas y consecuencias de la interioridad, como manifestaciones de una continua conversión.

a) *La samaritana (Jn 4,1-42)*

Antes de ello, quiero traer a la memoria a la samaritana, que conocía la palabra de Dios, tanto que esperaba al Mesías que habría de llegar desde el pueblo judío. Ella se dejó interpelar por Jesús, pero, sobre todo, escuchó lo que Jesús le dijo sobre ella misma. Entonces, la vergüenza que le causaba su historia personal se transformó en dicha, tan solo por haberla escuchado contada por Dios mismo, que le ofrecía el agua viva que saciaría todas las expectativas de su corazón. Ella fue a los suyos, les dijo haber encontrado al Mesías y ellos fueron por él. Lo llevaron a su casa y, al final, le dijeron: «Ahora creemos, no por lo que tú nos dijiste, sino porque nosotros mismos lo hemos oído; y sabemos que en verdad él es el salvador del mundo». De eso se trata: no basta que alguien nos diga que Dios nos ama, sino que se precisa que lo conozcamos directamente y le escuchemos en nuestro corazón.

b) *El hijo pródigo (Lc 15,11-32)*

También quiero citar la experiencia del hijo pródigo, que reconoce su gran pérdida y va confiado en la bondad de su padre. La sorpresa, después de su atrevimiento, es que el padre ya lo esperaba, lo reviste, lo restaura y le hace una fiesta. Ese es el Dios, en el que creemos y al que buscamos: un Dios que nos ama, nos espera, nos perdona y nos regala su felicidad gratuitamente. Dios solo quiere amarnos, que nos dejemos amar por él y que le correspondamos, para que la felicidad sea plena en nosotros.

c) *Marta y Lázaro (Lc 10,38-42)*

Ahora bien, para efectos de la vida tan ajetreada de los seglares agustinos recoletos, casados, viudos, con hijos y nietos, que trabajamos y que asumimos varias responsabilidades al mismo tiempo, quiero recordar la experiencia de Marta en su amistad con Jesús, junto con su hermana María.

En aquel tiempo, entró Jesús en una aldea y una mujer llamada Marta lo recibió en su casa. Esta tenía una hermana llamada María, que, sentada a los pies del Señor, escuchaba su palabra. Y Marta se multiplicaba para dar abasto con el servicio; hasta que se paró y dijo: -«Señor, ¿no te importa que mi hermana me haya dejado sola con el servicio? Dile que me eche una mano». Pero el Señor le contestó: -«Marta, Marta, andas inquieta y nerviosa con tantas cosas; solo una es necesaria. María ha escogido la parte mejor, y no se la quitarán».

Cabe mencionar que «María era la misma que derramó perfume sobre el Señor y le secó los pies con sus cabellos» (Juan 11,2). Aquí está la clave: Marta habrá aprendido mucho de ese momento. Y es que su hermana, María, ya había vivido el dolor de perderlo todo: fama, reputación, sentido de vida, seguridad, dignidad... Y, por eso, al encontrarse con el maestro, en aquella ocasión en la que la compasión la llevó a bañar con perfume sus pies y luego, conmovida, los secó con sus cabellos, María experimentó lo que significa com-padecerse y con-moverse, ella y Jesús.

¡Vaya sensibilidad de María, para sentir inmensa ternura de un ser divino que se abaja para compartir con nosotros lo humano! Lo baña y le seca los pies. Cuando Marta escucha «andas inquieta y nerviosa con tantas cosas; solo una es necesaria. María ha escogido la parte mejor, y no se la quitarán»... Vale la pena preguntarnos qué es lo que escuchamos cada uno de nosotros, que nos afanamos en tantos asuntos y no nos abajamos con Jesús. ¿No es él nuestro descanso? ¿No es su yugo suave y llevadero? ¿Podemos vivir más austeros, más sencillos, más simples, más libres? ¡Claro que podemos! Es más: lo necesitamos, porque el precio de la libertad y el sosiego es la austeridad, y Jesús es el «maestro de la humildad», madre de todas las virtudes. Después de tratarlo, de vivirlo en nuestro corazón de manera continua, ya nada es necesario, sino solo él, que vive todo con cada uno de nosotros. De hecho, él es el camino.

Entonces, Marta se habrá sentado a escuchar a Jesús, y después de ello, sin que el quehacer pesara nunca más, contemplando en todas sus tareas lo que había escuchado, gracias a la práctica, aprendió a conjugar binomios con paz: alegría y dolor, trabajo y descanso, día y noche, sueños y realidad, miseria y misericordia, tristeza y compasión.

A todos les pido que, mientras aprendemos más de María, nos com-padezcamos y con-movamos, unos con otros, para que juntos permitamos que se cumpla el plan de Dios. Así que será siempre muy importante animarnos a vivir la interioridad, sin la cual no sabremos para qué hemos nacido ni cuál es nuestra misión particular y en común.

5. Nosotros, síntomas de interioridad

En el mundanal ruido e inmersos en tantas ocupaciones y cosas que nos preocupan, los seculares somos cada vez mucho más conscientes de nuestra necesidad de Dios. La cosa se pone tan difícil que todo nos invita a la interioridad.

Dame fuerzas para la búsqueda, tú que hiciste que te encontrara, y me has dado esperanzas de un conocimiento más perfecto. Ante ti está mi firmeza y mi debilidad;

sana esta, conserva aquella. Ante ti está mi ciencia y mi ignorancia. Si me abres, recibe al que entra; si me cierras el postigo, abre al que llama. Haz que me acuerde de ti, te comprenda y te ame. Acreecencia en mí estos dones hasta mi reforma completa (*trin.* 15,51).

- 1.- El desempleo, el quiebre de una empresa, la separación, el divorcio, el abandono de parte de los hijos, la violencia en el entorno, todo ello, por ser situaciones ajenas a nuestra voluntad, sobre las cuales no tenemos, la mayor parte de las veces, el control, nos convocan a la humildad y, con ella, a la valentía para escuchar la verdad que el ‘maestro interior’ nos quiere revelar, hasta que logremos, con la gracia de Dios, ser creativos, pacíficos y pacificadores.
- 2.- Asimismo, entre las idas y vueltas de la casa a la calle, el trabajo, la empresa, la universidad y el negocio, hemos aprendido a agradecer todo en la vida y a conservar vivo el deseo de volver a nuestros tiempos fuertes de oración. Estamos atentos a los regalos de Dios y vemos que a diario nos envía pájaros que nos cantan al oído, flores nuevas cada mañana, caricias de sol y viento, amigos, sorpresas. A cada uno, Dios da lo que necesita según su temperamento y personalidad.
- 3.- Dios también irrumpe, nos busca, nos quema el corazón y lo ensancha, tanto que hemos aprendido que, cuando el amor no cabe en el pecho, el llamado es a servir, y entonces incentivamos nuestro apostolado en común con los hermanos de fraternidad, nuestra Orden y otros grupos. Todo, para gloria de Dios, en su tiempo y al modo que él pide. Para ello, llevamos las inquietudes del corazón a la oración mediante la interioridad.
- 4.- A veces hay sequedad. Demasiadas frustraciones llegan a tocar el corazón y, de pronto, parece como si no supiéramos cómo retomar nuestra relación con Dios. Entonces, como primerizos, suplicamos que sea él quien tome la iniciativa y, como san Agustín, pedimos a Dios Trino que nos llame, que nos convenza, que nos atraiga. Ya sabemos que Dios lo hace, así que aumenta nuestro deseo. Asimismo, confiados en el deseo mutuo de Dios y de nosotros, el encuentro llega justo a tiempo (en el tiempo de Dios). Ahí, con él y en él, gracias a la interioridad, recibimos las respuestas que vamos a dar a cada situación y circunstancia de vida.
- 5.- Sin palabras. La vida, a veces, nos deja callados. Entonces, no tenemos palabras, no sabemos qué decir o cómo decirlo. En ese caso, nos alegra que sea tiempo de escuchar a Dios, ya que nosotros no tenemos nada que decirle. Tomamos los salmos y, al leer con el corazón la liturgia de las horas, confiamos en que un versículo, una frase, una palabra... nos prenderá el corazón hasta el encuentro íntimo con Dios.

- 6.- Presencias significativas. Un vagabundo, un campesino, un anciano, un moribundo, un preso, un niño, un amigo... En ellos nos resulta muy fácil ver a Dios, ya que, por su sencillez, lo transparentan. Entonces, lo que vemos en tanta gente hermosa, es lo que podemos también compartir. Esos encuentros humanos nos hacen penetrar en nosotros mismos y preguntar a Dios cómo podemos ser tan transparentes para que quien me vea lo vea a él; qué nos haría falta hacer para lograr lo que ellos espontáneamente hacen. Seguro que la respuesta que recibimos es humildad. Así que seguimos en el proceso de interioridad hasta encontrarla y vivirla, tal como enseña el 'maestro interior'.
- 7.- Otro camino de interioridad es ofrendarnos a Dios continuamente, ratificando una y otra vez nuestro deseo de ser suyos. Escribir la propia vida, o dibujarla, graficarla, representarla en un collage o una cajita con símbolos que expresen momentos fuertes y personas significativas. Este ejercicio nos relaja, porque es manual, nos lleva al silencio y a la concentración. Entonces aparece un tema importante y vamos hacia dentro a hablar con Dios, lo escuchamos, nos sabemos acompañados y amados por él, y solo así es que podemos trascender tantas historias viejas y continuar el viaje.
- 8.- Mirar lo que escuchamos en la palabra de Dios es también un camino hacia el interior. La palabra de Dios la escuchamos con el corazón y ahí dentro la miramos: miramos a Dios que nos explica la vida, nos interpela, nos confronta, nos sana, nos purifica y libera.
- 9.- Cuando aprendemos a leer la palabra de Dios así, para mirarla, aprendemos también a captar su mirada sobre nosotros: la mirada de Jesús es descrita en los evangelios, donde se nos dice lo que dijo y lo que hizo, pero también lo que vio: «los vio», «la miró», «fijando su mirada en él», «mirándolos fijamente», «al ver su fe»... Fíjate cómo vio a Natanael o a la samaritana: les reveló su vida, puso la luz sobre su historia y la consecuencia fue libertad. Cómo vio al joven rico (cf. Mc 10,21), a Pedro (cf. Jn 1,42), a la viuda de Naín (cf. Lc 7, 13-14), a los fariseos (cf. Lc 9,47), a los que interceden por el paralítico (cf. Mt 9, 1-7). Así que ir a Misa y escuchar la palabra de Dios es también ver cómo él nos mira, y buscarlo dentro, para saber más lo que él nos ama y lo que quiere para nosotros, o actuar en favor de muchos a través de nuestra amistad con él. Su mirada nos enseña a mirar nuestra vida y la de nuestros hermanos.
- 10.- Sabemos que el misticismo es el mayor acto de la inteligencia humana, porque es justamente cuando la inteligencia se convierte en sierva de la sabiduría de Dios, que nos ilumina para ver con claridad. El encuentro

real con Dios, en el que te conoces, lo conoces y conoces quién eres para él y lo que él quiere vivir contigo, y dar al mundo a través de ti, solo se podría ver limitado por nuestra necesidad. A veces nos da miedo vivir el proceso de interioridad y trascendencia, tal cual es. Pero los cristianos somos Cuerpo de Cristo (cf. 1Cor 12, 12-26), para que Jesús se haga presente en el mundo a través de nosotros. Así que, cada vez que un cristiano logra vencer la necesidad, trascenderse y encontrarse con Dios, algo bueno sucede en el entorno. Y eso queremos hacer por encima de todos nuestros miedos. Contamos con la gracia de Dios. «Cualquier cosa que llegues a figurarte, no es él. Cualquier cosa que comprendas con tu mente, no es Dios» (s. 21, 2). La perspectiva agustiniana es que nosotros nos incorporamos en la infinitud del amor de Dios, en el Cuerpo Místico de Cristo, y allí nos quedamos insertos e inmersos en medio de él (cf. s. 229 A, 1; *ciu.* 10, 6).

- 11.- Dar el corazón a Jesús no significa dejar de amar a otras personas. Al contrario, los laicos, y seguramente también los religiosos, cuando amamos a Jesús, crecemos en amor hacia el hermano, el esposo, la esposa, los hijos, los amigos. Entonces, para mantener nuestro amor ordenado y bello, como reflejo del amor de Dios, descubrimos que necesitamos ir más dentro de nosotros mismos, para trascendernos y asegurarnos de amar con la calidad debida a cada persona.
- 12.- Hay lecturas bíblicas que dan vueltas en la cabeza y nos inquietan el corazón. Sentimos deseos de entenderlas y, al mismo tiempo, un poco de miedo, porque cada lectura comprendida implica una respuesta de nuestra parte. Entonces llevamos esa lectura como tema de conversación con Dios hacia dentro del corazón, y salimos adelante gracias al ‘maestro interior’, que nos revela más sobre el significado de la Escritura y que, además, nos da la gracia de vivirla.
- 13.- En una encrucijada hacemos alto, miramos los caminos, recordamos que somos Cuerpo de Cristo y que nada hay que nos pueda separar de él. Jesús es el camino y la patria, así que seguimos su pista en la humildad, verdad, caridad, belleza y bondad, integrados en su Cuerpo Místico. Y desde esta realidad bendita hacemos alto, silencio, memoria, diálogo con Jesús, contemplación de Cristo en la cruz, sublimación y trascendencia. Todo esto suena fácil, pero en el proceso hacia adentro y para la trascendencia, muchas veces, sobre todo en la toma de decisiones difíciles, lloramos, nos resistimos, nos rendimos, pedimos perdón, damos gracias y alabamos a Dios, mientras cedemos a otros la libertad de no compartir nuestra experiencia. Muchas veces hemos descubierto que Dios llama siempre y cambia de planes cuando él quiere, pero, gracias a las ense-

ñanzas agustinianas, sabemos que, para discernir, se necesita tiempo y oración con acompañamiento espiritual.

- 14.- Consuelos. Al inicio de la experiencia de interioridad podemos caer en fantasías o bien en encuentros reales con Dios, llenos de consuelos. Para identificar lo primero, basta con ver si somos o no mejores personas, si algo en nosotros ha cambiado para bien nuestro y de los que comparten con nosotros la vida. Y respecto de los segundo, advertidos sobre ello, disfrutamos, agradecemos y amamos a Dios desinteresadamente, siempre mucho más a él que a sus consuelos.
- 15.- En la vida tan ajetreada, gracias al rezo de la liturgia de las horas, se quedan resonando en nuestro corazón algunos fragmentos de los salmos, así que una frase al amanecer, antes de entrar a una reunión, al ir a una fiesta, en la oficina, en todas partes, conservan nuestra oración continua para vivir dulcemente y dormir felices, en diálogo con Dios.

Conclusión

La formación que hemos recibido nos ha obsequiado como punto central de nuestra vida el proceso de interioridad, que a su vez nos ha hecho contemplativos. Ser contemplativos, en la escucha constante de Dios, nos permite vivir en el mundo sin ser del mundo, y sin perder de vista nuestra misión evangélica. Dios vive con nosotros nuestra vida y lo sabemos. Eso nos hace sentir felices y en paz, aun en medio del dolor y las tempestades de la vida.

Teresa GARCÍA RUIZ

Fraternidad Seglar Agustina Recoleta

México

Resumen

Las presentes páginas pretenden provocar hambre de Dios, caer en la cuenta de la necesidad que el hombre contemporáneo tiene de él para trascenderse hacia él y, con él, al prójimo. Asimismo, se subraya que, uniéndose a él, trasciende su mirada respecto a las situaciones controvertidas y adversas del mundo actual, de modo que aprenda a mirirlas con los ojos de Dios. Para vivir la interioridad

y trascendencia, es preciso saber a quién iremos: amor (1Cor 13), Padre Misericordioso (padrenuestro); Trinidad e Iglesia (credo), amigo que nos manda amar (Jn 15), único mediador y cabeza (Jn 17). En esta intimidad con Dios se descubre la misión que cada uno tiene encomendada y se vivirá el espíritu de las bienaventuranzas.

Abstract

These pages aim to move the contemporary man to hunger for God, to discover his need to transcend himself towards God, and with Him, toward his neighbor. It also emphasizes the fact that, as he unites himself to God, his outlook transcends the controversial and difficult situations of the present world, in such a way that he learns to look at them through the eyes of God. To live interiority and transcendence, it is necessary to know to whom we are going: love (1Cor 13), the Merciful Father (Our Father), the Trinity and the Church (creed), a friend who commands us to love (Jn 15), the only mediator and head (John 17). In this intimacy with God, the mission entrusted to each one is discovered and the spirit of the beatitudes is lived.