

RICARDO SADA

Consejos para el progreso espiritual



PATMOS
LIBROS DE ESPIRITUALIDAD

RIALP

RICARDO SADA FERNÁNDEZ
CONSEJOS PARA EL PROGRESO
ESPIRITUAL

EDICIONES RIALP
MADRID

© 2021 *by* RICARDO SADA FERNÁNDEZ
© 2021 *by* EDICIONES RIALP, S.A.,
Manuel Uribe 13-15, 28033 Madrid
(www.rialp.com)

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopias, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del copyright. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita reproducir, fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Realización ePub: produccioneditorial.com

ISBN (edición impresa): 978-84-321-6000-4

ISBN (edición digital): 978-84-321-6001-1

Cubierta: Hoja de manuscrito de Cristo en majestad (ca.1180). © Metropolitan Museum.

ÍNDICE

PORTADA

PORTADA INTERIOR

CRÉDITOS

PREÁMBULO

I. EL PROGRESO EN LA VIDA ESPIRITUAL

INFANCIA, ADOLESCENCIA, EDAD ADULTA

PRINCIPIANTES O INFANTES ESPIRITUALES

LA ETAPA DE LOS PROFICIENTES, O EL ADOLESCENTE ESPIRITUAL

LA PERFECCIÓN O EDAD ADULTA ESPIRITUAL

II. DOS ACENTOS DE LA VIDA INTERIOR

EL ACENTO ASCÉTICO

EL ACENTO MÍSTICO

PROS Y CONTRAS

III. LA ASCÉTICA COMO MEDIO

LA ASCÉTICA COMO MEDIO

EL PROTAGONISTA ES DIOS

EXPERIENCIAS DE VIDA: CUANDO LA ASCÉTICA SE CONVIERTE EN FIN

IV. ESCOLLOS PARA LOS PLANTEAMIENTOS MÍSTICOS

LA FALSA HUMILDAD

LA *MÍSTICA* COMO VOCABLO PEYORATIVO

LA CONFUSIÓN CON LOS CAMINOS EXTRAORDINARIOS

¿EXCLUSIVA PARA MONJES Y MONJAS?

DOS ESCOLLOS MÁS: LA ENVIDIA Y LA BURLA

LOS MALOS DIRECTORES ESPIRITUALES

ARDIDES SUTILES DEL DEMONIO

V. PREMISA: RECOGIMIENTO INTERIOR

UN DIOS ESCONDIDO

UNIFICARNOS EN LA DISPERSIÓN

INCURSIONAR EN UN ABISMO

VI. PREMISA: PUREZA DE CORAZÓN

NADA SINO TÚ, SEÑOR

¿CÓMO SABER SI MI CORAZÓN ES PURO?

OPORTUNIDADES DE DESPRENDIMIENTO: LA ENFERMEDAD CRÓNICA Y

LA VEJEZ

VII. PREMISA: EL AMOR A LA CRUZ

LA CRUZ, PIEDRA DE TOQUE DEL AMOR

SER DE LA CRUZ

VIII. PREMISA: DOCILIDAD AL ESPÍRITU SANTO

MOVIDOS POR EL ESPÍRITU DE AMOR
ACCIÓN DISCRETA Y SILENCIOSA

IX. EL PUNTO DE INFLEXIÓN
¿EN QUÉ SITUACIÓN NOS ENCONTRAMOS?
PROCESO SIMULTÁNEO
LA SÍNTESIS DE SAN JUAN DE LA CRUZ

X. LA MÍSTICA Y LOS MODOS DE ORACIÓN
LA POLARIDAD EN LA ORACIÓN: ÉL O YO
FE Y CONTEMPLACIÓN

ALGO *NUEVO* SUCEDE CON LA MÍSTICA

XI. ACCIÓN MÁS INTENSA DE LOS DONES
¿QUÉ HACER PARA QUE ACTÚEN MÁS INTENSAMENTE LOS DONES?
RECEPTIVIDAD

XII. PERMANECER EN LA MÍSTICA ES PERMANECER EN EL AMOR
LOS CONSEJOS TIENEN QUE VER CON EL AMOR
AMOR PURO, DESINTERESADO, CRECIENTE
AMOR PERSONAL, DE INMEDIATEZ Y PERMANENCIA
SOLTAR A LAS ALMAS PARA QUE APRENDAN EL ARTE DEL AMOR
DIOS LO DESEA... PERO NO SIEMPRE LO DA
PEDIR LA CONTEMPLACIÓN
LOS VAIVENES Y LOS GRADOS EN LA MÍSTICA
A MODO DE SÍNTESIS

APÉNDICE I DECLIVE DE LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA A PARTIR DEL
SIGLO XVII

PATMOS, LIBROS DE ESPIRITUALIDAD

AUTOR

PREÁMBULO

«No es mi intención ni pensamiento que será tan acertado lo que yo dijere aquí que se tenga por regla infalible, que sería desatino en cosas tan dificultosas. Como hay muchos caminos en este camino del espíritu, podrá ser acierte a decir de alguno de ellos algún punto».

(SANTA TERESA DE JESÚS, *Fundaciones* c. 5, 1)

BIEN DICE TERESA. En estos caminos del espíritu cada uno ha de ir por el propio. Con ella y con el poeta diremos que *cada caminante siga su camino*[1]. ¿Qué pretenden, entonces, estas líneas? Simplemente dejar constancia de algunas experiencias —positivas y no tanto— sobre las distintas fases de la vida interior, invitando al *progreso*. A conjurar el peligro del estancamiento espiritual: ese estado que se ha dado en llamar *almas retardadas*[2]. Porque en los ámbitos de lo divino no basta dejar que el tiempo pase: no avanzar es retroceder. Si eso sucede, las ilusiones de juventud serían decepciones de madurez o amarguras de ancianidad. O sorpresas de catástrofes espirituales donde menos las esperábamos.

Con la santa de Ávila soy, pues, consciente, de tratar aquí *cosas dificultosas*. Pero me atrevo a hacerlo por si *acierto a decir algo en algún punto*. Si eso sucediera, daría por bien empleado mi trabajo.

[1] En 1938 el director de la escuela de Oficiales del Estado Mayor le pidió a Antonio Machado un lema para la institución. Le sugirió este.

[2] REGINALDO GARRIGOU-LAGRANGE, *Las tres edades de la vida interior*, tomo I, pp. 531ss. Por *almas retardadas* designa el teólogo dominico a quienes, pasado el

tiempo, no progresan en su vida espiritual. Como el niño que no atraviesa con normalidad el punto de inflexión para la adolescencia. Continúa su crecimiento biológico, pero no el psicológico, y resulta entonces enano perpetuo. Algo análogo ocurre en la vida espiritual.

I. EL PROGRESO EN LA VIDA ESPIRITUAL

«Si dices: ¡ya basta!, estás perdido».
(SAN AGUSTÍN, *Sermón* 169, 18)

ES DESIGNIO DE DIOS que ninguna creatura viva reciba desde el principio la perfección a que está llamada: el cambio forma parte de nuestra naturaleza[1]. Solo Dios puede decir: *Yo, Yahveh, no cambio*[2]. Detenerse es decaer: «Quien no crece y va adelante, vuelve atrás»[3]. «Quien no avanza, retrocede»[4]. «Desde que uno deja de avanzar, inmediatamente decae»[5].

De este progreso, y de los riesgos de menguar por descuido o confusión, intentamos hablar en estas páginas.

INFANCIA, ADOLESCENCIA, EDAD ADULTA

Santo Tomás compara las etapas de la vida espiritual con las de la corporal[6]. Los principiantes o *incipientes* son niños. Los aventajados o *proficientes*, jóvenes. Quienes han alcanzado mayor desarrollo —un cierto grado de *perfección*—, adultos.

Pero, ¿qué caracteriza cada etapa? De manera simplificada —en realidad, *muy simplificada*—, diremos que la infancia es *la etapa de la obligación*. La juventud, *la de las virtudes*. Y en la edad adulta, lo que rige es *el amor*. Pero apresurémonos a decir que la clasificación no es rígida: el *incipiente* o el *proficiente* se mueve también por el amor, y en el *perfecto* debe continuar, y con mayor exigencia, el ejercicio de las virtudes.

Incluso en estos últimos podrían resurgir burdas tentaciones, como si de principiantes recién salidos del pecado se tratara. O un principiante puede experimentar de pronto elevaciones místicas. Los esquemas rígidos no

empatan con la soberana actuación del Espíritu de Dios. Ni con las pruebas que Él envía.

Pero, sin duda, el esquema ayuda: presenta la vida interior como algo *progresivo*, tendiente a la plenitud: la del amor a Dios.

Diremos también que —como en la vida humana— en la del espíritu hay momentos de transición. Todo ser humano ha de abandonar el estado anterior para acceder al nuevo. Y eso entraña —como el paso de la crisálida a la mariposa— dolores de crecimiento. Los progresos espirituales suelen presentarse a la par de renunciaciones y aflicciones. Quien no está dispuesto a hacerlo, quien rehúye las nuevas exigencias, no es que se quede como está, sino que le acecha el peligro ya mencionado: ser *alma retardada*[7].

Abundemos algo más sobre cada etapa de la vida interior.

PRINCIPIANTES O INFANTES ESPIRITUALES

Es *principiante* o *incipiente* quien vive su primera conversión o, propiamente, su *justificación* (del griego, *dikaiosis*). Este concepto —fundamental en la teología católica— señala el paso del estado de pecado al estado de gracia. Si alguien permanece en pecado mortal, no es que sea *incipiente* en la vida espiritual, es que no ha nacido a ella. Pero si la gracia santificante llegó a él, ha comenzado su vida nueva. El inicio es balbuciente, y no presenta aún virtudes consolidadas: tendrá que ceñirse a lo preceptivo, es decir, a *la obligación* de la ley. Haciéndose violencia si es preciso, su horizonte se concretará en cumplir el Decálogo y resguardarse de los asaltos de la concupiscencia. Su cometido será fundamentalmente negativo: evitar que la gracia santificante desaparezca. «Existen diversos grados de caridad según las diversas obligaciones (*studia*) que el progreso en esa virtud impone al hombre. *El primer deber que le incumbe es evitar el pecado y resistir a los halagos de la concupiscencia* que nos impelen en sentido opuesto a la caridad: es el deber de los *incipientes*, en quienes la

caridad tiene que ser sostenida para que no desaparezca»[8].

La etapa es, pues, prevalentemente *negativa*: se trata de mantenerse en pie, evitando el pecado mortal. Luego el venial, para continuar la batalla contra las imperfecciones voluntarias. El *principiante* se mueve más en parámetros humanos que en divinos. Sus movimientos espontáneos proceden básicamente de objetos exteriores y algo, poco, del influjo del Espíritu de Dios, ya presente en él, pero en ciernes. Vive el Evangelio más como temor que como amor. Intentará cumplir las leyes, pero no como espacios de crecimiento sino como sistema de obligaciones. Sus oraciones serán escasas y laboriosas, y en ellas apenas tendrá conciencia de estar con Dios. Su vida transcurrirá normalmente sin acoger la presencia del Señor.

El infante en la vida espiritual experimenta vivamente tendencias contrarias al Espíritu. Carece de celo apostólico y tampoco está en condiciones de ejercitarlo. Sufre esporádicamente considerables desórdenes interiores. Enzarzado en sangrientas batallas, experimenta la vida en Cristo como ejercicio duro y fatigoso.

Superar esas dificultades requiere —según la terminología de san Juan de la Cruz— adentrarse en las *purificaciones activas*, especialmente las de los sentidos externos: la represión de apetitos desordenados que podrían acercarlo al peligro. Ha de *mortificar* —*mortem-facere*, dar muerte— el sentido de la vista, del oído, del tacto, del gusto, cuando le presentan algún objeto pecaminoso. Pero también cuando no, cuando se trata de algo lícito pero que lo aparta de la línea que se ha trazado. Con la purificación activa o mortificación irá logrando que el peligro de retornar a su situación primera sea más remoto. Esa *purificación activa* incluirá no solo la penitencia corporal, sino también la de los sentidos internos: memoria e imaginación, cuando se ven acechados

por cualquier género de tentaciones, o simplemente cuando llevan al sujeto a vagar por espacios fútiles.

El progreso para el principiante vendrá dado, pues, por esa parte negativa a que nos hemos referido. Si desea seguir adelante, intentará liberarse de cuanto le resulta rémora para su avance: desprenderse de objetos o entretenimientos vacuos, huir de la complacencia en logros personales, rectificar metas egoístas, romper la esclavitud del materialismo, de la sensualidad, de las aficiones desordenadas... así va integrando su existencia en dirección al crecimiento de la gracia —principalmente con la frecuente recepción de la Eucaristía y la Confesión—, al tiempo que programa su día con prácticas de piedad, convenientemente distribuidas. Si es fiel, pronto habrá desarraigado sus defectos principales e irá, insensiblemente, transitando hacia la siguiente etapa.

LA ETAPA DE LOS PROFICIENTES, O EL ADOLESCENTE ESPIRITUAL

Escribe santo Tomás: «Un segundo deber viene después: *velar para ir creciendo en el bien*; y esto es propio de los *proficientes*, que se esfuerzan sobre todo en conseguir que la caridad se fortalezca y desarrolle»[\[9\]](#).

El principiante, atento a evitar los asaltos de la concupiscencia y a practicar la piedad cristiana, va consolidándose en la gracia habitual o santificante. Evita decididamente no solo el pecado mortal y las ocasiones que a él pueden orillar, sino también el venial deliberado y las imperfecciones que advierte cada vez más claramente. Iluminado por el asiduo trato con Dios, otea en su horizonte diversas posibilidades de avance a través de sucesivas conversiones, de mejoras, de metas. Parece ir superando la mera obligatoriedad de la ley y va logrando la consolidación de virtudes, a través de lo que se suele llamar *lucha ascética* (del griego *asketés*: el que practica una profesión, el que se ejercita, el atleta).

La palabra *ascética* quizá no resulte muy familiar al lenguaje contemporáneo. Será más comprensible *training*. Todos sabemos que no es posible obtener ningún éxito deportivo ni profesional sin *training*, sin entrenamiento. El *training* lleva al dominio cada vez mayor de cierta disciplina, como el pianista o el futbolista. El *proficiente* se ejercita para consolidar las virtudes morales[10] que lo dotarán de una personalidad más rica, y constituirán la base donde se apoye su organismo sobrenatural.

La gracia de Dios —que ha acompañado al incipiente desde su conversión—, encuentra ahora un sustrato de hábitos buenos en los que descansar. Pero como esos hábitos buenos naturales necesitan un modo de actuación superior al humano —se trata de una meta divina—, la gracia recibida no llega sola, sino acompañada por las virtudes morales *infusas* y por los dones o regalos del Espíritu Santo. El cristiano está llamado a producir frutos más que naturales[11].

La gracia, la ascética —el *training*— y la acción del Espíritu Santo, han ido robusteciendo al *proficiente* o *adelantado*. Las virtudes infusas y los dones que acompañan a la gracia santificante encuentran apoyo. Los hábitos se consolidan y va quedando lejos la mera obligación. El *training* permite al *proficiente* moverse con soltura en el campo oracional y encuentra no solo mayor facilidad, sino un nuevo gozo en el ejercicio del bien. Al tener su *casa sosegada*[12] —es decir, habiendo superado apegos y desórdenes interiores—, vive ahora con mayor libertad y alegría. No son pocas las personas que llegan a esta edad espiritual.

Lógicamente, el sujeto que anda por esta segunda fase no ha alcanzado la meta: mantiene aún cierta rudeza natural. Son frecuentes sus distracciones al orar, le son gravosos el silencio y el recogimiento, vive en la exterioridad: los distractores ejercen sobre él un fuerte atractivo, que a veces lo aprisionan. Puede cansarse, dejar que se