

## Sombras en la oración

**Nueva York / Religión** – Un desafío para los lectores de Madre Teresa: Ven, se mi luz, la colección de cartas de la Beata Teresa de Calcuta publicada el pasado otoño, es el de distinguir entre las palabras oscuridad, aridez, desolación, incredulidad, depresión y desesperación –las siete "Ds"–. A nivel popular, algunos periodistas, analistas y bloggers mezclaron la "oscuridad" con la "incredulidad" de la Madre Teresa.

Christopher Hitchens, escritor ateo, autor de *God Is Not Great (Dios no es grande)*, no fue el único en preguntarse, luego de leer algunas selecciones del libro, si la "santa de las alcantarillas" era una atea encubierta. Incluso devotos católicos tuvieron dificultades para entender cómo la Madre Teresa, considerada como un parangón de la fe, podía haber sentido una sensación de abandono de parte de Dios. Mientras algunos católicos vieron su ejemplo como uno de fidelidad digna de destacarse, otros se sintieron perturbados al leer frases como: "No tengo fe". Una mujer me preguntó: "¿Cómo puedo esperar tan siquiera rezar, cuando ella no podía creer?"

Estas reacciones muestran cuán fácil es para los medios y el público sentirse confundidos por las complejidades de la vida espiritual y, también, lo confusa que puede tornarse la terminología, incluso para aquellos que tienen la costumbre de rezar.

Las "siete D's", no obstante, son claras, y hace mucho que los guías espirituales cristianos usan términos específicos para referirse a diferentes experiencias. Uno puede experimentar sequedad sin depresión (por ejemplo, durante un retiro cuando uno intuye que el período de sequedad en la oración es temporal). Uno puede estar en la oscuridad sin ser incrédulo (como le sucedió a Santa Teresa de Lisieux, que siguió creyendo a pesar de la sequedad espiritual hacia el final de sus días). Las experiencias también se pueden traslapar. La oscuridad puede llevar a la duda ocasional, como en el caso de la Madre Teresa. Y la depresión puede llevar, tal como lo saben incluso ateos y agnósticos, a la desesperación.

## Visible oscuridad

Desde San Gregorio de Nyssa, en el siglo cuarto, la oscuridad ha sido un tema importante en la espiritualidad cristiana. Tal vez la fuente más citada al respecto es San Juan de la Cruz, un místico español. Irónicamente, puede que sea también el más mal citado, como se puede ver por las frecuentes referencias a la "noche negra del espíritu". Su poema original del siglo 16 se llama simplemente *Noche oscura*.

"Noche oscura"; sin embargo, es sólo una manera de describir una particular manera de sentirse alejado de Dios. Al mismo tiempo que San Juan escribía, San Ignacio de Loyola escribió sobre "desolación" en sus *Ejercicios Espirituales*. De modo que incluso a los cristianos más educados se les puede perdonar que se pregunten: ¿estos dos santos hablan de dos fenómenos iguales, o parecidos, o diferentes?

Para agregar a la confusión, cuando un director espiritual usa "oscuridad", otro puede usar "aridez" para describir el mismo fenómeno. "Y a veces los directores también pueden ser presumidos," dice Jane Ferdon, O.P. quien ha capacitado a directores espirituales en California durante 20 años. "¡La gente puede decir que están en la oscuridad, y nosotros, los directores espirituales asumimos que sabemos de qué están hablando!"

Quizás la confusión surge no sólo de un uso impreciso, cambiante de las palabras, que se superponen unas a otras, sino también de no darse cuenta que todos los que rezan en algún momento se encontrarán en muchos de estos estados.

¿Cuáles son estos estados? ¿Cómo afectan nuestra relación con Dios? Cuaresma es un buen momento para reflexionar sobre estas categorías, no sólo como una manera de contactarnos con nuestra espiritualidad, sino que también como una invitación para meditar sobre la propia expresión de soledad de Cristo en la cruz: "Dios mío, ¿por qué me has abandonado?"

A continuación hacemos una breve revisión de las siete "Ds", empezando por algunas definiciones simples, seguidas de comentarios de maestros espirituales del pasado y del presente.

## Definiciones y descripciones

1. La *oscuridad* es un sentimiento de la ausencia de Dios después de haber desarrollado una relación personal con Él. Para San Juan de la Cruz hay dos tipos de "noches oscuras". La "noche oscura de los sentidos" es una experiencia de nuestras propias limitaciones y la ausencia de los lazos que conllevan el consuelo proporcionado por la oración. Es "una influencia de Dios en el alma, que la purga de sus ignorancias e imperfecciones habituales", escribió San Juan. En una etapa posterior, algunos experimentan "la noche oscura del espíritu", que es un desafío aún mayor para la fe. Pero ambos son pasos hacia una unión más profunda con Dios.

Janet Ruffin, R.S.M., profesora de espiritualidad y dirección espiritual de Fordham University describe la noche oscura de San Juan como una "experiencia mística de Dios que abruma nuestra manera normal de aprehender a Dios, y lleva no sólo a un aumento en la fe, la esperanza y el amor, sino que finalmente a un lugar de luz". Ella cree que si bien casi todos los que rezan seriamente encontrarán la noche oscura de los sentidos, relativamente pocos vivirán la noche oscura del alma.

Una experiencia de oscuridad puede ser una puerta a encontrar a Dios en la nada, y una entrada a la vía negativa. Ruth Burrows, monja carmelita, escribe en su libro *Essence of Prayer (Esencia de la oración)* que Dios "quiere que confiemos en él lo suficiente como para que vivamos con él sin temor, en total indefensión en su presencia. Podemos realmente decir que las enseñanzas de San Juan de la Cruz tiene como único fin el traernos hacia su pobreza interior."

Una persona en la oscuridad se siente lejana a Dios. Sin embargo con paciencia (sea que podamos identificar cuál "noche oscura" se está viviendo, o no) se puede abandonar la necesidad de sentir la presencia de Dios constantemente, y gradualmente circular por la oscuridad para descubrir una mayor intimidad con Dios.

2. La *aridez* es un tiempo limitado en que se siente vacío en la oración. "La aridez es más temporal que la oscuridad", dice William A. Barry, S.J., autor de *God and You: Prayer as a Personal Relationship (Dios y tú: la oración como una relación personal)*. Cualquiera que rece a ratos sentirá aridez en la oración, cuando parece que no sucediera nada. "No hay muchas posibilidades de consuelo sensato", dijo el Padre Barry en una entrevista.

Estas partes naturales de la vida espiritual pueden incrementar nuestra apreciación de momentos más enriquecedores. Uno nunca sabe qué tipo de cambios interiores ocurren durante tiempos de "sequía", y estar con el Dios viviente en oración, siempre tiene la capacidad de producir cambios. Siendo novicio jesuita, en una oportunidad le confesé a mi director espiritual que no sucedía nada durante mis oraciones. Parecía una pérdida de tiempo. "¿Estar en la presencia de Dios es una pérdida de tiempo?" me preguntó.

Incluso amistades íntimas a veces tienen períodos de aburrimiento o silencio, así también nuestra relación con Dios puede atravesar por épocas de aridez. Pero estar con los amigos en esos momentos es necesario si se quiere que la amistad se mantenga y sea más íntima.

3. La *desolación* es sentir la ausencia de Dios unida a una sensación de desesperanza. San Ignacio de Loyola lo describe "como oscuridad del alma, como turbación en ella, moción hacia las cosas bajas y terrenas, inquietud de varias agitaciones y tentaciones". Es más que sentirse desalentado y triste. "A menudo se confunde desolación con sencillamente sentirse mal"; dice Barry. "Pero es más exacto decir que es una sensación de estar separado de Dios."

Margaret Silf, columnista de America y autora de *Inner Compass: An Invitation to Ignatian Spirituality*, (*Compás interior: una invitación a la espiritualidad ignaciana*), señala que la desolación conlleva aislamiento. "Los que están desolados están de espaldas a la luz de la presencia de Dios", me dijo, "y más concentrados en las sombras". El Padre Barry concuerda. "En la desolación hay más énfasis en la persona que en Dios", dice. "Finamente esto lleva a la desesperación."

La desolación es distinta a la noche oscura de San Juan. En la desolación, escribe San Ignacio, uno es trasladado hacia una "falta de fe" y es dejado "sin esperanza ni amor". En la noche oscura ocurre lo contrario, a medida que uno se traslada hacia el completo abandono de Dios. "Para el que experimenta esto, puede ser más fácil verlo en retrospectiva", dice Jane Ruffing. "Pero desde el punto de vista ignaciano, la noche oscura es en realidad un consuelo."

La desolación que describe Ignacio puede parecer muy lejana a las vidas del cristiano promedio. Pero es un estado común y doloroso experimentado por muchas personas, acompañado por sentimientos de "corrosiva ansiedad", como dice Ignacio. Él aconseja que en tiempos así uno debiera, entre otras cosas, redoblar los esfuerzos en la oración, acordarse de los momentos en que Dios parecía estar más presente o recordarse a sí mismo que esto finamente pasará. También nos recuerda que todos los frutos de la oración son en realidad regalos de Dios, que no podemos controlar.

4. La *duda* es una indecisión intelectual sobre la existencia de Dios. Muchos creyentes se enfrentan a la duda en algún momento de sus vidas. "La mayoría de las personas se sienten aliviadas de poder hablar sobre la duda en la dirección espiritual", dice Ruffing. "Pero nadie llega a la fe adulta sin haber tenido duda. Y con frecuencia la gente tiene dudas y luego se trasladan hacia una fe que es más compleja, paradójica y finalmente, más adulta".

La duda es una experiencia humana por excelencia, compartida por casi todos los cristianos desde Santo Tomás Apóstol. Recientemente, en la obra de teatro ganadora del Premio Pulitzer "*Doubt*" (*Duda*), del autor John Patrick Shanley, un sacerdote (que enfrenta sus propias dudas y las dudas de sus parroquianos sobre su origen) apunta a esta universalidad en una homilía: "Cuando estás perdido, no estás solo".

5. La *incredulidad* es un estado intelectual de no aceptar la existencia de Dios. Algunos comentaristas concluyen que dado que la Madre Teresa sintió la oscuridad, no creía en Dios. Una vez, en sus cartas, escribió sin rodeos: "No tengo fe". Pero, como explica el Padre Barry, "ella continuaba rezando y la escribía cartas a Dios".

A veces la incredulidad es una manera de descartar viejas imágenes de Dios que ya no funcionan para un creyente adulto. Margaret Silo reflexiona sobre su propia experiencia: "He pasado por etapas en que todos los antiguos puntales se han caído y he sentido que ya no podía seguir creyendo. ¿Qué hacer entonces? ¿Reforzar este viejo sistema, o dejar que las cosas pasen y ver qué sucede? Para mí, esto finalmente me permitió irrumpir hacia un nivel más profundo de fe, que llamaría confianza". La incredulidad es un gran desafío en la vida espiritual. Si el camino se termina en este punto, hay poco espacio para Dios. La clave está en continuar buscando, incluso en medio de la incredulidad.

6. La *depresión* es una forma profunda de tristeza. En la comunidad médica y psicológica tiene una definición más técnica. "Es una categoría clínica que a menudo puede ser tratada médicamente",

dice Barry, quien también es psicólogo. "No queremos espiritualizar problemas que son principalmente psicológicos"; dice Jane Ferdon. "Pero hoy en día", agrega, "también podemos psicologizar temas espirituales. Así es que es muy importante descubrir las razones de fondo de la depresión."

En "*The Dark Night and Depression*" (*La noche oscura y la depresión*), un ensayo sobre el libro *Carmelite Prayer* (*Oración carmelita*), de Keith J. Egan, Kevin Culligan, sacerdote carmelita, escribe que en la noche oscura hay una aguda conciencia de nuestra propia pobreza. Sin embargo, en esta oscuridad no es frecuente "hacer fuertes declaraciones de culpabilidad, de odio hacia uno mismo, de inutilidad e ideas suicidas", como ocurre durante períodos de depresión clínica.

Así que se puede estar en la oscuridad, pero no deprimido. ¿Y vice-versa? El Padre Barry responde: "es raro que la persona que está clínicamente deprimida encuentre consuelo en la oración".

Therese Borchard, que escribe un blog sobre la depresión, "Beyond blue" para el sitio web de espiritualidad Beliefnet, ha sufrido depresiones. Ella lo entiende desde el punto de vista teórico y personal, y concuerda con Barry. "Cuando uno está deprimido uno está tan enojado con Dios", me dijo. "a algunas personas los puede acercar a Dios mientras luchan para expresar su ira y también se aferran a Dios como última esperanza. A otras los puede distanciar y llevarlos a alejarse de Dios. En general, sin embargo, la depresión comúnmente lleva a la oscuridad y aridez de la oración." La depresión clínica tiene que ser tratada por profesionales médicos como también debe tener un espacio de tratamiento espiritual.

¿Cómo distinguen los directores y consejeros espirituales entre oscuridad y depresión? "Cuando estoy con personas deprimidas, me siento engullida por su depresión", dice Jane Ruffing. "Es lo opuesto con personas que están transitando por la noche oscura. En una oportunidad acompañé una de nuestras hermanas, que estaba muriendo, en una experiencia de este tipo, en su presencia sentí la luminosidad de Dios –a pesar que ella no pudo tocarla en absoluto"–.

La pena es diferente de la depresión. Como dice Barry: "La pena por una realidad triste de tu vida puede ser una señal que estás en contacto con Dios." Jane Ferdon dice. "Estas son algunas de las personas que están más vivas, ya que sienten profundamente".

7. La *desesperanza* es una sensación que todo está y continuará sin esperanza. El monje trapense Thomas Merton definió la desesperanza en su libro *New Seeds of Contemplation* (*Nuevas semillas de contemplación*) como "el último estado de desarrollo de un orgullo tan grande y arrogante que prefiere aceptar la miseria total de la condena eterna en vez de aceptar que Dios está por sobre nosotros y que no somos capaces de cumplir con nuestros destinos por nosotros mismos". La forma de desesperación que describe Merton implica que sabemos más que Dios y lo que "sabemos" es que las cosas nunca serán mejores. Este orgullo conduce a un punto muerto espiritual: la desesperanza.

Esto puede sonar duro. Para aquellos que viven en completa miseria, confrontados a enfermedades que amenazan sus vidas u otro tipo de tragedia, la desesperanza puede parecer como una respuesta racional. También puede surgir de la depresión. "Cuando uno está deprimido, a menudo no se tiene esperanza", dice Therese Borchard, "y esto puede llevar a la desesperanza".

Jane Ferdon cree que a veces la desesperanza no es un punto muerto espiritual, sino que apropiado. Recuerda a una mujer que describía sus dolorosas circunstancias diciendo: "Siento como si caminara entre los muertos-vivos". Ferdon siempre le pregunta la gente si pueden encontrar a Dios en este estado. "De igual manera, es importante saber si la desesperanza es un reflejo de otra cosa, por ejemplo, soledad o depresión y qué sucede cuando la persona lleva esa

desesperanza a la oración. A veces la persona no quiere rezar sobre ello, y sino quiere, ¿por qué no quiere? Tal vez aquí entre la definición de orgullo de Thomas Merton".

Con mucho respecto, Ferdon discrepa de Merton en identificar de manera definitiva la desesperanza con el orgullo. "Puede ser que el orgullo es realmente lo contrario de lo que está sucediendo. La desesperanza puede ser una experiencia de abandonar nuestra necesidad de controlarlo todo, y puede llevar hacia el cambio, la revitalización y hasta el consuelo." De manera que mientras una desesperanza que dice: "Nada puede cambiar" es peligrosa para la vida espiritual, una desesperanza que dice: "No soy capaz de lograrlo sola" puede orientar hacia el crecimiento.

### **Distinciones y liberación**

So se necesita ser un estudioso de la espiritualidad cristiana, un director espiritual o una persona bajo guía espiritual para darse cuenta que desenredar estas hebras espirituales puede ser esperanzador, clarificante, consolador y liberador. Comprender que la mayoría de estas experiencias son frecuentes nos pueden alentar porque reducen la ansiedad. "Estas son etapas en la vida espiritual de todos"; dice Janet Ruffing. Saber que estas etapas no son idénticas puede ser esclarecedor y ayudarnos a discernir las respuestas correctas frente a diferentes acontecimientos de nuestra vida espiritual. (San Ignacio, por ejemplo, receta pasos muy definidos cuando nos encontramos desolados). Ser capaces de llevar estas experiencias a la oración puede ser consolador, dado que pueden profundizar nuestra relación con Dios, de la misma manera que hablar sobre un tema delicado con un amigo puede fortalecer la amistad o llevar a una mayor intimidad.

Finalmente, saber que todas estas experiencias nos pueden llevar a Dios, nos pueden liberar del miedo, lo que puede llegar a mutilar nuestra vida espiritual. Porque el Dios de quien Jesús se sintió abandonado en la cruz es el mismo Dios que liberó a Jesús de la muerte, dándole nueva vida. "Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?" es el comienzo del Salmo 22. Un poco más abajo, no obstante, el salmista canta otra canción: "no esconde de su rostro de mi, sino que lo escucha cuando clamo por él".

---

**James Martin, S.J., es editor de America y el autor de *A Jesuit Off Broadway: Center Stage With Jesus, Judas and Life's Big Questions*. (Un jesuita frente a Broadway: escenario central con Jesús, Judas y las grandes preguntas de la vida).**

Tomado de Mirada Global [www.miradaglobal.com](http://www.miradaglobal.com)