

# Por qué hablar de interioridad\*

Si deseamos una vida profunda y con sentido, ¿podemos vivir rápidamente, o necesitaríamos más tiempo para reflexionar, discernir, leer sobre lo que sentimos para percibir qué nos mueve y conmueve?

Selia Paludo | Subdirectora del Centro de Espiritualidad Ignaciana.

\* Este texto es parte de Ayudas para el Espíritu, N° 22, Centro de Espiritualidad Ignaciana

**E**n nuestra vida de seres humanos nos acompaña una necesidad de conjugar el vivir con sentido y al mismo tiempo con inmediatez. Deseamos lo primero, no queremos ser superficiales, aspiramos a que todo lo que hacemos tenga profundidad, que la vida y sus eventos no nos pasen a llevar, que el quehacer sea sustentado por la toma de conciencia del para qué hago lo que hago, pero también queremos que todo pase rápidamente. La paciencia de la espera de los tiempos, de los procesos humanos nos cuesta ¿Podrían estas dos dialécticas complementarse entre sí?

Pienso que nuestra tendencia a una búsqueda de sentido e inmediatez sí puede complementarse en la medida en que ambas aspiraciones las sostenemos, ordenamos y equilibramos. Para un sustento es necesaria la toma de conciencia de la existencia de algo valioso, la percepción de que algo está pasando, la percepción de la sed que llevamos en nuestro interior. Para ordenar es imprescindible el estado de conocimiento de lo que deseo ordenar, de la vulnerabilidad que involucra el campo de nuestro ser personas. Solo recorriendo estos dos procesos podemos llegar a un equilibrio entre el deseo de la profundidad y la necesidad de que todo pase rápidamente.

Cargamos con el deseo de que se resuelvan ciertas situaciones con mayor agilidad y eficacia; queremos resultados pronto y es legítimo que los ansiemos. Sin embargo, los procesos humanos toman su tiempo para obtener un logro.

Cuando el campesino lanza la semilla en la tierra, no ve su fruto de inmediato, son semanas de expectativas, de espera para que las señales de la vida nueva aparezcan. Es verdad que la incertidumbre se manifiesta en esta etapa, pero el tiempo del centinela tiene sentido cuando se ven las primeras señales de la vida. Es una etapa de crecimiento y de ordenamiento, ante el sentimiento de inmediatez, la paciencia hace que seamos capaces de esperar.

Cuando se pone levadura en la harina para hacer pan, hay un proceso de mezcla de los ingredientes y luego se deja descansar la masa para solo después hornear el pan. Este tiempo es precioso para obtener el resultado de un pan con el debido crecimiento.

Cuando queremos tomar un té con sabor y fragancia, lo dejamos que remoje, y después de unos minutos lo probamos y degustamos su maravilloso sabor. Lo inmediato puede tornarse enemigo de una vida

de interioridad, especialmente cuando no tenemos la osadía de saber esperar.

### **ACTITUD DE RECEPTIVIDAD Y OFRENDA**

Para entrar en la interioridad es indispensable recorrer un proceso de encuentros que hacen fecundar y germinar una cultura de reconocimiento de los tiempos adecuados, para así entrar gradualmente en lo más profundo. Hablar de interioridad es entrar en un área que ansiamos mucho: buscamos conocerla, pero pocos logramos disfrutar de su riqueza como también cuidarla debidamente.

Como bien define Javier Melloni S.J., la interioridad es «ese espacio que se abre entre nosotros y las cosas, entre nosotros y las personas, entre nosotros y nuestras imágenes de Dios, que permite redimensionar la calidad de nuestra existencia y que tiene que ver con la atención, la capacidad de contención y de vivir en el presente, con serenidad, sin avidez, en actitud de receptividad, agradecimiento y ofrenda».

Existe una realidad en lo más profundo de nosotros que nos permite trascender. Sin embargo, para llegar a este lugar hay que recorrer un camino que se inicia con el reconocimiento de nuestro cuerpo, de los sentidos, de estas cinco ventanas que nos abren al mundo y que, al mismo tiempo, nos traen el mundo hacia nosotros. Luego aparece lo que me provoca este encuentro con el mundo, con el otro, con la creación, lo que siento: emociones, reflexiones que surgen... Todo necesita ser digerido en mi interior, ser degustado... y es allí donde viene la inmersión, el buceo a lo profundo de mí, la toma de consciencia de *Quién me habita*, desde dónde quiero responder a la provocación: solo por el instinto sentimental e inteligente, o bien desde la sabiduría y guiado por el Espíritu que regenera mi humanidad y que sopla desde lo profundo, incentivando a movilizarme hacia la divinización en profunda humanidad.

Para realizar un recorrido así, es necesario reconocer quiénes realmente somos. Para entrar en la interioridad del ser humano, es necesario reconocer al hombre como obra prima de las manos de Dios Padre, Salvado y Redimido por su Hijo Unigénito.

### **REALIDAD TRICOTÓMICA**

Marko Iván Rupink S.J. dice que el hombre, en un lenguaje más específicamente teológico, es una realidad tricotómica: un cuerpo vivificado por la energía que es el alma y esta, a su vez, vivificada por el espíritu, esto

- *Cargamos con el deseo de que se resuelvan ciertas situaciones con mayor agilidad y eficacia; queremos resultados pronto y es legítimo que los ansiemos. Sin embargo, los procesos humanos toman su tiempo para obtener un logro.*

es, el sople de Dios, algo que ya no es solo del Creador, sino enteramente del hombre; al espíritu se debe la verdadera participación del hombre en la vida divina, la capacidad para abrirse y acoger el principio personal y vivificante del «ágape». El alma es el puente a través del cual pasa, de una parte, el espíritu al hombre y, de otra, lo humano a Dios. Por esto, Sergej Bulgakov (1871-1944) habla de «cuerpo-alma» y «alma-espíritu», para dar a entender que el rol del alma por una parte es corporal, en cuanto que pertenece a la realidad del cuerpo, y, por otra, se abre al espíritu y por tanto a lo divino».

Como Hijos de Dios y herederos de Su Reino de amor, somos invitados a llevar una vida semejante a la que Su Hijo nos vino a enseñar. Por lo tanto, es necesario aprender su modo de proceder, amar, educar, acompañar, de vivir desde lo más profundo, de pasar haciendo el bien sin distinción de persona. Jesucristo vivió una vida íntimamente unida al Padre, dejándose guiar por la fuerza que le venía desde dentro. Intentar vivir con interioridad es dar pasos para llegar a encontrar en Jesucristo el amor que nos mueve desde adentro hacia afuera, acogiendo la belleza de nuestro ser personas, con cuerpo y alma, habitados por el Espíritu que vivifica todo el ser y nos mueve a promover la vida en abundancia. MSJ