

AC01

# VIDA FRATERNAL

EN EL MAGISTERIO CARMELITANO

FICHA 4



# MOTIVACIÓN INICIAL

## Mujeres libres y verdaderas

EL DESASIMIENTO Y LA HUMILDAD

### LEER EN COMUNIDAD ESTE TEXTO:

Un maestro había llegado a las afueras de la aldea y acampó bajo un árbol para pasar la noche. De pronto llegó corriendo hasta él un habitante de la aldea y le dijo:

–“¡La piedra! ¡la piedra! ¡dame la piedra preciosa!”

–“¿Qué piedra?”, preguntó el maestro.

–“La otra noche se me apareció en sueños el Señor Shiva”, dijo el aldeano, “y me aseguró que si venía al anochecer a las afueras de la aldea, encontraría un maestro que me daría una piedra preciosa y me haría rico para siempre”.

El maestro rebuscó en su bolsa y extrajo una piedra.

–“Probablemente se refería a ésta”, dijo mientras

*entregaba la piedra al aldeano.*

–“La encontré en un sendero del bosque hace unos días. Por supuesto que puedes quedarte con ella”.

*El hombre se quedó mirando la piedra con asombro. ¡Era un diamante! Tal vez el mayor diamante del mundo, pues era tan grande como la mano de un hombre. Tomó el diamante y se marchó. Pasó la noche dando vueltas en la cama, totalmente incapaz de dormir. Al día siguiente, al amanecer, fue a despertar al maestro y le dijo:*

–“Dame la riqueza que te permite desprenderte con tanta facilidad de este diamante”.

**Comentamos esta historia y desentrañamos la enseñanza**

Para trabajar en comunidad o de manera personal (Realizar una lectura pausada de la ficha, subrayar lo más significativo, lo que toca más mi vida, y la vida fraterna de mi comunidad)

# TERESA

## DISCÍPULA Y MAESTRA DE DESASIMIENTO

Suelta amarras  
(Camino 8-12)  
Desasimiento

Camino 8, 1

**“Ahora vengamos al desasimiento que hemos de tener, porque en esto está el todo.** Aquí digo está el todo, porque abrazándonos con sólo el Criador y no se nos dando nada por todo lo criado, su Majestad infunde de manera las virtudes que trabajando nosotras poco a poco lo que es en nosotras no tendremos mucho más que pelear... En Él están todos los bienes. Alabémosle que nos juntó aquí, adonde no se trata otra cosa sino de esto.”

Nuestra opción radical es por Jesús. Y a Él sólo debemos estar asidas. Nuestro contento es contentarle a Él.

Camino 8, 3 y 9, 4.5

“La monja que deseare ver deudos para su consuelo crea no está desasida, no está sana, no tendrá libertad de espíritu, no tendrá entera paz, menester ha médico...”

“Creed, hermanas, que sirviéndole a Dios como debéis, que no hallaréis mejores deudos que los que Su Majestad os enviare. Yo sé que es así. Y que no os faltarán, y en quien no pensáis, hallaréis padres y hermanos”.

“Algunas quieren huir de sus propias tierras para no estar apegadas a sus deudos. Pero creo no va en huir el cuerpo, sino en que determinadamente se abrace el alma con el buen Jesús, que como allí lo halla todo, lo olvida todo.”

**Teresa nos anima a la libertad en las relaciones con la familia y amiga/os. Ella sabe por experiencia lo que nos pueden llegar a esclavizar y lo sutil que es esta trampa.**

## Camino 10,1.2.5.8

“No creáis que desasiéndonos del mundo y deudos ya parece lo tenemos todo hecho. No os echéis a dormir, que será como el que se acuesta muy sosegado habiendo muy bien cerrado sus puertas por miedo de ladrones, y se los deja en casa.”

“Gran remedio es para esto traer muy continuo en el pensamiento cuán presto se acaba todo... y ponerlo en lo que nunca se ha de acabar.”

“Lo primero que hemos de procurar es quitar de nosotras el amor de este cuerpo, que somos algunas tan regaladas de nuestro natural que no hay poco que hacer aquí, y tan amigas de nuestra salud que parece no venimos a otra cosa sino a procurar no morirnos, que cada una lo procura como puede... Si el demonio nos comienza a amedrentar con que nos faltará la salud, nunca haremos nada. El Señor nos dé luz para acertar en todo”.

El ser humano es el mayor enemigo de sí mismo. El mundo propio se viene siempre con nosotros y en cualquier momento nos desmantela y roba todo.

## Camino 11,1-3

“Cosa imperfecta me parece este quejarnos siempre con livianos males; si podéis sufrirlo, no lo hagáis. Cuando es grave el mal, él mismo se queja. Este cuerpo tiene una falta, que cuanto más le regalan, más necesidades descubre... Sabed sufrir un poquito por amor de Dios, sin que lo sepan todos”

Teresa nos habla de la importancia de ser sufridas. Y nos recomienda tragar la muerte y la falta de salud, haciéndonos señoras de nuestro propio cuerpo, para que no sea él quien nos domine.

## Camino 12, 1-5.7

“... la libertad se adquiere con ir poco a poco no haciendo nuestra voluntad y apetito aún en cosas menudas, hasta acabar de rendir el cuerpo al espíritu... Dios nos libre de decir ni pensar “soy más antigua...he más años...he trabajado más... tratan a la otra mejor...” Estos pensamientos hay que atajarlos con presteza y no ponerlos en plática... La misma honra se pierde con desearla... no hay tóxico en el mundo que así mate la perfección como estas cosas.”

Nos llama la atención sobre un aspecto del desasimiento: que es la renuncia a los pensamientos de grandeza, de defensa de la propia dignidad, de la honra.

Camino 13, 1.3.7; 15,7

“Huya mil leguas de “razón tuve, hiciéronme sin razón, no tuvo razón quien esto hizo conmigo...” De malas razones nos libre Dios. La que no quisiere llevar cruz, sino la que le dieren muy puesta en razón, no sé para qué está en el monasterio. La que le pareciere es tenida entre todas en menos, se tenga por más bienaventurada. Esta Casa es un cielo, si le puede haber en la tierra, para quien se contenta sólo de contentar a Dios y no hace caso de contento suyo”.

**“Yo sé que se puede alcanzar esta libertad y negación y desasimiento de nosotras mismas con el favor del Señor”**

Insiste en la necesidad de no buscar la propia estima, aceptando más bien los posibles agravios. Elogia la comunidad en la que nadie se preocupa de darse gusto sino, de dárselo al Señor.



# TERESA

## DISCÍPULA Y MAESTRA DE HUMILDAD

Humildad  
(Camino 13-18)

"Cada una mire en sí lo que tiene de humildad, y verá lo que está aprovechada". (C.12, 6)

"Es gran humildad verse condenar sin culpa y callar, y es de gran imitación del Señor". (C. 15,1)

"La verdadera humilde ha de desear con verdad ser tenida en poco... aquí no son menester fuerzas corporales sino ayuda de Dios." (C. 15, 2)

"Dios nos libre, hermanas, cuando algo hiciéremos no perfecto, decir: 'no somos ángeles, no somos santas'. Mirad que, aunque no lo somos, es gran bien pensar que si nos esforzamos, lo podríamos ser dándonos Dios la mano; y no hayáis miedo de que quede por Él si no queda por nosotras... Esta presunción querría yo en esta casa, que hace siempre crecer la humildad: tener una santa osadía, que Dios ayuda a las fuertes y no es aceptador de personas". (C. 16, 12)

"LA VERDADERA HUMILDE HA  
DE IR CONTENTA POR EL CAMINO  
QUE LE LLEVARE EL SEÑOR..."  
(C.17, título)

"Para eso es la humildad, para tenerse por dichosa en servir a las siervas del Señor". (C. 17, 1)

"Miren que la verdadera humildad está mucho en estar muy prontas en contentarse con lo que el Señor quisiere hacer de ellas y siempre hallarse indignas de llamarse sus siervas... Pues si contemplar y tener oración mental y vocal, y curar enfermos y servir en las cosas de casa y trabajar, todo es servir al Huésped que se viene con nosotras a estar y a comer y a recrear, ¿qué más se nos da en lo uno que en lo otro?" (C. 17, 6)

"Gentil humildad será querer vosotras escoger. Dejad hacer al Señor de la casa, que entiende lo que os conviene y lo que le conviene a Él también". (C. 17, 7)

"Mirad mucho, hijas, en este punto que os diré, porque algunas veces podrá ser humildad y virtud teneros por tan ruin, y otras grandísima tentación. Porque yo he pasado por ella la conozco. La humildad no inquieta ni desasosiega ni alborota el alma, por grande que sea; sino viene con paz y regalo y sosiego...  
... no alborota ni aprieta el alma, antes la dilata y hace hábil para servir más a Dios...  
...atajad el pensamiento de vuestra miseria lo más que pudiereis, y ponedle en la misericordia de Dios y en lo que nos ama y padeció por nosotros". (C. 39, 2-3).

- "Gusta el Señor más de estas groserías de un pastorcito humilde que ve que si más supiera más dijera, que de los muy sabios y letrados, por elegantes razonamientos que hagan, si no van con humildad. Así que no porque Él sea bueno, hemos de ser nosotras descomedidas. Siquiera para agradecerle el mal olor que sufre el consentir cabe sí una como yo, es bien que procuremos conocer su limpieza y quién es". (C.22, 4)
- "A quien Dios hace merced de tener esta humildad... ya se tiene a sí olvidada... de estas personas está muy lejos estima suya de nada". (C. 36, 10)
- "La verdadera humilde siempre anda dudosa en virtudes propias, y muy ordinariamente le parecen más ciertas y de más valor las que ve en sus prójimos". (C. 38, 9)

# PARA PROFUNDIZAR

De manera personal, hago una reflexión,  
un momento orante de esta experiencia  
con lo sugerido a continuación:



# “EN CAMINO HACIA EL DISCERNIMIENTO DE LA VERDAD DEL CORAZÓN”

La humildad es la actitud que nos sitúa de un modo correcto, como auténticas personas, ante todo, ante los demás y ante Dios. Nos sitúa desde abajo, como Jesús.

A lo largo de nuestra vida necesitamos discernimiento para desentrañar la verdad en nuestro modo de relación. Porque podemos encubrir actitudes "mentirosas", deseos ocultos, en los que la verdad de Dios, de las personas... de toda la realidad... todavía no tiene cabida.

**Todas nos situamos de un modo determinado ante la realidad:**

## DESDE ARRIBA

Negándola, pasando por encima de todo, no necesitando nada ni a nadie, apropiándonos intelectualmente de las cosas, personas, Dios... y no permitiendo que la realidad sea como es.

## DESDE ABAJO

Estando abiertas y escuchando atentas lo que nos dice, haciéndonos disponibles, comprometiéndonos con ella...

DE LA AUTOSUFICIENCIA AL  
RECONOCIMIENTO DE NUESTRA POBREZA

**DESDE ARRIBA**

Podemos hablar y actuar en toda la realidad (cosas, personas, Dios), como algo de lo que disponemos... podemos dejarnos llevar de las ganas de enseñar y convertir a los demás... de la necesidad de tener siempre razón...

**DESDE ABAJO**

El Espíritu nos va conduciendo a perder la necesidad de tener razón... a tomar conciencia del propio pecado... a estar siempre atentas a aprender de los demás... a respetar a todos y a todo...

DE LA ENVIDIA A LA ALEGRÍA DEL REINO

**DESDE ARRIBA**

Nos situamos en la comparación y la medida con los demás... así no gozamos del bien ajeno... vivimos en rivalidad... con agresividad... sentimos la insatisfacción de nosotras mismas, de los demás y de Dios...

**DESDE ABAJO**

El Espíritu nos va guiando hacia la verdad del amor, por la aceptación de nosotras mismas y de los demás... a gozar del bien ajeno... nos sitúa y nos asienta en la alegría del Reino.

DE LA CURIOSIDAD A  
VIVIR DESDE DENTRO

### DESDE ARRIBA

Vivimos afanados por experiencias nuevas... dominamos con el saber, confundiéndonlo con la experiencia... nos dejamos llevar de la mera curiosidad por todo, que genera dispersión interior... nos situamos ante la vida desde la superficialidad...

### DESDE ABAJO

El Espíritu de la Verdad nos unifica... nos ayuda a distinguir lo esencial de lo accesorio... lo que promueve vida y lo que aparenta... nos enseña a escuchar hasta el fondo lo que se nos dice... a vivir en profundidad...

DE LA INCOHERENCIA A  
LA VERDAD EXISTENCIAL

### DESDE ARRIBA

Nos excusamos en cuanto se nos hace alguna observación, actuando con defensas... tendiendo a auto afirmarnos... vivimos una desproporción entre el esfuerzo de voluntad y libertad interior, entre horas de oración y sensibilidad para con los demás, entre grandes deseos y conocimiento de la propia realidad.

### DESDE ABAJO

El Espíritu nos ilumina con su Verdad, nos va liberando de nuestras defensas... nos ayuda a aceptar nuestras limitaciones... nos va conduciendo por el camino de la confianza y la fidelidad...

DE LA DESMESURA A  
"ESTIMARSE EN LO JUSTO"

### DESDE ARRIBA

Vivimos la necesidad de estar siempre a la altura del ideal... de no respetar el ritmo de los otros... de creernos "salvadoras"... de situarnos en las fantasías infantiles de "omnipotencia"... en los sueños de ser profeta, mística, asceta, santa...

### DESDE ABAJO

Como verdaderas discípulas de Jesús, nos van enseñando a "estimarnos en lo justo"... a reconocer en cada uno el don de Dios... a servir y respetar a cada uno en su diferencia...

DE LA PUSILANIMIDAD A LA  
MAGNANIMIDAD

### DESDE ARRIBA

Vivimos el miedo al sufrimiento, al fracaso, al vértigo del Absoluto... el miedo a esperar todo de Dios... el miedo a salir del "huevo vital" como sistema de seguridad espiritual... y podemos llegar a confundir la humildad con la falta psicológica de autoestima...

### DESDE ABAJO

El Espíritu despliega en nosotras la magnanimidad, que se apoya confiadamente en Dios... nos da coraje y audacia ante el miedo y el sufrimiento...

# CRITERIO DE DISCERNIMIENTO SEGÚN TERESA

Teresa establece un criterio selectivo para distinguir la verdadera de la falsa humildad.

**Es la paz.** Cuando la humildad es verdadera, porque viene de Dios, 'no alborota ni inquieta'. La otra, en cambio, 'todo lo turba y es penosa'.

De cara a conseguir la verdadera humildad, lo que sí aprovecha, según la Santa, además de buscar luz y no guardar cosa secreta, es ir a parar siempre en el propio conocimiento. (T. Álvarez)

Teresa colocará en la base de la humildad el **PROPIO CONOCIMIENTO:**

"Jamás nos acabamos de conocer, si no procuramos conocer a Dios; mirando su grandeza, acudamos a nuestra bajeza y mirando su limpieza veremos nuestra suciedad; considerando su humildad veremos cuán lejos estamos de ser humildes". (M1, 2,9)

# PASO DE LA APROPIACIÓN AL DESASIMIENTO

Todo lo que ha sido objeto de amor, demasiado ligado al deseo y a la gratificación, necesita ser purificado. Así lo hace Dios en nuestra vida, ofreciendo un Amor Nuevo: el del Espíritu. Si lo acogemos, libera nuestro corazón de todas sus vinculaciones o ataduras. El desasimiento llega en extensión y en profundidad, hasta donde llega el amor real por Jesús, nuestro mayor tesoro.

- ¿Cuál es la riqueza que me permite desprenderme de...?
- ¿Quién o qué centra mi vida...?

Necesitamos descubrir todas esas adhesiones íntimas donde hemos puesto en juego nuestros gozos y esperanzas, temores y dolores, "para que no estemos engañadas", como nos dice Teresa.

Teresa nos ha dado luz con su palabra. Intento hacer verdad sobre algunos aspectos muy concretos de mi vida. Poseo muchos bienes, muchas cosas...

¿cómo es mi relación con ellas...?

## Bienes externos y humanos

- **Socioeconómicos:** dinero, prestigio, honor, honra...
- **Gozo de la existencia:** comer, vestir, agradar, convivir, trabajar, inventar, crear belleza...
- **Cualidades personales:** intelectuales, de relación...
- **Lazos afectivos:** amigo/os, familiares, compañero/os.
- **El mundo propio:** aficiones, grupos, investigación...
- **Centros vitales que dinamizan el vivir:** proyectos, ideales, sueños, experiencias configuradoras...

## Bienes externos y espirituales

Todo lo que ha dado sentido a mi vida en el entorno religioso y lo convierto en "seguridades":

- Imágenes asociadas a experiencias
- Lugares sagrados
- Devociones particulares
- Personas, libros de algún autor
- La Biblia y los Sacramentos
- La oración misma

## Bienes interiores y espirituales

Que se refieren a Dios, pero que no son Dios en sí mismos.

- **Virtudes** (autodominio, constancia, entrega...)
- **Obras buenas** (tareas pastorales, justicia, comunicación de bienes, conducta intachable...)
- **Experiencias de Dios vividas en oración** (conocimiento sapiencial de la Palabra, fenómenos místicos, ímpetus de amor)
- **Carismas de servicio al prójimo**
- **Vocación específica, opción por el tercer mundo...**

# Camuflajes de la Vida Espiritual

Por debajo de todo lo que vivimos, se esconden unas necesidades y deseos que debemos desenmascarar para hacer verdad:

- Entregarnos para “retener”.
- Buscar gratificaciones
- Controlar la obra de Dios
- Huir de las frustraciones
- Cuidar la autoimagen
- Buscar la perfección para sentirse en orden
- Revivir deseos para sentirse bueno/a
- Complacerse en vivencias
- Autosuficiencia en la ayuda
- Miedo al sufrimiento

La piedra de toque es la afectividad. Todo es un proceso, porque si no he sabido primero gozar de esos bienes, tampoco podré ser purificada en ese amor.



Reconozco mi responsabilidad en la sociedad en la que vivo, donde se dan tantos reclamos, tantas necesidades creadas...

¿Es evidente que mi riqueza es un Amor que me hace relativizar y desprenderme de todos los demás bienes...?

# Ejercicio de apropiación

Confecciona 4 fichas con el contenido visto:

- 2 acerca del desasimiento.
- 2 acerca de la humildad.

**Mujeres libres y verdaderas:  
El desasimiento y la humildad.**

**Contenido temático** (principales temas, elementos, enseñanzas, etc.)

**¿Qué aprendí, qué me aportó el contenido?**