

03/2

La sabiduría de corazón como camino de sanación en Teresa de Jesús.

Francisco Javier Sancho Fermín, ocd,
CITES-Universidad de la Mística (Ávila).

Palabras clave:
*Teresa de Jesús, Sanación, Corazón,
Conversión, Salud.*

Key Words:
*Teresa of Jesus, Healing, Heart,
Conversion, Health.*

Acercarnos a la figura de **Teresa de Jesús** desde la perspectiva de la pastoral de la salud es, sin duda, un reto más que interesante y desafiante. Los avances en medicina y la comprensión más integradora de lo que significa la salud, hacen que los místicos adquieran un valor central en el dinamismo de comprensión de la persona humana. Son ellos quienes de una manera más profunda nos adentran en los entresijos de la interioridad humana y de la repercusión que tiene en el desarrollo de la persona una correcta vida espiritual.

En los últimos decenios se han multiplicado los estudios que hablan de la repercusión positiva que tiene en la salud la práctica de la meditación, y como ésta repercute de manera saludable en el mismo organismo biológico.

Un ejemplo de ello, aun sin adentrarnos en los aspectos negativos que pueda tener, sería el Mindfulness, y la aplicación de las técnicas de la meditación como apoyo en la salud psíquica.

Teresa de Jesús ha sido objeto de diversos estudios desde la perspectiva médica desde hace ya más de un siglo. Muchos de esos estudios -especialmente los más alejados en el tiempo-, se han realizado en base a principios que se pueden benignamente designar como “**poco científicos**”, y cuya pretensión era la de “**tirar por tierra**” la experiencia mística teresiana, haciendo depender todos los fenómenos de algún tipo de enfermedad o desorden mental.

El paso del tiempo, y la intervención o visión objetiva de otros profesionales de la salud, generalmente ha desmontado la aparente base científica de esas sentencias médicas, fundadas normalmente en lecturas sesgadas y hasta malintencionadas de la obra teresiana, y de la experiencia mística cristiana.

Nadie pone en duda, y eso porque la misma Santa lo testimonia y relata, su poca salud. Sin embargo, y esto resulta mucho más curioso todavía, Teresa es una mujer que aboga por la salud y la vida saludable. De hecho y como dato

constatable anotamos que en su vocabulario aparece 4 veces más la palabra salud (**394**) que la palabra enfermedad (**103**).

Mirando a la historia personal de Teresa creo que podemos contemplar dos momentos muy diferentes en su manera de vivir la salud, y en el modo de afrontar la enfermedad o los achaques que de un modo u otro parece que siempre la acompañan.

Momentos que será necesario distinguir para comprender el cambio que una auténtica experiencia de Dios va a producir en ella, convirtiéndose en el fundamento de una vivencia saludable, incluso de la enfermedad y de las limitaciones físicas y psíquicas a las que toda persona, en mayor o menor medida, está sometida.

1/

Antes de su “conversión”.

Cronológicamente hablando se trata de los primeros 40 años de su vida, desde 1515 hasta 1554 aproximadamente. Teresa nos habla de esta etapa de su vida en los primeros 8 capítulos de su “**Libro de la Vida**”.

Aunque muchos datos no nos ofrece la Santa al respecto, sí que contextualiza con claridad el contexto en el que surgen esas enfermedades. La primera de ellas se da durante su estancia en el convento de Santa María de Gracia, lugar donde su padre -y contra su voluntad- la ingresa para evitar que Teresa siga con una vida frívola de adolescente que amenazaba con poner en grave peligro la “**honra**” de la familia.

A los pocos meses de su internado Teresa enferma y ha de ser llevada a su casa para recuperarse, además de una estancia más saludable en casa

de su hermana, en el pueblecito de Castellanos de la Cañada.

Independientemente del tipo de enfermedad que sufre, sí que podríamos pensar que el factor psicosomático ejerció un influjo determinante, si bien Teresa llega a afirmar que llegó a sentirse a gusto en este lugar.

Más grave y duradera en el tiempo y por las secuelas que dejará en Teresa, será la enfermedad que años más tarde le obligará a salir del convento de la Encarnación. Teresa, en esta ocasión, ingresa en el monasterio por propia voluntad, aunque contra el deseo de su padre. Entonces tenía Teresa 20 años. Y aunque aparentemente es una opción libre la que ella toma, ella misma reconoce que en el fondo la motivación última radicaba en un miedo terrible a condenarse o a tener que pasar por el purgatorio. Ella misma lo describe con estas palabras:

“Y aunque no acababa mi voluntad de inclinarse a ser monja, vi era el mejor y más seguro estado. Y así poco a poco me determiné a forzarme para tomarle. En esta batalla estuve tres meses, forzándome a mí misma con esta razón: que los trabajos y pena de ser monja no podía ser mayor que la del purgatorio, y que yo había bien merecido el infierno; que no era mucho estar lo que viviese como en purgatorio, y que después me iría derecha al cielo, que éste era mi deseo. Y en este movimiento de tomar estado, más me parece me movía un temor servil que amor.” (**Libro de la Vida 4, 5-6**)

Tras estas palabras de Teresa descubrimos una situación de presión psicológica y espiritual que no extraña que termine desembocando -no mucho tiempo después de su ingreso- en una nueva enfermedad. Aquí será evidente el factor psicosomático que, unido a otras posibles

causas, desemboca en una nueva salida del monasterio. El proceso de esta “enfermedad” será largo y de no fácil identificación por parte de la medicina de su tiempo. Hasta la llegan a poner en manos de una famosa curandera, cuyos remedios terminarán por ser aún más dañinos para su salud. La apoteosis de la enfermedad llegará a una especie de paroxismo que la dejará como muerta durante casi 4 días, y prácticamente paralizada en la cama durante más de un año.

Independientemente de los diagnósticos médicos o causas de esta enfermedad, parece evidente que la situación psicológica y de presión interna espiritual que vive Teresa previa a su enfermedad es una situación complicada, que remite a un terrible sentido de culpa y a una frustración profunda del sentido de la vida y de una posible realización personal.

Esta enfermedad, sin embargo, dejará sus secuelas físicas en Teresa, que nunca gozará -desde el punto de vista biológico- de una buena salud. De hecho parece que su sistema inmunológico quedará en cierto sentido debilitado, ya que no dejará de sufrir en muchas ocasiones episodios febriles y frecuentes dolores de cabeza.

Si bien la enfermedad o enfermedades que sufre Teresa parecen reducir su capacidad operativa, lo cierto es que será también la ocasión para que se le abran nuevas perspectivas y la necesidad de darle un sentido nuevo a su vida. De hecho será en el transcurso de su segunda enfermedad cuando -por diversas mediaciones- comience a practicar la oración de recogimiento, que será la vía que facilitará el que Teresa comience a sobreponerse a su enfermedad.

2/

Después de su conversión.

De hecho su capacidad de sobreponerse y de superar la invalidez va a intensificarse en la medida en que a través del camino de la oración vaya descubriendo el sentido de su dignidad personal y el nuevo rostro de un Dios misericordioso, amigo, frente al Dios Juez y castigador. Se podría afirmar que estos dos elementos (conocimiento de sí y conocimiento de Dios), van a ser la verdadera medicina para Teresa.

El encuentro personal con Cristo, el crecimiento en la amistad con Dios, van a ir forjando en Teresa un modo diferente de situarse en la vida. Si bien es cierto que su “frustración interna” tuvo efectos negativos en su salud física, también es cierto que el encontrar un sentido a su vida y vocación será la fuente de su gozo interior y de su capacidad de posicionarse frente a su debilitada salud de un modo totalmente nuevo. Esto favorecerá una convivencia “saludable” con todos sus problemas físicos. Y esto será una dinámica constante en Teresa hasta su muerte.

3/

La salud en la vida cotidiana de Teresa después de la conversión.

Desde el simple acercamiento a su epistolario podemos darnos cuenta de su manera de vivir, ya en la plenitud de su vida espiritual, el tema de la salud y la enfermedad, de su importancia y de

Si bien la enfermedad o enfermedades que sufre Teresa parecen reducir su capacidad operativa, lo cierto es que será también la ocasión para que se le abran nuevas perspectivas y la necesidad de darle un sentido nuevo a su vida

cómo no sucumbir cuando ésta falta, llevando adelante un modo saludable de afrontar la vida, aún en las limitaciones de la falta de salud.

El tema de la salud aparece como una de las preocupaciones más frecuentes en el epistolario teresiano, lo que nos hace ver la importancia que adquiere esta cuestión para Teresa. En casi todas sus cartas hay una preocupación latente por la salud de sus interlocutores, ya sea alegrándose de saber que está bien, ya sea lamentando su estado de falta de salud, o simplemente preguntando y deseando buena salud.

Hay muchos consejos que ella da desde su experiencia: aguas medicinales, sangrías, buena alimentación, descanso, evitar calores o fríos extremos ayudándose con ropas o tejidos más saludables para cada circunstancia, etc... Recomienda se coma carne y/u otros productos si la salud lo requiere, recomienda que se eviten ayunos, penitencias, dormir poco, trabajos excesivos, etc... Y se ha de procurar que todo ayude a la salud del cuerpo, sin demoras:

“...A ser para la salud del alma, todo se ha de posponer; mas para la del cuerpo es de hartos inconvenientes el hacer este principio, y tantos, que respondí poco ha los muchos que se me representan...” (Carta 91-fragmento¹)

Pero nunca cae en la tentación de absolutizar la salud, sino siempre orientada al mayor servicio, y cuando ésta falta, hacer que esa situación se convierta en algo positivo, es decir, que sirva de lección y orientación de cuáles son los valores verdaderos que han de motivar la vida. En este sentido la falta de salud para Teresa puede tener un valor pedagógico-teológico:

“Harto grande será que se vaya entendiendo lo poco que se ha de

hacer caso de vida que tan de continuo da a entender que es perecedera, y se ame y procure la que nunca se ha de acabar”. (37, 2; cf. 24, 4; 71, 2)

Y en esta perspectiva trata de ver y enseñarlo todo, como medio que nos ha de llevar a valorar lo que verdaderamente es fundamental:

“Una vez leí en un libro que el premio de los trabajos es el amor de Dios. Por tan precioso precio, ¿quién no los amaré? Así suplico yo a vuestra señoría lo haga, y mire que se acaba todo presto, y váyase desasiendo de todas las cosas que no han de durar para siempre”. (38, 2) (cf. 136, 1; 136, 9; 10; 137, 1; 139, 3-4; 143, 1; 148, 3-4; 182, 7; 202, 6; 213; 311, 2; 337, 1).

Respecto a su salud personal es un tema que también aparece con frecuencia: sus dolores de cabeza, sus fiebres, las sangrías que le han hecho, dolores de todo tipo, etc... (cf. 14, 1; 17, 2; 24, 3). Pero sorprende que casi nunca habla de ello en tono de lamento.

Hay una aceptación evidente de sus limitaciones (cf. 74, 1) y reconoce lo que le ayuda o no, tanto en lo referente al clima como en alimentación (cf. 24, 3; 70, 3; 180, 4; 185,2). Se nota que busca cuidarse en la medida de lo posible, pero sin obsesionarse con el tema.

También aflora su capacidad de sobreponerse a esos condicionantes, casi siempre porque el Señor da fuerza para ello, y sus ansias de servirlo le ayudan a relativizar los muchos achaques, si bien reconoce que necesita un mínimo de salud para llevar adelante los muchos trabajos (cf. 38, 2). O como ella dice:

1. Sigo la numeración de las cartas de la edición del P. Tomás Álvarez, Monte Carmelo, Burgos.

“Cuando el Señor ve que es menester para nuestro bien, da salud; cuando no, enfermedad” (24, 4);

“Cuando el Señor quiere que haga algo, luego me da más salud” (71, 2)

Incluso ve como una “gracia” sus males (dimensión pedagógica):

“Cuento a vuestra señoría todos estos males porque no me culpe si no he escrito a vuestra señoría, y porque vea que son las mercedes que el Señor me hace en darme lo que siempre le pido.

Cierto, a mí me parecía imposible, luego que aquí vine, poder mi poca salud y flaco natural tanto trabajo, porque los negocios son muy ordinarios de cosas que se ofrecen en estos monasterios y de otras hartas cosas que aun sin esta casa me traían cansada; para que vea que todo se puede en Dios, como dice San Pablo.

Dame tan en un ser poca salud (y que con esto lo haga todo, yo me río algunas veces), y déjame sin confesor y tan a solas, que no hay con quién tratar cosa para algún alivio, sino todo con miramiento.

Aunque para lo que toca al regalo del cuerpo no ha faltado harta piedad y quien tenga cuidado, y en el lugar me han hecho harta limosna, que de la casa sólo pan como, y aun eso no quisiera.” (41, 2)

No sólo lo acepta, sino que es capaz de verlo incluso como un valor positivo, una ocasión para crecer. Y se da por bien pagada con ellos:

“Trabajos grandes hasta ahora no han faltado y ocupaciones y poquísima salud los inviernos, por ser contraria a mis males esta casa.

Todo lo doy por bien empleado después que veo las mercedes que Su Majestad me ha hecho. Deseaba harto que supiese vuestra merced estas nuevas, y si le pudiese ver, consolarme hía mucho. Haga el Señor en todo lo que sea servido”. (48, 3) (cf. 198, 1-2; 230, 1; 244, 4; 335, 2).

4/

La salud que se forja desde el interior.

Este acercamiento tan somero a la experiencia y vivencia de la enfermedad en Teresa, pone de manifiesto algo que frecuentemente se olvida en el tema de la salud: la atención a la dimensión espiritual de la persona, donde se forja y se potencia la salud, pero principalmente la actitud saludable ante la vida.

Lo importante para Teresa, aún en medio de la posible enfermedad o carencia de salud, es la actitud interior con que se acoge:

“Harto contenta estaba, que me decían tiene vuestra señoría mucha más salud. ¡Oh, si tuviese un señorío interior como lo tiene exterior, que en poco tendría ya vuestra señoría estos que acá llaman trabajos!; que el miedo que

tengo es el daño que hacen en su salud”. (Carta a doña María de Mendoza, en Valladolid Finales marzo 1569).

La gran lección y aporte que Teresa puede dar al mundo de la salud ciertamente nos habla de su experiencia y vivencia de la enfermedad. Pero donde realmente ella puede ofrecer aportes significativos es en la visión global e integral de la persona.

Sólo desde una dinámica que tenga en cuenta todo su ser uno, especialmente la dimensión que llena y colma de sentido el todo que constituye la persona humana, se podrá hablar de una atención integral y humanizadora.

Y seguramente se despertarán en la persona unas actitudes que la harán capaz de vivir de una forma saludable, ya sea con una buena salud física y psíquica, o en medio a la enfermedad.

En estas páginas sólo hemos hecho insinuaciones que, profundizadas y ampliadas, pueden ofrecer buenas pistas de cara a una pastoral de la salud fundada en la sabiduría del corazón.

