

LOLA POVEDA PIÉROLA

CONCIENCIA ENERGÍA
Y PENSAR MÍSTICO
EL HOY DE TERESA DE JESÚS
Y JUAN DE LA CRUZ

DESCLÉE DE BROUWER
BILBAO - 2011

ÍNDICE

PREFACIO <i>por Maximiliano Herráiz</i>	11
INTRODUCCIÓN	15
I. UNA VISIÓN DEL CUERPO REAL	35
1. Valor del cuerpo encarnado	37
2. El cuerpo como experiencia	43
3. Cuerpo: el Medio Divino	49
4. Salud y enfermedad como discernimiento	59
II. ILUMINADOS Y MÍSTICOS	69
1. La intuición de una distinción	73
2. En la corriente viva de la Historia	79
3. El Pensar Místico: porvenir corporal	86
III. NIVELES DE CONCIENCIA Y GRADOS DE AMOR	93
1. La tradición judaica del Zohar en Teresa de Jesús.	111
2. La luz oscurecida: Ibn Arabi y el sufismo en Juan de la Cruz	133
3. El camino místico como proceso	147

IV. HACIA EL PENSAR SUPRAMENTAL	195
1. Los siete Chakras, estados corporales	203
2. El ascenso y descenso en el acontecer místico	210
3. El Supramental: Suspensión y contempla- ción	215
V. EL VACIO: MÍSTICA DEL PRESENTE	225
1. El hacer desde el NO-HACER	234
2. Las virtudes taoistas y cristianas	242
3. La familia Cósmica	248
VI. A LOS LUGARES DESCONOCIDOS POR LOS CAMINOS DESCONOCIDOS.	255
1. El pensar místico hoy: presencia de Teresa de Jesús y Juan de la Cruz.	260
2. El nuevo paradigma: El Espíritu de la Materia	267
3. El Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento: Un camino posible.	277
VII. EXPERIENCIAS	289
POSFACIO <i>por Maximiliano Herráiz</i>	303
BIBLIOGRAFÍA.	305
ABREVIATURAS	313

P R E F A C I O

por Maximiliano Herráiz

Qué bien sé yo la fonte que mana y corre, exclama encendido el poeta y místico, gran místico y gran poeta, Juan de la Cruz. Fonte, experiencia y palabra. Experiencia, forma de conocimiento y saber. Palabra, hija de la experiencia, a la que remite, de la que bebe y sobre la que cabalga sólo una parte de la misma. Palabra necesaria, palabra insuficiente, flecha que apunta y sugiere, más que dice, no ya la fonte, sino la experiencia, realidad viva, en movimiento, fugitiva siempre al dardo de la palabra.

Palabra que no es dogmática, cerrada, sino abierta al empuje de otra experiencia, propia o ajena, que moldeará otra palabra o se mostrará en la mirada encendida, o en un grácil movimiento del cuerpo o en el éxtasis de la contemplación, como la que vivió María virgen, según el escultor místico de la palabra: “Y María estaba en pasmo”, ante el misterio de su alumbramiento. Pero ninguna expresión ni todas juntas estrechan la doble fisura entre la experiencia y la *fonte*, entre las experiencias y las traducciones, necesariamente múltiples, en las que se escancia.

La autora de estas páginas, Lola Poveda, nos cuenta su experiencia, la suya, no la de otros. A éstos ha llegado, desde la *fonte* común, buscando la explicación y verificación, también la armonía de las diferencias y la unidad del principio y fin, común a todas. Diálogo iluminador,

que suaviza la pobreza, necesaria, de un decir lacrado por la propia cultura y circunstancia. Punto de partida y de llegada común, aunque los cristianos lo traduzcamos en clave de comunidad de Personas, en el Único Dios, o en términos no personales.

La experiencia no puede convertirse nunca en una cárcel que limita y restringe el movimiento de acceso a la Realidad que nos trasciende, que nos constituye originalmente. Juan de la Cruz nació, y posiblemente culminó, hombre, creyente, libre, y se consagró artista del decir poético en el “vientre de la ballena” de una cárcel conventual. Y saltó en la noche toledana, con su taleguilla de versos colgada al cuello, presionando sobre la aurora de un día luminoso, no hacia el ocaso sino hacia el levante *—en par de los levantes de la aurora—* del nuevo y definitivo día que comenzó en el domingo de resurrección del Hombre nuevo, Jesús de Nazaret.

Desde ese gran regalo de Dios, que nos envió a su Hijo, y de esos testigos de calidad y verbo de excelencia, que son los místicos de todas las confesiones religiosas, y hasta de los que se confiesan ateos, podemos las personas de todos los tiempos y culturas, abrírnos a los infinitos niveles de consciencia y mínimos niveles de inconsciencia, que arrastran consigo, en pesca abundante, milagrosa, en todos los tiempos y lugares, el pensar y el decir supramentales, cuando ya no nos sirve o basta la pesca en los caladeros que frecuentamos los más. De esto dejó constancia Juan en su maravilloso prólogo sobre “el decir místico”.

El vacío o la escuálida cosecha del lenguaje discursivo tendrá que rendirse ante la abundosa pesca del decir místico o de la inspiración poética, que lejos de contradecir la racionalidad, la dilata salvándola de su muerte por asfixia o espíritu narcisista. También la razón necesita

pasar por su desierto para entrar en la tierra de la promesa o en los caladeros de la vida que, para los cristianos se abrieron a la historia en la temprana aurora de la Pascua, día definitivo.

Juan de la Cruz, en forcejeo entre la novedad que rompe la rutina repetitiva, sin más horizonte que la muerte, nos dejó plasmada la hoja de ruta de una humanidad que se revela contra la muerte que ella misma genera, ¡y que puede presentarse y presentar como defensa de la vida!: *Así como el caminante que, para ir a nuevas tierras no sabidas, va por nuevos caminos no sabidos ni experimentados, que camina no guiado por lo que sabía antes, sino en duda y por el dicho de otros. Y claro está que éste no podría venir a nuevas tierras, ni saber más de lo que antes sabía, si no fuera por caminos nuevos nunca sabidos, dejados los que sabía...* (2N 16,8).

Por este camino nos conduce Lola Poveda. Su experiencia y los caños de la *fonte* que mana y corre que frecuenta, son una gruesa descarga en la sala de máquinas de los quereres inviscerados de tantos que siguen luchando bajo el lema de que “cualquier tiempo pasado fue mejor”. Los mejores testigos maestros de la humanidad nos dicen que el siglo de oro de la humanidad está siempre en el futuro. Que éste se enfila prendido el primer fognazo del amor acogido: *salí tras ti clamando, y eras ido*. Y el camino se convierte en obligado vuelo por la presión del enamorado: *apártalos amado, que voy de vuelo*.

Maximiliano Herráiz
Mayo 2011

INTRODUCCIÓN

Arte y oración en mi vida han ido al unísono.

Embarcada, por mi profesión, en la Pedagogía Teatral, buscaba una práctica que ayudara al profesor-intérprete a creer en su trabajo y poderlo vivir desde un cuerpo atento y trabajado. Las escuelas de actores del siglo XX habían ido incorporando técnicas corporales como acrobacia, rítmica, o diferentes enfoques de Oriente y Occidente: Expresión corporal, Yoga, Rolfing, Taichi... Siempre con un concepto de materia aislada a la hora de integrarlas en el proceso de formación.

Mi búsqueda se orientaba hacia encontrar un enfoque corporal unificador que abarcara movilidad, expresividad, emoción y salud porque para mí es claro que arte y salud tienen que ir juntos.

Por otro lado los profetas y los pioneros del teatro contemporáneo (Becquet, Artaud, Grotowski, Apia y Craig o Brook) han hablado de un teatro simple, místico, que retorne a su carácter litúrgico, casi sagrado, en el que el actor sea un “creyente” capaz de liberar la energía de la emoción. El acceso a esa intuición pasa por una corporeidad nueva, por un nuevo hacer corporal.

La meditación, orar, es una experiencia que me ha acompañado desde niña. Nunca lo he vivido como un trabajo o un deber, sino como un lenguaje natural que ha cre-

cido conmigo como cualquier otro aspecto de mi persona, dentro de una familia más cristiana que católica en cuanto a la libertad y el espacio que lo religioso ha ocupado en mi vivencia familiar. Así, orar ha sido un estar conmigo o en mí con el mismo pulso de estar con Dios o en Él. Siempre con una presencia corporal que ha acabado siendo el lugar de discernimiento de mi estar con lo otro o con los otros o en los otros. Y así ha seguido siendo hasta hoy.

El nombre de “Meditaciones escénicas” que doy a mis actuaciones es la síntesis de esos dos ámbitos o facetas del mismo prisma: interpretar ante otros es lo más espiritual que he podido vivir y orar –me gusta más decir “orar” que meditar– ha sido la experiencia más bella que he vivido en mi acontecer humano.

No me veo original en eso, porque lo espiritual ha estado presente en el arte desde que éste surge como expresión humana en alma y cuerpo. Y la contemplación, o el Pensar Místico, que provoca la experiencia orante es tan inenarrable como la emoción del artista en su acto creador en el encuentro, sin mediación, con lo Divino.

Me viene al recuerdo la inscripción en la piedra sobre la tumba de Gabriela Mistral en Montegrande, en el norte chileno: *Lo que el alma hace por su cuerpo es lo que el artista hace por su pueblo.*

Como dicen los maestros chinos “nada es lo que parece” y después de vivir treinta años en Madrid y terminar mis estudios universitarios me trasladé a Barcelona, donde nunca se cumplió el prometido trabajo en el Instituto del Teatro que había motivado mi desplazamiento, pero donde, casi al llegar, contacté con los discípulos de Fedora Aberastury con los que, en el año 1980, fundaríamos el Instituto que llevaba su nombre. Fedora, pianista, discípula de Claudio Arrau, había generado en su estudio de

Buenos Aires un Sistema de trabajo-síntesis como solo los pioneros pueden realizar, en torno al arte y al desarrollo del cuerpo como Conciencia-Energía. Desde mi primera sesión de trabajo, en octubre de 1978, entendí que había encontrado lo que buscaba y mi teoría, mi investigación y mi práctica personal y en mi taller, desde entonces han tenido, tanto para el arte dramático como para la meditación, el referente de su Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento.

Hago mías las palabras de Teilhard de Chardin que recoge Claude Chénot en su libro sobre él de TAURUS: *Mi tema ha sido: "cómo comprender y utilizar el arte en función de la Energía Humana". He manifestado la idea de que el Arte es una expresión de la "exuberancia" de la energía humana, de modo que su función consiste en proporcionar una especie de consistencia, una forma intuitiva y casi instintiva, y un carácter personal a esta aportación y exceso, siempre crecientes, de fuerzas espirituales gradualmente liberadas de los lazos de la materia; exactamente igual que ocurre con la ciencia y con la filosofía, pero de una forma mucho más espontánea y personalista.*

También en Barcelona, en mis periódicas estancias en Montserrat, evolucionó lo que hacía cincuenta años, a mis ocho años, había sido mi primera experiencia contemplativa, mientras miraba las figuras de santas de alabastro que acompañan la escalera de subida a la Virgen negra. Al llegar arriba me di cuenta de lo sencillo que era hablar con Dios. Estaba en eso cuando la mano del cuidador que ordenaba la subida y el tiempo de los piadosos visitantes, se puso en mi brazo y me hizo salir de aquel, no solo lugar, sino espacio de bienaventuranza al que había llegado. Las dos experiencias me han seguido acompañando: una como camino irrenunciable y la del

cuidador como todos los imponderables, controles ajenos y propios y emergencias que son la ascesis espontánea del camino de contemplación.

Puedo decir que en mi recorrido personal, no se ha tratado solo de una búsqueda, un estudio o un objetivo prioritario. Reconozco que a lo largo de los años vividos estar presente con mi cuerpo –como experiencia-expresión-conciencia-energía– al Arte y al Pensar Místico ha sido una vocación.

Por eso en estas páginas, en las que resumo un recorrido de mi experiencia, no pretendo aumentar conocimiento en el que las lea, sino compartir lo vivido y descubrir, a dos, que a eso hemos sido llamados.

TÚ ERES ESO

El camino místico no se hace solo.

Aunque mi experiencia meditativa es autodidacta, siempre tuve muy buenos maestros a los que me unió una entrañable amistad:

Tomás de Kempis y Teresa de Jesús, desde niña, y más tarde Juan de la Cruz, han sido mis guías y amigos siempre presentes, atentos, amorosos, firmes, dispuestos a repetirme una y mil veces las mismas cosas con esa pedagogía que ha acabado haciéndome vivir de forma natural lo sobrenatural.

En la adolescencia y juventud Isabel de la Trinidad, las *Confesiones* de San Agustín y *Las tres Edades de la Vida Interior* de Garrigou-Lagrange se hicieron interlocutores de mis propias vivencias.

El espíritu de Pedro Poveda, fundador de la Institución Teresiana donde me eduqué y formé, de unir Fe y Ciencia, vivir como los primeros cristianos, el amor al

estudio y tener *la Encarnación bien entendida, la persona de Cristo, su naturaleza y su vida como la norma segura para llegar a ser santo con la santidad más verdadera siendo al propio tiempo humano con el humanismo verdad*, me sirvió hasta el día de hoy de referente.

Pero reconozco que nada más de agradecer que haber encontrado, sin buscarlo, a la persona adecuada en el momento adecuado para intercambiar lo que se ha ido configurando como mi pensamiento y mi acción. Quiero traerlos aquí como una forma de agradecerles su apoyo, su amistad, su discernimiento y esos tiempos de intercambio que me han permitido crecer y avanzar:

Carlos Valverde S.I., que me dio a conocer a Teilhard de Chardin y me impidió asociarme a algún camino meditativo que no fuera mi propio camino. Fue en unos Ejercicios Espirituales personalizados con él en Villagarcía de Campos cuando inicié de forma explícita lo que hoy puedo considerar mi camino personal de meditación a través del cuerpo.

Carlos Castro Cubells, en el que tuve a un guía que siempre iba por delante en la comprensión meditativa de la Biblia, los místicos y el mundo oriental y la Historia de las Religiones. Su comprensión de la Liturgia como Misterio, su amor por el Zen, su lectura vivenciada de la Biblia, su contemplación de los cuadros taoístas, la lectura de Raimundo Lulio, Ortega, Zubiri o sus experiencias con Enomilla-Lassalle... llenaron nuestros encuentros hasta su muerte. Con Él me adentré en San Juan de la Cruz y pude confrontar el proceso meditativo que he denominado: *Meditar: una experiencia a través del cuerpo*.

José M^a Fondevila S.I., quién desarrollaba sus clases de Antropología en la Facultad de San Cugat y la Facul-

tad de Teología de Barcelona cuando nos conocimos y entablamos una entrañable amistad. Él estaba interesado en el tema del cuerpo y yo en adentrarme en la Teología que refrendara mis experiencias meditativas a través del cuerpo. De común acuerdo iniciamos un estudio Antropología teológica-Corporeidad en el que estuvimos tres años reuniéndonos un día a la semana. El estudio nos llevó a un vínculo común: la experiencia.

Con su tutela, y la guía de San Ignacio inicié la “Experiencia de Conversión” en la cueva de Manresa. Es una experiencia de ocho días de silencio en el que el cuerpo es el medio del discernimiento a través de dos experiencias diarias y el diálogo de discernimiento personal. La realizo, sin convocarla, cuando hay ocho personas interesadas. De esa época también es la experiencia del Catecumenado de oración –era invitada a dar cursos de expresión corporal y catequesis en diferentes lugares– en el que invitaba a seguir el proceso catecumenal cristiano a través del proceso meditativo de Santa Teresa. También en ese tiempo formé parte del equipo organizador de la Pascua de los Negrales, en la sierra de Madrid, donde cientos de personas, a la sombra de Taizé, nos encontramos para celebrar la Pascua a través de numerosas experiencias de oración.

Maximiliano Herráiz. Nos conocimos en julio de 1986. Le habíamos pedido su enfoque de Santa Teresa para los grupos de oración con los que celebrábamos la Pascua de los Negrales. Desde entonces he mantenido con él una relación que considero cuántica por lo breve pero decisiva en momentos cruciales de mi vida. Su lectura de Santa Teresa y San Juan de la Cruz me renueva en poderlos sentir y vivir. Le agradezco de corazón su Prefacio y su Pos-facio a este libro.