

RESUMEN COMPLETO

Avisos espirituales

de San Juan de la Cruz

La lámpara encendida

Un libro de frases breves

San Juan de la Cruz fue un fraile carmelita del siglo dieciséis, compañero de Santa Teresa de Jesús en la reforma del Carmelo, y uno de los poetas más grandes de la lengua española. Además de sus poemas y de sus grandes tratados, dejó algo más pequeño y más íntimo: frases breves, consejos de pocas líneas que escribía en papelitos para las monjas y los frailes que acompañaba.

Esas frases se copiaron, se guardaron y se reunieron después en este libro, los Avisos espirituales. No hay en él una historia que contar. Es una colección de sentencias, como gotas, que se pueden leer despacio, de una en una.

Dichos de luz y amor

El libro empieza con un prólogo en forma de oración. San Juan dice a Dios que él tiene las palabras, pero no siempre la obra y la virtud que esas palabras piden. Por eso las escribe: para que otras personas las aprovechen, y encuentren en ellas lo que a él le falta.

Y explica lo que quiere que sean esos dichos: discreción para el caminar, luz para el camino y amor en el caminar. Nada de retórica ni de elocuencia. Palabras al corazón, sencillas y dulces.

El amor, al final del día

La frase más famosa del libro es esta: a la tarde te examinarán en el amor. Es decir, al final de la vida, lo único que contará será cuánto y

cómo hemos amado. Y añade: aprende a amar como Dios quiere ser amado, y deja tu condición.

Muchos avisos van en esa dirección. El alma que anda en amor, dice, ni cansa ni se cansa. El alma enamorada es blanda, mansa, humilde y paciente. Y el amor de verdad no busca que lo vean: quien obra por puro amor no lo hace para que lo sepan los hombres.

Menos es más

Otra idea recorre todo el libro: la libertad interior. San Juan pide no apegarse a las cosas, ni siquiera a los gustos espirituales. Usa una imagen muy sencilla: el pájaro que se posa en la liga, esa sustancia pegajosa con que se cazaban pájaros, trabaja dos veces, primero para soltarse y después para limpiarse.

Lo mismo pasa con los apetitos: el que se deja atrapar por ellos sufre al soltarse, y sufre después para limpiarse de lo que se le quedó pegado. Y lo resume con otra frase: al alma que se desnuda de sus apetitos, Dios la viste de su pureza.

También avisa contra la prisa por las grandes obras. Dios, dice, prefiere en nosotros el menor grado de pureza de conciencia a todas las obras que podamos hacer. Y prefiere que sepamos esperar en la sequedad antes que buscar consuelos y visiones.

Silencio y soledad

San Juan de la Cruz habla mucho del silencio. Dice que el Padre dijo una sola palabra, que fue su Hijo, y que esa palabra la dice siempre en eterno silencio. Por eso el alma tiene que aprender a escuchar en silencio.

Aconseja refrenar la lengua y el pensamiento, no entrometerse en las cosas ajenas, y buscar la soledad acompañada de oración y de buena lectura. Y regala una imagen preciosa: el pájaro solitario, que tiene cinco condiciones. Se va a lo más alto. No sufre compañía. Pone el pico al aire. No tiene un color determinado. Y canta suavemente. Así, dice, debe ser el alma que busca a Dios: por encima de las cosas que pasan, amiga del silencio, atenta al aire del Espíritu, sin aferrarse a nada, y cantando con suavidad.

Paciencia con lo que pasa

Hay avisos muy prácticos para la vida diaria. No entristecerse de repente por las cosas adversas, porque no sabemos qué bien traen consigo. No alegrarse demasiado con las prosperidades. No esperar al gusto para hacer el bien: basta la razón. Y no fiarse solo de uno mismo: más pueden dos juntos que uno solo, y el que cae solo, difícilmente se levanta solo.

Oración del alma enamorada

En medio del libro hay una oración que es de las páginas más bellas de San Juan. Empieza pidiendo perdón, y termina en una explosión de alegría: míos son los cielos y mía es la tierra; mías son las gentes, los justos son míos y míos los pecadores; los ángeles son míos, y la Madre de Dios, y todas las cosas son mías, y el mismo Dios es mío y para mí.

Y el alma se dice a sí misma: ¿qué pides y buscas, alma mía? Tuyo es todo esto, y todo es para ti. No te conformes con las migajas que caen de la mesa de tu Padre.

Las doce estrellas

El libro termina con avisos copiados en distintos lugares, y con una lista sencilla: doce estrellas para llegar a la perfección. Amor de Dios, amor del prójimo, obediencia, castidad, pobreza, asistir al coro, penitencia, humildad, mortificación, oración, silencio y paz.

La última frase lo resume todo con un juego de palabras: buscad leyendo y hallaréis meditando; llamad orando y os abrirán contemplando.

Un libro para leer despacio

Los Avisos espirituales no se leen de un tirón. Son para abrirlos por cualquier página y quedarse con una sola frase. Cuatrocientos años después, siguen hablando de lo mismo que nos inquieta hoy: el ruido, la prisa, el apego a las cosas. Y siguen proponiendo lo mismo: silencio, sencillez y amor. Porque, a la tarde, nos examinarán en el amor.

Resumen original de La lámpara encendida. Escucha el libro completo, leído en voz baja, en nuestro canal de YouTube.
Descarga gratis más libros de dominio público en nuestra web.