

# STUDIO SULLE DIMORE DEL CASTELLO INTERIORE

Pilar Paricio

Parchi di Studio e Riflessione Ódena

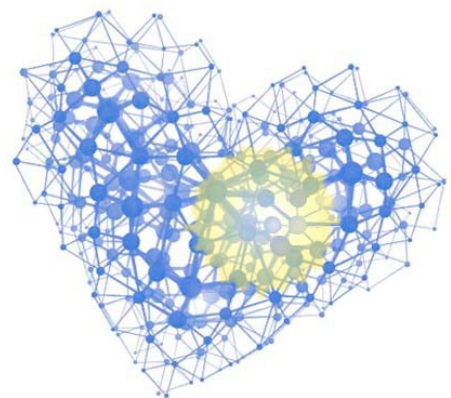
[pilarparicio@gmail.com](mailto:pilarparicio@gmail.com)

Barcellona, Spagna

Dicembre 2014

Traduzione

Antonia Esposito



Ringrazio tutti quelli che mi hanno preceduta in questo cammino,  
i maestri che mi hanno formata,  
gli amici che mi hanno sostenuta.

## INDICE

Sommario .....	1
Inquadramento .....	1
Interesse .....	2
Circa l'autrice delle dimore .....	3
Circa il contesto storico .....	5
Sull'allegoria del castello interiore e le sette dimore .....	6
Prima Dimora .....	8
Seconda Dimora .....	13
Terza Dimora .....	20
Quarta Dimora .....	23
Quinta Dimora .....	30
Sesta Dimora .....	36
Settima Dimora .....	41
Conclusioni .....	45
Bibliografia .....	48

## Sommario

Questo è uno studio sul libro "le Dimore del Castello Interiore", in cui si analizza il procedimento che utilizza l'autrice per accedere a esperienze mistiche. Il libro è stato scritto da Teresa Sánchez de Cepeda e Ahumada, anche conosciuta come Teresa d'Avila o Teresa di Gesù, nell'anno 1577.

L'autrice configura l'esistenza di una serie di stati interni concatenati, come sette dimore concentriche, attraverso i quali va transitando attraverso il suo processo di interiorizzazione. Utilizza l'allegoria del castello interiore per descrivere il mondo interno e l'allegoria delle dimore, appartamenti o parti che compongono il castello come una descrizione del percorso da seguire per accedere alla profondità dello spazio interiore e realizzare l'unione spirituale con Dio.

La ricerca punta ad analizzare se vi è qualche similitudine tra questi procedimenti e alcuni di quelli utilizzati nella disciplina morfologica<sup>1</sup>. Ad esempio, si osserva che l'autrice descrive l'anima come uno spazio tridimensionale, con larghezza, altezza e profondità, vale a dire, conosce la spazialità del mondo interno e le sue pratiche consistono in avanzare verso dimore ogni volta più interne, verso la profondità di "asse z"<sup>2</sup> mediante pratiche come la meditazione e la preghiera.

## Inquadramento

Il punto di vista utilizzato in questo lavoro è quello dello studioso di pratiche per accedere a stati di coscienza<sup>3</sup> non no habituales. abituali. Per dare un inquadramento, possiamo utilizzare le spiegazioni su "l'accesso ai livelli profondi" descritti nel libro "Appunti di Psicologia" di Silo, in cui l'autrice spiega:

*"Senza dubbio, la sostituzione dell'io<sup>4</sup> operata da una forza, uno spirito, un dio o dalla personalità di uno sciamano o di un ipnotizzatore è stato qualcosa di usuale nella storia. E' stato altrettanto conosciuto, ma forse meno usuale, il fatto di sospendere l'io evitando però qualsiasi forma di sostituzione, come abbiamo visto in alcuni tipi di Yoga e in alcune pratiche mistiche avanzate. ... Quel che è possibile, tuttavia, è arrivare a una situazione mentale di soppressione dell'io, non nella vita quotidiana bensì in determinate condizioni, il cui primo passo è la sospensione dell'io.*

*... L'entrata negli stati profondi della coscienza avviene a partire dalla sospensione dell'io. A partire da questa sospensione cominciano già a prodursi registri significativi di "coscienza lucida" e di comprensione delle proprie limitazioni mentali."*

## Interesse

Le metafore dei castelli interiori, delle dimore interiori, delle città degli dei, sono delineate da diverse mistiche e scuole. Esisteranno queste città al di fuori del nostro mondo interno? L'interesse dello studio nasce da questa domanda circa questi spazi di cui parlano i mistici e i testi sacri, come "il castello interiore di Teresa d'Avila", o "le dimore del cuore" di Nuri, o "la città nascosta" di Silo.

Riguardo queste allegorie, Silo nel capitolo XX de "Lo Sguardo interno" spiega circa la realtà interiore:

*"Quando si è parlato delle città degli dei ... si è detto una grande verità interiore.*

*Senza dubbio, quando si è detto tutto questo collocandolo fuori dalla mente, si sbagliò o si menti"*

Questa analisi si propone di scoprire le pratiche che utilizza Teresa d'Avila per transitare attraverso le dimore del castello interiore, sperimentare i registri che descrive e indagare se esiste qualche relazione tra questi procedimenti e alcuni di quelli utilizzati nella disciplina morfologica sviluppata da Silo nel Materiale di Scuola "le quattro discipline".

## Note

<sup>1</sup> Fin dall'antichità sono esistiti procedimenti in grado di guidare le persone verso stati di coscienza eccezionali. La disciplina morfologica è una di queste vie che, lavorando con forme, mette in moto altri livelli di coscienza. "Le quattro discipline", Silo

<sup>2</sup> Coordinata Z o asse Z è un'espressione ripresa dalle coordinate cartesiane spaziali per indicare la profondità dello spazio di rappresentazione nel senso di avanti-indietro, prendendo come riferimento il proprio punto di osservazione in cui si incrociano anche le coordinate X e Y relative alle altre due dimensioni. "Contributo alla terminologia di Scuola". Fernando García.

<sup>3</sup> Chiamiamo coscienza l'apparato che coordina e struttura le sensazioni, le immagini e i ricordi dello psichismo umano. "Appunti di psicologia". Silo.

<sup>4</sup> Se Si definisce l'io come una configurazione illusoria di identità e permanenza, data dai dati dei sensi e della memoria oltre ad una particolare configurazione che dà alla coscienza l'illusione di permanenza, nonostante i continui cambiamenti che continuamente si verificano in essa. La coscienza è spesso confusa con l'io, quando in realtà questo non ha una base fisica, come nel caso della coscienza, che può essere localizzata come "apparato" che registra e coordina lo psichismo umano. "Appunti di psicologia". Silo

### **Circa l'autrice delle dimore**

“Le Dimore del Castello Interiore” è una delle opere di spicco della mistica cristiana e della prosa spagnola del Secolo d’Oro. E’ stato scritto nel 1577 da Teresa Sanchez di Cepeda e Ahumada, che ha poi cambiato il suo nome in quello di Teresa di Gesù. Mistica, scrittrice e riformatrice della Chiesa cattolica, in un periodo in cui il luteranesimo, gli illuminati e altre correnti critiche si diffondevano in tutta Europa. Teresa nacque ad Avila, in Spagna, nel 1515 e morì ad Alba de Tormes, nel 1582.

Suo padre fu Alonso Sánchez di Cepeda e sua madre Beatriz Dávila e Ahumada, che morì quando Teresa aveva 12 anni. La sua famiglia paterna proveniva da ebrei sefarditi convertiti di Toledo, mentre il ramo materno apparteneva alla nobiltà castigliana. Teresa era la terza figlia di una famiglia di dodici fratelli, per quello che raccontano i suoi biografi, appassionata di letture di libri di avventura dell'epoca, di flirtare e accettare il corteggiamento di qualche cugino. Per allontanarla da queste tendenze, nel 1531 suo padre decise di internarla come studentessa nel monastero di Gracia, governato dagli Agostiniani. Nel 1532, a causa di una malattia, dovette lasciare il convento e durante la convalescenza lesse diversi libri religiosi.

La vocazione spirituale si andò delineando in lei come un'alternativa, sebbene in lotta con le attrattive del mondo. Alla fine, nel 1535 entrò nel convento carmelitano dell'Incarnazione. Due anni dopo, nel 1537, soffrì di una grave malattia che indusse suo padre a portarla fuori dal convento per prestarle le cure mediche, ma non migliorò e rimase in coma per 4 giorni. Tutto il mondo la diede per morta, però alla fine si recuperò e poté tornare all'Incarnazione due anni dopo, nel 1539, anche se paralizzata dalle conseguenze; le ci vollero circa 3 anni per riprendersi.

Nel 1550 cominciò ad avere esperienze mistiche, nel 1558 sentì per la sua prima volta l'estasi, le visioni si succedettero durante diversi anni, sebbene i suoi superiori le proibissero di continuare con queste pratiche. Il francescano Pedro di Alcántara la incoraggiò ad approfondire le sue esperienze fino a convertirsi nel suo consigliere e guida spirituale. I suoi biografi credono che possa aver avuto contatto con gruppi di illuminati, con i seguaci di Juan Valdés e di Erasmo da Rotterdam; correnti che privilegiavano la religiosità interiore a quella esteriore e denunciavano gli abusi clericali.

Teresa aveva una cultura superiore al resto delle donne del suo tempo. Tra i suoi libri di lettura c'erano: "Le Confessioni" di Sant'Agostino, "Alfabeto Spirituale" di Francesco di Osuna, "Lettere" di San Girolamo, "La salita del Monte Sion" di Bernardino di Laredo, "L'arte di servire Dio" di Alonso di Madrid, "Trattato di preghiera e meditazione" di Pedro di Alcántara, "Esercizi spirituali" di Sant'Ignazio di Loyola e altri. Seguendo le istruzioni di "Alfabeto spirituale", iniziò a praticare la preghiera mentale e a meditare e le confessioni di Sant'Agostino ispirarono la sua opera "Libro della vita".

I suoi scritti, pubblicati dopo la sua morte, costituiscono un importante contributo alla letteratura mistica e sono capolavori della prosa spagnola. Tra i principali: "Libro dei rapporti spirituali" del 1560-1581, scritto indirizzato ai suoi direttori spirituali, "Libro della Vita" del 1562, la sua autobiografia, "Libro delle Fondazioni", documento sui monasteri da lei fondati tra il 1573 e il 1582, "Il Castello interiore" del 1577, un libro sulle sue pratiche spirituali per insegnare alle suore del suo ordine, e "Cammino di perfezione" scritto nell'anno 1583, la sua biografia spirituale. Queste possono essere considerate come le sue opere di maggior rilievo.

Nel tentativo di riprendere lo spirito dei primi eremiti del Monte Carmelo, propose una riforma dell'ordine carmelitano basato sulla povertà e sulla spiritualità, creando l'ordine delle Carmelitane scalze. Fondò fino a 16 case religiose, la prima fondazione fu il convento di San José ad Ávila nel 1562. Cinque anni dopo fondò un nuovo convento a Medina del Campo; in questi anni la sua attività fu instancabile, creando sette nuovi conventi: Valladolid (1568), La Mancha (1569), Toledo (1569), Pastrana (1569), Salamanca (1570), Alba de Tormes (1571) e Segovia (1572), due conventi in più a Beas e a Siviglia (1575) e un altro a Villanueva de la Jara (1580). Le ultime fondazioni furono quelle di Soria (1581), Granada (1582) e Burgos (1582). Teresa fu accusata ripetutamente di fronte all'Inquisizione, il processo fu chiuso nel 1579 e fu autorizzata a continuare il suo compito.

Con l'aiuto di Juan de la Cruz, Teresa organizzò il ramo maschile dei Carmelitani scalzi. Juan si convertì in uno dei principali formatori della riforma carmelitana e ebbe grande influenza su Teresa.

### **Circa il contesto storico**

In un'epoca in cui il clero controlla non solo la spiritualità del popolo, ma tutti gli aspetti della sua vita, appaiono, in diverse parti d'Europa alla fine del 1300, riformatori della Chiesa cattolica, come John Wycliff (1320-1384) in Inghilterra o Jan Hus (1373 - 1415) a Praga, che difendono un ritorno al cristianesimo primitivo, in opposizione alla gerarchia e ai postulati della Chiesa. L'influenza di questi primi riformatori è proseguita in correnti successive come gli illuminati o i luterani..

Alla fine del 1400 si produce una corrente legata all'umanesimo, che promuove la riforma della Chiesa cattolica. In vari punti come l'Italia e la Spagna, sorgono confraternite laiche guidate da membri di ordini mendicanti, che oltre a praticare la carità propongono esercizi di preghiera e pratiche meditative. Queste confraternite funzionano ai margini della Chiesa e alcune arrivano a costituirsi in nuovi ordini religiosi.

Inoltre, in questo momento, figure come l'umanista Juan Luis Vives (Valencia 1493 - Brujas 1540), Erasmo da Rotterdam (Basilea 1466-1536) o Tommaso il Moro (Londra 1478-1535), propongono un rinnovamento dei valori medioevali, ponendo l'essere umano come "valore centrale", e proponendo una relazione diretta tra la divinità e l'uomo senza l'intermediazione della Chiesa. Questi intellettuali formularono una teologia e riti semplici, in cui la religione era una questione individuale al di fuori delle regole della Chiesa, dove ciò che era veramente importante era vivere in accordo al messaggio, proprio come avevano fatto i primi cristiani.

Questo era il clima che l'Europa viveva all'inizio del XVI secolo, epoca in cui si produce la riforma protestante promossa da Lutero (1486-1546). Le principali modifiche proposte da questa riforma sono, anche far terminare questioni come abusi da parte della gerarchia ecclesiastica e il rilassamento dei costumi del clero, promuovere la divisione tra potere politico e religioso, rivitalizzare il cristianesimo primitivo, diffondere la Bibbia, sua lettura e libera interpretazione, dal momento che l'apparizione della stampa permetteva l'accesso ad un gran numero di persone.

All'interno di queste tendenze di riprendere le pratiche dei cristiani primitivi, appaiono in Spagna, tra il 1510 e il 1530, gli illuminati. Questi sostenevano una pratica mistica che chiamavano "raccoglimento" riferendosi all'unione dell'anima con Dio. Inoltre



promuovevano la lettura e la libera interpretazione della Bibbia, preferendo la preghiera mentale a quella vocale. Credevano nel contatto diretto con Dio attraverso visioni e esperienze mistiche e permettevano a donne, ebrei, islamici convertiti e persone umili di partecipare nei loro conventi.

Teresa d'Ávila fu accusata di essere un'illuminata dall'Inquisizione; nel 1575 dovette comparire davanti a uno dei suoi tribunali, che alla fine la assolse, anche se le sue opere furono perseguitate dai censori inquisitori. Già nel 1559, si pubblicò l'indice dei libri proibiti dell'inquisitore Fernando de Valdes, gli inquisitori saccheggiarono la piccola biblioteca che Teresa aveva nel monastero di Incarnazione e portarono via opere di Fray Luis de Granada, di San Juan d'Avila e di San Francisco di Borja.

Teresa visse in un periodo di transizione in cui si produssero molti cambiamenti: le riforme religiose, la conquista delle Indie, i processi dell'Inquisizione. Fu anche un periodo di grande ebollizione mistica, in cui vari personaggi e gruppi cercarono un modo per accedere al profondo, una connessione con la divinità, oltre gli abusi e il controllo imposti dalla Chiesa.

### **Circa l'allegoria del castello interno e le sette dimore**

Per Teresa d'Ávila, l'anima è un castello formato da sette dimore attraverso le quali il praticante avanza verso la sua interiorizzazione. Possiamo trovare immagini di castelli per descrivere l'accesso al profondo, come le fortificazioni che devono essere attraversate per gradi o gli edifici orientali come un mandala. Francisco di Osuna, letto anche da Teresa, concepisce l'anima come un castello, ma si limita a descriverlo usando le allegorie medievali come una fortezza che i nemici tradizionali cercano di penetrare.

Aristotele immagina l'universo come sette sfere concentriche che ruotano in movimento circolare; le sette dimore che descrive Teresa potrebbero alludere a queste sette sfere planetarie incontrando così una relazione con l'immagine aristotelica dell'universo.

Sebbene questa allegoria delle dimore concentriche sia senza precedenti nella tradizione cristiana, essa appare nella tradizione musulmana. Secondo la dottoressa

Luce López-Baralt (docente di letteratura spagnola presso l'Università di Porto Rico), numerosi mistici sufi traducono il loro cammino di accesso al profondo come un viaggio attraverso sette dimore concentriche. Questo simbolo è stato ritrovato documentato in molti autori musulmani dal IX secolo al XVI secolo. Simnani (India 1386-1287) parla dei sette centri sottili, Naym Al-Din Al-Kubra (1221-618) di sette cieli interiori, è però Abu y Qasim Al-Nuri (910 – 830), che descrive nel suo libro "le dimore dei cuori" lo schema simbolico dei sette castelli concentrici.

Nuri fa una descrizione dei castelli dai più interni verso i più esterni. I castelli più interni sono fatti di materiali più preziosi, facendo una gradazione verso materiali più semplici nella misura in cui i castelli si allontanano dal centro. Il senso spirituale è lo stesso che propone Teresa, nei castelli più esterni persistono gli impulsi bassi e nei castelli interni si raggiunge l'unione con Dio.

Teresa usa il termine "dimora", anche i sufi usano il termine dimore per indicare stazioni permanenti nel cammino interno. Si chiamano dimore quelli che sono stati mistici permanenti. Mulla ya Sadrá (Shiraz 1572-Basrah 1640) identifica nel suo schema del cammino verso Dio dimore concentriche ogni volta più interne con sette cittadelle d'amore che Farid Al -Din Attar (Nishapur 1145-1220) era riuscito ad attraversare nel suo viaggio verso la divinità.

Certamente l'ambiente letterario e religioso della Spagna rinascimentale era ancora fortemente islamizzato; si spiega così la similitudine dei sette castelli o delle sette dimore. Dobbiamo ricordare che in Spagna si sono succeduti otto secoli di costante interscambio culturale tra musulmani e cristiani.



## Prime dimore

In queste dimore l'autrice spiega l'esistenza di un mondo interno e di un mondo esterno e descrive la porta o il procedimento per entrare nel mondo interiore, che è la preghiera o la meditazione.

### Circa il castello interiore

Nel primo capitolo, l'autrice descrive un castello che allegorizza il mondo interiore che identifica come anima. Questo castello è composto da numerose stanze o abitazioni attraverso le quali il praticante va avanzando. Con "mondo interno" si fa riferimento all'ubicazione del soggetto nell'interiorità dello spazio di rappresentazione<sup>1</sup>.

*"Per cominciare con alcuni fondamenti: cioè considerare la nostra anima come un castello tutto di diamante o di un cristallo molto chiaro, dove ci sono molte stanze, proprio come in cielo ci sono molte dimore." Le Dimore". Teresa di Gesù*

Spiega la differenza tra l'ubicazione del praticante nel mondo esterno o nel mondo interno. L'ubicazione nel mondo interno sarebbe come essere all'interno del castello, mentre l'ubicazione nel mondo esterno sarebbe come stare fuori dal castello, nei luoghi che lo circondano.

*"Tornando al nostro bellissimo e delizioso castello, dobbiamo vedere come possiamo entrarci. Sembra che dica qualche assurdità; perché se questo castello è l'anima, è chiaro che non c'è bisogno di entrare, perché è noi stessi; Come sembrerebbe sciocco dire a qualcuno di entrare in una stanza mentre ci è già dentro. Ma devi capire che c'è tanto da fare; che ci sono molte anime che girano intorno al castello che è dove sono quelli che lo guardano, e che non fanno niente per entrarci, né sanno che c'è, in quel luogo prezioso, né chi c'è dentro e nemmeno quali parti ha.*

*Avrete già sentito in alcuni libri di preghiere che si consiglia all'anima di entrare in se stessa; questo è lo stesso." "Le Dimore". Teresa di Gesù.*

### Definizione mondo interno - mondo esterno

La volumetria dello spazio interno si osserva quando si colloca un'immagine, un suono o un'altra rappresentazione, in avanti o in alto o indietro o in basso. La profondità di questo spazio permette di definire se i fenomeni sono partiti dal mondo interno o dal mondo esterno. Chiamiamo questo spazio interno "spazio di rappresentazione" e varia in base al livello di coscienza; nel sogno uno vede se stesso dall'esterno, come un personaggio di un film, mentre nella veglia uno si vede a partire da sé. Quando abbiamo il punto di vista fuori, lo spazio interno appare come un continente e uno appare come contenuto all'interno di questo spazio;

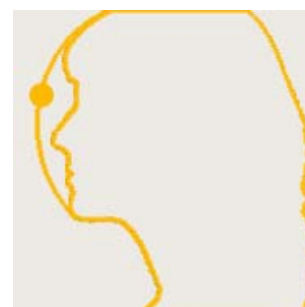
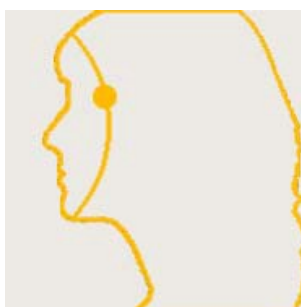
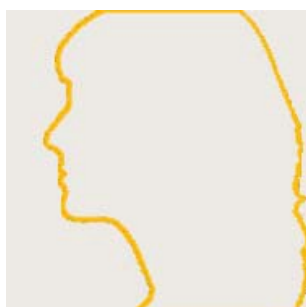
a questo registro si riferisce Teresa quando parla di entrare nel castello.

In Appunti di psicologia, di Silo, si descrive l'esistenza di questi spazi, mondo interno e mondo esterno, come una pellicola con la capacità di curvarsi verso lo spazio interno, cioè verso la concavità, o verso lo spazio esterno, verso la convessità. L'osservatore, situato in questo film, si trova principalmente nello spazio interno o esterno.

*"Dov'è l'io? L'io è all'interno del sistema di strutturazione che fa la coscienza e percepisce le cose, o l'io sta fuori? L'impressione che abbiamo è che in alcuni casi è dentro e in altri casi è all'esterno. "*

*"La "barriera" che separa il mondo "interno" e quello "esterno" è il tatto, spiegato corrispondentemente come tatto interno ed esterno. Un'importante ubicazione della "barriera tattile" è nel volto che è, precisamente, dove si incontrano concentrati in un piccolo spazio la maggior parte dei sensi esterni. "*

*"Possiamo dire che l'io si può ubicare nell'interiorità dello spazio di rappresentazione, ma nei limiti tattili kinestesici che danno nozione del mondo esterno e, in opposizione, nei limiti tattili cenestesici che danno nozione del mondo interno. In ogni caso, possiamo usare la figura di una pellicola biconcava (come limite tra i mondi), che si espande o si contrae quindi focalizza o offusca il registro degli oggetti esterni o interni. "Appunti di psicologia", Silo.*



io nel mondo interno

io nel mondo esterno

Nella disciplina morfologica si lavora con la spazialità della coscienza, spazialità che ci permette di parlare di forme che contengono e la possibilità di essere dentro o fuori dalla forma. Un procedimento per situarsi nel mondo interno è quello di situarsi inclusi all'interno di una forma, situarsi nella concavità, produce un registro di essere ubicato nel mondo interno.

Per l'autrice delle Dimore, questo sarebbe il primo passo: che il praticante possa differenziare il registro dell'essere ubicato nel mondo interno o nel mondo esterno. Come lei allegorizza, all'interno del castello o intorno al castello.

## L'entrata

La pratica che propone per entrare nel mondo interiore o nell'interno del castello è la preghiera o la meditazione, anche se sottolinea l'importanza che quella preghiera sia mentale, vale a dire, con l'attenzione posta nella preghiera, nelle immagini che propone e nei registri che produce.

*"La porta per entrare in questo castello è la preghiera e la considerazione<sup>2</sup>, e dico più mentale che vocale, ma come sia la preghiera deve essere con considerazione; perché colui che non si accorge con chi parla e colui che chiede e non si chiede chi è colui che chiede e a chi, io non la chiamo preghiera". Le Dimore. Teresa di Gesù.*

Inoltre, negli appunti di psicologia, si descrive il lavoro con una preghiera, o la ripetizione di yantras o mantra, o le pratiche yoga, come alcune delle tecniche per accedere alla profondità dello spazio interno.

*"Alcune tecniche permettono di raggiungere la trance<sup>3</sup> per interiorizzazione, per ripetizione di un suono profondo che il soggetto va porgendo." Note di psicologia. Silo.*

In effetti, il praticante può registrare una posizione più esternalizzata o più interiorizzata, vale a dire, come se fosse situato verso l'interno dei limiti del corpo. In questo senso, gli esercizi di silenzio, meditazione, preghiera, mantra e passi di una disciplina aiutano a interiorizzare in questo spazio. Anche il fatto di portare lo sguardo verso il retro degli occhi.

Nel passo 1 della disciplina morfologica, si lavora l'entrata con un'allegoria che ogni praticante costruisce.

*"In questo passo lavoriamo su l'Entrata configurando una Soglia che ci porta in uno spazio diverso dal quotidiano in cui verrà sviluppato tutto il lavoro con la Disciplina.*

*"Le quattro discipline", Silo.*

Teresa avverte dell'esistenza di bestie cattive, parassiti, serpenti e altre creature fuori del castello, allegorizzando così stati bassi di coscienza, come possono essere "l'odio, la vendetta, la stranezza, il possesso, la gelosia, il desiderio di permanere, la frustrazione, il risentimento<sup>4</sup>" e la maggior parte di loro rimane fuori dal castello, sebbene alcuni potrebbero entrare nelle prime dimore.

## La spazialità del mondo interno

Prosegue con una descrizione spaziale del castello; questo è formato da dimore concentriche che circondano la dimora centrale, a cui è diretto il praticante. In questa dimora centrale c'è una grande luce, come un sole. In essa si produce la maggiore comunicazione interna, le esperienze mistiche. L'autrice sta descrivendo una spazialità del mondo interno, con larghezza, altezza e profondità. Il percorso che propone al praticante è un viaggio in profondità verso la dimora centrale. Cita l'esistenza di milioni di dimore, come differenti forme o pratiche per accedere a questi stati. Con questa descrizione l'autrice dimostra la sua conoscenza della spazialità della coscienza.

*"Ora torniamo al nostro castello di molte dimore.*

*Non devi intendere queste dimore una dopo l'altra, come una cosa di fila, ma mettendo gli occhi al centro, che è il luogo o il palazzo in cui c'è il re, e considerare come una palma nana, che per arrivare a ciò che si mangia ha molti condimenti e tutto ciò che lo circonda è gustoso. Cosicchè qui, intorno a questo luogo, ce ne sono molti, e in cima lui."*

*Le Dimore. Teresa di Gesù.*

In appunti di psicologia troviamo la seguente descrizione della spazialità dello spazio di rappresentazione:

*"Usando una figura, possiamo sottolineare che i fenomeni psichici sono sempre registrati tra le coordinate "spaziali" x, y, z, ma anche rispetto a z, dove "z" è la profondità del registro nello spazio di rappresentazione. Naturalmente, il registro di qualsiasi fenomeno si sperimenta nella tridimensionalità dello spazio di rappresentazione (in termini di altezza verticale, lateralità orizzontale e profondità degli impulsi, conforme ad una maggiore exteriorità o interiorità), cosa che può essere verificata attraverso l'appercezione o rappresentando impulsi provenienti dal mondo esterno, dell'intracorpo o della memoria." Appunti di psicologia. Silo.*

## L'illuminazione del mondo interno

L'autrice descrive una luce che si produce nella dimora centrale, quella più interna, facendo riferimento al fenomeno dell'illuminazione dello spazio di rappresentazione. Avverte che nelle prime dimore la luce interiore è ancora molto debole e consiglia di lasciare da parte le preoccupazioni quotidiane, la connessione con il mondo, per poter avanzare.

*"Devi notare che in queste prime dimore ancora non arriva quasi per niente la luce che esce dal palazzo dove il Re è; perché, sebbene non siano oscurati e neri come quando l'anima è nel peccato, è oscurata in qualche modo in modo tale che non si possa vedere, quello che sta con essa dico, e non a causa della dimora, che non so come farmi capire, ma poiché con così*

*tante brutte cose di serpenti e vipere e cose avvelenate che entrano con lui, non gli permettono di notare la luce. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

### **Stile di vita per facilitare l'ingresso al mondo interiore**

Secondo l'autrice, la prima dimora è l'umiltà e la conoscenza di sé, che sono necessari per continuare ad avanzare verso le dimore seguenti.

*"Non so se è facile da intendere, perché è una cosa così importante questa di conoscersi che non vorrei mai rilassarmi, per potermi rialzare nei cieli; e in più, mentre siamo su questa terra, non c'è nulla che sia più importante dell'umiltà.*

*E quindi devo dire che è bene, anzi molto buono cercare di entrare prima nella stanza dove si tratta di questo, per volare verso gli altri. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

### **Note**

<sup>1</sup> Nel libro appunti di psicologia di Silo, si spiega la teoria dello spazio di rappresentazione con le seguenti parole: se osservo dove registro le immagini vedo che le registro in una sorta di "schermo", in una sorta di "spazio" di rappresentazione. E questo spazio di rappresentazione è dentro di me.

<sup>2</sup> "Considerazione" qui può essere intesa come meditazione, è un termine che deriva dal latino "consideratio" e si riferisce all'azione e all'effetto del considerare (meditare, riflettere, stimare, giudicare). Nei libri spirituali, rappresenta l'assunto o la materia su cui meditare.

<sup>3</sup> Si intende come trance lo stato e la tecnica di ricerca dell'ispirazione mistica, che troviamo nelle più antiche forme di magia e religione. I mezzi impiegati coprono un ampio spettro che va dall'ingestione di bevande all'aspirazione di fumi e vapori, fino a tecniche più elaborate, che si sono andate depurando nel tempo, nel senso di permettere al soggetto di controllare e progredire nella sua esperienza mistica. Questi includono, per esempio, le danze rituali, le cerimonie ripetitive ed estenuanti, i digiuni, le preghiere, gli esercizi di concentrazione e meditazione. Nella Psicologia ufficiale la trance è considerata come uno stato di coscienza, caratterizzato dalla sospensione di tutti i movimenti volontari e dall'esistenza di alcune attività automatiche. Contributo alla terminologia di Scuola. Fernando García.

<sup>4</sup> "La guida del percorso interno. Cap. XIV. Lo Sguardo interno." Silo.



## Seconda dimora

In queste dimore si pone la difficoltà di mettere a tacere il rumore interno e l'impedimento che questo rumore produce per continuare ad avanzare.

### Circa il rumore interno

Mette in guardia del forte rumore interno o mentale che incontrano coloro che entrano nella seconda dimora. Ella consiglia di provare a superare questi rumori mentali, relazionati a stati bassi di coscienza, che sono allegorizzati come serpenti, cose avvelenate e demoni.

*"In qualche momento prova a fuggire da serpenti e cose avvelenate, e intenderai che è bene lasciarle."*

*"E'più terribile qui la batteria che i diavoli danno in mille modi e con più pena per l'anima rispetto al passato." Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Descrive il frastuono, inteso come rumore e confusione, che si produce in questa dimora, facendo di nuovo riferimento al rumore mentale che emerge in questo stato; alle conversazioni e alle chiacchiere con se stessi e al treno di immagini che si scatena. Descrive i dubbi, le paure per il futuro e le contraddizioni che si presentano in questa dimora. Questo rumore è il risultato dell'interiorizzazione della percezione, diminuendo gli stimoli esterni, aumentano gli stimoli interni e con essi affiorano tensioni e climi<sup>1</sup> che erano rimasti al di sotto della soglia di percezione. Queste tensioni e climi si traducono come conversazioni con se stessi, chiacchiere interiori, immagini, ecc. La coscienza resta attaccata a un tema dal quale non può disconnettersi, il tema in questione occupa tutto lo spazio di rappresentazione, i sensi esterni scendono di livello e aumenta la divagazione sul tema. Da qui l'importanza dell'eliminazione delle tensioni mediante la distensione per eseguire questi lavori, al contrario, le tensioni danno segnali producendo rumore mentale.

*"Oh Gesù, che frastuono che i demoni mettono qui, e le affezioni della povera anima, che non sa se andare avanti o tornare alla prima dimora! Perché la ragione, d'altra parte, le rappresenta l'inganno che è pensare che tutto ciò non valga nulla in confronto a ciò che pretende; la fede le insegna ciò che la compie; la memoria gli si presenta affinché tutte queste cose si fermino, facendogli presente la morte di coloro che hanno apprezzato molto queste cose, che ha visto: come alcuni hanno visto salite, quanto velocemente si sono dimenticati di tutto, come ha visto alcuni che conosceva in grande prosperità calpestare sotto terra e persino passa più volte, lui stesso per la sepoltura, e vedere chi sta in quel corpo*



*che fa bollire molti vermi, e molte altre cose che ti si possono porre davanti. "Le Dimore."  
Teresa di Gesù.*

Secondo il libro "Appunti di psicologia" di Silo, intendiamo per rumore mentale:

*"Come rumore possiamo anche distinguere: climi emotivi, tensioni e contenuti non corrispondenti al lavoro del coordinatore in quel momento. Questo è un fattore di disturbo del funzionamento dello psichismo".*

Nello stesso lavoro descrive il funzionamento del rumore:

*"Le soglie dei diversi sensi variano nella struttura e le soglie dei sensi interni variano in modo compensatorio rispetto alle soglie dei sensi esterni. I fenomeni della soglia cenestesica, al diminuire gli impulsi dei sensi esterni, entrano nella percezione e iniziano a dare segnali. Stiamo dicendo che quando l'impulso esterno diminuisce, quegli altri fenomeni interni che stavano lavorando al livello di soglia, e che non registriamo, appaiono in un modo registrabile.*

*In questo caso, il soggetto che voleva ridurre il rumore sensoriale, si troverà niente di meno che con l'amplificazione degli impulsi dell'intracorpo, perché esiste una regolazione dei limiti in ciascuno dei sensi esterni ed interni, come anche il sistema dei sensi interni compensa il sistema dei sensi esterni.*

*Quando l'informazione dal mondo esterno si abbassa, l'informazione dei sensi interni aumenta relativamente. Essi invadono tutto e somministrano i loro dati senza alcuna volontarietà da parte nostra".*

Il testo spiega come, diminuendo le percezioni esterne per interiorizzazione, aumentano le percezioni interne. Tensioni e climi interni si traducono in immagini che uno di solito non percepisce, giacché la coscienza e i sensi sono occupati dalle percezioni esterne. L'autrice de "Le Dimore" traduce questi registri come tentazioni dei demoni, in accordo al suo paesaggio cristiano.

### **Sulla comprensione e le potenze che producono il rumore**

Continuando con la difficoltà del rumore che si produce nella seconda dimora, l'autrice commenta, che sono le potenze e la comprensione che causano questo rumore. Secondo lei, in conseguenza dei nostri vizi, le potenze e la comprensione ci fanno guerra, ma dobbiamo convivere con essi.

*"qui c'è la più viva comprensione e le più capaci potenze: procedono i colpi e l'artiglieria in un modo che l'anima non può fare a meno di sentire. Perché qui sono rappresentati i demoni, questi serpenti delle cose del mondo e per rendere felici quelli di lui quasi eterni"*

*"Così grandi e veri amici e parenti e con chi sempre, sebbene non lo vogliamo, dobbiamo*

*vivere, così sono le potenze, sembrano non farci guerra, come sentono coloro che hanno fatto loro i vizi.*

*Pace, pace, sorelle mie, disse il Signore, e ammonì i suoi apostoli tante volte. Beh, potete credermi, che se non l'abbiamo e ce la procuriamo a casa nostra, non la troveremo negli estranei."Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Per i mistici cristiani, "le potenze" sono le capacità o gli strumenti di cui dispone l'anima. Se investighiamo sul significato delle potenze, troviamo quanto segue:

Secondo Aristotele<sup>2</sup> (384-322 a.n.), le potenze sono:

*"La capacità che hanno gli esseri, dal punto di vista metafisico, di ricevere gli incidenti che causano la trasformazione della sostanza." Metafisica, libro IX.*

Sant'Agostino<sup>3</sup> (354-430) le definisce come:

*"L'anima dispone di queste tre cose, memoria, intelligenza e volontà, però non sono tre vite, ma solo una vita, non tre menti, ma una solamente, né tantomeno tre sostanze, ma solo una sostanza." De Trinitate. X, 12-17*

San Tommaso<sup>4</sup> (1225-1274) ritiene che siano le facoltà di cui dispone ciascun essere umano e amplia la descrizione:

*"Grazie a loro, ogni essere vivente può realizzare le diverse operazioni vitali che gli corrispondono in funzione della sua natura." Sommario teologico.*

Le differenze tra le potenze di quelli che stanno nell'anima e quelli che stanno nel corpo, le distingue in questo modo:

facoltà	incorporee	vita intellettuale	intendimento
			volontà
	corporee	vita sensitiva	sensi esterni
			sensi interni
			desideri
		vita vegetativa	motricità
			generativa
			accrescitiva
			nutritiva

In un altro punto, Teresa cita anche l'intendimento come una delle potenze dell'anima, equiparando l'intendimento all'intelligenza. Quindi, sembrano riferirsi agli "apparati" dello psichismo come sono i sensi, la memoria, la coscienza e i centri di risposta, secondo "Appunti di psicologia", intendiamo per psichismo l'apparato che coordina le funzioni vitali:

*"Lo psichismo coordina le funzioni vitali, si avvale dei sensi e della memoria per la percezione delle variazioni del medio.*

*Per apparati si intendono le specializzazioni sensoriali e di memoria che lavorano integralmente nella coscienza mediante impulsi. Questi, a loro volta, subiscono numerose trasformazioni in base al campo psichico in cui agiscono. "Appunti di psicologia. Silo*

Quindi, possiamo concludere che sono i sensi con le loro percezioni (tanto del mondo esterno che del mondo interno), la memoria con il suo treno di immagini e la coscienza con le sue attività che producono questo rumore mentale che impedisce di fare silenzio.

Le Dimore del castello interiore sono sette, equivalenti a sette diversi livelli di interiorizzazione. L'interiorizzazione si produce in funzione della partecipazione delle potenze e dell'intendimento. A minor intervento di questi, maggiore interiorizzazione. Nella misura in cui viene messo a tacere il rumore dei sensi, della memoria e delle attività della coscienza, si produce una maggiore interiorizzazione, un approfondimento sull'asse z dello spazio di rappresentazione. La sospensione degli impulsi facilita l'interiorizzazione dell'operatore e l'entrata a stati di coscienza superiori.

*"La porta per entrare in questo castello è la preghiera. Poi pensare che dobbiamo entrare nel cielo e non entrare in noi stessi, conoscerci e considerare la nostra miseria e ciò che dobbiamo a Dio chiedendogli molte volte misericordia, è un'assurdità. "Le Dimore." Teresa di Gesù*

*"È evidente che già dall'inizio della sua pratica, il soggetto si orienta verso la scomparsa dei suoi" rumori " di coscienza attutendo le percezioni esterne, le rappresentazioni, i ricordi e le aspettative." Appunti di psicologia. Silo.*

### **Circa lo stile di vita per mantenere il silenzio interiore**

In questa dimora spiega anche l'importanza di perseverare, di stare in tema, con la preghiera, con letture o con sermoni. Per la mistica, stare in questa frequenza tematica aiuta nel lavoro.

*"Con parole che ascoltano le persone buone o sermoni o con ciò che leggono nei buoni libri e molte cose che avrete ascoltato, dove Dio chiama, o malattie, lavori, e anche con una verità*

*che insegna in quei momenti in cui siamo in preghiera. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

*"In questo caso e in culture diverse, l'ingresso nella trance avviene attraverso l'interiorizzazione dell'io e attraverso un'esaltazione emotiva in cui è copresente l'immagine di un dio, o di una forza, o di uno spirito, che prende e soppianta la personalità umana. Nei casi di trance, il soggetto si mette a disposizione di quell'ispirazione che gli consente di captare realtà e esercitare poteri a lui sconosciuti nella vita di tutti i giorni. "Appunti di psicologia. Silo.*

Riferendosi allo stile di vita<sup>5</sup>, suggerisce che il praticante si accompagni con coloro che stanno sul cammino. Inoltre consiglia di trattare con persone esperte.

*"Dategli luce in modo che possa vedere come sta in tutto il suo bene, così che si allontani da cattive compagnie; che cosa grande è trattare con chi si occupa di questo; per unirsi non solo con quelli che vedono in queste dimore quel che è, ma anche a quelli che comprendono che sono entrati ai più vicini; perché ti sarà di grande aiuto e potrai parlare con loro così tanto che potranno metterti lì con loro.*

*Non deve andare con la forza delle braccia per iniziare a raccogliere, ma dolcemente, in modo da poter essere più continuamente, non lo dirò qui, più di questo, dal mio punto di vista, fa molto al caso confrontarsi con persone esperte."Le Dimore." Teresa di Gesù.*

### **Circa il proposito<sup>6</sup> come aiuto per mantenere il silenzio interiore**

Facendo riferimento al proposito, avverte che ogni pretensione di chi inizia la via della preghiera deve essere quella di lavorare. La regola delle Carmelitane, a cui appartiene l'autrice, prescriveva meditare giorno e notte nella parola di Dio.

*"Tutta la pretensione di chi inizia la preghiera (e non dimenticare questo, che conta molto) deve essere quella di lavorare e di essere determinati e disposti con tutta la diligenza possibile per rendere la sua volontà conforme a quella di Dio." Le Dimore. Teresa di Gesù*

Spiega che sebbene sembri difficile, questo è l'unico modo per arrivare al paradiso: entrare in noi, conoscerci.

*"La porta per entrare in questo castello è la preghiera.*

*Quindi pensare che dobbiamo entrare nel cielo e non entrare in noi, conoscendoci e considerando la nostra miseria e quello che dobbiamo a Dio e chiedendogli molte volte misericordia, è una follia. Lo stesso Signore dice: Nessuno salirà al Padre mio, se non attraverso Me. Le Dimore. Teresa di Gesù.*

## Note

<sup>1</sup> Secondo Appunti di psicologia, le tensioni, talvolta, sono di tipo muscolare profondo e talvolta posso registrare queste tensioni come irritazioni profonde, come irritazioni viscerali che danno impulsi e che determinano un sistema di tensioni. Quando si parla di queste tensioni profonde, stiamo parlando di tensioni che non sono molto diverse da quelle esterne, ma hanno però un importante componente emotiva. Potremmo considerare questi due fenomeni come gradazioni dello stesso tipo di operazione. Parliamo ora di queste tensioni interne colorate emotivamente e le definiamo come climi, non molto diverse dalle tensioni in generale, ma con una forte componente emotiva.

Queste tensioni interne sono tradotte in modo diffuso e totalizzante. Questo spiega anche le caratteristiche dell'emozione in generale che lavora totalizzando, sintetizzando; non lavora riferendosi ad un particolare punto di tensione nel corpo, non si riferisce nemmeno ad un punto di dolore nell'intracorpo, che può essere localizzato molto bene, si riferisce piuttosto ad uno stato di invasione della coscienza. Si tratta dunque di impulsi cenestesici non puntuali.

<sup>2</sup> Aristotele è stato un pensatore greco (384-322 a.n.e.) formatosi all'Accademia di Platone. I suoi studi hanno esercitato un'enorme influenza sulla storia intellettuale dell'Occidente. Ha scritto quasi 200 trattati su un'enorme varietà di argomenti.

<sup>3</sup> Sant'Agostino (354-430) è stato un pensatore cristiano nato a Tagaste (attuale Algeria) ha avviato il collegamento tra filosofia e teologia. Egli afferma che il tempo obiettivo e soggettivo non corrispondono, allontanandosi così da filosofi posteriori come Kant più tardi o fisici come Einstein.

<sup>4</sup> San Tommaso è nato in Italia (1225-1274) fu uno dei più importanti filosofi-teologi del Medioevo. Incorporò gran parte del linguaggio aristotelico alla teologia cristiana.

<sup>5</sup> Stile di vita. Stile di vita (dal lat. Stilum e ad est di gr. Stylos). Congiuntura storica di linee di comunicazione e del sistema di immagine e metodi della creazione artistica propri di una personalità o di un gruppo di persone che rappresentano gusti, abitudini, modi di comportamento, che riflettono particolarità del loro mondo interiore attraverso le forme esteriori dell'esistenza umana. Dipende in gran parte dai valori culturali, dalle caratteristiche socio-psicologiche e dalle tradizioni storiche della famiglia, gruppo sociale, etnia e religione in cui si è formata una persona. Essa è legata al modo di vita che manifestano le norme e gli stereotipi di comportamento e la coscienza di grandi gruppi e perfino intere generazioni e civiltà. "Dizionario del Nuovo Umanesimo", Silo.

<sup>6</sup> Si intende per Proposito un'immagine tracciante sintesi di senso e intenzionalità profonda, dotato di grande carica affettiva che opera in compresenza. "Contributo alla terminologia di Scuola", Fernando García.



### Terza dimora

Racconta della difficoltà dell'ascesa, la necessità di staccarsi dai desideri del mondo e di modificare i comportamenti abituali per avanzare con risoluzione nell'ascesa..

#### A proposito dello stile di vita che aiuta nell'ascesa

L'autrice spiega che alla terza dimora accedono coloro che mantengono uno stile di vita basato sul controllare le compulsioni<sup>1</sup> (in guardia dai peccati), praticano la connessione con il profondo (raccoglimento) e compiono atti unitivi (prendersi cura degli altri).

*“Le anime che sono entrate nelle terze dimore... sono molto desiderose di non offendere Sua Maestà e si guardano anche dai peccati veniali, e farsi amica la penitenza, ore di meditazione, trascorrono bene il tempo, esercitandosi in opere di carità con il prossimo, molto concertati nel loro modo di parlare, vestirsi e fare le pulizie di casa, quelli che l'hanno. “Le Dimore.” Teresa di Gesù.*

Ella avverte che dobbiamo perseverare nello stile di vita sopra commentato e non lasciare entrare le compulsioni delle prime dimore. Consiglia di praticare il distacco dal mondo.

*“Senza dubbio è una buona disposizione, si persevera in questo e non si ritorna agli animali nocivi dei primi passi, sebbene permanendo nel desiderio; che non vi è dubbio che se si persevera in questa nudità e si abbandona tutto, si otterrà ciò che si pretende. “Le Dimore.” Teresa di Gesù*

Propone di lavorare con l'umiltà davanti alle difficoltà del progresso, che lei chiama aridità.

*“Il Signore ti darà da capire, affinché tu possa staccare dall'aridità l'umiltà e non l'irrequietezza, che è ciò che vuole il diavolo; e credete che dove è veramente, che, sebbene Dio non dia nessun dono, darà una pace e conformità con cui camminare più felice degli altri e con doni. “Le Dimore.” Teresa di Gesù.*

L'autrice insiste sulla difficoltà e sui pericoli del percorso interno. Consiglia il distacco dalla ragione e dai timori.

*“E come sempre sembriamo camminare e stancarci (perché credetemi è una strada stravolgente), andrà bene se non ci perdiamo. Ma guardate, figlie, se andando da una terra a un'altra potessimo arrivare in otto giorni, che*

*buono sarebbe farlo in un anno tra vento e neve e acqua e strade sbagliate? Non sarebbe meglio farlo subito? Perché avrai tutto questo più i pericoli dei serpenti.*

*Siccome andiamo con tanta mente, tutto ci offende, perché abbiamo paura di tutto; e così non osiamo andare avanti, come se potessimo arrivare a queste dimore e che altri possono percorrere il cammino.*

*Siccome questo non è possibile, cerchiamo di sforzarci, sorelle mie, per l'amore del Signore; lasciamo la nostra ragione e le nostre paure nelle sue mani; dimentichiamo questa debolezza naturale, che può occuparci molto."Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Per continuare ascendendo alle dimore seguenti propone di liberarsi della carica delle cose del mondo, di liberarsi delle miserie. Fa riferimento al non aggrapparsi all'lo, a lasciare andare le tensioni, i climi e gli insogni<sup>2</sup>, che sono le cose di questo mondo che ci impediscono di avanzare, di modificare i comportamenti abituali e mantenere uno stile di vita che ti avvicini al Proposito.

*"In questo modo questo stato è eccellente; e se no, tutta la nostra vita saremo con lui e con mille pene e miserie. Perché, siccome non abbiamo lasciato noi stessi, è molto laborioso e pesante; perché siamo molto appesantiti da questa terra della nostra miseria, quelli che non vanno sono quelli che salgono alle stanze mancanti.*

*Quello che penso non gioverebbe molto a coloro che sono in questo stato a causa della bontà del Signore, è di studiare molto nella prontezza dell'obbedienza; e sebbene non siano religiosi, sarebbe una cosa grande come fanno molte persone di avere qualcuno a cui accudire, per non lasciare nel nulla la sua volontà, che è la cosa ordinaria che ci danneggia; e non cercare altro che il suo buon umore, come si suol dire, che vada con tanta attenzione, ma cercare chi è con molto disinganno dalle cose del mondo, che in grande maniera approfitta di trattare con chi già le conosce, per conoscerle." Le dimore." Teresa di Gesù.*

Anche nel libro "Lo Sguardo Interno", l'autore ci avverte delle difficoltà dell'ascesa:

*"Se spingi il tuo essere in direzione luminosa, incontrerai resistenza e fatica ad ogni passo. Questa fatica nell'ascesa ha dei colpevoli. La tua vita pesa, i tuoi ricordi pesano, le tue azioni precedenti impediscono l'ascesa. Questa salita è difficile a causa dell'azione del tuo corpo che tende a dominare.*

*Rimani in libertà interiore con indifferenza verso il sogno del paesaggio, con risoluzione nell'ascesa."Umanizzare la terra (Lo Sguardo Interno)", Silo*

Teresa d'Ávila parla di essere guidata dalla necessità e non dal desiderio. Anche nell'"arringa sulla guarigione della sofferenza", Silo usa una metafora per spiegare l'importanza di essere guidati dalla necessità e non dal desiderio o dal piacere:

*"Il viaggiatore, la sera dopo, meditò di nuovo e capì, con un nuovo avvertimento del suo amico, che ora doveva intraprendere un compito doppiamente difficile, perché significava il suo distacco. Molto presto la mattina ha sacrificato la ruota del desiderio. È vero che nel farlo ha perso la Ruota del Piacere, ma con essa ha anche perso la Ruota della Sofferenza. Cavalcò sull'animale del Bisogno, supino, e cominciò a galoppare attraverso verdi praterie fino a raggiungere la sua destinazione. "La guarigione della sofferenza", Silo.*

In quello stesso discorso avverte della natura del desiderio:

*"Guarda come il desiderio ti può ingannare. Ci sono desideri di distinta qualità. Ci sono desideri più grossolani e desideri più elevati. Eleva il desiderio, supera il desiderio, purifica il desiderio. Dovrai così sicuramente sacrificare la ruota del piacere, ma anche la ruota della sofferenza. "La Guarigione della Sofferenza. Silo.*

## **Note**

<sup>1</sup> Compulsioni. Motivazioni fuori tema, come frustrazioni, rivendicazioni, offuscamenti, alterazioni, pressioni, ecc. Impulso irresistibile o ossessivo che sviluppa una certa azione. "Contributo alla terminologia di Scuola", Fernando García.

<sup>2</sup> Insogno. Fantasticare nello stato di veglia che nasce come risposta a stimoli esterni e interni e che viene modulato secondo catene associative per compensare le carenze della situazione. Durante l'insogno quotidiano, l'energia del centro intellettuale si inibisce principalmente nella parte intellettuale, secondariamente nell'emotivo e si rafforza nel motorio, osservando la perdita di autocritica, di interesse per l'ambiente esterno e di aumento della velocità e intensità delle immagini

Il nucleo di insogno lancia l'essere umano alla ricerca di illusioni che, quando non sono soddisfatte, producono stati dolorosi (dis-illusioni), mentre appagamenti parziali producono situazioni piacevoli. Così scopriamo che alla radice della sofferenza psicologica ci sono gli insogni e il loro nucleo. "Note di psicologia", Silo





#### Quarta dimora

In queste dimore descrive come, attraverso vari tipi di preghiera, si è in grado di avanzare nell'interiorizzazione, fino a raggiungere il vuoto o la sospensione degli impulsi.

#### Circa il procedimento di interiorizzazione

Le Dimore che Teresa descrive nei suoi testi sono sette, equivalenti a sette diversi livelli di interiorizzazione. L'interiorizzazione è maggiore, quanto minore è l'intervento delle potenze dell'anima (volontà, comprensione e memoria). Spiegato in altro modo, minore è l'intervento dei meccanismi di coscienza, maggiore è la sospensione degli impulsi e l'operatore si trova più in profondità nell'asse z. Durante la vigilia "l'io" si ubica nella zona più esterna dello spazio di rappresentazione, ma nella misura in cui il praticante si posiziona a maggiore profondità nello spazio di rappresentazione, l'io registra uno spostamento. Così, nella costituzione dell'io intervengono i meccanismi della coscienza, come la memoria, la percezione e la rappresentazione, e anche la posizione dell'attenzione nello spazio della rappresentazione.

L'autrice descrive con metafore il registro di approfondire nell'interiorizzazione. Una condizione per progredire nell'interiorità è superare il desiderio delle cose del mondo.

*"... percepisco sensibilmente un soave restringimento verso l'interno, come vedrà chi passerà per questo, che non so come chiarire meglio. Mi sembra di averlo letto che, come un riccio o una tartaruga, quando si ritirano, e dovrebbe averlo inteso bene chi l'ha scritto. In più, questi entrano in essi quando vogliono; qui non è nel nostro volere, ma solo quando Dio vuole farci questo favore. Ho per me che quando Sua Maestà lo fa, è per le persone che stanno già dando di mano alle cose del mondo. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Il procedimento per entrare nel mondo interno è fermare il dialogo interno, fermare il rumore mentale, abbandonarsi e non cercare di capire.

*"Quello che intendo che più conviene che ha da fare l'anima che il Signore ha voluto mettere in questa dimora, che senza alcuna forza o rumore procuri cercare di fermare il flusso della comprensione, ma non di sospenderlo né il pensare. Se la stessa cosa che senti in te stessa è un riempirsi, complimenti; Ma non cercare di capire cos'è, perché è dato alla volontà; lasciala godere senza alcuna industria. "Le Dimore". Teresa di Gesù.*

Per realizzare questa interiorizzazione usa lo strumento della preghiera. Prima lavora

con la preghiera del raccoglimento e poi lavora con la preghiera della quiete. La preghiera di raccoglimento, la cita nel capitolo 4 delle Dimore e la descrive nel libro "Cammino di perfezione". Con questo testo insegna ai piccoli gruppi di donne che vivevano nei conventi quale era la preghiera di raccoglimento.

*"Gli effetti di questa preghiera sono molti: ne dirò alcuni...:"*

*Un raccoglimento che mi sembra anche soprannaturale, perché non è stare al buio né chiudere gli occhi, né consiste in qualcosa di esterno, poiché, senza volerlo, avviene questo di chiudere gli occhi e desiderare la solitudine; e senza artificio, sembra che l'edificio sia lavorato per la preghiera che è stata detta; perché questi sensi e le cose esteriori sembrano perdere il loro diritto perché l'anima va ricaricando ciò che ha perduto. "Le Dimore." Teresa di Gesù*

### **Circa la preghiera di raccoglimento**

Nel capitolo 28 del libro "Cammino di perfezione", l'autrice spiega cos'è la preghiera di raccoglimento, e dà alcuni consigli per abituarsi ad essa. Con la preghiera di raccoglimento, il praticante persegue l'interiorizzazione e la sospensione degli impulsi provenienti dai sensi esterni.

Lo descrive nel modo seguente:

*"Questo modo di pregare, anche se è vocale, con molta più brevità, si raccoglie la comprensione e ed è una preghiera che porta con sé molti beni. Si chiamava raccoglimento, perché raccoglie l'anima di tutte le potenze e entra dentro di sé con il suo Dio ...*

*Se il raccoglimento è vero, ti senti molto chiaro, perché fa qualche operazione. Non so come spiegarlo. Chiunque lo abbia, capirà. Sembra che l'anima si alzi con il gioco, che già vede quali sono le cose del mondo. Alzati al momento migliore e come chi entri in un castello forte per non temere gli opposti: un ritirarsi dei sensi da queste cose esteriori, e dare loro una mano che, senza capire, si chiudono gli occhi per non vederli, perché più si svegliano gli occhi dell'anima.*

*Metti gli occhi su te stesso e guarda interiormente, come affermato; troverai il tuo Maestro, che non ti mancherà, ...*

*... quando quest'anima in se stessa vuole entrare in questo paradiso con il suo Dio e chiude la porta dietro di sé a tutto ciò che è nel mondo.*

*... questo non è il silenzio delle potenze; è il recinto di loro in sé l'anima.*

*"Le Dimore." Teresa di Gesù.*

## Circa la preghiera della quiete

Il passo che propone dopo la preghiera di raccoglimento è la preghiera della quiete. Con la preghiera della quiete, sembra riferirsi a uno stato di sospensione degli impulsi che produce registri di ampliamento interiore.

*"Ora stavo guardando questo scritto che nel versetto ho detto: Dilatasti cor meun, dice che ha allargato il cuore; e non mi sembra che sia qualcosa come dico che la sua nascita viene dal cuore, ma da un'altra parte ancora più interna, come una cosa profonda".*

*Penso che debba essere il centro dell'anima.*

*Qui le potenze non sono unite, a parer mio, ma imbevute e guardano come spaventati di quello che è. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Descrive alcune sensazioni che si producono in questo stato, come la percezione di fragranze, la sensazione di calore o l'allargamento dello spazio interiore.

*"... sembra che si vada ampliando e allargando tutto il nostro interno e producendo beni che non possono essere detti, nemmeno l'anima intende che cosa è ciò che le viene dato lì.*

*Percepisce una fragranza diciamo ora come se in quella cavità interna ci fosse un braciere in cui venivano lanciati fragranti profumi; non puoi vedere il fuoco o dove si trova; ma il calore e il fumo fragrante penetrano in tutta l'anima e anche tante le volte come ho detto, il corpo partecipa. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Fa anche riferimento a diverse ubicazioni nello spazio di rappresentazione che si registrano in questo stato. Si dirige verso il profondo, o verso l'alto oppure su sè stesso.

*"Dicono che" l'anima entra in se stessa "e altre volte che" sale su se stessa ". "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

È il registro cenestesico di espansione interna che riscatta come il più importante in questa dimora.

*"Proprio come si intende chiaramente una dilatazione o allargamento nell'anima, come se l'acqua che scorre da una fonte non avesse corrente, ma la stessa fonte fosse intagliata di una cosa che più l'acqua scorre più grande si fa l'edificio, così sembra in questa preghiera, e molte altre meraviglie che Dio fa nell'anima, che abilita e dispone affinché tutto si adatti ad esso. Quindi questa morbidezza interiore e allargamento interiore si vedono in ciò che rimane per non essere legati come prima nelle cose del servizio di Dio, ma con molto più ampiezza. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Sul cammino dell'ascesa si va producendo il distacco delle cose del mondo.

*"Mentre va conoscendo la sua grandezza, così si sente più miserabile; Come ha già assaporato i gusti di Dio, vede che è una spazzatura il mondo, va a poco a poco appartandosi da esso ed è più padrone di sé per farlo. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

L'autrice descrive un registro che si produce con la preghiera di silenzio che lei chiama "gusti". Con i gusti sembra riferirsi a uno stato di pace, quiete e soavità, che si sente nell'interno e va espandendosi verso i limiti del corpo.

*"Quello che io chiamo "gusti di Dio", che in altre parti ho chiamato "preghiera della quiete", è molto diversa, come comprenderanno coloro che l'hanno provata per la misericordia di Dio".*

*... come Sua Maestà vuole, quando è servito fare qualche favore soprannaturale, produce con grandissima pace e quiete e soavità del più interno di noi stessi, non so dove o come, né tale contentezza e gioia si sentono come quelli di qui, in il cuore dico nel suo principio, che dopo tutto si gonfia, si va rimuovendo quest'acqua da tutte le Dimore e poteri fino a raggiungere il corpo; è per questo che ho detto che inizia con Dio e finisce in noi; è vero, come vedrà chi l'avrà provato, tutto l'uomo esteriore gode di questo gusto e soavità. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

### **Circa i procedimenti della preghiera di quiete <sup>1</sup>**

La preghiera della quiete si basa sulle esperienze dei monaci dei primi secoli del cristianesimo. Questi mistici si esercitavano nella ricerca del silenzio e della pace interiore per la via dell'hescicasta (un termine derivato da hesiquia, una parola greca usata per dire quiete).

Il primo a delineare questo metodo di preghiera e renderlo accessibile a tutti fu Juan Cassiano (360-435), nel IV secolo, che nacque nell'attuale Romania, e visse per sette anni come eremita nel deserto dell'Egitto.

L'origine della preghiera, basata sulla ripetizione di una parola o frase per affrontare cattivi pensieri e pacificare la mente, è nei padri e nelle madri del deserto che vissero nel IV secolo nel deserto d'Egitto e di Palestina. Juan Cassiano ha portato questo modo di pregare per l'Europa occidentale. Successivamente, si espanse anche dall'Egitto attraverso il Monte Athos, nel territorio orientale dell'Europa.

Nel pensiero di Cassiano, pregare significa rinunciare a tutto: pensieri, idee di Dio, immaginazione e volontà. Evagrio Pontico Karla<sup>2</sup> (345-399) insegnò a Cassiano la preghiera della quiete, una preghiera puramente spirituale, libera da ogni attività immaginativa.

Cassiano descrive con precisione il metodo di preghiera. Una frase singola e breve serve come mezzo per raggiungere la quiete necessaria. La moltitudine di pensieri è ridotta sempre più dalla rigorosa povertà di un singolo versetto. Questo processo di profonda quiete per il corpo, lo spirito e l'anima, purifica e tonifica il sistema nervoso e la psiche. Lo stesso processo conduce, in questo modo e in definitiva, alla purificazione del cuore. Attraverso la pratica della preghiera della quiete, la limpidezza del cuore si converte in uno stato permanente, che rappresenta una svolta decisiva nel cammino spirituale del cristiano. La preghiera si converte sempre più in un ineffabile elevarsi e fluttuare. Secondo le istruzioni di Cassiano, una grande calma interiore invade l'anima.

Nel libro "Appunti di psicologia" di Silo, viene raccolta una descrizione di un esempio di preghiera di quiete:

*"Abbiamo a portata di mano l'esempio che ci dà la pratica della" preghiera del cuore"portata avanti dai monaci ortodossi del Monte Athos. La raccomandazione di Evagrio Pontico risulta molto adeguata per evitare le rappresentazioni (almeno quelle dei sensi esterni): "Non immaginare la divinità in te quando preghi, né lascia che la tua intelligenza accetti l'impressione di alcuna forma; mantieni immateriale e capirai." A grandi linee, la preghiera funziona così: il praticante in ritiro silenzioso si concentra nel suo cuore e prendendo una breve frase inspira delicatamente portando la frase con l'aria fino al cuore. Quando l'inspirazione è terminata, "premi" perché arrivi più in profondità. Quindi espira molto delicatamente l'aria viziata senza perdere l'attenzione nel cuore. Questa pratica era ripetuta dai monaci molte volte al giorno fino a quando apparivano alcuni indicatori del progresso come "l'illuminazione" (dello spazio di rappresentazione). Essendo precisi, dobbiamo ammettere il passaggio attraverso lo stato di trance in qualche punto delle ripetizioni delle preghiere usate. Il passaggio per la trance non è molto differente da quella che avviene nei lavori con gli yantra o i mantra, ma come nella pratica della "preghiera del cuore", non c'è l'intenzione di essere "preso" da entità che sostituiscono il la propria personalità, il praticante finisce per superare la trance e "sospendere" l'attività dell'io."*

## Circa la difficoltà di fare silenzio mentale

Una delle maggiori difficoltà che incontra la mistica nei suoi lavori di ascesi<sup>3</sup> è quella di poter calmare il rumore mentale, di entrare in una sospensione degli impulsi. Come già ha fatto nella seconda e terza dimora, insiste sulla difficoltà di fermare il pensiero. Descrive qui la differenza tra pensiero e comprensione. Quando cita il pensiero, si riferisce all'immaginazione e alla divagazione mentale, mentre, con la comprensione, si riferisce al pensiero senza divagazioni.

*“Andando in questo frastuono di pensieri molto stretti alcune volte, e saranno poco più di quattro anni che ho inteso per esperienza che il pensiero (o l'immaginazione, perché si intenda meglio) non è la comprensione, l'ho chiesto a una persona colta e mi ha detto che era così, che non era per me poco contento.*

*Ho visto, a mio parere, le potenze dell'anima impiegate in Dio e di essere riunite con Lui, e d'altra parte il pensiero disordinato: portami sciocca. “Le Dimore.” Teresa di Gesù.*

Insiste sulla difficoltà nel calmare il pensiero. Usa la metafora di come il pensiero rimane fuori dal castello tormentato da bestie e veleni. Ella consiglia di non turbarsi e di non permanere in questo stato.

*“E poi mettiamo tutti i poteri dell'anima con lui e ci sembra che siamo persi e che abbiamo occupato male il tempo che siamo davanti a Dio; ed essere l'anima di tutti insieme con lui nelle dimore più vicine, e il pensiero nel sobborgo del castello che soffre con mille animali selvaggi e velenoso e meritevole di questa sofferenza; e così, non ci disturberà né lo lasceremo, che è ciò che il diavolo pretende . “ Le Dimore.” Teresa di Gesù.*

L'autrice fa una descrizione del registro del rumore mentale nella parte superiore della testa. Si riferisce all'importanza della sospensione degli impulsi che si cerca in questa dimora.

*“Scrivendo questo, sto considerando quello che succede nella mia testa dal gran rumore di ciò che ho detto all'inizio, dove è diventato quasi impossibile fare ciò che mi è stato detto di scrivere. Sembra che ci siano molti fiumi abbondanti e, d'altra parte, che queste acque cadano; molti uccellini e sibili, e non nelle orecchie, ma nella parte superiore della testa, dove dicono che c'è la parte superiore dell'anima. E ci sono rimasto per molto tempo, perché sembrava che il grande movimento dello spirito verso l'alto aumentasse con velocità.*

*Bene, se la parte superiore dell'anima è nella parte superiore della testa, come può non essere turbata? Non lo so; Ma so che quello che dico è vero. Dà pena quando la preghiera con è con sospensione. “Le Dimore.” Teresa di Gesù.*

**Note:**

- <sup>1</sup> Estratto dal libro: "La pratica della preghiera della quiete", Peter Dyckhoff.
- <sup>2</sup> Evagrio Pontico. (345-399) Monaco e asceta cristiano che si stabilì nel deserto d'Egitto, dove praticò l'esicasmo, una tradizione di preghiera inizialmente eremitica che rimane all'interno del rito bizantino per mantenere la quiete. La pratica dell'esicasmo è ancora mantenuta sul monte Athos e in altri monasteri ortodossi. La maggior parte dei testi attribuiti a Evagrio Póntico si possono trovare nella raccolta canonica chiamata Filocalia.
- <sup>3</sup> L'ascesi è l'equivalente delle pratiche di tutto il misticismo. "Contributo alla terminologia di Scuola", Fernando García.



### Quinta dimora

In queste dimore l'autrice descrive il lavoro di sospensione degli impulsi<sup>1</sup>, che a sua volta produce la sospensione dell'io<sup>2</sup>. Prolungando la sospensione si produce l'esperienza della soppressione dell'io<sup>3</sup>, durante la quale la coscienza non ha registri, producendo una sorta di vuoto.

### Circa la sospensione degli impulsi

Quando i sensi e la memoria smettono di fornire dati alla coscienza, si produce un'assenza di sensazioni e di rappresentazioni, così come il distacco dal mondo fisico. Questo stato si sperimenta come un'attività mentale differente da quella abituale, i registri sono di un grande silenzio o di un vuoto e di modificazione dello spazio e del trascorrere del tempo.

*“Così sembra che l'anima stia come intorpidita, che non sembra stia dormendo né che si senta sveglia. Qui con lo stare tutta addormentata, e ben addormentata al le cose del mondo e a noi stessi (perché in fatto di realtà la verità è che si resta come senza senso per quel poco che dura, che non sei né in grado di pensare, anche se volessi, qui non è possibile sospendere il pensiero con un artificio; fino al fatto di amare e se lo fai non intendi come, né cos'è ciò che ami né ciò che sarebbe; insomma, come uno che di ogni punto è morto al mondo per vivere in Dio, perché così è: una morte gustosa, uno sradicamento dell'anima da tutte le operazioni che può avere mentre si trova nel corpo; deliziosa, perché anche se sembra davvero separare l'anima da lui per meglio essere in Dio. “Le Dimore” Teresa di Gesù.*

Per raggiungere lo stato di sospensione, il praticante lavora con l'interiorizzazione dell'io, ubicandosi nel centro, nel profondo e sospendendo gli impulsi. Descrive questo procedimento come un entrare nel centro dell'anima con le potenze e i sensi addormentati.

*“Sua Maestà non si deve mettere e arrivare Lui al centro della nostra anima, per mostrare meglio le sue meraviglie, non vuole che abbiamo in questo gran parte della volontà che del tutto lo ha ceduto, né che si apra la porta delle potenze e dei sensi, che dormono tutte; ma entrare invece nel centro dell'anima senza nessuna. “Le Dimore”. Teresa di Gesù.*

Utilizza la metafora del baco da seta, che tesse un bozzolo per entrarvi e trasformarsi in una farfalla, per riferirsi all'ingresso al profondo. Questa allegoria ci dice che conosce i meccanismi di inclusione all'interno di una forma per registrare l'accesso all'interiorità.



*"Bene, quando questo verme è cresciuto, inizia a lavorare la seta e costruire la casa dove deve morire. Questa casa vorrebbe intendere qui, che è Cristo.*

*Bene, vedete qui, figlie, che cosa possiamo fare con il favore di Dio: possa Sua Maestà stesso essere la nostra dimora, come lo è in questa preghiera di unione, incidendola in noi. "Le Dimore" Teresa di Gesù.*

Continua la spiegazione della pratica descrivendo uno stato caratterizzato di auto-assorbimento dentro di sé, che è caratterizzato dall'interruzione di tutti i movimenti, Teresa descrive questo stato come svenimento.

*"tutta la sua comprensione sarebbe usata per intendere qualcosa di ciò che sente e, poiché le sue forze non arrivano a questo, resta con paura di modo che, se non si perde del tutto, non scuota il piede o la mano, come diciamo qui di una persona che è così debole che noi crediamo sia morta. " Le Dimore ". Teresa di Gesù.*

In differenti culture si è scoperta l'esistenza di pratiche di interiorizzazione dell'io.

*"in differenti culture, l'entrata in trance avviene per interiorizzazione dell'io e per un'esaltazione emotiva in cui è co-presente l'immagine di un dio, o di una forza, o di uno spirito, che prende il sopravvento e soppianta la personalità umana." Appunti di psicologia" Silo.*

Questo stato di auto-assorbimento dentro di sé, di svenimento, di profondo silenzio, si verifica quando si sospende l'io. All'annullare le sensazioni provenienti dai sensi e dalle rappresentazioni della memoria e ogni attività mentale, si verifica questa specie di vuoto, di essere assente.

*"Fin dall'inizio della pratica, il soggetto si orienta verso la scomparsa dei suoi " rumori " di coscienza, attenuando le percezioni esterne, le rappresentazioni, i ricordi e le aspettative."*

*"è possibile arrivare alla situazione mentale di soppressione dell'io, non nella vita quotidiana, ma in determinate condizioni che partono dalla sospensione dell'io.*

*"Appunti di psicologia". Silo.*

### **Circa la soppressione degli impulsi o la preghiera di unione**

Prolungando la sospensione degli impulsi l'autrice produce l'esperienza della soppressione degli impulsi o della soppressione dell'io. Durante la soppressione dell'io i sensi e la memoria smettono di fornire dati e la coscienza non ha registri, si produce una sorte di vuoto, a volte anche con il dubbio se si fosse addormentata o l'avesse immaginato. Questa operazione l'autrice la chiama "preghiera dell'unione".

*“Voglio ancora di più dichiarare ciò che penso sia questa preghiera di unione. Avrai già sentito molte volte che Dio si sposa con le anime spiritualmente. Mi sembra che l'unione non abbia ancora raggiunto il fidanzamento spirituale; ma, come accade quando si deve sposare due, è questione se vanno d'accordo e che l'uno e l'altro lo vogliano*

*Oh grandezza di Dio, e che anima esce da qui, di essere stata un po' messa nella grandezza di Dio e così vicina a Lui; che a mio parere non arriva mai mezz'ora!*

*Li non c'è più dare e prendere, ma un vedere l'anima, in un modo segreto, chi è questo Sposo che deve prendere; perché dai sensi e dalle potenze in nessun modo è possibile capire in mille anni quello che qui comprende in pochissimo tempo”*

*“Dice che non era una cosa sognata, perché nella dimora che viene detta, fino a quando l'esperienza non è tanto l'anima rimane dubbiosa di cosa è accaduto: se è stato un capriccio, se si fosse addormentato, se fosse stato dato da Dio, se si fosse trasfigurato il demonio in angelo di luce. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Mette in guardia sulla differenza tra sospensione e soppressione.

*“anche se hai devozione e doni, sembra che tu sia arrivato lì, e qualche piccola sospensione nella preghiera di calma devi averla prodotta ma credimi (che alcuni penseranno più tardi che tutto sia fatto), credimi che non hai raggiunto l'unione,” Le Dimore.” Teresa di Gesù.*

Silo in “Appunti di psicologia” fa la seguente descrizione dei procedimenti di sospensione e soppressione dell'io:

*“L'entrata negli stati profondi avviene a partire dalla sospensione dell'io. Già da questa sospensione, si producono registri significativi di "coscienza lucida" e comprensione dei propri limiti mentali, il che costituisce un grande avanzamento. In questo transito bisogna tener conto alcune condizioni inevitabili:*

- 1.- che il praticante abbia chiaro il Proposito di ciò che vuole raggiungere come obiettivo finale del suo lavoro;*
- 2.- che conti con abbastanza energia psicofisica per mantenere la sua attenzione assorbita all'interno e concentrata nella sospensione dell'io.*
- 3.- che possa continuare senza soluzione di continuità nell'approfondimento dello stato di sospensione finché i riferimenti spaziali e temporali non scompaiano. “Appunti di psicologia”. Silo.*

#### Circa il riscatto dei significati<sup>4</sup>

L'autrice descrive come in questo stato lei non vede, non sente e perde la nozione del tempo. Quando ritorna allo stato di veglia abituale, riscatta i significati che traduce come un'unione con Dio. Chiarisce come l'esperienza ha un registro di verità. Come abbiamo già detto, questo stato lo produce per interiorizzazione dell'io insieme ad una forte esaltazione emotiva in cui ha in co-presenza l'unione con Dio. *"Bene, tornando al segnale che io dico che è quello vero, puoi vedere quest'anima che ha reso Dio un pazzo per imprimere meglio in essa la vera saggezza, che né vede né sente né intende nel tempo in cui è così, che è sempre breve, e anche più breve sembra a lei di quanto dovrebbe essere.*

*Dio si fissa nell'intimore di quell'anima di modo che quando ritorna in se stesso non può dubitare in nessun modo che fosse stato con Dio e Dio in lei. Con tanta fermezza le resta questa verità, che anche se passano anni prima che Dio faccia quella misericordia, non la dimentichi né dubiti di cosa fosse. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Durante la soppressione c'è il paradosso che, non agendo i meccanismi della coscienza abituale, non agendo i sensi né la memoria né il pensiero non può riconoscere nulla di quello che è accaduto in quello stato di silenzio, non c'è registrazione dei registri di quello stato, l'io è assente. È quando si ritorna alla veglia che il praticante può recuperare qualcosa, come se si trattasse di un ricordo, di quei significati che ogni praticante traduce in base al proprio paesaggio. Per alcuni sarà l'unione con Dio, per altri sarà l'illuminazione o l'ingresso nel Nirvana.

*"Bene, dimmi: come l'ha visto o come l'ha compreso, se non vede né intende? Non sto dicendo che l'abbia visto allora, ma che lo vede chiaro dopo; e non perché è una visione, ma una certezza che rimane nell'anima che solo Dio può aver messo".*

*"E ancora, come ciò che non abbiamo visto rimane con quella certezza? Questo io non lo so, è opera sua: ma so che dico la verità, e chiunque non rimanga con questa certezza, non direi che è l'unione di tutta l'anima con Dio, ma di un qualche potere, e molti altri modi di misericordia che Dio fa all'anima. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

In questo stato si hanno comprensioni a cui non è possibile accedere durante la veglia.

*"Qui non c'è più dare e prendere, ma si tratta di un vedere l'anima, in un modo segreto, chi è questo Sposo che deve prendere; perché dai sensi e dalle potenze in nessun modo è possibile*

*capire in mille anni cosa ha capito in pochissimo tempo "Le Dimore" Teresa di Gesù.*

E In "Appunti di psicologia", Silo descrive il meccanismo di riscatto dei significati: *"Nulla si può dire su questo "vuoto". Il riscatto dei significati ispiratori, dei sensi profondi che sono al di là dei meccanismi e delle configurazioni della coscienza, si fa a partire dal mio io quando riprende il suo normale lavoro di veglia. Stiamo parlando di "traduzioni" di impulsi profondi, che raggiungono il mio intracampo durante il sonno profondo, o di impulsi che raggiungono la mia coscienza in un diverso tipo di percezione rispetto a quelli noti al momento del "ritorno" alla veglia normale. Non possiamo parlare di quel mondo perché non abbiamo registri durante l'eliminazione dell'io, abbiamo solo le "reminiscenze" di quel mondo, come ci ha commentato Platone nei suoi miti. "Appunti di psicologia". Silo.*

### **Circa gli indicatori nello stile di vita**

Descrive alcuni indicatori nella vita quotidiana, in relazione al progresso del lavoro con la preghiera dell'unione.

*"La diligenza che a me è sembrata più certa è di camminare con particolare cura e attenzione, osservando che stiamo facendo con le virtù: se stiamo migliorando o diminuendo in qualcosa, specialmente nell'amore reciproco e nel desiderio di essere sempre meno nelle cose ordinarie; se guardiamo a lui e chiediamo al Signore che ci dia luce, allora vedremo il guadagno o la perdita. "Le Dimore" Teresa di Gesù.*

Oltre alla disidentificazione con le cose del mondo, distingue come appoggio pratiche come la penitenza, la preghiera, la mortificazione e l'obbedienza, comune nella mistica cristiana.

*"Bene, figlie mie, affrettatevi a fare questo lavoro e tessere questo cappuccio, togliendo il nostro amor proprio e la nostra volontà, essendo attaccati a nessuna cosa sulla terra, mettendoci in opere di penitenza, preghiera, mortificazione, obbedienza, e tutto ciò che sapete "*

*"Dallo stesso discontento che danno le cose del mondo nasce il desiderio di lasciarlo tanto è penoso, che dà sollievo pensare che Dio vuole vivere in questo esilio. " Le Dimore." Teresa di Gesù.*

### **Note:**

<sup>1</sup> Gli impulsi sono i segnali che arrivano alla coscienza dagli apparati dei sensi o di memoria e che sono tradotti da essa in immagini, che danno luogo alla percezione, alla memoria e alla

rappresentazione. "Appunti di psicologia". Silo.

<sup>2</sup> Sospensione dell'io. Lavoro che fa sì che l'io riduca i dati che riceve dai sensi e dalla memoria. Questo si ottiene solo attraverso percorsi indiretti, spostando progressivamente l'io dalla sua ubicazione centrale all'oggetto di meditazione. L'entrata negli stati profondi avviene a partire dalla sospensione dell'io. Questo stato può essere approfondito fino a quando i riferimenti spaziali e temporali non scompaiono. "Appunti di psicologia". Silo.

<sup>3</sup> Soppressione dell'io. È possibile raggiungere la situazione mentale di soppressione dell'io, non nella vita quotidiana, ma in determinate condizioni che partono dalla sospensione dell'io. Durante la soppressione dell'io, i sensi e la memoria smettono di fornire dati.

<sup>4</sup> Significati. Sono registri cenestesici che vengono riscattati dalla memoria. Le interpretazioni sono successive. L'interpretazione è diversa dalla concettualizzazione di quei registri che si configurano come Mito. I significati trascendono il tempo e lo spazio. Negli spazi profondi si incontra un mondo di significati in cui non ci sono parole, non ci sono immagini, non è epocale, dove l'io non si muove. "Appunti di psicologia", Silo.



## Sesta dimora

In queste dimore descrive le esperienze mistiche che le accadono dopo la sospensione dell'io. A volte si tratta di visioni, altre volte di discorsi o comprensioni e talvolta si verificano dei rapimenti, come se lo spirito uscisse dal corpo e andasse in un'altra regione.

### Contatto con i livelli profondi

L'autrice descrive in queste dimore diverse forme di contatto che lei sperimenta con i livelli profondi. A volte si tratta di una chiamata che la fa rabbrivire, altre volte una conversazione con l'anima, altre una visione.

*"molte volte stando la stessa persona disattenta e senza memoria in Dio, Sua Maestà la sveglia, come una cometa che passa rapidamente, o un tuono, anche se non si sente alcun rumore; ma capisce molto bene l'anima che è stata chiamata da Dio, e così intesa, che a volte, specialmente i principi, la fanno rabbrivire e perfino lamentarsi, senza che ci sia qualcosa che le duole.*

*Un altro modo ha Dio per svegliare l'anima, e anche se sembra in qualche modo più favorevole di quanto detto, può essere più pericolosa e per questo mi fermerò un pò con questo, che sono di parlare un pò con l'anima in modi diversi: alcuni sembrano venire dal di fuori, altri dalla parte più interna dell'anima, altri dalla parte superiore di essa, altri tanto dall'esterno da essere ascoltati con le orecchie, perché sembra essere una voce definita."*

*Un altro modo è come il Signore parla all'anima, che io ho per me essere molto vero da parte sua, con una visione intellettuale, che ti dirò più tardi com'è. E' così nel profondo dell'anima, e sembrerebbe in modo tanto chiaro sentire quelle parole con le orecchie dell'anima dallo stesso Signore e così in segreto, che la stessa maniera di intenderla, con le operazioni che fa la stessa visione, assicura e dà certezza che non può il diavolo avere una parte lì. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Differenzia ubicazioni nello spazio di rappresentazione, questi discorsi che ascolta, a volte li colloca nel mondo esterno, a volte nel mondo interno, a volte in alto, descrive anche indicatori di registri che accompagnano questi discorsi:

- 1- Potere e signoria, riferendosi al registro della Forza<sup>1</sup>.
- 2- Pace e raccoglimento.
- 3- Le esperienze restano fissate in memoria.

Descrive registri che differenziano le esperienze mistiche dalle possibili invenzioni dell'immaginazione. Sei sicuro che non vengono dall'immaginazione per i seguenti indicatori:

- 1- Chiarezza e parole così diverse da quelle dell'immaginazione in veglia.
- 2- Spesso, gli argomenti sono sconosciuti e quindi non possono essere inventati dall'immaginazione, a volte sono compresi più tardi.
- 3- Il registro è che non è la propria coscienza che genera il discorso.
- 4- Il contenuto delle parole ha significati così ampi che non possono essere prodotti dall'immaginazione, producono grandi comprensioni.
- 5- Si produce una comprensione che va oltre le parole.

### **L'esperienza del rapimento**

L'autrice descrive i registri dell'esperienza di rapimento, che possono verificarsi in modo spontaneo: sebbene le potenze e i sensi siano sospesi, l'anima è sveglia, con grande luce e conoscenza. Commenta la sorpresa che si produce che, nonostante la sospensione degli impulsi, si può produrre un'esperienza di conoscenza. Spiega come, in questa sospensione, appaiano visioni, che si imprimono nella memoria e dopo non si dimenticano. Queste visioni a volte sono intellettuali, vale a dire che non hanno immagini, ma i significati del profondo, una volta che l'esperienza è prodotta, sono recuperati e tradotti. L'autrice spiega che tutto questo è un mistero che non comprende come succede.

*"l'anima non era mai stata così sveglia per le cose di Dio nè con una così grande luce e conoscenza di Sua Maestà. Sembrerà impossibile, perché se le potenze sono così assortite, che potremmo quasi dire che sono morte, e i sensi lo stesso, come si può intendere che capisci quel segreto?"*

*Quando, stando l'anima in questa sospensione, il Signore pensa bene di mostrarle alcuni segreti, come cose del cielo e visioni immaginarie, questo lo puoi dire solo dopo, ed è in tal modo impresso nella memoria, che non lo dimenticherai mai*

*Bene, se non hanno un'immagine o non si capiscono le potenze, come si possono accordare? Nemmeno io lo capisco; piuttosto capisco che restano alcune verità in questa anima così fissate della grandezza di Dio, che quando non avessi fede che gli dice chi è e che è costretto a credergli per Dio. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Negli stati superiori di coscienza<sup>2</sup>, prodotti dalla "sospensione dell'io" possono prodursi esperienze di rapimento, in cui il praticante registra forti cariche emotive, esperienze

di "riconoscimento", in cui il praticante ritiene di avere comprensioni profonde o scoperte o esperienze di "estasi" accompagnate da agitazione motoria. Teresa d'Ávila ci descrive alcune di queste esperienze.

*"Distinguiamo anche alcuni stati che possono essere occasionali e che potrebbero essere definiti" stati di coscienza superiori ". Questi possono essere classificati come: "estasi", "rapimento" e "riconoscimento". Gli stati di estasi sono solitamente accompagnati da lievi concomitanze motorie e da una certa agitazione generale. Quelli di rapimento, sono piuttosto forti e ineffabili registri emotivi. Quelli di riconoscimento, possono essere caratterizzati come fenomeni intellettuali, nel senso che il soggetto crede, in un istante, di "comprendere tutto"; in un istante crede di non avere alcuna differenza tra ciò che è lui e ciò che è il mondo, come se l'io fosse scomparso. " "Appunti di psicologia." Silo.*

Ella descrive un'esperienza di beatitudine, sinonimo di rapimento, il rapimento come un atto di strappare lo spirito che esce dal corpo e va in un'altra regione (parla anche di rapimento dell'anima e talvolta del corpo) la persona non sa se è nel corpo o è in un'altra regione nella quale le si mostra una luce e in cui le insegnano molte cose. Descrive un'esperienza di soppressione degli impulsi, di contatto con il profondo e di riscatto dei significati.

*"Un altro modo di rapimento è, o il volo dello spirito come lo chiamo io, che sebbene tutto sia uno nella sostanza, all'interno si sente molto differente; perché molto velocemente a volte si sente un movimento dell'anima così accelerato, che sembra che lo spirito sia rapito via con una velocità.*

*È in questo modo che sembra davvero di lasciare il corpo, e d'altra parte è chiaro che questa persona non è morta; almeno essa non può dire se è nel corpo o se no, per qualche istante. Sembrerebbe che tutto ad un tratto sia stato in un'altra regione molto diversa da quella in cui viviamo, dove viene mostrata un'altra luce così diversa da quella di qua, e succede che in un istante gli insegnano così tante cose insieme che ha bisogno di lavorare molti anni per ordinarle con la sua immaginazione e il suo pensiero, non potendo avere di mille parti una. Questa non è una visione intellettuale, ma immaginaria, che è vista con gli occhi dell'anima molto meglio di quella che vediamo qui con quelli del corpo, e senza parole le si fanno capire alcune cose.*

*Altre volte, insieme alle cose che vede con gli occhi dell'anima, la visione intellettuale gliene rappresenta altre. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*



Secondo la teoria agostiniana si producono tre forme di visione: visione corporale, visione spirituale o immaginaria, visione intellettuale:

La visione corporale si dà in uno dei sensi esterni.

La visione immaginaria si forma nell'immaginazione.

La visione intellettuale si forma nella comprensione, sono rivelazioni.

L'autrice salva che si tratta di una visione immaginaria, che vede con gli occhi dell'anima, come una visione interiore, sebbene comprenda delle cose senza parole.

Lo interpreta come aver visitato la terra in cui deve andare. Sente che l'anima si allontana dal corpo e perde i sensi.

*"Bene, tornando allo spirito che è necessario, pensi che sia una cosa così leggera? sembra davvero che l'anima si allontani dal corpo, perché vede se stessa perdere i sensi e non capisce perché. "Le Dimore". Teresa di Gesù.*

### **Circa le visioni immaginarie**

Descrive una visione immaginaria in cui l'immagine non è una rappresentazione come nella veglia, se non che è viva. A volte parla e rivela grandi segreti. Ha un bagliore simile ad una luce infusa e l'anima resta in trance. Quando la visione ha luogo, c'è un grande tumulto delle potenze e dei sensi, per poi restare in una pace profonda e una grande comprensione.

*"Sebbene io dica immagine, è chiaro che non è dipinta apparentemente dalla persona che la vede, ma è veramente viva, e a volte parla all'anima e le mostra persino grandi segreti.*

*essendo l'anima molto lontana da ciò che deve vedere qualcosa, o passarla col pensiero, che di presto è rappresentata molto da vicino e ritornano tutte le potenze e i sensi con un gran timore e tumulto, per metterli poi in quella pace felice. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

### **Circa la visione intellettuale**

Queste comunicazioni avvengono quando l'anima sta pregando, dunque si produce una sospensione, una visione intellettuale e una grande comprensione dell'unità con tutto. Spiega la brevità dell'esperienza, ma la profondità e presenza di questa. *"Stando l'anima in preghiera e molto nei suoi sensi, arrivi presto ad una sospensione, dove il Signore ti dà ad intendere grandi segreti, che sembra vederli nello stesso Dio; che queste non sono visioni della più sacra Umanità, sebbene dico che vedi, tu non vedi nulla, perché non è una visione immaginaria, ma molto intellettuale, dove scopri come in Dio si vedono tutte le cose e le ha tutte in sé stesso."Le Dimore." Teresa di Gesù.*

**Note:**

- 1 Si intende per Forza l'energia che circola attraverso il corpo.
- 2 Stato superiore di coscienza. Attraverso la "sospensione dell'io", si può penetrare in una situazione mentale o in un modo di stare di fronte a fenomeni differenti dall'abituale, come sono gli stati di rapimento, di estasi e di riconoscimento. " Appunti di psicologia", Silo.



## Settima dimora

In queste dimore l'autrice descrive il suo accesso ai "livelli profondi"<sup>1</sup>, a ciò che lei chiama il centro più interiore dell'anima, luogo in cui lei individua un sole che irradia una grande luce e in cui si produce la comunione con Dio.

### Circa l'esperienza mistica

Affinché l'esperienza si verifichi, il praticante deve essere in soppressione degli impulsi. Vale a dire che deve produrre la scomparsa dei suoi rumori di coscienza, un "vuoto", durante il quale non devono raggiungere la coscienza né percezioni esterne, né interne, né di memoria, né tantomeno aspettative. In questo stato si verifica ciò che l'autrice descrive come visione intellettuale. Lì ha comprensioni che capta non perché le visualizzi, ma perché le comprende intellettualmente. Fa riferimento ad un'esperienza di riconoscimento, al registro di impulsi cenestesici, che provengono da uno spazio profondo e che in seguito traduce con immagini come l'infiammarsi dello spirito o una nuvola di chiarezza.

*"Il Signore le unisce a sé; ma la rende cieca e muta, come restò San Paolo nella sua conversione, e lasciandola nel sentire ..., che le potenze sono andate perdute. messi in quella dimora, per visione intellettuale, per un certo modo di rappresentare la verità, la Santa Trinità si mostra, tutte e tre le persone con un'inflammatione che viene prima nel suo spirito a mezzo di una nube di grandissima chiarezza, "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

*"Continuare nell'approfondimento della sospensione fino a raggiungere il registro di "vuoto", significa che nulla deve apparire come rappresentazione, né come registro di sensazioni interne. Non puoi, non devi, avere registro di questa situazione mentale.*

*Nulla si può dire di questo "vuoto". Il riscatto dei significati ispiratori, dei sensi profondi che sono al di là dei meccanismi e delle configurazioni della coscienza, si fa a partire dall'io quando questo riprende il suo normale lavoro di veglia. Stiamo parlando di "traduzioni" di impulsi profondi, che raggiungono il mio intracampo durante il sonno profondo, o di impulsi che raggiungono la mia coscienza in un tipo di percezione differente rispetto a quelli noti al momento del "ritorno" alla veglia normale. Non possiamo parlare di quel mondo perché non abbiamo registri durante l'eliminazione dell'io, contiamo solo su "reminiscenze" di quel mondo, come ci ha commentato Platone nei suoi miti. "Appunti di psicologia". Silo.*

In questa dimora, l'autrice, riceve impulsi dal profondo che traduce come una rappresentazione di Dio che la incoraggia a occuparsi delle questioni spirituali. Descrive così un'esperienza di riconoscimento che traduce attraverso le sue immagini provenienti dal cristianesimo.

*“Ad altre persone sarà per altre forme, a questa di cui parliamo, si è presentato il Signore, finendo la comunione, con forma di grande splendore e bellezza e maestosità, come dopo essere resuscitato, e le ha detto che era giunto il momento che le sue cose le prendesse come sue, e Lui si prenderà cura delle sue, e altre parole che sono più da sentire che da dire.*

*“Le Dimore”. Teresa di Gesù.*

Descrive la soppressione degli impulsi dicendo che non c'è memoria del corpo. Menziona uno spazio centrale, molto interno nell'anima, che dice che è dove Dio è. La soppressione degli impulsi si produce avanzando verso il profondo, lei lo chiama il centro più interno dell'anima.

*“resta inteso che qui non c'è memoria del corpo in più come se l'anima non fosse in esso, ma solo lo spirito, e nel matrimonio spirituale, molto meno, perché questa unione segreta passa nel centro più interiore dell'anima, che deve essere dove è Dio stesso, e secondo me non ha bisogno di una porta dove entrare. “Le Dimore”. Teresa di Gesù.*

Ella utilizza il procedimento di ubicarsi nel profondo dello spazio di rappresentazione, silenziando gli impulsi esterni ed interni per produrre l'esperienza spirituale, che lei chiama matrimonio spirituale. Conosce la spazialità dello spazio di rappresentazione e il procedimento di situarsi in profondità per produrre esperienze come il riconoscimento, da cui recupera informazioni che traduce come comunicate da Dio. Spiega i contenuti a cui si accede in questo stato, che traduce come spiegati da Dio.

*“quello che succede nell'unione del matrimonio spirituale è molto diverso: il Signore appare in questo centro dell'anima senza una visione immaginaria ma intellettuale, sebbene più delicata di quelle che si sono dette, come quando apparve agli Apostoli senza entrare attraverso la porta, quando disse loro : «Pax vobis».*

*È un grande segreto e una così grande misericordia che Dio comunica li all'anima in un istante, e il grande diletto che l'anima sente, che non so a cosa paragonarlo, ma piuttosto a ciò che il Signore vuole manifestarle in quel momento la gloria che c'è nel cielo, in un modo più sotterraneo che per nessuna visione o gusto spirituale. “Le Dimore”. Teresa di Gesù.*

Parla del profondo in termini di spazialità, dell'interno, dell'esistenza di un sole nell'interno dell'anima che irradia una grande luce. Traduce i registri cenestesici del profondo come un grande sole che produce una grande luce e la colloca all'interno dell'anima.

*"Perché così come non può venire un grande colpo d'acqua, se non avesse avuto inizio come ho detto, così è chiaro che c'è nell'interno chi lancia queste frecce e dà vita a questa vita, e che c'è un sole da dove proviene una grande luce, che viene inviata alle potenze, dall'interno dell'anima.*

*Come ha detto, lei non si sposta da quel centro o perde la pace; perché lo stesso che ha dato agli apostoli, quando erano insieme, può darlo a lei. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Continua a parlare dell'interno dell'anima, come un'ubicazione interna nella quale si produce la soppressione, poiché non la pregiudicano né le potenze né l'immaginazione.

*"Bene, tornando a quello che abbiamo detto, mettendo il Signore l'anima in questa sua dimora, che è il centro della stessa anima, proprio come dicono che è il cielo empireo, dove è il nostro Signore, non si muove come gli altri, quindi sembra non ci sono movimenti in questa anima, nell'entrare qui, che di solito esiste nelle potenze e nell'immaginazione, in modo che possano danneggiarla o portare via la sua pace. "Le Dimore." Teresa di Gesù.*

Dà una descrizione degli effetti dell'esperienza che mette a confronto con la morte della farfalla che tesse il bozzolo di seta, come se si trattasse della morte dell'io. Il primo effetto è dimenticarsi di sé, sarebbe come il distacco dall'io.

*"Ora, quindi, diciamo che questa farfalla è morta, con grande gioia di aver trovato riposo, e che Cristo vive in essa. Vediamo che vita fa, o che differenza c'è da quando visse; perché negli effetti vedremo se ciò che ha detto è vero. A quelli che possono intendere, sono quelli a cui dirò:*

*Il primo è un dimenticarsi di sé, che sembra davvero non esistere più, come è stato detto; perché tutto è in modo tale che non si conosce né si ricorda che per lei non dovrebbe esserci né cielo, né vita, né onore, perché tutto è impiegato per procurarsi quello di Dio, che sembra che le parole che Sua Maestà le dice abbiano effetto di opera, che era che guarda le sue cose, che Lui guardasse per le sue. "Le Dimore". Teresa di Gesù.*

Cita anche come effetto dell'esperienza la perdita del timore alla morte, anche in relazione al distacco dell'io e all'aver sperimentato l'esistenza di altri spazi.

*"Non ha nessun timore della morte, piuttosto ha un soave rapimento. Il fatto è che colei che aveva desideri con tormenti così eccessivi, ora è questo. "Le Dimore". Teresa di Gesù..*

**Note:**

<sup>1</sup> L'ingresso ai "livelli profondi" avviene a partire dalla sospensione dell'io. Continuando ad approfondire la sospensione fino a raggiungere il registro "vuoto", scomparendo le rappresentazioni e le sensazioni interne. Non puoi, e non devi, avere registro di questa situazione mentale. "Appunti di psicologia", Silo

## Conclusioni

La descrizione delle dimore del castello interiore inizia con il riconoscimento di un mondo interno e la scoperta di un'entrata per accedervi; l'entrata è la preghiera o la meditazione. Questo mondo interno ha una spazialità, è tridimensionale, con spazi in alto e in basso, ai lati e verso il profondo. Il compito del praticante è di avanzare verso il profondo, avanzare in direzione dell'internalizzazione. Allo stesso modo, la disciplina morfologica lavora con la spazialità della coscienza e conduce il praticante in direzione dell'internalizzazione negli spazi profondi.

Teresa de Ávila conosce questa possibilità di ubicarsi in differenti punti della spazialità della coscienza, ciò che lei allegorizza come dimora del castello interiore. Conosce anche i differenti registri, le differenti sensazioni che ogni luogo produce. Il registro è diverso quando ci si trova nelle dimore più esterne rispetto a quelle che si producono al collocarsi nelle dimore più interne. L'esperienza mistica si produce avvicinandosi alla dimora centrale, avanzando verso l'interno. Utilizza l'inclusione in differenti forme per raggiungere detta interiorizzazione: entrare nel castello per accedere al mondo interno, avanzare in differenti dimore concentriche per conseguire l'interiorizzazione, includersi all'interno del bozzolo di un baco da seta per accedere al profondo.

La prima difficoltà che l'autrice incontra nel lavoro, è quello di abbassare il rumore mentale prodotto dall'interiorizzazione. Diminuendo gli stimoli esterni aumentano gli stimoli interni e il dialogo mentale viene accentuato impedendo il necessario silenzio per poter interiorizzare. Per avanzare in questa difficoltà, si richiede una modifica dello stile di vita, un distacco da desideri del mondo e delle tensioni che questi producono, una trasformazione del paesaggio di formazione, che è sostituito da un forte proposito di avanzamento sul cammino spirituale.

Per Teresa, sono le potenze quelle che producono questo rumore e lo strumento per silenziare le potenze è la preghiera di raccoglimento. Con essa, va prendendo distanza dai sensi e dalle cose esteriori. Una volta che "l'anima" è raccolta, procede a lavorare la sospensione con la preghiera della quiete con la quale riscatta registri di grandissima pace, tranquillità e soavità.

Con queste tecniche la coscienza resta come sospesa, vale a dire senza ricevere stimoli dal mondo esterno nè dal mondo interno, sospesa in una sorta di delizia che

Teresa chiama "gusti". Prolungando la sospensione, consegue la soppressione degli impulsi e lo spostamento dell'io. Si ubica nel profondo dello spazio di rappresentazione, quello che lei chiama il centro dell'anima.

Lei chiama questo stato preghiera di unione, si tratta di una situazione in cui lei non sente, non vede, non ha dati di impulsi, né di memoria, è nel vuoto e accede a esperienze mistiche che lei stessa non capisce come possa osservarle, se non vede, non sente, non capisce, ma spiega che restano registrati e dopo ne recupera il ricordo. Dopo l'esperienza, riscatta questi ricordi, questi significati, che restano fissati in memoria e che producono forza e raccoglimento. Sono comprensioni che vanno ben oltre le parole o visioni e che non si producono con gli occhi.

Descrive numerose esperienze che provengono da questi spazi profondi; come l'esistenza di un sole nel profondo della sua anima che irradia una grande luce, o la visita ad altre regioni che riconosce come la terra dove deve andare, o esperienze dalle quali trae insegnamenti mediante dialoghi o visioni, o la sensazione di unità con il tutto. Queste descrizioni sono traduzioni che realizza dopo le pratiche nelle quali ha raggiunto una soppressione, un vuoto e, posteriormente, già in vigilia, traduce queste sensazioni con immagini sue.

In breve, Teresa de Ávila, utilizza il procedimento di ubicarsi nel profondo dello spazio di rappresentazione silenziando i dati o gli impulsi, tanto interni quanto esterni, per generare un vuoto. In questo vuoto si produce l'esperienza spirituale che lei chiama matrimonio spirituale.

Così anche conosce lo spazio di rappresentazione, la sua spazialità, l'azione delle forme e i diversi registri quando si trova in diversi punti dello spazio di presentazione. Descrive anche l'illuminazione dello spazio di rappresentazione, l'esistenza di una luce nel profondo, che irradia verso l'esterno in modo concentrico.

Descrive anche gli effetti delle esperienze mistiche sul suo stile di vita, come la dimenticanza di sé, il distacco, il superamento del desiderio e la perdita del timore alla morte dopo aver sperimentato l'esistenza di altri stati.



In Appunti di psicologia, Silo spiega come storicamente troviamo procedimenti per cercare la sospensione dell'io e l'accesso ai livelli profondi e fa riferimento alla preghiera del cuore. Le pratiche della preghiera di quiete realizzate da Teresa, sono relazionate con questo tipo di preghiera sviluppata dai primi cristiani, i padri del deserto del IV secolo.

Potremmo riassumere le sette dimore con i seguenti simboli:



**Entrata**

**Silenzio**

**Distacco**

**Interiorizzazione**

**Vuoto**

**Visioni**

**Illuminazione**

## Bibliografía

- AL-NÚRI DE BAGDAG, ABÚ-L-HASAN.** *Dimore dei cuori*. Editoriale Trotta, Madrid, 1999. Traduzione LÓPEZ-BARALT, LUCE.
- AMMAN, LUIS A.** *Auto-liberazione*. Editoriale Plaza y Valdés, Messico, 1991.
- ARRECHEA, JANO.** *A propósito di traduzioni ad impulso profondo*. Parchi di studio e riflessione, La Reja, 2015.
- ASÍN PALACIOS, MIGUEL.** *Simile ai castelli e alle dimore dell'anima nel misticismo islamico e in Santa Teresa*. Al-Andalus Magazine, XI, 1946, p. 263-274.
- DUCK, ALAIN.** *Il percorso devozionale del sufismo in Iraq dall'8 ° al 9 ° secolo*. Parchi di studio e riflessione, La Belle Idee, 2011.
- DYCKHOFF, PETER.** *La pratica della preghiera della calma*. Sal Terrae, Santander, 2013.
- EFRÉN DE LA MADRE DE DIOS Y STEGGINK, OTGER.** *Tempo e vita di Santa Teresa*. Editoriale BAC, Madrid, 1977.
- ELEGIDO, MAXI.** *Lo stile di vita*. Parchi di studio e riflessione. Punta de Vacas, 2011.
- ESPINOSA, JUAN.** *Il cuore del misticismo*. Redazione alata di Leon, Madrid, 2013.
- FERES, JOSÉ G.** *Studio sulla preghiera del cuore, una procedura di accesso al profondo*. Parchi di studio e riflessione, Punta de Vacas, 2010.
- FIGUEROA, PÍA.** *Riferimenti a stati di coscienza di ispirazione platonica*. Parchi di studio e riflessione, Punta de Vacas, 2010.
- GARCÍA, FERNANDO A.** *Terminologia di Scuola. Framing and vocabulary*. Parchi di studio e riflessione, Punta de Vacas, 2013.
- LÓPEZ-BARALT, LUCE.** *Teresa di Gesù e l'Islam: la similitudine dei sette castelli concentrici dell'anima*. Voice of Islam Magazine, I, 2010, p. 1-9.
- LUCERO, SUSANA.** *Mistica nel cristianesimo occidentale*. Parchi di studio e riflessione, Punta de Vacas, 2012.
- SILO.** *Appunti di psicologia*. Ulrica Edizioni, Rosario, Argentina, 2006.
- SILO.** *Contributi al pensiero*. Editoriale Plaza y Valdés, Messico, 1990.
- SILO.** *Umanizzare la terra*. Editoriale Plaza e Janes, Barcellona, 1989.
- SILO.** *Il Messaggio de Silo*. Editorial Edaf, Madrid, 2008.
- SILO.** *Le quattro discipline*. [www.parquepuntadevacas.net](http://www.parquepuntadevacas.net), 2010
- SILO.** *Dizionario del Nuovo Umanesimo*. León Alato Edizioni, 2014
- TERESA DE JESÚS.** *Le Dimore*. Editoriale Planeta, Barcellona, 1989.
- TERESA DE JESÚS.** *Libro della vita*. Editorial Planeta, Barcellona, 1989.
- UZIELLI, MARIANA.** *Contesto della Disciplina Morfologica*. Parchi di studio e riflessione, Punta de Vacas, 2012.

**WEINBERGER, ARIANE.** *Lo scopo dell' homo sapiens: dalla sopravvivenza alla ricerca della trascendenza.* Parchi di studio e riflessione, La Belle Idee, 2010.

**ARISTOTEL.** *Metafisica.* Editoriale Gredos, Madrid, 1998. Traduzione GARCÍA YEBRA, V.

**AGUSTÍN DE HIPONA.** *De Trinitate.* The Catholic Publishing House, Madrid, 1956

**SAN TOMMASO D'AQUINO.** *Summa teologica.* Biblioteca di autori cristiani, 2006