



## La Noche Oscura del Alma

[Abr 29, 2025](#)

«En una noche oscura,  
con ansias, en amores inflamada,  
¡oh dichosa ventura!,  
salí sin ser notada,  
estando ya mi casa sosegada»

San Juan de La Cruz (1542 – 1591)<sup>1</sup>

### Querida alma que esto lees:

Ciertamente, son muchos los momentos en **ese sagrado camino hacia el Despertar** en los que toda esperanza se parece desvanecer.

La senda es ardua y sinuosa, donde el mismo sol que hasta entonces te alumbraba, ahora te ciega, seca tus adentros y el cansancio acaba por vencerte.

Es larga, demasiado larga esa travesía por el desierto a la que te enfrentas día tras día desde cada amanecer.

Y así la luz desaparece lentamente como la vela que se consume, las certezas se desvanecen, y lo que antes era refugio ahora se vuelve sobrecogedor silencio.

Tal vez ya sepas de lo que te hablo. Tal vez conozcas ya ese lugar donde gritas con desesperación por respuestas que parecen que no aciertas a escuchar.

Sí, tal vez.

Y te sientes solo, incluso en medio del amor que no ya no ves porque la vida se vuelve invisible.

Y temes, y sufres y enloqueces.

Es tu noche oscura. Tu **“Noche Oscura del Alma”**.

«La noche oscura es el tránsito que hace el alma de su estado de imperfección al estado de la unión de amor con Dios»

San Juan de La Cruz

No tengas miedo.

No estás perdido.

No estás roto.

Es la purificación por el fuego del Espíritu Universal.

Así lo han vivido los buscadores de todos los espacios y tiempos.

Y el camino no se puede eludir. Es un camino por el que habremos de transitar.

Siempre, por todos los tiempos, cuando el alma asume su fíat al despertar, la noche acude, inevitable, sangrante y sagrada, devastadora como corona de espinas y siempre plena de amor.

Y ya no puedes volver a ser aquel quien fuiste.

Y vives en la incertidumbre de no saber quién estás llamado a ser.

Es el desierto el que te lleva hasta el umbral. Es el crisol en la antesala del renacer.

Es el silencio de Dios

Es el dolor profundo de la noche oscura en la ausencia del sentido.

El alma que clama y el cielo que calla.

Ya no hay consuelo en palabras ni en promesas.

Incluso la presencia divina se oscurece a nuestros ojos, se retira y se oculta.

Pero nada tienes por lo que temer, alma desconsolada. No se ha ido. Nunca falta.

Está obrando en tu raíz más profunda.

Donde no alcanzan tus ojos ni tu mente.

Donde sólo el alma sabe. Donde sólo el alma espera.

### **La alquimia del alma**



La noche oscura no es castigo.

A las más bellas rosas se las poda. Es un sagrado proceso, donde todo lo que ya no es, lo que ya no eres, es removido para en tu alma dejar un lugar.

El endemoniado ego, las falsas máscaras, las rancias creencias pasadas, las seguridades vacías...

Todo tiene su fin y empieza a caer.

Y se desmorona con caen los frágiles naipes de tu castillo. Y duele.

Como duele un amor que se pierde en el camino, el beso y la caricia que jamás se volverá a sentir, el “te amo” que nunca se habrá de volver a escuchar.

Pero sólo así puede surgir lo nuevo. Lo verdadero. Lo real. Lo eterno.

Es cuestión de atravesar.

Querida alma, no apresures la salida.

No llenes el vacío con ruido.

Calla ahora. Quédate. Respira. Siente.

Hay un tesoro oculto en esta noche. Y eres tú mismo. Alma desnuda y corazón abierto de par en par.

No dudes. Descubrirás la fuerza donde no sabías que estaba. Aquella que siempre estuvo. Y tan cercana.

Descubrirás tu fe.

Una fe que no es creencia, sino fuego sin fin que no consume, sino que revive.

Una libertad que no depende de nada ni de nadie.

Y cuando llegue el amanecer —como llega cada mañana el nuevo sol— serás ya un alma nueva y brillante.

Tal vez aún no alcances a ser perfecto, pero sí real, humilde, despierto.

Palabras para tu alma

Quizás hoy no entiendas estas palabras, pero tal vez un día, quién lo sabrá, en tu florecer, recordarás:

«Y después que el alma ha pasado esta tempestad y noche de sus pasiones y apetitos, queda con admirables bienes, porque se le muda la tristeza en gozo y la fatiga en deleite, y la oscuridad en luz»

San Juan de La Cruz

Todo pasa. La noche es larga. Pero nunca eterna.

El alma que se rinde al fuego renace esplendorosa . Y lo que parecía muerte, era en verdad un renacer.

Con todo mi respeto en tu camino,

Aquí estoy. Aquí estamos.

Juntos en la oscuridad y hacia la luz.

Pedro Atienza

Viajero entre mundos y vidas. Vigilante  
de umbrales olvidados. Servidor del  
Despertar

नमस्ते