

ROSSANO ZAS FRIZ DE COL*

LA VIVENCIA SUBJETIVA DE LA REVELACIÓN CRISTIANA. UNA EXPLORACIÓN METODOLÓGICA

Fecha de recepción: 10 de marzo de 2025

Fecha de aceptación: 08 de julio de 2025

RESUMEN: Después de una larga y detenida exploración, el presente artículo encuentra plausible incorporar una nueva metodología de investigación al quehacer teológico, basada en el uso de la introspección y la entrevista de explicitación, hoy muy difundidas en los *contemplative studies*. A ello contribuye también una reinterpretación teológica del análisis decisional en las reglas de discernimiento de los espíritus presente en los *Ejercicios Espirituales* de san Ignacio de Loyola. La novedad del método apunta a incorporar con rigor metodológico en la academia teológica la investigación sobre «lo» vivido en primera persona en el proceso de transformación subjetivo que se produce en la relación con la revelación cristiana. Las consecuencias de esta nueva perspectiva podrían perfilar mejor la relación entre «lo» vivido de la revelación cristiana y «lo» pensado sobre ella.

PALABRAS CLAVE: espiritualidad; mística; teología espiritual; discernimiento; método; proceso decisional.

* Universidad Pontificia Comillas: rczasfriz@comillas.edu; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4263-1591>

The Lived Experience of Christian Revelation. A Methodological Exploration

ABSTRACT: After a thorough and careful exploration, this article finds it plausible to incorporate a new research methodology into theological work, based on the use of introspection and explication interviews, which are now widely used in *contemplative studies*. This is also aided by a theological reinterpretation of decision analysis in the rules of discernment of spirits present in the Spiritual Exercises of St. Ignatius of Loyola. The novelty of the method aims to incorporate, with methodological rigor, research on the first- and second-person experiences in the subjective transformation process that occurs through personal relationships with Christian revelation. The consequences of this new perspective could better define the relationship between «what is experienced» of Christian revelation and «what is thought» about it.

KEY WORDS: spirituality; mysticism; spiritual theology; discernment; method; decision-making process.

1. INTRODUCCIÓN

En un reciente congreso internacional sobre *contemplative studies*¹ se presentó una breve ponencia en la que se planteaba la pregunta: ¿es posible asumir la nueva disciplina de los estudios contemplativos como una fuente de recursos metodológicos para el estudio de la experiencia subjetiva de la revelación cristiana, focalizada en el proceso de transformación interior de quienes se ejercitan en la práctica de los *Ejercicios Espirituales* de san Ignacio de Loyola?

En aquella ocasión se explicaba el título del libro de los *Ejercicios* y se presentaban tres presupuestos fundamentales para entrar en diálogo

¹ Padua, junio 19-23 de 2024. El título del congreso es: “Embodied Cognition and Intersubjectivity in Uncertain Times: Interdisciplinary Frameworks for Contemplative Research and Education”. Organizado por la International Society for Contemplative Research, Mind and Life Europe, la Italian Buddhist Union Research Center y la University of Padova (Contemplative Studies Post-graduate Program). Se presenta en estos términos: «This second annual conference aims to foster the emerging field of Contemplative Research through a rich interdisciplinary dialogue that brings together the clinical and neurosciences, philosophy, religious studies, psychology, developmental science and education, in the fully enculturated and intellectually rigorous study and integration of the profound insights of the world’s prominent contemplative traditions». <https://iscrsociety.org/past-conferences/>

con los *contemplative studies*², con la finalidad de plantear la posibilidad de asumir algunos de sus métodos desde la práctica de los ejercicios espirituales. Este artículo ofrece un primer paso para explorar en esa dirección. Su objetivo es presentar una nueva disciplina con metodologías recientes que desde hace pocas décadas se está desarrollando prevalentemente en el mundo anglófono³. Para ese efecto se exponen en la primera sección del artículo, respectivamente, los *contemplative studies* y los métodos de investigación en primera persona y segunda persona en las ciencias cognitivas y en la psicología, para en la segunda abordar la plausibilidad de un método teológico sobre la base de lo visto en la primera parte.

2. CONTEMPLATIVE STUDIES⁴ Y LA INVESTIGACIÓN EN PRIMERA PERSONA

Louis Komjathy publica en el 2018 un libro que introduce al estudio académico de la contemplación. Lo divide en ocho capítulos dedicados a la dimensión teórica, práctica, experiencial y pedagógica de la contemplación, así como a las diferentes tradiciones que la ejercitan; para concluir con una puesta al día de los diferentes enfoques y diversas perspectivas sobre el tema. Estos estudios corresponden a «un emergente campo interdisciplinar dedicado a la investigación y educación en

² «(1) El ser humano ha sido creado por Dios y por eso le ha destinado una finalidad a su vida, la unión amorosa a Él; (2) para conseguir esa finalidad se establece una comunicación íntima entre el Creador y la criatura para que ésta pueda tomar decisiones que no sean sesgadas por afectos desordenados y poder estar a la altura de dicha relación; (3) en los *Ejercicios espirituales* esa dinámica comunicativa y decisional se realiza por la interacción de cuatro actores: el ejercitante, el acompañante, el texto ignaciano y Dios». Rossano Zas Friz De Col. “‘Lived Christian Experience’ and the Relationship between Cataphatic and Apophatic Theology”. Ponencia presentada en el simposio *Mysticism and Action*. St. John’s College, Oxford University, 19-21 March, 2024. No publicada.

³ Por «mundo anglófono» se hace referencia a aquellos países donde la lengua inglesa es la lengua materna, ya sea la principal o secundaria. En otras palabras, lo que se conoce como el mundo de habla inglesa: *English speaking world*.

⁴ Se prefiere utilizar el término inglés, *contemplative studies*, evitando la traducción literal, estudios contemplativos, porque la disciplina no designa estudios que son contemplativos, sino el campo académico dedicado al estudio de la contemplación.

la práctica de la contemplación y en la experiencia contemplativa, sin dejar de lado su posible relevancia y aplicación a una gran variedad de actividades»⁵.

Haciendo un poco de historia, el primer programa de estudios sobre la contemplación se inició en Estados Unidos en el año 2006 en Brown University (Providence, Rhode Island) y en el 2014 se convirtió en una especialización sobre el tema⁶. Posteriormente han surgido otros programas universitarios inspirados en este pionero⁷. Existen, además, instituciones que se dedican a estudios similares⁸, otras que ofrecen en-

⁵ Louis Komjathy. *Introducing contemplative Studies*. New Jersey: Wiley-Blackwell, Hoboken, 2018, 1. Traducción nuestra a no ser que se indique lo contrario.

⁶ Brown University. *Contemplative Studies*. <https://contemplative-studies.brown.edu/>

⁷ Por ejemplo, la University of Naropa. *Center for the Advancement of Contemplative Education*: <https://www.naropa.edu/academics/schools-centers/cace/>. University of Michigan. *Program in Creativity & Consciousness Studies*: <https://smt.d.umich.edu/research-initiatives/creativity-and-consciousness-studies/>. University of Mary Washington: <https://catalog.umw.edu/undergraduate/minors/contemplative-studies/>. West Chester University. *Center for Contemplative Studies*: <https://www.wcupa.edu/healthSciences/contemplativeStudies/about.aspx>. Para un elenco completo de las instituciones que ofrecen estudios contemplativos en los Estados Unidos y Canadá: <https://iscrsociety.org/graduate-educational-programs/>. En Europa: *Università di Padova* <https://uel.unipd.it/en/masters/cs-contemplative-studies/>. University of Winchester. *Winchester Institute for Contemplative Education and Practice*: <https://www.winchester.ac.uk/About-Us/Academic-excellence/Winchester-Institute-for-Contemplative-Education-and-Practice/>. Università di Pisa. *Master in Neuroscience, Mindfulness and Contemplative Practices*: <http://mindscience.webhost1.unipi.it/en/master-in-neuroscience-mindfulness-and-contemplative-practices/>. Estudios contemplativos: <https://www.estudioscontemplativos.com/#>. Universidad de Zaragoza. *Cátedra World Happiness Foundation de Ciencias Contemplativas*: <https://mx.worldhappiness.foundation/academia/catedra-ciencias-contemplativas/>.

⁸ *Mind & Life Institute*: <https://www.mindandlife.org/>. *Mindfulness in Education Network*. Santa Barbara *Institute for Consciousness Studies*: <https://sb.institute.com/>. *California Institute of Integral Studies*: <https://www.ciis.edu/>. En Europa: *Center for contemplative research* <https://centerforcontemplativeresearch.it/>. *Community of Contemplative Education*: <https://mindandlife-europe.org/community-of-contemplative-education/>. *Research Center*. *Italian Buddhist Union*: <https://centrostudiubi.it/contemplative-studies/>. *The Center for Contemplative Mind in Society*: <https://www.contemplativelife.org/practice/the-center-for-contemplative-mind-in-society/all/teaching-learning>.

cuentros periódicos⁹ y publicaciones especializadas¹⁰. La novedad que ofrecen —junto con los tradicionales métodos de investigación objetivos en tercera persona— es que practican también otros métodos que asumen la experiencia subjetiva como fuente pertinente de datos para la reflexión crítica sobre la experiencia contemplativa, llamados métodos de investigación en primera persona.

2.1. LA INVESTIGACIÓN EN PRIMERA PERSONA EN LAS CIENCIAS COGNITIVAS

Los antecedentes al empleo de métodos de investigación en primera persona en los *contemplative studies* se desarrollaron en el ámbito de la investigación interdisciplinar de las ciencias cognitivas. El libro *The View from Within. First-persons Approaches to the Study of Consciousness*¹¹ —especialmente el texto que abre el volumen “First-person Methodologies: What, Why, How?”¹²— se considera como la puerta que abrió el camino para reflexionar sobre la experiencia subjetiva en primera persona como un componente metodológico válido para una ciencia de la consciencia. En este sentido, se entiende por experiencias subjetivas de primera persona las experiencias vividas (*lived experiences*) en eventos cognitivos y mentales asociados a procesos que son relevantes explícitamente para un sujeto y de los que solamente él pueda dar cuenta. Tales eventos y procesos son los que se tratan de neutralizar en los métodos objetivos tradicionales de la ciencia usando la perspectiva de la tercera persona.

Así, la reflexión sobre la experiencia subjetiva en primera persona sostiene que la objetividad de la investigación puede incluir la subjetividad del investigador. Aún en el caso de la ciencia, que procede mediante

⁹ Summer Research Institute: <https://barnard.edu/summer-research-institute>. International Society for Contemplative Studies: <https://iscrsociety.org/>. En Europa: European Summer Research Institute: <https://mindandlife-europe.org/european-summer-research-institute-esri/>.

¹⁰ *Journal of Contemplative Studies*: <https://contemplativejournal.org/about/>. *The Journal of Contemplative Inquiry*: <https://contemplativemind.org/journal>. *Journal of Contemplative & Holistic Education*: <https://scholarworks.bgsu.edu/jche/>. *Contemplativa. Journal of Contemplatives Studies*: <https://contemplativa-journal.weebly.com/>.

¹¹ Francisco J. Varela y Jonathan Shear, eds. *The View from Within. First-person Approaches to the Study of Consciousness*. Ohio: Imprint Academic, 1999.

¹² *Ibid.*, 1-14.

métodos regulados públicamente, compartiendo socialmente datos verificados y validados para formar un cuerpo de saber, Varela y Shear sostienen que incluso en este caso hay una dimensión subjetiva-social implícita, pues no deja de ser una «subjetividad» la que investiga «objetivamente». Por eso no se pueden separar taxativamente ambas dimensiones. De aquí que ellos distingan entre experiencias *privadas* y experiencias *subjetivas*. Las segundas, a diferencia de las primeras, pueden ser sometidas a una validación intersubjetiva si se disponen de los métodos para hacerlo.

Diez años después de la publicación precedente, Claire Petitmengin publica *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*¹³. El objetivo de la publicación es mostrar el sentido y significado del *ver desde dentro* (*from within*) para establecer los fundamentos de un programa de investigación basado en la experiencia vivida (*lived experience*) y realizado por el sujeto de la experiencia. El presupuesto de fondo es que la reflexión sobre la propia experiencia y su expresión tiene una estructura que hasta ese momento no había sido estudiada científicamente. Por eso, el texto presenta estudios empíricos que ayudan a afinar la investigación de los métodos en primera persona.

Al respecto es necesario recordar que un método puede excluir la subjetividad del investigador (tercera persona) o incluirla metodológicamente (primera persona), aunque esta necesita siempre, en algún momento del proceso, de una validación exterior (segunda persona). La triple distinción se aplica a la manera en que el método se socializa: en primera, segunda o tercera persona; obviamente no son excluyentes, antes bien, se deben interrelacionar, superándose así las oposiciones externo-interno y privado-público que no ayudan en estos casos.

Los autores del volumen están convencidos de que los métodos en primera persona son actualmente accesibles y pueden resultar muy fructíferos para la investigación. En este sentido, si un sujeto experimenta algo se puede decir que también experimenta algo subjetivamente, aunque lo ocurrido no sea totalmente accesible a la consciencia del sujeto mismo. De ahí la necesidad de plantear métodos que permitan obtener más datos de las experiencias subjetivas conceptualizadas y comunicadas verbalmente y de distinguir entre fenómenos conscientes y no

¹³ Claire Petitmengin, ed. *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.

conscientes, entre subjetividad consciente o no-consciente, evitando la ingenuidad de pensar que existe una clara demarcación entre unos y otros o sostener, por ejemplo, que solo cuentan los procesos conscientes para conceptualizar las experiencias subjetivas o para tomar decisiones.

Los datos provenientes de la experiencia mental subjetiva de una experiencia vivida (*lived experience*) no pueden ser ni recogidos ni derivados de los métodos de tercera persona. Si no se toman en cuenta, se descarta la dimensión más íntima de la persona en el estudio científico de la consciencia, pues ella es la puerta de entrada para la transformación personal a través de la acción profesional, cultural y religiosa, a través de la psicoterapia, la educación y la oración, respectivamente.

La objeción crítica —quizás de mayor peso— contra los métodos en primera persona es de tipo hermenéutico: al final de cuentas, ¿el método no crea la experiencia? En realidad, esta pregunta presupone que no hay más datos subyacentes que los recogidos conscientemente y todo lo que es posible saber de la experiencia subjetiva está dado en la expresión verbal de la experiencia personal. Es como afirmar que, la formulación de la experiencia por parte de quien la ha experimentado agota el contenido mismo de la experiencia. Este límite es precisamente el que se quiere superar con un método que estudie la experiencia subjetiva de la consciencia. Lo experimentado excede lo expresado.

Lo que tal método quiere evidenciar es, precisamente, que existen más datos disponibles en la expresión de la experiencia de los cuales el sujeto que la vivió no es consciente y, por eso, vale la pena investigarla más allá de lo que el sujeto afirma de ella conscientemente. Por otro lado, esos datos nuevos provenientes de la experiencia ayudan, sin duda, a aclarar mejor la vivencia subjetiva, ya que pueden ser obtenidos, solamente, a través del sujeto mismo y no desde fuera de él.

Obviamente, todo método tiene sus presupuestos que orientan tanto la recolección de datos como su interpretación, «pero de ello no se deduce que un enfoque académico de la experiencia no cree más que artificios, o una versión “deformada” de cómo es “realmente” la experiencia». Es más, «las descripciones que podemos producir mediante métodos en primera persona no son “hechos” puros y sólidos, sino elementos de conocimiento intersubjetivos potencialmente válidos, casi objetos de tipo mental. Ni más ni menos»¹⁴.

¹⁴ Varela y Shear. *The View from Within*, 14.

Ahora bien, para profundizar un poco más en el tema e introducirlo como puente en el campo de la reflexión de la experiencia subjetiva de la revelación cristiana, la siguiente sección se centra en la atención exploratoria sobre un aspecto importante implicado en la investigación en primera persona, la *introspección*, junto con la *entrevista de explicitación* propia de la segunda persona. Ahora se pasa del campo de las ciencias cognitivas al de la psicología, como paso previo a su presentación en ámbito teológico.

2.2. LA INTROSPECCIÓN Y LA ENTREVISTA DE EXPLICITACIÓN EN LA PSICOLOGÍA

William X. Adams critica la pretensión de la psicología académica de observar científicamente la mente, cuando, en realidad, lo que se realiza es inferirla desde la actividad cerebral o desde metodologías ajenas a ella. Así, por ejemplo, en psicología, el estudio de la experiencia subjetiva tiene por objeto obtener datos desde lo vivido utilizando medios indirectos (observación de conductas, cuestionarios, pruebas), así el investigador interpreta a través de esos medios lo que le sucede al investigado. Se trata de una inferencia. Por eso el autor califica a la psicología de *quasi-science*¹⁵. Le parece absurdo que no se tenga en cuenta la experiencia subjetiva cuando se trata de estudiar la subjetividad humana desde la psicología. Por esa razón, habría que contar con una metodología que permitiera el acceso a la experiencia subjetiva y mental de modo más directo, como el de la introspección¹⁶. A este fin se dedica Pierre Vermersch.

Este autor ha tratado el tema en dos obras¹⁷. En la primera presenta una reseña histórica de cómo la psicología utilizó la introspección en sus orígenes y cómo fue olvidándola progresivamente, para reemplazarla por

¹⁵ Cf. William X. Adams. *Scientific Introspection. Tools to Reveal the Mind*. Arizona: Psi-Fi Books, 2020, 12-24.

¹⁶ El mismo razonamiento se podría utilizar al tratar de la vivencia subjetiva de la revelación cristiana: ¿no es igualmente absurdo que no se cuente con la subjetividad del creyente como fuente de datos para ahondar teológicamente en la vivencia personal y comunitaria del misterio revelado? En ambos casos, parece que un método adecuado para hacerlo es mediante el ejercicio de la introspección.

¹⁷ “Introspection as Practice.” En *The View from Within*, 17-42. Y “Describing the Practice of Introspection.” En *Ten Years of Viewing from Within*, 20-57.

la observación científica en tercera persona¹⁸. Por eso, propone un enfoque que reconsidera la introspección como método para obtener datos válidos para la reflexión académica; esto último lo profundiza en la segunda obra. Es necesario tener en cuenta que Vermersch es de los primeros autores que intenta una reformulación de la introspección como método en la psicología, gracias a las críticas de finales del siglo XX hechas a las ciencias cognitivas, como las aludidas en los dos volúmenes presentados en el acápite anterior¹⁹.

Para empezar, hay que considerar la introspección, desde una psicología fenomenológica²⁰, como un método para «obtener verbalizaciones descriptivas [...] relativas a una experiencia vivida en el pasado (reciente o distante)»²¹. Ello implica, al menos, dos condiciones: si la fuente de los datos de la introspección es la verbalización del sujeto sobre una experiencia vivida, esa verbalización es un material que hay que validar como cualquier otro dato obtenido con otros métodos o instrumentos²²; y segundo, Vermersch se plantea si éticamente es posible ignorar la inclusión de la subjetividad en la construcción de la ciencia cognitiva, en general, y de la psicología, en particular. Para superar ese impase, hay que procurar un mayor rigor metodológico en la práctica de la introspección

¹⁸ Cf. Pierre Vermersch. "Introspection as Practice", 20-29. Sobre la tradicional crítica a la introspección y su defensa como método válido de recolección de datos se puede ver: Claire, Petitmengin y M. Bitbol. "The Validity of First-Person Descriptions as Authenticity and Coherence." En *Ten Years of Viewing from Within*, 364-404. Cf. Adams. *Scientific Introspection*, 26-32.

¹⁹ «[...] the subjective is already implicit in the objective highlights how the received distinction between objective and subjective as an absolute demarcation between inside and outside, needs to be closely scrutinized. *Mutatis mutandis*, dealing with subjective phenomena is not the same as dealing with purely private experiences, as is often assumed. The subjective is intrinsically open to intersubjective validation, if only we avail ourselves of a method and procedure for doing so. One central purpose of this first-person methodologies Special Issue is, precisely, to survey some major current approaches that attempt to provide the basis for a science of consciousness which includes first-person, subjective experience as an explicit and active component». Varela y Shear. "First-person Methodologies: What, Why, How?", 1-2.

²⁰ Cf. Pierre Vermersch. "Introspection as Practice", 29.

²¹ Pierre Vermersch. "Describing the Practice of Introspection", 21.

²² «Just as much as any other source of data, introspective data has to be subject to critical evaluation and, more particularly, inserted into a framework of research which makes it possible for it to be correlated with other sets of data obtained independently (traces, observable data, time)». Ibid., 30.

estandarizando el lenguaje que se utiliza en la comunidad de investigadores, con el fin de establecer una base común para la comunicación entre ellos, poniéndose de acuerdo en el significado de términos clave y de procedimientos metodológicos²³. No tiene que haber necesariamente conflicto entre el método científico y la estandarización de métodos en la introspección sistemática: «[...] La introspección no es la actividad cognitiva aislada de un individuo, sino una actividad ampliamente social que tiene lugar comunitariamente. Sólo una parte de ella ocurre en la mente de una persona».²⁴ Obviamente, tratándose de una técnica investigativa hay que practicarla para dominarla como ocurre con cualquier otra técnica.

Un detalle muy importante es la necesidad de distinguir entre el acto reflexivo de la introspección y la sucesiva verbalización de los contenidos del acto. No es posible abundar ahora en el tema, pero es en este punto, según Vermersch, donde se genera el problema metodológico de fondo: cuando se asume la información verbal proporcionada por el sujeto de la vivencia como todo lo que se puede saber de la vivencia subjetiva y se descarta como no relevante para el proceso reflexivo el acto mismo de la introspección. Este volver reflexivo sobre el mismo acto introspectivo es lo que no alcanzaron a realizar los psicólogos a inicios del siglo XX y es el punto que se debe retomar para considerarla como un método de investigación²⁵.

En efecto, lo que no se hace es volver reflexivamente sobre el acto introspectivo, después de que se ha tomado consciencia de los contenidos de lo vivido a través de la verbalización. Normalmente, como se ha señalado con anterioridad, existen más datos vividos de los que se expresan verbal y conscientemente, razón por la cual la ayuda de una segunda persona se hace necesario para que emerja lo que todavía no es consciente para el sujeto, ayudándolo, así, a recuperar más información de la que puede ofrecer espontáneamente.

El instrumento que ayuda a validar los datos obtenidos en la introspección con la ayuda de una segunda persona es la «entrevista de

²³ Cf. Adams, *Scientific Introspection*, 72-84.

²⁴ Ibid., 84.

²⁵ Con sus palabras: «[...] to proceed in the direction of an introspection of the act of introspection, which had never been done before by psychologists practicing introspection». Ibid., 32.

explicitación» (*explicitation interview*)²⁶. En el diálogo con una segunda persona, se facilita al sujeto de la introspección el paso de las vivencias prerreflexivas a la reflexión consciente. No es posible profundizar en los detalles técnicos, pero sí indicar que la tarea del entrevistador es orientar al entrevistado a que evoque conscientemente aspectos de su experiencia vivida que no lo son aún.

En efecto, considerando la introspección como una toma de conciencia de experiencias vividas mediante la verbalización, se podría afirmar que la introspección es la toma de conciencia de vivencias prerreflexivas, en cuanto vividas previamente a la conceptualización, para conceptualizarlas y así reflexionar sobre ellas²⁷. Se transita de lo prerreflexivo a lo reflexivo, mediante la conceptualización, acortándose de esa manera la distancia (*gap*) entre lo que el sujeto afirma de su vivencia vivida y lo que realmente ha vivenciado, pues muchos datos de la experiencia vivida no son conceptualizados, aunque están «allí» en la memoria.

De esta manera, la introspección se puede considerar como acción subjetiva y objetiva al mismo tiempo que, gracias a la memoria, puede pasar, en ella misma, de la subjetividad de la experiencia a la objetividad de lo experimentado y de cómo lo experimenta. En este sentido, la introspección que el sujeto de la experiencia realiza es «retrospección» de la primera a la tercera persona gracias a la memoria.

Existen otras técnicas sobre las cuales no es posible detenerse, pero que es importante mencionarlas al menos a pie de página, para apreciar la variedad de matices que es necesario tener en cuenta para el estudio de la experiencia subjetiva mediante la introspección²⁸. Hay que

²⁶ Maryse Maurel. "The Explicitation Interview. Examples and Applications." En *Ten Years of Viewing from Within*, 58-89. En la revista *Expliciter* (<https://www.expliciter.org/publications/la-revue/>) el *Groupe de recherche sur l'Explicitation* (<https://www.expliciter.org/>) publica sus estudios sobre diferentes aspectos relacionados con la investigación en primera persona. También de Pierre Vermersch. *Descrivere il lavoro. Nuovi strumenti per la formazione e la ricerca: l'intervista di esplicitazione*, editado por Vittoria Cesari Lusso y Antonio Iannaccone, traducido por Mirella Napodano. Roma: Carocci Faber, 2016.

²⁷ Sobre el tema: D. N. Stern. "Pre-Reflexive Experience and its Passage to Reflexive Experience." En *Ten Years of Viewing from Within*, 307-331.

²⁸ Entre otras, por ejemplo, el *focusing* y el *Think at the Edge* (TAE) desarrollada por Eugene Gendlin ("What First and Third Person Processes Really are". En *Ten Years of Viewing from Within*, 332-362); de igual forma, Marion Hendricks ("Experiencing Level. An instance of developing a variable from a first person process so it

conservar la misma parquedad sobre el uso de la meditación budista en el estudio de la consciencia subjetiva, que se justifica afirmando que la consciencia no se puede estudiar a través de los métodos científicos regulares porque necesita un camino propio de investigación, una mente libre de toda intencionalidad, no involucrada (*engaged*) en un objeto, por positivo o negativo que sea²⁹.

2.3. COMENTARIO FINAL A ESTA SECCIÓN

El volumen editado por Claire Petitmengin *Ten Years of Viewing from Within* concluye con un artículo suyo, en colaboración con Michel Bitbol³⁰, en el que los autores reaccionan frente a la crítica tradicional hecha a la introspección, para concluir que dicha crítica se debe a dos factores: en primer lugar, a una comprensión no actualizada de lo que hoy se entiende por introspección y, en segundo lugar, a una concepción demasiado ingenua de la objetividad científica.

En una reseña del volumen mencionado³¹, los autores afirman la necesidad de que en las ciencias de la consciencia se asuman métodos rigurosos para el estudio de la experiencia vivida (*lived experience*) en

can be reliably measured and taught.” En *Ten Years of Viewing from Within*, 129-155) formula una «escala experiencial» (*Experiencing Scale*) y, en la misma línea, Russell T. Hurlburt, Christopher L. Heavey y Arva Bensabeb (“Sensory Awareness”. En *Ten Years of Viewing from Within*, 231-251) desarrollan un modo de ayudar a tomar conciencia de sensaciones ambientales e interiores, corporales y psicológicas. Resulta interesante también referir que Jocene Vallack (“Soliloquy: a methodology for first-person research” *CORE*, (2014) https://core.ac.uk/outputs/303768249/?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1) desarrolla un método de investigación en primera persona basado en la fenomenología de Edmund Husserl desde la perspectiva del soliloquio.

²⁹ Cf. Charles Genoud. “On the Cultivation of Presence in Buddhist Meditation”. En *Ten Years of Viewing from Within*, 117-128; desde una perspectiva diferente, Pierre Philippot y Zindel Segal. “Mindfulness Bases Psychological Interventions. Developing Emotional Awareness for Better Being”. En *Ten Years of Viewing from Within*, 285-306.

³⁰ “The Validity of First-Person Descriptions as Authenticity and Coherence”. En *Ten Years of Viewing from Within*, 363-404.

³¹ Tom Froese, Cassandra Gould y Adam Barrett. “Re-Viewing from Within. A Commentary on First- and Second-Person Methods in the Science of Consciousness”. *Constructivist Foundations* 6, n.º 2 (2011): 254-269. <http://constructivist.info/6/2/254>

primera persona. Aunque se reconocen algunas limitaciones en la aplicación de esos métodos ellos consideran que el reporte verbal de los sujetos es un nuevo inicio en la disciplina.

Por otro lado, Georg Northoff y Alexander Heinzel³² dan por descontado el estudio de los estados mentales, propios de la experiencia en primera persona, combinándolos con métodos en tercera persona. Desde otra perspectiva, Brentyn J. Ramm³³ sostiene que los experimentos en primera persona son confiables para investigar la experiencia subjetiva de la consciencia. Desde el campo de la psicología cognitiva, es interesante notar que, según H. G. Callaway³⁴, se establecen las condiciones para elaborar una teoría sobre la introspección científica identificando la naturaleza, finalidad y límites del estudio de la experiencia subjetiva.

Joana Rigato, Scott M. Rennie y Zachary F. Mainen³⁵, en un artículo del 2021, constataron que los estudios sobre la experiencia subjetiva realizados directa o indirectamente en primera persona se usan ampliamente en las ciencias cognitivas, llegando a la conclusión que son fundamentales para la investigación y planteando que en lugar de polemizar sobre su aceptación sería mejor buscar la manera de hacerlos mejor. Por su parte, Anna-Lena Lumma y Ulrich Weger³⁶ ofrecen una visión panorámica de los diferentes métodos de investigación en primera persona para el estudio de la experiencia desde la psicología, afirmando que sin ellos aspectos fundamentales del estudio de fenómenos psicológicos quedarían en la oscuridad. De aquí la importancia de asumirlos para apoyar y enriquecer la investigación que se realiza

³² Georg Northoff y Alexander Heinzel. "First-Person Neuroscience: A new methodological approach for linking mental and neuronal states". *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine* 1 (2006). <https://doi.org/10.1186/1747-5341-1-3>

³³ "First-Person Experiments: A Characterization and Defense". *Review of Philosophy and Psychology* 9 (2018), 449-467. <https://doi.org/10.1007/s13164-018-0388-1>

³⁴ H. G. Callaway. "The Meaning of Introspection: Introspection, Scientific Psychology and Neuroscience", 2023. <https://www.researchgate.net/publication/372159845>

³⁵ Joana Rigato, Scott M. Rennie y Zachary F. Mainen. "The overlooked ubiquity of first-person experience in the cognitive sciences". *Synthese* 198 (2021): 8005-8041. <https://doi.org/10.1007/s11229-019-02136-6>

³⁶ Anna-Lena Lumma y Ulrich Weger. "Looking from within: Comparing first-person approaches to studying experience". *Current Psychology* 42 (2023): 10437-10453. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02277-3>.

normalmente en tercera persona. Así, ha cobrado forma a lo largo de los años lo que Claire Petitmengin auguraba como el reencuentro con la experiencia subjetiva³⁷.

En conclusión, después de una rápida mirada al desarrollo de la innovación metodológica en las ciencias cognitivas y en la psicología, se podría caracterizarla de forma general como «mirar e investigar desde dentro» valiéndose, de modo particular pero no exclusivo para ello, de la introspección y de la entrevista de explicitación.

En la siguiente sección, los datos acumulados se utilizarán para formular una hipótesis: así como la introspección y la entrevista de explicitación se están usando actualmente para investigar el aspecto subjetivo de la consciencia en las ciencias cognitivas y en la psicología, hasta hace poco reservada solamente a un estudio objetivo, ¿sería plausible utilizar ambas también como metodología de investigación en el estudio de la vivencia subjetiva de la revelación cristiana desde la práctica de los ejercicios espirituales de san Ignacio de Loyola? Se trata de una primera aproximación al tema, por eso lo de la «plausibilidad».

3. EL ESTUDIO TEOLÓGICO DE LA VIVENCIA SUBJETIVA DE LA REVELACIÓN

Entrando ahora en el campo propiamente teológico de la reflexión «espiritual» sobre el proceso transformativo que se produce por la relación personal del creyente con el Misterio santo de Dios, es importante establecer la perspectiva desde la cual se plantea la pregunta sobre la plausibilidad de la nueva metodología. Por eso, conviene presentar antes cómo se llega a esa pregunta desde el campo de la teología espiritual, para después formular alguna de las consecuencias que una respuesta afirmativa puede tener para la disciplina y para el quehacer teológico.

³⁷ Claire Petitmengin. “Rencontrer l’expérience subjective”. *Colloque en hommage à Francisco Varela*, CREA/LENA, 2003.

3.1. UN POCO DE HISTORIA RECIENTE

En el año 2000, en la Pontificia Facultad Teológica *Teresianum* de Roma, se realizó un congreso internacional con el título: *La Teología Espiritual*³⁸. Por primera vez, después del Concilio Vaticano II, la disciplina pudo formular el estado en que se encontraba desde una perspectiva muy amplia. Lo hizo concentrando los trabajos bajo cinco acápites: (1) La larga historia de la teología espiritual; (2) Hacia la renovación de la teología espiritual; (3) Principios fundamentales de la teología espiritual; (4) Estructura temática de la teología espiritual; (5) El futuro de la teología espiritual: obra abierta y ciencia de la vida del Espíritu.

En las actas figura solo una ponencia con la palabra método en el título, la de Jakov Mamić sobre el método deductivo e inductivo en la teología espiritual. Jesús Manuel García expone sobre el estatuto epistemológico de la disciplina³⁹ y en el tercer acápite se trata de la relación de la teología espiritual con otras disciplinas teológicas, pero sin relacionarla con las disciplinas no teológicas.

En abril del 2012, el Instituto Franciscano de Espiritualidad de la Pontificia Universidad Antonianum organiza, con motivo de la celebración de sus cuarenta años de actividad, una jornada de estudio sobre la identidad y misión de la teología espiritual, para evidenciar los progresos de la disciplina durante el postconcilio Vaticano II⁴⁰.

En el año 2019 se llevó a cabo un congreso internacional, también en la Pontificia Universidad Antonianum de Roma, con el título *Metodologie in evoluzione nello studio della spiritualità / Evolving Methodologies in Study of Spirituality*, que reunió a la Society for the Study of Christian Spirituality y el Forum di professori di teologia spirituale in Italia. Se dedicaron once secciones a diferentes aspectos de la metodología en el estudio de la espiritualidad, con un total de treinta y dos contribuciones

³⁸ AA. VV. *La Teologia Spirituale. Atti del Congresso Internazionale OCD. Roma, 24-29 aprile 2000*. Roma: Edizione del Teresianum - Edizione OCD, 2001.

³⁹ Jakov Mamić. "Il metodo induttivo e deduttivo nella Teologia Spirituale". En *La Teologia Spirituale*, 623-638; Jesús Manuel García. "La teologia spirituale oggi. Verso una descrizione del suo statuto epistemologico". En *La Teologia Spirituale*, 205-238.

⁴⁰ Paolo Martinelli, ed. *La teologia spirituale oggi. Identità e missione*. Bologna: EDB, 2012.

de dieciséis países diferentes⁴¹. Ocho de las cuales estaban centradas en métodos de investigación empíricos, todas pertenecientes al área anglófona.

En 2024, Bernadette Flanagan y Kerri Clough editan un volumen titulado *The Routledge Handbook of Research Methods in Spirituality and Contemplative Studies*⁴². El libro está dividido en siete secciones dedicadas a diferentes métodos de investigaciones relacionadas, principalmente, con los *contemplative studies*. Son treinta y tres contribuciones todas pertenecientes al mundo anglófono.

Como se puede apreciar fácilmente, en el primer cuarto del siglo XXI, el desarrollo metodológico en la espiritualidad ha sido enorme y la aparición de los *contemplative studies* ha generado lo que Bernadette Flanagan llama una auténtica revolución en los métodos de investigación (*the spiritual revolution on research*). Lo interesante de su presentación es que la aludida revolución proviene de los estudios contemplativos y de la nueva perspectiva abierta desde la neurofenomenología por Francisco Varela⁴³.

Por lo afirmado, se está abriendo un panorama nuevo y desafiante frente a la manera tradicional en la que se ha venido desarrollando la investigación de la teología espiritual católica durante el siglo anterior.

El problema de la identidad de la disciplina —que ha ocupado a los teólogos espirituales prácticamente durante todo el postconcilio Vaticano II— ha sido solucionado afirmando que se ocupa de un enfoque interdisciplinar sobre la experiencia de la transformación subjetiva gracias a la relación con la revelación cristiana; aunque es mejor decir de «lo» vivido subjetivamente, porque así se relacionan las experiencias singulares, sincrónicamente consideradas, con el conjunto de «lo» vivido diacrónicamente.

Lo determinante para llegar a una mejor práctica de la disciplina depende de los métodos que se elaboren para poder investigar adecuadamente lo vivido subjetivamente. Es el tema del próximo acápite.

⁴¹ Gilberto Cavazos-González y Rossano Zas Friz De Col, eds. *Evolving Methodologies in the Study of Spirituality*. Leuven: Peeters, 2023.

⁴² Bernadette Flanagan y Kerri Clough. *The Routledge Handbook of Research Methods in Spirituality and Contemplative Studies*. London: Routledge, 2024.

⁴³ Bernadette Flanagan. "The Research Revolution. Emerging Discourses in Spirituality Studies." En *The Routledge Handbook of Research Methods*, 5-10.

3.2. REVELACIÓN Y TEOLOGÍA

La relación que se quiere establecer entre la reflexión teológica «objetiva», sobre los contenidos de la fe, y la «subjetiva», acerca de la vivencia de la transformación interior del creyente como fruto de su relación con Dios, está motivada por el deseo de acertar la plausibilidad de acoger en la academia teológica la segunda, dado que la primera ocupa prácticamente la totalidad de las cátedras en las facultades de teología. Para ello es de importancia capital asegurar un método adecuado.

La reflexión teológica tiene una dimensión objetiva: precisar de manera lo más inequívoca posible el contenido de la revelación recibida; pero también tiene otra dimensión subjetiva: investigar la acción transformadora que esa revelación produce en el creyente. En este sentido, el quehacer teológico es ya un *ver desde dentro* para reflexionar sobre la transformación personal y lo creído. El problema de fondo —por el cual existe tanta reticencia para aceptar la reflexión de la transformación subjetiva cristiana en la academia teológica— es que hasta ahora no se encuentra el modo de validar objetivamente los datos obtenidos desde la experiencia subjetiva.

Si todo método es un procedimiento, —y en el estudio de la conciencia humana por las ciencias cognitivas se distinguen, como se ha visto, entre métodos de primera, segunda y tercera persona— ¿por qué no considerar la posibilidad de aplicar los métodos de primera y segunda persona a la reflexión sobre la revelación cristiana que se realiza desde la experiencia subjetiva de la transformación personal? Creer cristianamente significa acoger la revelación cristiana como revelación de Dios mismo, con la esperanza de ser transformado en Él por amor suyo. El tradicional acento académico sobre el contenido del acto de fe ha dejado de lado el estudio del aspecto subjetivo del creer transformativo porque se considera que la subjetividad no sea abordable metodológicamente, en contraposición a la «objetividad» del estudio de los contenidos de la fe.

Todavía hoy, en la práctica de la teología espiritual, predomina una perspectiva de investigación y estudio sobre la transformación subjetiva de la vida cristiana anclada en los métodos de tercera persona en los que se evita la intromisión de la subjetividad para garantizar la objetividad de la reflexión. Lo cual es plenamente legítimo y válido, pero ello no justifica descartar *a priori* los métodos en primera y segunda persona.

La experiencia de la revelación, subjetiva y transformativa, es el resultado de la íntima y exclusiva relación personal de un creyente con Dios. Así como resulta obvio que la teología sea el estudio del contenido de lo que se afirma positivamente en el acto de creer (teología positiva, catafática), debería ser igualmente obvio que se ocupe también del estudio de la transformación subjetiva del creyente, que se desarrolla en el misterio de la relación inmediata y personal con Dios, en la que predomina la teología negativa, apofática.

Esta diferencia se debe entender desde la actitud cognoscitiva reconocida por toda la tradición cristiana entre el conocimiento teológico y el conocimiento místico. No es aquí el lugar para desarrollar el tema, pero basta reportar la siguiente citación para precisar de lo que se trata:

«La separación entre teología negativa y teología positiva implica que la segunda tiene un método para conocer, mientras la primera no. La razón discursiva encuentra recursos y medios para profundizar metódicamente, desde la academia, el contenido de la revelación. Pero ¿hay un método en la academia para profundizar en el conocimiento producido por el amor que contempla silencioso? Aún más ¿es posible afirmar que el amor contemplativo conoce en silencio? Y si conoce silenciosamente ¿de qué tipo de conocimiento se trata? ¿Es asimilable al de la teología sistemática? Este es el punto crucial de la relación entre teología negativa y positiva: ¿qué relación existe entre la silenciosa contemplación que reflexiona amorosamente (teología negativa) y la reflexión teológica que busca comprender para creer (teología positiva)? El equívoco está en plantear la relación entre teología negativa y positiva como la relación entre espiritualidad y teología. Éstas, espiritualidad y teología, en realidad pertenecen al ámbito de la teología positiva. No cabe duda de que en ese sentido se ha desarrollado la teología espiritual, con sus predecesoras las teología ascética y mística, desde fines del siglo XIX»⁴⁴.

Se puede afirmar que, inclusive aún hoy en día, los teólogos sistemáticos y espirituales no reflexionan desde lo vivido en primera persona, sino desde lo pensado académicamente. Por el contrario, san Juan de la Cruz se sirve de la tradicional reflexión teológica para ayudarse a expresar lo vivido, el misterio divino, y así hace teología mística⁴⁵.

⁴⁴ Rossano Zas Friz De Col. "Contemplación silenciosa y reflexión amorosa: un enfoque de la teología mística". *Perspectiva Teológica* 55, n.º 1 (2023): 112.

⁴⁵ Cf. *Ibid.*, 103ss.

En esa teología, Dios se revela a través del silencio de la contemplación, «por la cual el entendimiento tiene más alta noticia de Dios [...], que quiere decir sabiduría de Dios secreta; porque es secreta al mismo entendimiento que la recibe y por eso, la llama san Dionisio *rayo de la tiniebla*»⁴⁶. Es un conocimiento que revela la «sabiduría de Dios secreta»⁴⁷. La teología mística:

«[...] es ciencia secreta de Dios, que llaman los espirituales contemplación, la cual es muy sabrosa, porque es ciencia por amor, el cual es el maestro de ella y el que todo lo hace sabroso. Y, por cuanto Dios le comunica esta ciencia e inteligencia en el amor con que se comunica al alma, esle sabrosa para el entendimiento, pues es ciencia que pertenece a él; y esle también sabrosa a la voluntad, pues es en amor, el cual pertenece a la voluntad»⁴⁸.

No hace muchos años atrás, Jean Leclercq afirmaba lo mismo, con otra terminología. Él se refería a la teología monástica y a la teología escolástica. Para nuestro caso, la primera se identifica con la teología mística de Juan de la Cruz, pues es una reflexión que tiene su centro en la vivencia de la revelación cristiana: «supone una cierta experiencia espiritual, derivada de esa y a esa orientada; su finalidad se acercaría más al *credo ut experiar* y no al *credo ut intelligam*, como se da en el caso de la escolástica»⁴⁹. Esta última se fue focalizando progresivamente en el conocimiento académico, produciéndose un divorcio entre las dos: por un lado, la reflexión doctrinal y, por otra, la piadosa⁵⁰.

Si la teología académica afirma asertivamente lo que se cree, la mística lo hace desde un «saber que es un no saber»: «como en silencio y quietud, a oscuras de todo lo sensitivo y natural, enseña Dios ocultísima y secretísimamente al alma sin ella saber cómo, lo cual algunos espirituales llaman entender no entendiendo»⁵¹.

⁴⁶ Juan de la Cruz. *Subida del Monte Carmelo*, II. En *Obras*. Burgos: Monte Carmelo, 1998, 258-259.

⁴⁷ *Ibid.*, 258.

⁴⁸ Juan de la Cruz. *Cántico espiritual B*. En *Obras*. Burgos: Monte Carmelo, 1998, 866.

⁴⁹ Jean Leclercq. *Esperienza spirituale e teologia: alla scuola dei monaci medievali*. Milano: Jaca Book, 1990, 71.

⁵⁰ Cf. *Ibid.*, 61.

⁵¹ Juan de la Cruz, *Cántico espiritual B*, 931-932.

En otras palabras, «lo» catafático es lo que se afirma del contenido de la fe, «lo» apofático es lo que se afirma de la dinámica transformativa en la relación amorosa con Dios, que siempre excede lo que se puede decir de ella. En esta línea, el método aquí propuesto en primera persona es una ayuda para profundizar en la vivencia del misterio de Dios respetando siempre la inefabilidad divina. Si Dios es inefable, en el sentido que es un misterio que se vive, contempla y ama, habrá siempre una distancia inefable entre lo que el creyente puede vivenciar y lo que puede expresar en su vivencia. En este sentido el método en primera persona propuesto se puede afirmar que es «apofático».

En efecto, «lo» apofático es la diferencia que existe entre lo vivenciado realmente y lo que se puede pensar y decir de lo vivido. Por eso no es lo mismo «lo» que se vivencia de Dios, que Dios mismo. «Lo que se cree» es la formulación teológica eclesial, positiva y catafática, mientras que «la experiencia subjetiva del creyente» será siempre apofática, porque siempre queda abierta y nunca superada entre «lo» vivido de Dios y «lo» pensado y expresado de lo vivido. Precisamente, el método aquí propuesto es una ayuda al análisis e interpretación de la experiencia apofática en primera persona.

3.3. TEOLOGÍA, TEOLOGÍA ESPIRITUAL, TEOLOGÍA MÍSTICA Y DISCERNIMIENTO DE LOS ESPÍRITUS

En el párrafo anterior queda clara la distinción entre una teología catafática y otra apofática, situando dentro del ámbito de la primera el tradicional ejercicio académico de la teología, incluyendo a la actual teología espiritual, porque ambas se expresan en métodos de tercera persona. Por el contrario, el método aquí explorado sería apofático, porque se expresa desde el misterio de la transformación personal en primera persona gracias a la vivencia del misterio de Dios. Lo cual lleva también a replantear la relación entre teología espiritual y teología mística.

En efecto, la distinción entre ambas se mantiene gracias a una enraizada ambigüedad en el uso de las dos nociones, pues a veces se interpretan como sinónimos, otras veces se las distingue y otras se incluye la mística como la última etapa del desarrollo de la vida cristiana y por eso ocupa el último apartado de algunos manuales de teología espiritual.

La raíz de la confusión entre las dos nociones se mantiene aún por la persistencia de un planteamiento que se ha popularizado mucho entre los especialistas, propuesto por Jean Mouroux a mediados del siglo pasado⁵². El autor establece tres acepciones de la palabra experiencia: experiencia empírica, percibida, pero no razonada, aplicada a la experiencia mística; la del experimento, propio de las ciencias naturales; y la experiencia *experiential*, que es reflexionada y asumida responsablemente, propia de la vivencia de la fe cristiana y de la espiritualidad.

La experiencia mística es algo vivido intensamente, pero no reflexionado, ni asumido responsablemente, como lo es la experiencia de fe. Mouroux no las separa de modo irreconciliable, es más, las pone en relación desde la distinción, pero el mensaje que ha perpetuado es que la experiencia mística es un puro sentir no reflexionado, mientras que la experiencia de fe puede prescindir de ese sentir místico, pues se atiene a los contenidos de la fe, dándoles asentimiento razonado y responsable.

En ese esquema mental predomina «lo» pensado sobre «lo» vivido. Por eso se separa la teología espiritual (pensada y reflexionada a imagen y semejanza de la teología académica) de la mística (sentir subjetivo); pero también por eso, el diálogo entre teología y espiritualidad es, en realidad, un monólogo porque prevalece el planteamiento objetivizante de Mouroux. La superación de esa ambigüedad entre las dos nociones se facilita asumiendo la noción de «lo» pensado desde «lo» vivido en el proceso decisional⁵³.

En efecto, si se presupone que el creyente procesa sus decisiones desde una explícita orientación fundamental hacia Dios, discerniendo la moción que lo mueve, en realidad no importa cuál sea la intensidad de la moción, si es arrobamiento, éxtasis, una visión, una alocución o una sencilla consolación interior; lo que importa es que lo percibido sea verbalizado y conceptualizado para juzgar y decidir si es del buen o del mal espíritu. Por esta razón, la distinción de Mouroux entre experiencia empírica (mística) y experiencia experiencial (espiritual) no se puede

⁵² Jean Mouroux. *La esperienza cristiana. Introduzione a una teologia*. Brescia: Morcelliana, 1956.

⁵³ Rossano Zas Friz de Col. “La relación entre espiritualidad y teología desde la relación entre ‘lo’ vivido y ‘lo’ pensado”. *Perspectiva Teológica* 53, n.º 2 (2021): 325-352. <https://doi.org/10.20911/21768757v55n1p93/2023>.

sostener más, porque toda experiencia, para considerarse humana, tiene que ser conceptualizada y verbalizada.

El discernimiento de los espíritus es un proceso decisional que comienza con la percepción introspectiva de una moción que sobreviene al sujeto y que este reconoce como una inspiración de la que no es el autor. Se toma consciencia de la moción, de «lo» percibido, a través de la conceptualización de los pensamientos y sentimientos que genera, los cuales se convierten en el material sobre el cual el creyente reflexiona para llegar a un juicio sobre ellos, si son o no del buen espíritu, y decidir entonces acogerlos o rechazarlos, asumiendo las consecuencias. Se trata de un proceso decisional que sigue el mismo esquema antropológico de cualquier tipo de toma de decisiones.

Hay que notar que el discernimiento de los espíritus, como cualquier proceso decisional se produce gracias al ejercicio de la introspección del sujeto, de la que puede dar cuenta a un tercero, en la entrevista de facilitación. Esta es la dinámica mediante la cual se produce la relación entre el creyente y Dios: Dios se hace presente con una moción que el creyente percibe y responde a ella para que haya comunicación real entre ellos. La comunicación divino-humana se da mediante el proceso decisional⁵⁴.

Cuando se habla de experiencia cristiana subjetiva, se trata implícitamente de un proceso decisional que sigue el paradigma de la llamada-respuesta, tan generalizado en la historia de la salvación. De aquí la importancia de asumir ese proceso explícitamente como clave hermenéutica para interpretar la transformación de la vivencia cristiana en la relación con Dios.

En efecto, la introspección, en el caso del discernimiento de los espíritus, está orientada por el proceso decisional, porque en la dinámica que despliega se produce la comunicación humano-divina entre Dios y el creyente. De aquí que no haya que detenerse solo en los contenidos recabados de la introspección, sino que también es necesario poner atención al proceso mismo de la introspección, lo cual significa poner toda la atención a la dinámica del proceso decisional. El ejercicio de la introspección es el ejercicio del proceso de toma de decisiones. Por eso, cuando se trata

⁵⁴ Rossano Zas Friz de Col. “‘... che tutte le mie *decisioni* siano puramente ordinate...’ [cf. *ES* 46]. Vissuto cristiano-ignaziano e processo decisionale”. *Ignaziana* 35, n.º 1 (2023): 19-51.

de la vivencia subjetiva de la revelación cristiana, se trata del proceso mediante el cual el creyente toma una decisión frente a la moción que recibe. No hay «experiencia de Dios» sin un proceso decisional⁵⁵.

3.4. A PROPÓSITO DE LA RELACIÓN ENTRE INTROSPECCIÓN Y PERCEPCIÓN

Un comentario sobre la relación entre ambas merece la pena porque tiene repercusión en el modo de entender la introspección cuando se trata de la experiencia subjetiva de la revelación, pero también al considerar el proceso de la toma de decisiones.

Por ejemplo, Adams⁵⁶ opina que son dos actividades diferentes, ya que al identificar la introspección con la percepción sensorial se la descartó como método válido para recoger datos a fines del siglo XIX e inicios del XX. La objeción tradicional al método introspectivo se basaba en la distinción entre observador y objeto observado, propio de la percepción sensible y del método científico tradicional, produciendo un cortocircuito pues ¿cómo podría la mente observadora ser objeto de su observación? «El ojo no puede mirarse a sí mismo». Esta es la dificultad que se quiere resolver con nuevos planteamientos.

Sin pretender entrar en los detalles de la discusión, Adams establece, quizás como la principal argumentación de su postura, el hecho de que la introspección necesita ser conceptualizada, mientras la percepción no lo necesita. La introspección es experiencia mental viva que, mediante la conceptualización, se convierte en un objeto mental, en un contenido mental. Por el contrario, en la percepción, el objeto está ya dado, el observador simplemente lo percibe, no lo elabora, como sucede en la introspección.

El mismo autor argumenta: es verdad que durante la introspección el sujeto vive subjetivamente su experiencia y es él quien la conceptualiza, asumiendo dos roles diferentes, el de observador y observado, pero lo hace en tiempos diferentes, por eso no se puede aceptar el modelo perceptivo cuando se trata de la introspección. En ese modelo, hay un observador frente a un objeto observado, pero en el caso

⁵⁵ Cf. Rossano Zas Friz de Col. "Mystical experience and Decision Making". *Religions* 16 (2025): 296. <https://doi.org/10.3390/rel16030296>

⁵⁶ Adams, *Scientific Introspection*, 26-32.

de la introspección se da el sujeto de una experiencia que la conceptualiza, produciendo objetos mentales gracias a una consciencia autorreferencial (*self-relatedness*) que le permite tomar consciencia de lo que experimenta, conceptualizarlo para verbalizarlo. Es la condición de posibilidad del doble proceso epistémico subjetivo, de ser, al mismo tiempo, un observador observado, pero en una sucesión temporal, no simultánea. La conceptualización hace «objetiva» de alguna manera la experiencia subjetiva, memorizándola y comunicándola en diferentes grados, desde el lenguaje explícito hasta la comprensión implícita (*implicit understanding* o *tacit conceptualization*) donde no hay ni lenguaje ni conceptualización.

Da la impresión que la manera de comprender la percepción por parte de Adams está limitada a la percepción sensible, pero aún en este caso, si la percepción no se hace consciente a través del mismo proceso al que Adams se refiere para la introspección, el de conceptualización para la verbalización, la percepción no puede ser «concientizada». De manera que, en el acto de la introspección, se puede afirmar de la percepción lo que se afirma de la introspección, pues en ambos casos es necesaria la conceptualización y verbalización para hacer conscientes los datos percibidos.

3.5. LA INTROSPECCIÓN Y LA ENTREVISTA DE EXPLICITACIÓN EN LA PRÁCTICA DE LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES (EE)

En el texto de los EE⁵⁷ el objeto del examen de la oración⁵⁸, como del examen de conciencia general y del examen particular⁵⁹, es que el cre-

⁵⁷ Para los textos de los EE se sigue: Ignacio de Loyola. "Ejercicios espirituales". En *Obras*. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 2014; se cita el número del párrafo.

⁵⁸ EE 77: «5ª addición. La 5ª: después de acabado el ejercicio, por espacio de un cuarto de hora, quier asentado, quier paseándome, miraré cómo me a ido en la contemplación o meditación; y si mal, miraré la causa donde procede y, así mirada, arrepentirme, para me enmendar adelante; y si bien, dando gracias a Dios nuestro Señor; y haré otra vez de la misma manera».

⁵⁹ EE 24-43. EE 43: «Modo de hacer el examen general, y contiene en si cinco puntos. 1º punto. El primer punto es dar gracias a Dios nuestro Señor por los beneficios rescibidos. 2º El 2º: pedir gracia para conoscer los pecados, y lanzallos. 3º El 3º: demandar cuenta al ánima desde la hora que se levantó hasta el examen presente,

yente entre en sí mismo pidiendo la gracia a Dios de tomar conciencia de las mociones que ha recibido, sean del buen o del mal espíritu. Una vez consciente de ellas debe reflexionar y llegar a un juicio para determinar la procedencia del espíritu y, así, tomar una decisión al respecto, asumiendo responsablemente las consecuencias de la decisión tomada. Esto no sería posible sin la introspección o, dicho de otro modo, esto ya es un ejercicio de introspección. Como lo es también cuando el ejercitante reporta a su acompañante la experiencia vivenciada en un determinado ejercicio. En ambos casos, la verbalización de la introspección comunica la conceptualización de «lo» vivido.

Por otro lado, si la verbalización de la introspección se produce ante el acompañante, es posible asimilarla a una entrevista de explicitación. En ella el acompañante trata de objetivar la experiencia subjetiva que recibe a través del reporte verbal de la introspección de su acompañado, mediante la cual este es ayudado a tomar una mayor conciencia de la presencia del misterio de Dios que obra en su intimidad. El acompañante valida la introspección de su acompañado. Lo cual es posible porque los criterios para la validación se encuentran estipulados objetivamente en las reglas de discernimiento del libro de los *EE*⁶⁰ como lo está la entera práctica de los ejercicios. Por ello, se puede afirmar que se cumplen las condiciones puestas por Vermersch⁶¹ para considerar la práctica de los *EE* como un método de investigación en primera persona.

A saber, es una práctica respaldada por un manual, el texto de los *EE*, y es común a una comunidad de ejercitadores que comparten la autoridad de ese manual, aunque también lo interpretan según las diferentes situaciones de los creyentes de acuerdo con la edad, la cultura y la condición social. Además, como toda técnica, tanto la introspección como la entrevista de explicitación deben ser ejercitadas para dominarla, se necesita aprenderlas. Pero lo determinante es que en la entrevista de explicitación el acompañante se propone como el agente que valida la experiencia vivida y expresada mediante la introspección de su acompañado.

de hora en hora o de tiempo en tiempo; y primero, del pensamiento; y después de la palabra y después, de la obra; por la misma horden que se dixo en el examen particular. 4º El 4º: pedir perdón a Dios nuestro Señor de las faltas. 5º El 5º: proponer enmienda con su gracia. *Pater noster*».

⁶⁰ *EE* 313-336.

⁶¹ Cf. *supra* 1.2.

La validación se produce o no se produce dependiendo si hay o no adecuación de la vivencia del ejercitante al texto de los *Ejercicios*, a criterio del acompañante. Al ejercer esa función lo hace también como representante de la Iglesia, como lo es el acompañante espiritual fuera de los ejercicios. En este caso no se puede afirmar simplemente que se trata de una experiencia *subjetiva particular*, pues cuando el acompañante la valida como adecuada al texto de los *EE* y, por tanto, a la vivencia eclesial, la *objetiviza*. Si fuese simplemente «subjetiva» no se podría hacer un juicio eclesial sobre ella.

Ahora bien, dado que la reflexión teológica es también reflexión sobre la experiencia de la transformación interior del creyente, los datos obtenidos y validados en la práctica de los *EE*, ¿no pueden considerarse datos sobre lo que se puede reflexionar teológicamente? ¿Esos datos no se pueden compartir con otros datos obtenidos mediante otros métodos? Así como Vermersch se plantea la cuestión de si es ético ignorar la subjetividad en la formulación teórica de las ciencias cognitivas y psicológicas, se expone aquí la cuestión sobre si es ético seguir ignorando los datos validados de la experiencia subjetiva de los *EE* en la práctica de la reflexión teológica y en la formulación de los planes de estudios en las facultades de Teología.

Para continuar con la reflexión, en la próxima sección es importante considerar la posibilidad de establecer una relación entre el planteamiento de la «meta-reflexión» en la introspección de Vermersch con el método trascendental propuesto por Bernard Lonergan.

3.6. LA INTROSPECCIÓN SEGÚN PIERRE VERMERSCH Y EL MÉTODO TRASCENDENTAL DE BERNARD LONERGAN

Un detalle importante en la práctica de la introspección, como se ha señalado, es distinguir entre la reflexión introspectiva y su conceptualización y verbalización. Como ha quedado suficientemente asentado, la información verbal consciente no agota «lo» vivido en la vivencia, hay más en lo vivido que en lo expresado.

Por eso, la entrevista de explicitación facilita la toma conciencia de aspectos que todavía no han aflorado a la conciencia. Pero tampoco es suficiente reflexionar sobre el contenido de la formulación verbal de la vivencia, hay que hacerlo también sobre el mismo acto introspectivo,

como sugiere Vermersch mediante una metarreflexión. Se trata de validar no solo el resultado del uso del instrumento, es decir, el contenido de la introspección, sino el instrumento mismo, el acto de la introspección.

En efecto, la metarreflexión a la que se refiere Vermersch es el acto de reflexionar sobre el acto de la introspección, una introspección de la introspección. Esa metarreflexión es lo que no alcanzaron a realizar los psicólogos a inicios del siglo XX y por eso, según Vermersch, descartaron la introspección como método. Por eso hay que retomarla⁶².

La metarreflexión encuentra eco en lo que Bernard Lonergan propone como método trascendental. No se trata de afrontar temas específicos de la teología o de cualquier otra disciplina, sino de tomar conciencia de cómo en el quehacer teológico, como el de cualquier otra disciplina, se despliega de manera concreta y dinámica la atención, la inteligencia, la racionalidad y la responsabilidad humanas⁶³. La estructura dinámica de la consciencia humana no puede cambiar, pero hay que distinguir entre «el esquema normativo inmanente a nuestras operaciones intencionales y conscientes y, por otra parte, las objetivaciones de ese esquema en conceptos, proposiciones y palabras»⁶⁴.

Pues bien, todo parece indicar que el acto de la metaintrospección propuesto por Vermersch podría coincidir con una interpretación de la introspección según el método trascendental de Lonergan:

«La “introspección” puede entenderse no como la conciencia misma, sino como el proceso de objetivación de los contenidos de la conciencia. Así como partiendo de los datos de los sentidos podemos llegar a través del inquirir, de la intelección, de la reflexión, del juicio, a afirmaciones acerca de las cosas sensibles, así también a partir de los datos de consciencia podemos llegar, a través del inquirir, del entender, del reflexionar y del juzgar, a afirmaciones acerca de los sujetos conscientes y sus operaciones»⁶⁵.

⁶² Con sus palabras: «[...] to proceed in the direction of an introspection of the act of introspection, which had never been done before by psychologists practicing introspection». Vermersch, “Introspection as Practice”, 32.

⁶³ Cf. Bernard Lonergan. *Método en teología*. Salamanca: Sígueme, 2006, 30. Con las palabras de Lonergan: «No me interesan en primera instancia los temas tratados por los teólogos sino las operaciones que éstos realizan», 10.

⁶⁴ Ibid., 25.

⁶⁵ Ibid., 16.

La coincidencia reside en que Lonergan incluye en el proceso introspectivo no solo los contenidos, sino las «operaciones» mediante las cuales se realiza la introspección. Como Vermersch, distingue entre los contenidos y el *acto* de la introspección. Hay que recordar que las «operaciones»⁶⁶ son para Lonergan lo que permite que el sujeto sea consciente de un objeto, pues mediante ellas se tiende a él; por eso, la conciencia es intencional, porque tiende hacia algo. Pero también hay que considerar que el sujeto ejecuta conscientemente esas «operaciones». Por eso se puede afirmar que «así como por su intencionalidad las operaciones hacen presentes los objetos al sujeto, así por la conciencia hacen presente a sí mismo al sujeto que opera»⁶⁷.

La coincidencia no sorprende si se recuerda que Lonergan formula precisamente un *metamétodo*, por decirlo así, que ofrece el componente antropológico fundamental, común a todos los hombres y mujeres mientras realizan una actividad intelectual *humana*⁶⁸. Se trata de lo que se podría considerar también como una invariante antropológica.

Ese componente antropológico invariable es el que opera en el acto de la introspección porque «es un esquema de operaciones recurrentes y relacionadas entre sí que producen resultados acumulativos y progresivos». Por eso, Lonergan lo llama *método* y, en consecuencia, se podría afirmar que la introspección es un método en un doble sentido: en cuanto trascendental y en cuanto que produce información. Aquí resuena la distinción de Vermersch entre el acto de la introspección y su contenido, como la de Adams entre el acto de la introspección y su conceptualización. De este modo, se revaloriza la introspección como método de conocimiento no solo por los contenidos, sino por el acto mismo.

Ahora bien, el ejercicio de la teología no puede ser extraño a ese dinamismo de la conciencia, como la ha presentado Lonergan: «Los objetos de la teología no se hallan fuera del campo trascendental. Porque siendo este campo ilimitado, no hay absolutamente nada que pueda encontrarse fuera de él». Más adelante, en el mismo párrafo, añade: «En otras palabras el campo trascendental se define no por lo que el hombre conoce, ni por lo que puede conocer, sino por todo aquello acerca de lo cual puede

⁶⁶ «[...] ver, oír, tocar, oler, gustar, inquirir, imaginar, entender, concebir, formular, reflexionar, ordenar y ponderar la evidencia, juzgar, deliberar, evaluar, decidir, hablar, escribir». Ibid., 14.

⁶⁷ Ibid., 15.

⁶⁸ Cf. Ibid., 32.

preguntar»⁶⁹. Paradójicamente, «asignarle al método transcendental un papel en la teología, no es darle a ésta un nuevo instrumento, sino simplemente llamar la atención sobre un instrumento que se ha empleado siempre»⁷⁰.

Lo dicho es importante para un método de investigación en primera persona en el ámbito de la vivencia de la revelación cristiana porque da pie a pensar que la capacidad introspectiva se encuentra como una «invariante antropológica» que aplica su esquema cognitivo a la vivencia subjetiva de la relación con Dios y que por su mediación se produce la comunicación inmediata o mediata con Dios. Un papel importante en el proceso introspectivo es el de la intuición, pero no es posible desarrollar aquí los diferentes aspectos de su influencia en el proceso⁷¹.

3.7. PSICOLOGÍA Y EJERCICIOS ESPIRITUALES

Antes de concluir esta sección conviene recoger, brevemente, un tema que ha sido muy desarrollado por los especialistas: la relación entre *Ejercicios Espirituales* y psicología. Como es un tema amplio, la atención se centra en los dos congresos internacionales que se han realizado sobre el tema, el de Salamanca en 1989 y el de Loyola en el 2019⁷². En el primero no se encuentran referencias a los métodos en primera persona, puesto que, solamente, comienzan a plantearse al final de década siguiente. En

⁶⁹ Ibid., 30.

⁷⁰ Ibid., 30.

⁷¹ Baste solamente alguna referencia bibliográfica: Claire Petitmengin. *L'expérience intuitive*. Préface de Francisco J. Varela. Paris: L'Hartman, 2001. También de la misma autora: "The Intuitive Experience." En *The View from Within*, 43-77. Larisa Bardsley. "Creatively Exploring Self: Applying Organic Inquiry, a Transpersonal and Intuitive Methodology". *The Qualitative Report* 25, n.º 7 (2020): 1996-2010. Richard Brock. "Intuition and insight: two concepts that illuminate the tacit in science education". *Studies of Education* 51, n.º 2 (2015): 127-167. Simon M. McCrea. "Intuition, insight, and the right hemisphere: Emergence of higher sociocognitive functions". *Psychology Research and Behavior Management* 3 (2010): 1-39. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S7935>. Marta Sinclair, ed. *Handbook of Research Methods on Intuition*. Cheltenham (UK): Edward Elgar, 2014.

⁷² Cf. Carlos Alemany y José A. García-Monge (eds.). *Psicología y Ejercicios Ignacianos*. 2 vols. Bilbao: Mensajero, 1991. José García de Castro, María Prieto y Ana García-Mina, eds. *Psicología y Ejercicios Espirituales. Sentir y conocer las varias mociones [Ej 313]*. Madrid: Mensajero, 2021.

el congreso sucesivo, 30 años después, tampoco se encuentran referencias explícitas a la temática desarrollada en esta investigación. Sin embargo, el comentario final del volumen, sobre la relación entre psicología y espiritualidad, abre la posibilidad de un diálogo fructuoso para consolidar la relación entre ellas⁷³.

Esta investigación continua por ese camino al relacionar la introspección y la entrevista de explicitación con los exámenes ignacianos y el coloquio con el acompañante. Se ha añadido posteriormente el análisis del proceso decisional implicado en el discernimiento de los espíritus. No es este el lugar para profundizar en el tema, pero sí cabe afirmar la validez del intento desde el punto de vista creyente, pues, como afirma José García de Castro, se trata de «salir hacia la búsqueda de interpretaciones y formulaciones psicológicas de la persona humana sin temor a pensar que por ello su análisis pueda perder su consistencia espiritual, ni que por ello pueda estar reduciendo a Dios, de tal manera, a categorías humanas explicables, que pueda perder su condición de “trascendencia”»⁷⁴. Del mismo modo, es importante pedirle a la psicología y a las ciencias cognitivas a las que se ha hecho especial referencia en este trabajo, y con ellas a cualquier otra ciencia y disciplina: «salir hacia la búsqueda de interpretaciones y formulaciones religiosas de la persona humana sin temor a perder por ello rigor académico en su análisis, ni valor científico en su metodología»⁷⁵.

Así, por ejemplo, aceptar que en la constitución antropológica del ser humano existe una fuerte dimensión trascendente y religiosa⁷⁶, a partir de una interpretación antropológica y teológica de la noción ignaciana de la *moción*, no tiene por qué ir en detrimento de la ciencia y sus métodos. Más bien, es una invitación a una mayor apertura hacia la precomprensión de la persona, así como a su método de análisis para reconocer en la invariable humana de la trascendencia «la presencia y la acción de Dios - *ahí* actuando y trabajando a través de tal o cual “moción”, produciendo tales o cuales reacciones (emociones, deseos, impulsos, imaginaciones...) e inclinando, por tanto, la libertad hacia hacer (o no) esto o lo otro»⁷⁷.

⁷³ Ibid., 753-776.

⁷⁴ Ibid., 770.

⁷⁵ Ibid., 768.

⁷⁶ Rossano Zas Friz De Col. “Vida cristiana ignaciana”. *Ignaziana*, número especial (2019): 70.

⁷⁷ José García de Castro, “Psicología y espiritualidad. Intuiciones para un futuro compartido”, 766.

4. CONCLUSIÓN

Al final de este itinerario exploratorio y retomando el objetivo de la investigación que es considerar la plausibilidad de asumir la introspección y la entrevista de explicitación como métodos de investigación en primera persona para la reflexión teológica desde la práctica de los *Ejercicios Espirituales ignacianos*, se puede concluir que es plausible.

Lo es, en primer lugar, porque si la introspección se está desarrollando en el campo del estudio de la consciencia humana para estudiar su dimensión subjetiva, no se encuentra un inconveniente mayor, siguiendo a Lonergan, para hacerlo teológicamente utilizando la introspección y la entrevista de explicitación sobre la vivencia subjetiva transformativa de la revelación cristiana de Dios.

Es plausible, en segundo lugar, porque los dos elementos que validan la investigación subjetiva de la consciencia en las ciencias cognitivas, la introspección y la entrevista de explicitación, se dan también en la práctica de los ejercicios, como examen de la oración, examen de conciencia particular y general, y en la entrevista con el acompañante.

En tercer lugar, es plausible porque la introspección que se practica en los ejercicios se apoya en una práctica compartida en una comunidad de ejercitadores con una tradición centenaria de estudio e investigación (desde 1548, para ser precisos), que se apoya como referencia teórica en el texto ignaciano de los *Ejercicios*. Por tanto, en la práctica de estos, «lo» vivido subjetivamente tiene un referente objetivo, el texto, evitando las arbitrariedades propias de una subjetividad sin una orientación objetiva, además del norte que proporciona la teología en su ejercicio tradicional. Asimismo, el papel que juega la segunda persona en el coloquio como acompañante del ejercitante sirve de «validador eclesial» de los datos conceptualizados y verbalizados.

En cuarto lugar, el papel del análisis decisional es determinante para afirmar la plausibilidad de la propuesta del nuevo método, porque la introspección, para obtener contenidos de «lo» vivido y para analizar el mismo proceso introspectivo, como ha quedado establecido, lo hace sobre las operaciones propias del proceso decisional, que se presenta como la condición antropológica invariante para la trascendencia.

El método propuesto, en quinto lugar, ayuda al sujeto de la experiencia a una mayor toma de conciencia de «lo» vivido a través de la entrevista de explicitación, pero respetando la inefabilidad de «lo» vivido

cristianamente, no suprimiéndola. Cabe recordar que «lo» vivido sobrepasa «lo» expresado y que la revelación cristiana no desvela el misterio de Dios, solamente lo hace presente a través de la dinámica humana del proceso decisional.

En relación al punto anterior, y en sexto lugar, precisamente por esa dimensión de inefabilidad de la relación con Dios y del creyente consigo mismo, la investigación en tercera persona no tiene acceso a ese nivel de «lo» vivido. De aquí la importancia de incluir también la primera persona en el estudio de la transformación que se opera en la relación divino-humano de la revelación cristiana. De otro modo esa vivencia queda excluida y sería como aceptar la paradoja de que «lo» vivido solo es accesible desde fuera, en tercera persona, excluyendo lo que el sujeto de la vivencia pueda decir sobre ella en primera persona.

En conclusión, se ha dado un primer paso positivo al acertar la plausibilidad de utilizar la introspección y la entrevista de explicitación como instrumentos para el estudio de la vivencia subjetiva de la revelación cristiana desde la práctica de los ejercicios ignacianos, teniendo en cuenta el análisis decisional del discernimiento de los espíritus. Lo cual da pie a pensar en un segundo paso, que sería aplicar las mencionadas técnicas para probar su eficacia concreta en recabar datos para la reflexión académica de la teología.

REFERENCIAS

- AA.VV. *La teologia spirituale. Atti del Congresso Internazionale OCD. (Roma, 24-29 aprile 2000)*. Roma: Edizione del Teresianum - Edizione OCD, 2001.
- Adams, W. X. *Scientific Introspection. Tools to Reveal the Mind*. Arizona: Psi-Fi Books, 2020.
- Aleman, Carlos y José A. García-Monge, eds. *Psicología y Ejercicios Ignacianos*. 2 vols. Bilbao: Mensajero – Sal Terrae, 1991.
- Bardsley, Larisa. "Creatively Exploring Self: Applying Organic Inquiry, a Transpersonal and Intuitive Methodology". *The Qualitative Report* 25, n.º 7 (2020): 1996-2010. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2020.4025>
- Brock, Richard. "Intuition and insight: two concepts that illuminate the tacit in science education". *Studies of Education* 51, n.º 2 (2015): 127-16. <https://doi.org/10.1080/03057267.2015.1049843>

- Callaway, H. G. "The Meaning of Introspection: Introspection, Scientific Psychology and Neuroscience". Research Gate. 2023. <https://www.researchgate.net/publication/372159845>
- Cavazos-González, Gilberto y Rossano Zas Friz De Col, eds. *Evolving Methodologies in the Study of Spirituality*. Leuven: Peeters, 2023. <https://doi.org/10.2307/jj.12949125>
- Flanagan, Bernadette. "The Research Revolution. Emerging Discourses in Spirituality Studies." En *The Routledge Handbook of Research Methods in Spirituality and Contemplative Studies*, editado por Bernadette Flanagan y Kerri Clough, 5-10. Londres: Routledge, 2024. <https://doi.org/10.4324/9781003341598>
- Flanagan, Bernadette y Kerri Clough, eds. *The Routledge Handbook of Research Methods in Spirituality and Contemplative Studies*. London: Routledge, 2024. <https://doi.org/10.4324/9781003341598>
- Froese, Tom, Cassandra Gould y Adam Barrett. "Re-Viewing from Within. A Commentary on First- and Second-Person Methods in the Science of Consciousness". *Constructivist Foundations* 6, n.º 12 (2011): 254-269. <http://constructivist.info/6/2/254>
- García, Jesús Manuel. "La teología espiritual oggi. Verso una descrizione del suo statuto epistemologico". En *La teologia spirituale. Atti del Congresso Internazionale OCD. (Roma, 24-29 aprile 2000)*, 205-238. Roma: Edizione del Teresianum - Edizione OCD, 2001.
- García de Castro, José. "Psicología y espiritualidad. Intuiciones para un futuro compartido". En *Psicología y Ejercicios Espirituales. Sentir y conocer las varias mociones [Ej 313]*, editado por José García de Castro, María Prieto y Ana García-Mina, 753-776. Bilbao: Mensajero, 2021.
- García de Castro, José, María Prieto y Ana García-Mina (eds.). *Psicología y Ejercicios Espirituales. Sentir y conocer las varias mociones [Ej 313]*. Bilbao: Mensajero, 2021.
- Gendlin, Eugene. "What First and Third Person Processes Really Are". En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 332-362. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Genoud, Charles. "On the Cultivation of Presence in Buddhist Meditation." En *The View from Within. First-persons Approaches to the Study of Consciousness*, editado por Francisco J. Varela y Jonathan Shear, 117-128. Ohio: Imprint Academic Bowling Green, 1999.

- Hendricks, Marion. "Experiencing Level. An instance of developing a variable from a first-person process so it can be reliably measured and taught". En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 129-155. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Hurlburt, Russell T., Christopher L. Heavey y Arva Bensabeb. "Sensory Awareness". En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 231-251. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Juan de la Cruz. *Obras Completas*. 6.^a ed. Burgos: Monte Carmelo, 1998.
- Ignacio de Loyola. "Ejercicios espirituales". En *Obras*, 147-233. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos, 2014.
- Komjathy, Louis. *Introducing Contemplative Studies*. New Jersey: Willey, 2018. <https://doi.org/10.1002/9781119156734>
- Leclercq, Jean. *Esperienza spirituale e teologia: alla scuola dei monaci medievali*. Milano: Jaca Book, 1990.
- Loneragan, Bernard. *Método en teología*. Salamanca: Sígueme, 2006.
- Lumma, Anna-Lena y Ulrich Weger. "Looking from within: Comparing first-person approaches to studying experience". *Current Psychology* 42 (2023): 10437-10453. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02277-3>
- Mamić, Jakov. "Il metodo induttivo e deduttivo nella Teologia Spirituale". En *La teologia spirituale. Atti del Congresso Internazionale OCD. (Roma, 24-29 aprile 2000)*. Roma: Edizione del Teresianum - Edizione OCD, 2001, 623-638.
- Maurel, Maryse. "The Explicitation Interview. Examples and Applications." En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 58-89. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- McCrea, Simon M. "Intuition, insight, and the right hemisphere: Emergence of higher sociocognitive functions". *Psychology Research and Behavior Management* 3 (2010): 1-39. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S7935>
- Mouroux, Jean. *La esperienza cristiana. Introduzione a una teologia*. Brescia: Morcelliana, 1956.
- Northoff, Georg y Alexander Heinzl. "First-Person Neuroscience: A new methodological approach for linking mental and neuronal states". *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine* 1 (2006), 3. <https://doi.org/10.1186/1747-5341-1-3>

- Petitmengin, Clarie. *L'expérience intuitive*. Prefacio de Francisco J. Varela. Paris: L'Harttman, 2001.
- Petitmengin, Claire. "Rencontrer l'expérience subjective". En *Colloque en hommage à Francisco Varela*. CREA/LENA, 2003. <https://clairepetitmengin.fr/AArticles%20versions%20finales/francisco24juin.pdf>
- Petitmengin, Claire. "The Intuitive Experience." En *The View from Within. First-persons Approaches to the Study of Consciousness*, editado por Francisco J. Varela y Jonathan Shear, 43-77. Ohio: Imprint Academic Bowling Grenn, 1999.
- Petitmengin, Claire, ed. *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Petitmengin, Claire y M. Bitbol. "The Validity of First-Person Descriptions as Authenticity and Coherence." En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 364-404. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Philippot, Pierre y Zindel Segal. "Mindfulness Based Psychological Interventions". En *The View from Within. First-persons Approaches to the Study of Consciousness*, editado por Francisco J. Varela y Jonathan Shear, 285-306. Ohio: Imprint Academic Bowling Grenn, 1999.
- Ramm, Brentyn J. "First-Person Experiments: A Characterization and Defense". *Review of Philosophy and Psychology* 9 (2018): 449-467. <https://doi.org/10.1007/s13164-018-0388-1>
- Rigato, Joana, Scott M. Rennie y Zachary F. Mainen. "The overlooked ubiquity of first-person experience in the cognitive sciences". *Synthese* 198 (2021): 8005-8041. <https://doi.org/10.1007/s11229-019-02136-6>
- Sinclair, Marta, eds. *Handbook of Research Methods on Intuition*. Cheltenham (UK): Edward Elgaar, 2014. <https://doi.org/10.4337/9781782545996>
- Stern, Daniel N. "Pre-Reflexive Experience and its Passage to Reflexive Experience". En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 307-331. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Vallack, Jocene. "Soliloquy: a methodology for first-person research". *CORE* (2014). https://core.ac.uk/outputs/303768249/?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1
- Varela, Francisco J. y Jonathan Shear, eds. *The View from Within. First-persons Approaches to the Study of Consciousness*. Ohio: Imprint Academic Bowling Grenn, 1999.

- Vermersch, Pierre. "Introspection as Practice." En *The View from Within. First-persons Approaches to the Study of Consciousness*, editado por Francisco J. Varela y Jonathan Shear, 20-29. Ohio: Imprint Academic Bowling Grenn, 1999.
- Vermersch, Pierre. "Describing the Practice of Introspection". En *Ten Years of Viewing from Within. The Legacy of Francisco Varela*, editado por Claire Petitmengin y M. Bitbol, 20-57. Exeter: Imprint-academic.com, 2009.
- Vermersch, Pierre. *Descrivere il lavoro. Nuovi strumenti per la formazione e la ricerca: l'intervista di esplicitazione*. Roma: Carocci Faber, 2016.
- Zas Friz De Col, Rossano. "Vida cristiana ignaciana". *Ignaziana* número especial (2019): 1-6.
- Zas Friz De Col, Rossano. "La relación entre espiritualidad y teología desde la relación entre «lo» vivido y «lo» pensado". *Perspectiva Teológica* 53, n.º 2 (2021): 325-352. <https://doi.org/10.20911/21768757v53n2p325/2021>
- Zas Friz De Col, Rossano. "«... che tutte le mie decisioni siano puramente ordinate...» [cf. ES 46]. Vissuto cristiano-ignaziano e processo decisionale". *Ignaziana* 35, n.º 1 (2023): 19-51.
- Zas Friz De Col, Rossano. "Contemplación silenciosa y reflexión amorosa: un enfoque de la teología mística". *Perspectiva Teológica* 55, n.º 1 (2023): 93-118. <https://doi.org/10.20911/21768757v55n1p93/2023>
- Zas Friz De Col, Rossano. "'Lived Christian Experience' and the Relationship between Cataphatic and Apophatic Theology". Ponencia presentada en el simposio *Mysticism and Action*. St. Jonh's College, Oxford University, 19-21 March, 2024. No publicada.
- Zas Friz De Col, Rossano. "Mystical experience and Decision Making". *Religions* 16, n.º 3 (2025): 296. <https://doi.org/10.3390/rel16030296>