

45. Más observables, sin embargo, fueron las limosnas y los cambios de estilo de vida. Iparraguirre. *Práctica de los ejercicios*. 217ss.
46. Leo Bakker SJ. *Freien und Erfahrung redaktionsgeschichtliche Untersuchungen über die Unterscheidung der Geister bei Ignatius von Loyola*. Würzburg: Echter-Verlag, 1970. traducción castellana en *Libertad y experiencia. Historia de la redacción de las Reglas de discreción de espíritus en Ignacio de Loyola*. Fausto Palacios SJ (trad.). Bilbao-Santander: Mensajero Sal Terrae, 1995.
47. Maurice Giuliani SJ. "L'her et l'aupourd'hui dans la demarche de l'élection." *Cahiers de spiritualité ignacienne* 7, no. 27 (1983), 185.
48. Maurice Giuliani SJ. *L'esperienza degli Esercizi Spirituali nella vita quotidiana*. Roma: ADP, 1999. 181-201, 184.
49. Iparraguirre proporciona algunos ejemplos muy interesantes en: *Práctica de los Ejercicios*, 229-235.
50. Arzubialde, "La limosna reforma de la propia vida y estado", 3-49.
51. En relación con el Principio y Fundamento, autores como Alfredo Sampayo Costa SJ, a quien agradezco sus acertados comentarios para este artículo, subraya que la Reforma no debe abordarse automáticamente, sino desde la disposición ignaciana de la indiferencia (intención simple, ordenada), cfr. su *Los tiempos de elección en los directorios de Ejercicios*, María Rosa Carbonell de la Fuente (trad.). Bilbao y Santander: Mensajero y Sal Terrae, 2004, 68-71.
52. Ib., 12.
53. Ib., 11.
54. Joseph de Guibert SJ. "L'Élection dans les exercices spirituels," en *Les grandes directrices de la retraite fermée*. Albert Valensin SJ (ed.). Paris: Spes, 1930, 174-175.
55. José Calveras SJ. *Qué fruto se ha de sacar de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio. Texto para cursillos de Ejercicios*. Barcelona: Librería Religiosa, 1941.
56. CG 31, d. 4, §2.

## REFORMA DE VIDA: PROBLEMATICA PSICOSOCIAL

### Introducción

Es un hecho constatable que la "Reforma de Vida" goza hoy de poca credibilidad entre los acompañantes de Ejercicios Espirituales. Existe un sentimiento generalizado de que, la mayor parte de las veces, con ella tan sólo se logra inducir una serie de expectativas ilusorias, que rápidamente se ven frustradas por la realidad de la vida, con todo lo que ésta comporta de limitación, de múltiples condicionamientos y de hábitos firmemente adquiridos y arraigados. Al final – es el sentimiento de muchos – todo acaba como siempre, es decir, prácticamente igual que antes de que se iniciara el proceso de Ejercicios, que con tantas expectativas de cambio de vida se pudieron entrever.

Por otra parte, este sentimiento no implica que esos mismos acompañantes pongan en duda la aportación fundamental que la experiencia Ejercicios pueda suponer en la vida de las personas. Más bien, se acaba pensando que la "eficacia" de los Ejercicios Espirituales habría que plantearla en términos diferentes de los que se suelen entender bajo los de "Reforma de Vida". De ahí, que se considere preferible dejar de lado un intento de reforma, entendido como propósito de cambio preciso y observable en la vida del ejercitante.

Y sin embargo, no podemos olvidar que la "Reforma de Vida" constituye una pieza central dentro del "modo y orden" que Ignacio propone en el proceso de Ejercicios Espirituales, cuando ellos no están dirigidos por un

objetivo de elección. Situación que, por otro lado, es la que tiene lugar la mayor parte de las veces en las personas que inician el proceso. El reordenamiento de la vida, el cambio en la disposición de la propia existencia, constituye un elemento esencial que tendría que seguirse de la comunicación íntima, profunda que ha de tener lugar en el encuentro entre *criatura con la criatura* [EE 15]. De otra manera, la experiencia de Ejercicios podría quedar en una vivencia de corte meramente imaginario, de pura emocionalidad más o menos superficial, o de una manifiesta estentidad espiritual. La cuestión, pues, no se resuelve por la eliminación de esa pieza central en el "modo y orden" que hay que seguir, sino más bien por una profundización y correcto entendimiento de lo que la "Reforma de Vida" supone en la mentalidad de Ignacio, así como por una mejor percepción de las dificultades y posibilidades que hoy pueden darse, derivadas de la mentalidad y régimen de vida en el que nos desenvolvemos. A estas cuestiones dedicaremos la reflexión de las páginas siguientes.

#### La tentación maximalista

Para una comprensión ajustada del sentido de la "Reforma de Vida" es preciso considerar de antemano la actitud completamente exenta de maximalismo que preside la propuesta ignaciana de los Ejercicios. Su sentido de la realidad, su profunda percepción del ser humano, así como de sus múltiples condicionamientos, le alejan claramente de una posición idealista y maximalista a la hora de entrever los objetivos del proceso. Sabe que no toda situación personal puede acceder, sin más, a determinadas metas. Pero resulta evidente también que esa conciencia lúcida de las limitaciones no le mueve tampoco a renunciar a lo que cada cual, según sus disposiciones, circunstancias y motivaciones particulares pueda llegar a lograr. Se trataría de que cada cuál, dependiendo de su dinámica personal específica y del momento de la vida en que se encuentre, impulse un cambio y se abra a una transformación, en la dirección que señala el "Principio y Fundamento". Nada más, y nada menos tampoco. Es importante retener esta idea a la hora de analizar la propuesta de "Reforma de Vida".

Ya en la anotación decimotercera Ignacio tiene en cuenta *la disposición de las personas que quiere tomar ejercicios espirituales*, según sus circunstancias particulares de edad, letras o ingenio. Según esa disposición y circunstancias

ha de llevarse a cabo una "aplicación" diferente. Pero además, es necesario contar también con el factor voluntad, como otro elemento indispensable a tener en cuenta a la hora de entrever un proceso de Ejercicios encaminados a la elección: *según que se quisieren disponer*... nos dice Ignacio más adelante en la misma anotación. Hay, pues, un respeto fundamental a la libertad y voluntad de lo que el sujeto quiere.

No todo sujeto, en efecto, está dispuesto, desde sus particulares circunstancias y deseo, a implicarse del mismo modo en la dinámica de los Ejercicios. No todos tienen el mismo ritmo ni el mismo grado de motivación para el cambio. Razón por la cual, Ignacio piensa en diferentes modalidades de experiencias, adaptadas cada una de ellas a esas disposiciones de cada cual.

De ahí, que en esa misma anotación plantease ya una modalidad de Ejercicios que no tienen que centrarse necesariamente en la "Elección", sino que se limitan simplemente a una "Reforma de Vida". Es más, una reforma que puede no ser de mucho calado o amplitud. Es cuestión, nos dice Ignacio, de que el que da los Ejercicios vea *el sujeto o capacidad natural* o fruto que se pueda esperar. En principio no se excluye a nadie (aunque - es necesario insistir - no se cae en el idealismo ingenuo de pensar que todos pueden lo mismo). Es cuestión de adaptarse a cada uno, según *el sujeto o capacidad natural* [EE 18] que hubiese en él.

Ese factor determinante de la voluntad, se deja ver también en el texto central dedicado a la "Reforma de Vida": *donde no tienen lugar o miry propia voluntad para hacer elección*... Es decir, que la "Reforma de Vida" no solo es entrevista para aquellas personas que ya realizaron elección (*pretatura o matrimonio*), sino también de cara a aquellos que, por las razones que fueren, no se encuentran suficientemente motivados para acometer un replanteamiento de sus vidas de manera tan radical como puede ser la de la elección. Si hiciéramos un paralelo con lo que acontece en el contexto de una propuesta psicoterapéutica, habría que señalar que tampoco todo sujeto está dispuesto a un cuestionamiento y a una revisión global de su

*una experiencia auténtica de Ejercicios debe conducir necesariamente a esa íntima articulación de lo místico y lo profético*

dinámica personal, sino que, en muchas ocasiones, lo único que se pretende es la modificación de un sector de su vida que, por las razones que sea, le crea problema. Y en esos casos, habría que tener suficiente claridad para entender que puede ser más profunda la transformación interna del sujeto mediante el empleo de una psicoterapia "breve" o "focal", limitada al análisis y transformación de determinados aspectos de su conducta, que mediante el recurso a un psicoanálisis clásico y prolongado, para un sujeto que, sea por falta de motivación o por la limitación de sus determinadas circunstancias, no se iba a beneficiar de él.

Pero existe todavía algo importante, esencial, a plantear como objetivo de los Ejercicios, sea cual sea la modalidad de ellos que se acometa. Algo más importante, sin duda, que el contenido concreto y particular que se pueda dar a una "Reforma de Vida". Porque, en efecto, una meta esencial de cualquier proceso de Ejercicios tiene que venir dada por el objetivo de lo que Ignacio formula con los términos de "disponer" y "preparar" [EE 1]

#### Preparar y disponer el ánimo

Efectivamente, no podemos perder de vista que el objetivo primordial de los Ejercicios Espirituales se sitúa en el *preparar* y *disponer* para una reordenación de la afectividad que posibilite *buscar* y *hallar la voluntad divina* [EE 1]. Así, pues, si los Ejercicios cumplen esa finalidad de bien *preparar* y *disponer* para la "Elección" o "Reforma de Vida", aunque esta no se lleve a cabo siquiera dentro del mismo proceso de Ejercicios, tendríamos que pensar que el objetivo de los mismos está sobradamente cumplido.

Muchas veces, la fantasía (tan frecuente también y tan obligadamente analizable en un proceso de psicoanálisis) de que es posible lograr un cambio que quede, de una vez y por todas, determinado, concluido y garantizado, responde tan sólo a una peligrosa pretensión de seguridad, muy lejana, por lo demás, a lo que tenemos que entender por "conversión". Nunca están los procesos terminados, ni zanjados los factores que continuamente ponen en peligro la indiferencia. De ahí, el sentido de la propuesta ignaciana de una "Reforma de Vida" que habría que aplicarse a lo que pudo ser una elección anterior y que más tarde, en esa otra inevitable elección que se va realizando cada día, se pudo ir viciando y alejando de su propósito inicial.

"Disponer" el ánimo de otro modo es, por ello, el propósito fundamental que habría que entrever en el proceso. Es lo más importante. Porque, generalmente, no se producen cambios radicales en la vida de las personas. Y habría que añadir que, en muchas ocasiones, ni hacen falta siquiera. Ese deseo de cambio, de "reforma", puede muy bien ser la expresión de un pensamiento mágico, de corte maniaco, omnipotente, de transformación de la vida en otra cosa que, realmente, no sería ya la vida de ese sujeto.

Todo ello nos hace pensar que si un proceso de Ejercicios Espirituales termina con una profunda incorporación del método, es decir, dando lugar a que el sujeto adopte en su vida una arraigada actitud de discernimiento permanente, de escucha de los pensamientos que le "vienen de fuera" [EE 32], de sospecha sobre la propia realidad personal para captar los caminos por los que se deteriora la indiferencia... Todo ello podría llegar a considerarse como la mejor "Reforma de Vida" que pudiera darse. Algo, por tanto, que no se ha de expresar siempre ni necesariamente en una "modificación de conducta" visible, en una "reforma de comportamientos", sino más bien en una "reforma de actitudes" profundas para consigo mismo delante de Dios.

Porque tampoco deberíamos olvidar que concebir los Ejercicios Espirituales como un medio de lograr una modificación de comportamientos, fácilmente conduce a interpretarlos en una clave hiper-moralizante y voluntarística que, con demasiada frecuencia, ha desvirtuado cometido más original: favorecer una experiencia mística de encuentro con Dios, para que "disonga" la vida de otra manera. Una disposición - insistentes - que no ha de expresarse siempre y necesariamente en la modificación de unos comportamientos observables sino en la transformación de las estructuras de base desde las que todo comportamiento es dependiente.<sup>7</sup>

"Reformar la Vida" la vida se puede entender, por tanto, como un poner en marcha mecanismos de transformación progresiva, un introducir nuevos elementos, recursos que contribuyan al cambio, a la reforma de la dinámica interna y de sus opciones fundamentales. Se trataría, por referirnos de nuevo a la comparación con una psicoterapia, de poner en marcha un motor que no ha de detenerse, como tampoco se detiene tras la última sesión habida con el psicoterapeuta, sino que se mantiene encendido, dinamizando en adelante la relación con uno mismo y con la realidad circundante. El sujeto, tras una

terapia de corte psicodinámico, aprende a leer su propia realidad interior: de otro modo, se sensibiliza para captar los movimientos internos y comprende mejor sus motivaciones latentes.

Algo semejante debería ocurrir, sin duda, tras un proceso de Ejercicios en el que el sujeto se *prepara y dispone para quitar de sí todas las afecciones desordenadas* [EE 1]. El proceso debe dar lugar a un adiestramiento para estimular la escucha de la propia realidad interior, las voces y pensamientos que desde dentro de su propia realidad personal *vienen de fuera* de lo que es su *mera libertad y querer* [EE 32]. De ese modo se hará posible favorecer la alianza con las voces del "buen espíritu", adiestrándose al mismo tiempo para eludir las trampas que, desde ese propio interior, proceden del mal espíritu, del *enemigo de natura humana* [EE 7]. Se trata, en definitiva, de introducir una dinámica nueva, de la que irán derivando progresivamente cambios conductuales, entendidos como una ordenación del mundo afectivo, para que *después* (tampoco deberíamos olvidar el "orden" temporal que Ignacio introduce en su propuesta) se haga posible *buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida* [EE 1].

#### Mística y compromiso

La insistencia en que la cuestión de fondo que plantean los Ejercicios es la de *preparar y disponer el ánima*, más allá de la búsqueda ansiosa de unos cambios conductuales, no debe, sin embargo, confundirse con un tipo de propuesta espiritual que se limitara a favorecer una movilización del mundo interno en orden a provocar una experiencia religiosa de mayor o menor intensidad. Todo el proceso mira a una transformación del sujeto que tiene su inmediata repercusión en la "disposición" de su vida: *hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánima...* [EE 1].

Sin esta necesaria incidencia que ha de tener el proceso *en la disposición de la vida*, sabe Ignacio que todo el proceso de los Ejercicios podría quedar reducido a una experiencia puramente imaginaria. Es decir, a la creación de un mundo afectivo que tan sólo busca huir del enfrentamiento con la realidad, o, dicho de otra manera, reducido a un mundo fantasmático apartado de lo real, de lo intersubjetivo y, por tanto, no relativizado por el enfrentamiento con ningún tipo de límite. Son muchas las experiencias religiosas que, desgraciadamente, acaban tan sólo en eso; pues pocos campos

como el de la religiosidad resultan tan propicios para ese modo patológico e infantilizante de *fuga mundi*.

De ahí, que resulte fundamental no olvidar el modo en el que toda la espiritualidad ignaciana persigue esa necesaria conjunción de las dos vertientes básicas de toda experiencia religiosa: la de la mística y la del compromiso, la de lo contemplativo y lo activo: *abrazo y disposición* [EE 15], *amor y servicio* [EE 233], *amor y seguimiento* [EE 104] o *contemplativo en la acción*, como se dirá del jesuita, son expresiones significativas que muestran esa obligada articulación de las dos dimensiones básicas de la experiencia de fe, la mística y la profética, en las que la psicología de la religión supo ver la expresión de las vertientes maternas y paternas de toda religiosidad<sup>1</sup>.

Una experiencia auténtica de Ejercicios debe conducir necesariamente a esa íntima articulación de lo místico y lo profético. Porque si bien, los Ejercicios Espirituales, en ellos mismos, deben constituir una experiencia mística de encuentro amoroso con Dios, esa experiencia ha de terminar en el descubrimiento del modo por el que ese amor a Dios ha de expresarse en la vida concreta del sujeto. La comunicación, el abrazo entre Dios y la criatura, desencadena una nueva conformación de la identidad del sujeto y, desde ella, un nuevo modo de situarse en la vida, de sentir, de pensar y de organizar la relación con los otros. Tanto la "Elección" como la "Reforma de vida" constituyen objetivos centrales en los que ha de plasmarse esa necesaria traducción de la experiencia religiosa en experiencia de vida.

#### Factores condicionantes de la "Reforma de Vida"

Sin duda, el éxito de una auténtica "Reforma de Vida", sea cual sea modo en el que se entienda, depende de una serie de factores que Ignacio tiene muy presente en el *modo y orden* [EE 2] que nos propone.

En primer lugar, resulta evidente que la transformación que se pueda operar en un sujeto que acomete el proceso de Ejercicios Espirituales va a depender de un modo muy esencial del grado de motivación que tiene para ello. No hay más que recordar la anotación quinta. En ella se establece el *ánimo y libertad* como condiciones necesarias para *entrar en ellos* [EE 5]. Es un requisito indispensable la disposición generosa y abierta que el sujeto ha de tener, de entrada, para emprender el proceso. Y parece claro que en

muchas ocasiones se desatiende este presupuesto ignaciano y se admiten en Ejercicios a personas que, por las razones que sean, no están en esa disposición de apertura generosa y valiente.<sup>1</sup>

Como también habría que investigar la autenticidad de la motivación para hacer Ejercicios. En muchos casos (así ocurre también en psicoterapia), el sujeto está falsamente motivado. Son muchas las situaciones en las que el ser humano no sabe auténticamente lo que quiere y muy fácilmente se equivoca en la lectura de su deseo. A la hora de entrever la posibilidad de unos Ejercicios, también cabe ese tipo de equivocación. No es un cambio de vida, una reorientación cristiana de la existencia lo que, en realidad, se pretende; sino otra cosa que, sin mala fe, se esconde. Puede ser, por ejemplo, el agrandar a tal persona o grupo de personas que en esos momentos de la vida se constituyen como referencias importantes. A veces, habrá que ver también si el sujeto se engaña, pensando que los Ejercicios le van a suponer la solución de un conflicto (psíquico, por ejemplo) que los Ejercicios no pueden ni deben intentar solucionar. Habría, pues, que mostrar cautela a la hora de considerar el sentido y origen de la motivación de un sujeto para emprender un proceso de tales implicaciones personales como son los Ejercicios.

Es evidente que del grado y modo de motivación existente va a depender esa necesaria tarea de *quitar de sí todas las afectaciones desordenadas*, que es condición previa y *sine qua non* para *hallar la voluntad divina en la disposición de su vida* [EE 1].

Efectivamente, el proceso de Ejercicios supone un trabajo nada fácil de reelaboración del mundo afectivo, sin el cual no es posible llegar a un estado de *indiferencia*, completamente necesaria para elegir o reformar la propia vida. Esa "Reforma de Vida", en efecto, tal como la plantea Ignacio en el texto, posee una referencia clara y directa con el "Principio y Fundamento". Los términos que utiliza Ignacio en el texto no dejan lugar a dudas:<sup>5</sup> *poniendo su creación, vida y estado para gloria y alabanza de Dios nuestro Señor y salvación de su propia ánima... no queriendo ni buscando otra cosa alguna sino en todo y por todo mayor alabanza y gloria de Dios nuestro Señor* [EE 189].

Se supone pues, todo un trabajo previo de ordenación de la afectividad, de eliminación de las "afecciones desordenadas" que se ha tenido que ir llevando a cabo a lo largo de toda la primera semana y que se tiene que ir

estableciendo y confundándose a lo largo de todas las demás. Esa transformación del mundo afectivo posee un calado muy hondo y, para ello, articula Ignacio toda una serie de hábiles técnicas y recursos en los que ahora no vamos a detenernos. Pero, finalmente, si ese trabajo no ha llegado a ser suficientemente transformador de la sensibilidad más honda del ejercitante, en vano se pretenderá una "Reforma de Vida" efectiva y duradera. Cuando la afectividad no respalda el propósito, cuando el dinamismo interno del deseo no armoniza con la idea o con la voluntad, de nada servirá el proyecto de "Reforma de Vida". Si el deseo no precede a la elección o reforma (*deseando y eligiendo* [EE 23] que nos indica Ignacio en ese orden sabio y preciso del "Principio y Fundamento") poca consistencia tendrá una o la otra.<sup>6</sup>

Difícilmente se va a reformar una vida si los lugares y objetos en los que sus afectos estaban fijados mediante poderosos y bien establecidos vínculos no se han removido ni se le ha procurado libertad suficiente para investir ese nuevo objeto de amor que es la voluntad de Dios, encontrada en un amor apasionado por la figura de Jesús. Esos afectos determinarán el proceso subsiguiente a los Ejercicios y, dependiendo de la dirección que posean, van a favorecer o a entorpecer de modo decisivo la transformación de la propia dinámica personal y las reformas concretas que se pretendan llevar a cabo.

El proceso de Ejercicios, en efecto, a lo largo de la "Primera Semana", persigue el objetivo central de llegar a un "aborrescimiento" de las actitudes y conductas pasadas y va abriendo un nuevo horizonte de amor, personificado en la persona de Jesús que llama e invita a un seguimiento. El grado de viabilidad que tendrá la "Reforma de Vida" dependerá entonces del grado en el que, a través, de la contemplación y el diálogo con el Señor Jesús, el ejercitante se haya ido impregnando, modificando su Yo profundo, en una

*la "Reforma de Vida"; pues, cualquiera que sea la modalidad que adopte o los contenidos particulares sobre los que recaiga, tendrá siempre que imprimir en el ejercitante un cambio*

identificación con los modos de sentir, pensar, valorar de ese Jesús al que contempla (*quien quisiera venir conmigo ha ser contento de comer como yo, y así de beber y vestir, etc.* [EE93]).

No hay "Reforma de Vida" sin una suficiente experiencia mística detrás que haya logrado la reforma de la interioridad, del mundo de los afectos más profundos. Porque si esos afectos no están a favor del cambio que idealmente se persigue, la reforma quedará en unos comportamientos nuevos, más o menos artificiosos, que se irán progresivamente derrumbando, para dejar paso a aquellos otros, que si permanecen dinamizados por esa afectividad de fondo que no se logró transformar a lo largo del proceso.

Pero cabe todavía señalar, por último, otro elemento importante a tener en cuenta a la hora de plantear la eficacia y autenticidad de la "Reforma de Vida". Concreteme a la necesidad de que dicha reforma y replanteamiento de vida responda solo y exclusivamente a la libertad y propio querer del ejercitante.

Es un dato relevante de la espiritualidad ignaciana el convencimiento de que Dios actúa directa e intuntamente en lo más profundo del ser humano y que es tan sólo en esa singularidad del propio deseo donde será posible percibir esa acción de Dios. De ahí, que de cara a plantear la "Reforma de Vida", haya que considerar indispensable que ella brote desde esa intimidad y singularidad, evitando toda presión del que da "modo y orden" (seguiremos todavía hablando de "director"?) o de cualquier otro tipo de presión ambiental. Porque si es así, el cambio, la pretendida reforma, será tan sólo expresión de una "seducción" más o menos manifiesta, de una manipulación, que se desvelará más tarde o más temprano y que desencadenará no sólo el derrumbe de todo lo que se pretendió construir con la reforma, sino que también podrá conllevar un efecto destructivo, de alejamiento y rechazo de toda otra posible experiencia espiritual. Toda la compleja problemática psicoanalítica de la transferencia y contratransferencia tendría que ser recordada a este propósito, para caer en la cuenta de hasta qué punto una "Reforma de Vida" puede llegar a estar realizada no tanto en función del deseo de Dios, sino en función de un acompañante, revestido del papel paterno de "director", al que el ejercitante se ha sometido bajo el efecto de una sutil seducción.

Dos peligros: de cambio ilusorio al derrotismo ético

Desde el inicio de este trabajo hemos destacado el peligro de que la "Reforma de Vida" responda a un deseo ilusorio de cambio que no mide ni tiene en cuenta las condiciones reales de posibilidad para que ese cambio pueda tener lugar. Es uno de los factores que contribuyen – según veíamos – al descrédito de esta propuesta ignaciana. Ahora es momento de insistir en ello desde otra perspectiva diferente, al tiempo que lo contrastamos con otro riesgo más específico de nuestros días: el del fatalismo o actitud de derrotismo ético con el que se puede encontrar la persona que tiene la experiencia de Ejercicios.

En cuanto a la primera problemática, podríamos partir de una comparación con lo que ocurre en el campo de la psicoterapia. Quien se mueva en esos ámbitos sabe bien de la dificultad que implica toda "reforma de vida" (entendida ahora en su sentido meramente psicológico), como cambio que posibilite una relación más armónica con la propia realidad y una mejor adaptación a las circunstancias vitales en las que se desenvuelve el sujeto. En un trabajo de psicoterapia se atiende y se analizan detenidamente todos los condicionamientos y obstáculos que existen y que originan el "desorden" que se trata de remediar. El análisis del pasado, que se impone sobre un presente difícil, es observado con detenimiento, dando lugar, a veces, a esa dolorosa herida narcisista de saberse condicionado, esculpido de mil maneras por la propia historia, con cinceladas que dificultan de un modo importante o que llegan, incluso, en ocasiones, a hacer totalmente imposible el cambio y la transformación a la que, en principio, se aspiraba y con la que se soñó. A veces, no queda sino hacer el duelo, dando por perdidas definitivamente aquellas ideas de transformación que nunca se verán hechas realidad. Porque, además, sólo así, tras la realización de ese duelo, se hará posible un cambio real en el modo de manejarse frente a las circunstancias vitales de cada uno. En cualquier caso, estamos siempre en un trabajo arduo, que tiene que enfrentar enormes defensas y resistencias y que, por ello, tan sólo en un tiempo variable, pero siempre prolongado e intenso, hace posible un grado satisfactorio de transformación y cambio. De "reforma de vida".

En Ejercicios Espirituales, no se analizan esos condicionamientos biográficos que han fijado la conducta en unos determinados parámetros. Ni es cuestión, por otra parte, de llevar a cabo ese análisis. No le corresponde

a los objetivos ni, por tanto, al método que en ellos se plantea. Pero, sin duda, que, como acontece en todo intento de transformación de actitudes y conductas arraigadas, va a encontrar fijaciones, resistencias y obstáculos de importancia. De ellas Ignacio tenía una clara conciencia, como se deja ver por muchos de los recursos que propone utilizar (adiciones, movilización de los sentimientos de culpa, activación de afectos ligados a nuevas representaciones, etc...) para desactivarlos y así poder alcanzar el difícil objetivo de *preparar y disponer el ánima, para quitar de sí todas las afectaciones desordenadas*. La propuesta - si se mira desde una perspectiva psicodinámica - no deja de ser ambiciosa y no exenta de complicaciones y dificultades. Y parece que no siempre los seguidores de Ignacio tuvieron conciencia de la dificultad de llevarla a cabo con la misma perspicacia y lucidez que su inspirador. Sobre todo cuando en procesos de ocho días y de forma grupal se pretende un objetivo de tan hondo calado.

Esos intentos - al menos desde una perspectiva psicodinámica - no pueden dejar de aparecer como expresión de unas ingenuas ilusiones, favorecidas probablemente por una falsa inteligencia de la acción de Dios, a la que se le atribuye cierto carácter mágico. Es evidente, que desde el punto de vista de la fe, no se puede negar una acción transformadora de Dios en un minuto o en cualquier tipo de experiencia, sea de Ejercicios o de cualquier otro tipo. Pero esperar que acontezca tal acción del Espíritu de modo cuasi milagroso, como sería dejando al margen o negando incluso lo que es la historia personal con todas sus limitaciones inherentes, resulta, cuando menos, ilusorio. Porque sabemos bien que tan sólo en el contexto de esa historia, en la realidad de un presente limitado por el pasado, encontrará la Gracia un terreno propicio en el que sembrar la semilla del cambio y la transformación personal.

A la hora de reflexionar sobre la "Reforma de Vida" habría que tener también en consideración el análisis llevado a cabo por algunos estudiosos sobre lo que se denominan "segundas conversiones" (cuya equivalencia con la propuesta ignaciana de la "Reforma de Vida" puede ser muy grande). Estos análisis nos hacen ver que, en la vida cotidiana de los "reconvertidos", raramente se deja ver un cambio radical de su vida anterior. Para la mayor parte, sus vidas cotidianas prosiguen como antes. Lo que cambia es la forma de darse cuenta a uno mismo de lo que se vive, el nuevo rostro que se

percibe en el espejo espiritual, es la manera en la que se interpreta lo que se hace, el modo en el que se re-configura y se mira la existencia.

Pero es evidente que si el peligro de concebir la "Reforma de Vida" como una falsa ilusión de cambio puede desvirtuar el sentido de la propuesta ignaciana, también podemos venir a otro extremo igualmente peligroso: el de una arraigada actitud de fatalismo y derrotismo ético. Es decir, al establecimiento de un sentimiento de impotencia total que, en ocasiones, podría sobrevenir debido a las repetidas frustraciones experimentadas tras las falsas ilusiones de transformación y cambio. Los años, además, pueden contribuir también a ir dejando paso a un escepticismo sobre las posibilidades de transformación personal, a un establecimiento progresivo de dinámicas de segundo binario, que ni siquiera se llegan a reconocer como tal.

Nos encontramos así en una dinámica personal en la que ya parece que no hubiese mucho que hacer y no cupiese ya, por tanto, sino una actitud de resignación y conformismo con lo que la propia realidad ha ido llegando a ser. Las repetidas experiencias de derrumbe en los intentos de reconducir la propia vida (el fracaso en el "cumplimiento" de los propósitos del año anterior, por ejemplo), así como el cansancio con falsa apariencia de "realismo" que los años tienden a ir creando, puede desembocar muy fácilmente en esa especie de derrotismo ético que da ya por perdida, de antemano, cualquier lucha en pro de una reforma de la propia vida.

La conciencia que hemos llegado a adquirir en nuestros días de los condicionamientos múltiples que juegan en nuestra conducta, el sentimiento de que el margen de libertad del que disponemos es mucho menor de lo que habríamos podido llegar a creer, todo ello contribuye también con facilidad a una actitud de derrotismo y de impotencia que evita, ya de antemano, todo esfuerzo por la modificación de la propia dinámica personal. No cabe duda de que este influjo de las ciencias humanas, sobre todo de la psicología profunda y de la sociología, nos han podido volver bastante escépticos sobre las posibilidades de cambio y transformación en nuestra vida. La conciencia de libertad personal se encuentra muy resentida y debilitada desde el conocimiento que hemos ido adquiriendo de los mecanismos que determinan nuestra conducta, mecanismos que tantas veces, además, juegan de modo inconsciente. Y así tenemos, que el esquema mental determinista que deriva de este fuerte impacto recibido desde las ciencias humanas, impregna

nuestra sensibilidad en muy buena medida y conduce fácilmente a la creencia de que el esfuerzo por modificar la propia realidad personal está llamado al fracaso o que responde tan sólo a una ingenuidad fruto de la ignorancia. Los campos de la espiritualidad tampoco son ajenos a esta mentalidad ni se ven inmunes frente a estas creencias que flotan en el aire de nuestras sociedades occidentales.

#### Dificultades específicas de hoy

Efectivamente, cada época y cada cultura prestan unas posibilidades y plantean unas dificultades diferentes a los propósitos de la espiritualidad. Y, sin duda, la "Reforma de Vida" se puede ver también determinada por modos específicos de plantearse según nos afecten los diversos esquemas mentales, creencias, mitos y mensajes en los que nos desenvolvemos. De todos los que, en nuestra cultura postmoderna pueden condicionarnos en la propuesta ignaciana de "Reforma de Vida", probablemente no exista otro que pueda afectarnos de modo más perjudicial que el que tiene que ver con esa exaltación del narcisismo que caracteriza de modo tan esencial a las sociedades occidentales postmodernas.

Uno de los rasgos, en efecto, que caracterizan la mentalidad postmoderna es, como sabemos, el de la dificultad para asumir o comprometerse con ideales colectivos de transformación social. Han pasado los tiempos – se nos dice – de las "Grandes Palabras". El clima que respiramos es el de un desencanto generalizado frente a lo que fueron las grandes promesas de tiempos pasados, como fueron los de la razón, el progreso, la revolución, o, incluso, la democracia. Todo ello conlleva una gran dificultad para experimentar compromisos, para sensibilizarse ante las realidades colectivas, e incluso, para el establecimiento de vínculos y relaciones sólidas. Porque el valor supremo ya no es lo que nos supera, sino lo que encontramos en nosotros mismos. Es la glorificación de la individualidad y la exaltación del narcisismo. Sobre ello no parece necesario insistir. Son muchos los estudios que han incidido y profundizado sobre este estado de cosas.<sup>38</sup>

Pero será necesario para nuestro propósito determinar de qué manera esta onda cultural afecta y condiciona la propuesta ignaciana de la "Reforma de Vida". Porque, resulta evidente que esta dinámica individualista y esta

exaltación de lo íntimo, lo personal y singular impregna también, y a veces de modo importante, la concepción y la vivencia de la vida espiritual. No tendríamos más que recordar para caer en la cuenta de hasta qué punto esto es así, el papel que en muchos ámbitos de la espiritualidad está ocupando la problemática de la autoestima, el crecimiento personal, la búsqueda interior, etc., con una consiguiente, evidente y preocupante psicologización de la vida espiritual.

Cuando la dimensión narcisista se alza como prevalente en la dinámica personal de un sujeto (y no olvidemos que esto puede acaecer con una escasa conciencia de ello) una "Reforma de Vida" va a encontrar serias dificultades. Esenciales, habría que decir, si tenemos en cuenta el objetivo nuclear de la misma que nos explicita Ignacio: *salir del propio amor: querer e interés* [EE 189].

El narcisismo es, exactamente, el propio amor. El sujeto, incluso cuando aparentemente viva volcado en una acción altruista hacia los demás, vive, en realidad, en una relación consigo mismo que absorbe lo más decisivo de su energía afectiva y es en función de ese amor de sí como se desenvuelve en la vida. Incluso cuando – como ya hemos dicho – viva volcado en una acción en favor de los otros. *Nadie ama más que la persona histérica*, se ha podido decir, no sin falta de razón. Porque en casos como los de la dinámica histérica (marcada como todo conflicto neurótico por la dificultad para liberarse del narcisismo) el amor a los demás funciona tan sólo como una mera disculpa para disfrutar de la experiencia de amar, para gozar de su intensa emocionalidad, del placer de contemplarse obtativamente y sacrificialmente entregado a una causa. O en situaciones de tonalidades obsesivas, (más frecuentes, por cierto, en los ámbitos religiosos), en las que el perfeccionismo y la preocupación por la "limpieza" de la propia imagen ocupan el lugar central de las aspiraciones vitales del sujeto. Desde este tipo de dinámicas marcadas por la intensificación del narcisismo (ya posean un carácter histérico, obsesivo, o de cualquier otro tipo) lo que es el *propio amor: querer e interés* acabarán imponiéndose y llevándose la mayor parte, aun bajo apariencias que pueden resultar nada contestables.

Y es este tipo de dinámica psíquica la que se ve intensamente favorecida en la actualidad, con una consiguiente y preocupante difuminación de la altitud y una paralela dificultad para integrar lo que le supere o trascienda.

Pero resulta evidente, que sin unos ideales o valores que auténticamente trascendan la propia realidad personal no existe posibilidad de reforma, de cambio, de transformación personal.

Como pocas posibilidades de reforma podrán darse cuando actúa un mecanismo de negación del sentimiento de culpa. Tal negación vendría a eliminar la experiencia de necesitar un cambio en la orientación de la vida. Pero es un hecho, que en la actualidad, parece darse una especie de alergia frente a todo tipo de sentimiento de culpabilidad. La proclamada y omnipresente autoestima muchas veces es entendida como un amor a sí mismo que ha de evitar sentimientos de carácter displacentero, como son los de la culpa. Pero sin ideal y sin un sano sentimiento de culpabilidad (que no sirve para apocar y estrechar el espíritu atándolo a las normas de buen parecer del contexto humano-religioso, sino que expresa la discordancia con ese ideal) pocas posibilidades existen para acometer una conveniente "Reforma de Vida". No hay reforma de vida, por tanto, sin crisis previa, sin agitación de varios espíritus, sin una percepción (en parte desagradable, introducida por el sentimiento de culpa) de que se hace necesario imprimir un viraje en la dirección de la propia vida.

De otra forma, el Yo quedará aferrado a sí mismo y tan sólo se modificará y reformará conforme a lo que es su *propio amor*, *querer* y *interés*; es decir, conforme a lo que contribuya a su gratificación y ensanchamiento, pero no conforme a lo que le pueda hacer salir de él, de ese *propio amor*, *querer* y *interés*. Porque una "Reforma de vida" realizada tan sólo en función del Ideal del Yo,<sup>11</sup> puede venir a suponer una reforma que tan sólo da lugar a un ensanchamiento de la dimensión narcisista, idealizada de sí mismo. Habría que referirse entonces, más bien, a un *Yo ideal*,<sup>12</sup> instancia diferenciada del *Ideal del Yo* y que pone de manifiesto la magnificación de la propia realidad, aunque ello se lleve a cabo en virtud de una aparente relación con valores o instancias elevadas, como pueden ser las de carácter religioso.

Tan sólo cuando el "Ideal del Yo" deja paso, estimula y abre a la realidad de los otros, cuando se abre a la alteridad y a la diferencia, más allá de los propios ideales de perfección, cumple su función en el proceso de los Ejercicios Espirituales. De ahí, que se haga obligado afirmar que será muy difícil llevar a cabo una auténtica "Reforma de Vida" planteada desde una insensibilidad frente a las realidades brutales de nuestro mundo, frente al

dolor ajeno, frente al escándalo de la injusticia, la guerra, el hambre, etc. Como afirma Carlos R. Cabarrús, *mientras no experimentemos los dolores y sufrimientos de los hermanos, como matriz de una conciencia espiritual y/o fenómeno concomitante, no estamos en disposición de ánimo para dejarnos moldear por el Espíritu de Jesús*.<sup>13</sup> Toda experiencia de cambio en la vida espiritual pasa necesariamente por un cambio en la relación con los otros: esos otros han de convertirse en la fuente de la misma "Reforma de Vida" u objetivo de la misma.

Una aplicación reveladora, el uso del dinero

No hemos de ver, por ello, una cuestión secundaria o meramente casual que Ignacio ilustre la "Reforma de Vida" con una aplicación que concierne a nuestra relación con el dinero: *cuánta facultades... debe tomar para su familia y casa, y cuánta para dispensar en pobres y en otras cosas pías...* [FE 189]. Porque si, efectivamente, esta cuestión (íntimamente ligada a la de las reglas para el ministerio de distribuir limosnas [FE 337-344]), hay que considerarla como una "aplicación" posible de la reforma en un caso particular,<sup>14</sup> no es casual que Ignacio la elija en este momento. Ninguna otra aplicación podría iluminar mejor el modo de enmendar la propia vida y estado que esta concerniente a la relación con el dinero.

El dinero, constituye, en efecto, una piedra de toque decisiva en lo que respecta al amor de sí o a los otros. Porque además hay que tener en cuenta que nuestra relación con el dinero no constituye nunca algo de carácter meramente funcional o económico. Siempre hay un "algo más" que dinero en nuestra percepción y vinculación con él. El dinero, llega fácilmente a constituirse en un objeto al que se le confiere "cualidad de Yo". Algo así como si fuera una parte de nosotros mismos, una prolongación o un objeto que se hubiera desprendido de nuestro propio ser. Algo que está fuera, pero que consideramos como que debiera estar dentro.<sup>15</sup> El dinero, entonces, con esa "cualidad de Yo", se constituye en un asunto bastante importante en la dinámica personal y fácilmente problemático también: perder dinero, darlo a cambio, donarlo, constituyen actos de despojo que no podemos ya considerar como mera pérdida de un objeto exterior, sino también de algo que ha sido previamente "incorporado"; es decir, de algo íntimamente relacionado con el propio Yo.

El problema se agudiza si tenemos en cuenta que por ser una cuestión de amor la que nos liga al dinero (y de un amor que, como nos ha mostrado el psicoanálisis, posee fuertes conexiones inconscientes), en la relación con él caben tantos autoengaños como los que caracterizan a todas las cuestiones afectivas profundas. El autoengaño, la situación con los "ducados" del segundo binario, se hace fácil. Sus falsas justificaciones guardan el objetivo de permanecer amorosamente vinculado a ese dinero convertido en fetiche de seguridad, de valía personal, de poder sobre los otros, etc. Pocos campos tan propicios a la "tentación". Es decir, propicio a presentarse a la conciencia como algo bueno, justo, prometededor, siendo realmente lo contrario, trampa y fuente de destrucción. Porque el dinero tiene un carácter "pegajoso", posee una siniestra adherencia que, en la medida en que más se fija, mayor va siendo su fuerza para atraer nuevas capas. Finalmente, se acaba por crear una dura corteza que defiende y aísla del entorno y que aliena al sujeto en una insensibilidad para lo que no sea su propia realidad.

Por ello, conquistar una auténtica libertad, indiferencia, frente a la fascinación del dinero supone conquistarla en uno de los lugares más decisivos. Desprenderse de él puede expresarse, como pocas otras realidades, el desprendimiento de sí mismo, la salida del *propio amor: querer e interés*. Por ello, se podría afirmar que difícilmente hay ordenación y "Reforma de Vida" que no pase por un replanteamiento del uso y relación que mantenemos con el dinero, particularmente en una sociedad donde la dinámica acaparativa se impone como bien supremo. Y si la *codicia de riquezas* es el primer escalón hacia la soberbia, y desde ahí, a todos los males, la pobreza, el desprendimiento, será también primer escalón para la humildad y asemejamiento a Cristo Jesús [EE 142-146], modelo de ese *salir del propio amor, querer e interés*, que ha de presidir todo proyecto de "Reforma de vida". No es casual, por tanto, que Ignacio haya elegido tal aplicación particular de la "Reforma de vida" para ilustrar la dinámica de desprendimiento y generosidad que ésta debe impulsar.



La "Reforma de Vida", pues, cualquiera que sea la modalidad que adopte o los contenidos particulares sobre los que recaiga, tendrá siempre que

imprimir en el ejercitante un cambio en la dirección de su dinámica personal. Un quedar "preparado" y "dispuesto" para proseguir su vida en una actitud diferente de mayor escucha de sí mismo, de sospecha sobre los pensamientos que "le vienen de fuera", de determinación permanente para salir de su *propio amor, querer e interés*. Con una disposición, por tanto, que tendrá repercusiones concretas en sus actitudes y comportamientos particulares, pero que va mucho más ellos y que no se reduce a la formulación de unos propósitos meramente "conductuales". La "Reforma de Vida" expresará así un intento válido y honesto de modificar la propia vida, sin caer en mágicas o vanas ilusiones de cambio, ni sucumbir tampoco al derrotismo ético de quien ya nada espera cambiar.

CARLOS DOMÍNGUEZ MORANO, S.J. Psicólogo Clínico, profesor de psicología en la Facultad de Teología de Granada - España, Director del Centro de Psicoterapia en "Francisco Suárez", autor de "El psicoanálisis freudiano y la religión" (1991), "Creer después de Freud" (1992), "Orar después de Freud" (1994), "Experiencia mística y psicoanálisis" (1999), "Psicodinámica de los Ejercicios Espirituales" (2003).

## NOTAS

1. Parece claro que para Ignacio la elección es un proceso que se ha de iniciar en un momento determinado (y no antes), pero que puede continuar abierto hasta el final de los Ejercicios Espirituales, incluso, después de concluidos estos. En el capítulo XXXIII del Directorio oficial se habla de la posibilidad de mantener abierto el proceso de elección una vez que los Ejercicios Espirituales han concluido totalmente, dado que es después de ellos cuando se puede encontrar la situación más idónea para elegir. Cf. *Directorio Oficial*, XXXIII, 3. Traducción de M. Lop en: *Los Directorios de Ejercicios*, Mensajero, Sal. Terrae, Bilbao-Santander, 107-108.
2. Si se nos permite de nuevo el paralelo con el campo de la psicología clínica, habría que recordar lo que pueden ser los resultados de una terapia meramente comportamental (a pesar de que, en determinadas ocasiones, pueda tener su sentido e indicación) y lo que cabe esperar de una terapia de carácter psicodinámico, en la cual, a diferencia de la primera, no se atiende tanto al "síntoma": es decir, a la expresión externa de los conflictos interiores, sino que pretende acceder a esas estructuras de base que están en el origen de esos conflictos.
3. Sobre esta cuestión, central en el psicoanálisis de la religión, me detuve en *Creer después de Freud*, San Pablo, Madrid 1992 (*Creer después de Freud*, Ed. Loyola, Saro

Paulo 2003) e insistí para su aplicación a la espiritualidad ignaciana en *Psicodinámica de los Ejercicios Ignacianos*. Mensajero-Sal Terrae, Bilbao-Santander 2003. También me refirió a este tema en *Místicos y profetas. dos identidades religiosas: Proyección XI-VIII* (2001) 339-366 (*Místicos et prophètes: deux identités religieuses*, www.ateapt.org, archives)

4. En razón de este problema puede resultar muy conveniente la idea de dejar un tiempo de elaboración interna, antes de iniciar la experiencia, durante el cual el sujeto vaya haciéndose cargo del proceso importante con el que va a comprometerse, así como de las implicaciones que éste puede tener en su vida. Una presentación comentada y detenida de las "Anotaciones" de los "Tres modos de orar" y del "Principio y Fundamento", podrían constituirse muy bien como una introducción y preparación del sujeto antes de comprometerse formalmente en el inicio. De este modo lo plantea Adolfo Chércoles en su práctica de acompañamiento para los Ejercicios Espirituales en la vida ordinaria. Cf. *Una hora con Adolfo Chércoles*, epílogo de la obra citada *Psicodinámica de los Ejercicios Ignacianos*.

5. Así lo deja ver S. Arzubaláde, *Ejercicios Espirituales de San Ignacio*, Mensajero-Sal Terrae, Bilbao-Santander 1991, 757-764

6. Si que decir tiene, que unos "Ejercicios Espirituales" que se llevan a cabo en ocho días o en situación grupal (que habrá mas bien que denominar "retiros de inspiración ignaciana", reservando la denominación de Ejercicios Espirituales para las modalidades individuales de mes o en la vida diaria), difícilmente podrá posibilitar esa necesaria transformación de la afectividad que constituye una condición *sine qua non* para llevar a cabo una "Elección" o una "Reforma de Vida" de calidad. Lo que no quita que en ese periodo y condiciones sea posible una captación suficiente de las desviaciones que están teniendo lugar en la vida y de la necesidad de impartir un giro en la propia existencia. Pretender más podría responder a unos planteamientos ilusorios o mágicos, al modo de lo que prometen muchas terapias "rápidas" que se preconizan hoy día con resultados manifiestos.

- Cf. a este propósito I. R. Rambo, *Psicosociología de la conversión religiosa, ¿convencimiento o seducción?*, Herder, Barcelona 1996

8. Cf. T. Ananella, *La conversion à l'épreuve des identifications inconscientes* Lumen Vitae 87 (2000) 137-148.

9. Cf. J. M. Gauthier, *Pourquoi une seconde conversion? Et comment?* La vie spirituelle 154 (2000) 439-446.

10. Tan sólo quisiera destacar por la especial relación con nuestro tema, G. Lipovetsky, *La era del vacío. Ensayo sobre el individualismo contemporáneo*.

Anagrama, Barcelona 1980; L. Hornstein, *Narcisismo, Autoestima, identidad, alteridad*, Paidós, Barcelona 2000; P. Bruckner, *La tentación de la inocencia*, Anagrama, Barcelona 1996.

11. El "Ideal del Yo" es una instancia diferenciada del Yo que constituye un modelo al que el sujeto intenta ajustarse. Cf. J. Laplanche/APLACHE - J. B. Pontaliss, *Eleccion: no de psicoanálisis*, Labor, Barcelona 1971, s.v. Ideal del Yo.

12. El "Yo ideal" hace referencia a una formación intrapsíquica que algunos autores diferencian del "Ideal del Yo" y que se define como un ideal de omnipotencia narcisista fraguado sobre el modelo del narcisismo infantil. Cf. Ib. s.v. Yo Ideal.

13. Cf. C. R. Cabarrús, *¿Por qué no nos cambian los Ejercicios Espirituales?*, en: C. Almany - J. A. García-Monge, *Psicología y Ejercicios Ignacianos*, Vol. I, 275-276.

14. Cf. S. Arzubaláde, Ib. 460

15. O. Fenichel, *Teoría psicoanalítica de las neurosis*, Buenos Aires 1973, 318-324