

LA ORACIÓN
EN LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES
DE SAN IGNACIO DE LOYOLA

A. M. Chércoles, sj.

1. LA META DE LA ORACIÓN	2
2. CON QUÉ CONTAMOS DE CARA A LA ORACIÓN	
2.1. Primer modo de orar	4
2.2. Segundo modo de orar	10
2.3. Tercer modo de orar	11
3. UNA ORACIÓN CON HORIZONTE, NO EL VACÍO. PRINCIPIO Y FUNDAMENTO .	12
4. LA ORACIÓN COMO BÚSQUEDA Y RESPUESTA	15
5. VOLVER A LA REALIDAD PARA EN TODO AMAR Y SERVIR	26
6. EL EXAMEN DE CONCIENCIA, SÍNTESIS DE LOS EJERCICIOS	29
CONCLUSIÓN	32

1. LA META DE LA ORACIÓN*

Puede parecer contradictorio que Ignacio de Loyola, hombre de oración y a la vez gran maestro y pedagogo para enseñar a orar, expresara sospechas sobre la oración. En efecto, el P. Gonçalves da Câmara en su *Memorial* comenta lo siguiente: “(A) un verdaderamente mortificado bástale un cuarto de hora para se unir a Dios en oración’. Y no sé si entonces añadió sobre este mismo tema lo que le oímos decir otras muchas veces: que de cien personas muy dadas a la oración, noventa serían ilusas. Y de esto me acuerdo muy claramente, aunque dudo si decía noventa y nueve” [196]. La contraposición entre *verdaderamente mortificado* y *las personas muy dadas a la oración* como ‘ilusas’ no deja de ser chocante. Sin embargo, si nos adentramos en su concepción de la plegaria, entenderemos el por qué de esta contraposición.

Tenemos motivos para considerar que el proceso de los Ejercicios constituye una pedagogía de la oración difícilmente superable. La oración, para no ser ‘ilusa’, tenía que estar implicada con la vida. Por ello, Ignacio pretenderá llevar a la persona a encontrar a Dios en todo, partiendo de que Dios y el mundo no son dos ‘realidades’ incomunicadas y contrapuestas: hay una única historia, que es historia de salvación, sagrada y profana a la vez. Sentido unitario, el de san Ignacio, que culmina en una traba-

zón teñida de espontaneidad entre contemplación y acción.

Al final de su *Autobiografía*, dictada a Luís Gonçalves da Câmara, podemos leer que “...había hecho muchas ofensas a Dios nuestro Señor después que había empezado a servirle, pero nunca había consentido en pecado mortal; es más, siempre creciendo en devoción, es decir, en facilidad de encontrar a Dios, y ahora más que nunca en toda su vida, y siempre y a cualquier hora

* Este cuaderno reproduce el seminario que impartió Adolfo Chércoles, sj. en Cristianisme i Justícia - EIDES en el mes de abril de 2006. La transcripción y adaptación al lenguaje escrito ha ido a cargo de M. Dolors Oller, y posteriormente el autor revisó y amplió algunos puntos.

que quería encontrar a Dios, lo encuentra” [99].

Pues bien, toda su pedagogía sobre la oración apunta a esta meta. Hay que reconocer que él fue un maestro en realismo y objetividad: nunca se refugió en la subjetividad. Así, el crecimiento en “devoción” se referirá a crecer en *facilidad de encontrar a Dios*, meta, para él, de toda oración: se trata de hallar a Dios con *facilidad* en todas las cosas, puesto que Dios está implicado en la realidad, ¡es el *Criador y Señor!*

Pero profundicemos en esta descripción de la devoción. Para san Ignacio la vida espiritual, como la humana, es dinámica, nunca estática: o crecemos o desminuimos. No podía ser menos la devoción. Su experiencia es clara: *siempre creciendo en devoción*, y ésta consiste en *facilidad de encontrar a Dios*. Es una experiencia que por lo tanto no tiene nada que ver con ningún tipo de voluntarismo. A Dios se le encuentra en la suavidad y es hallazgo y sorpresa, no elucubración.

Este ‘crecimiento en devoción’ supone que a lo largo de la vida de Ignacio hubo una progresión: no es un logro que se alcanza de una vez por todas. Por ello termina diciendo y *ahora más que nunca en toda su vida*.

Además, este proceso progresivo no es algo lineal y sin riesgos. Empezábamos citando su sospecha sobre las personas *muy dadas a la oración*, que en su mayoría serían *ilusas*. Él mismo reconoce haber tenido experiencias *ilusas*, riesgo que dejó plasmado en las *Reglas de discernimiento* sobre todo las de 2ª semana. En este trabajo no vamos a detenernos en el discernimiento, pero sí conviene tener presente aquella singular sospecha.

En este largo proceso hemos de considerar una etapa previa, de gran importancia de cara a descubrir lo que pretendemos en este seminario: la pedagogía de los Ejercicios por lo que se refiere a la oración. Este momento previo son los *tres modos de orar* [EE 238-260].

2. CON QUÉ CONTAMOS DE CARA A LA ORACIÓN

Hay que considerar los *Tres modos de orar* como un documento clave de cara a lo que aquí pretendemos: la pedagogía de la oración en san Ignacio.

1.1. Primer modo de orar

“La primera manera de orar es acerca de los diez mandamientos y de los siete pecados mortales, de las tres potencias del ánima y de los cinco sentidos corporales; la cual manera de orar es más dar forma, modo y ejercicios cómo el ánima se apareje y aproveche en ellos, y para que la oración sea aceptada, que no dar forma ni modo alguno de orar” [EE 238].

De entrada, nos encontramos con que no sólo es “sobre mandamientos” sino sobre otras tres cosas “y de los siete pecados mortales, de las tres poten-

cias del ánima y de los cinco sentidos corporales”. Por otro lado, el párrafo parece contradecirse: por un lado se nos anuncia un *modo de orar* para terminar diciendo que no da *forma ni modo alguno de orar*. En qué quedamos, ¿nos da un modo de orar o no?

Con la precisión que le caracteriza nos dice Ignacio que *es más dar forma, modo y ejercicios cómo el ánima se apareje y aproveche en ellos, y para que la oración sea aceptada...* Es decir, parece que propiamente no es un modo de orar, sino algo previo: San Ignacio quiere que, antes de entrar en oración, antes de

abrirnos a Dios, que para él no es un objeto de elucubración sino una realidad personal, tomemos conciencia de la estructura de nuestro “yo”.

El yo no es algo tan simple: consiste en una estructura, cuya formación tiene en cada persona una historia cargada de peripecias que no siempre han sido las más favorables. Esto hace suponer que esta estructuración inevitable puede presentar deformaciones que afectan a su función. Es una estructuración lla-

mada a facilitarnos el acceso a la realidad, pero dichas deformaciones pueden distorsionarla. Ahora bien, Dios, a quien nos abrimos en la oración, es también Realidad, no proyección. Por tanto, es importante que antes de orar comprobemos cuales son las deformaciones que pueden condicionar nuestra misma oración, convirtiéndola en algo proyectivo. Para entender lo que queremos decir conviene tener delante el esquema siguiente:

PRIMER MODO DE ORAR

ADULTO →

10 MANDAMIENTOS - 7 PECADOS MORTALES - 3 POTENCIAS DEL ALMA - 5 SENTIDOS CORPORALES

7 virtudes opuestas

Memoria
Entendimiento
Voluntad

(Visión de la realidad)

(Hábitos, actitudes)

(Laboratorio)

(Datos)

REALIDAD
DIOS

← **NIÑO**

La vida humana es dinamismo, es historia. Cuando nace un niño, no sabemos qué será de él. Y no lo sabemos porque no nace programado, como los animales cuyo instinto asegura su comportamiento correcto sin posibilidad de fallar. El ser humano, sin embargo, sí puede equivocarse y no hay posibilidad de asegurar su acierto. Nacemos, por así decirlo, “en blanco”, con capacidades potenciales que habremos de desarrollar.

Pues bien, en el esquema que tenemos delante encontramos la palabra ‘niño’ con una flecha debajo. Sigamos su

dirección preguntándonos por el significado de cada uno de los referentes a los que Ignacio nos remite, empezando por los sentidos corporales. En efecto, el niño recién nacido empieza a captar, gracias a sus *sentidos corporales* (sin discutir cuales son los más desarrollados), datos de la realidad. Ellos son los que nos ponen en contacto con la realidad.

Estos datos entran en una especie de “laboratorio”, las *potencias naturales* (memoria, entendimiento y voluntad). Todo lo que percibe el niño queda “grabado” en su memoria. Por medio del en-

tendimiento puede relacionar unas experiencias con otras y tiene capacidad para evaluarlas (por muy rudimentarias que sean estas evaluaciones) y finalmente responde, lo que más adelante podremos denominar voluntad.

Todas esas “elaboraciones”, en la medida en que se repiten (el niño imita y repite, y en esa repetición va incorporando actitudes), van creando hábitos y actitudes, que se incorporan a su comportamiento. La actuación de la persona está llena de hábitos y actitudes que se han ido incorporando a su vida de forma casi ‘mecánica’. Pues bien, la *repetición* será clave en los Ejercicios: no hay proceso de Ejercicios sin repetición. Los *siete pecados mortales* corresponderían a ese conjunto de hábitos y actitudes negativas que pueden configurar nuestro comportamiento. Como veremos, lo que preocupa a san Ignacio no es el “pecado mortal” aislado, sino en la medida en que éste se ha convertido en hábito o actitud: sólo entonces se incorpora a nuestro ser pudiendo condicionar de esta forma nuestro acceso a la realidad deformándola (Un niño tratado agresivamente se acercará a la realidad de forma agresiva, por las experiencias vividas por él). Desde esta perspectiva, pues, los pecados mortales son actitudes negativas que han de ser sustituidas por actitudes positivas (*virtudes opuestas*).

Por último, toda persona tiene una “visión de la realidad” que correspondería a los diez mandamientos (Los Diez Mandamientos son una visión de la realidad que delimita unos puntos de referencia elementales que posibiliten la convivencia. En este sentido, cada uno tiene “sus” mandamientos).

Ahora bien, esta dinámica que hemos descrito en el niño, va estructurando un yo que hacia los cinco años habrá alcanzado las bases claves sobre las cuales irán incorporándose futuros enriquecimientos. De ahí la importancia de los primeros años. Además, en el esquema aparecía arriba la palabra ‘Adulto’ sobre una flecha con una dirección inversa a la del niño, ¿qué significa? Que en el adulto, no sólo sigue funcionando la dinámica del niño (enriquecimiento procedente de una realidad que seguimos incorporando) sino que estas estructuras que hemos elaborado muy pronto nos facilitan un acceso a la realidad más *ágil*, al mismo tiempo que *condicionado*.

En efecto, gracias a que tenemos una ‘visión de la realidad’, a que hemos incorporado unos ‘hábitos y actitudes’ (si cada vez que bajásemos unas escaleras tuviésemos que elaborar los equilibrios necesarios para hacerlo con rapidez y seguridad, con bajar una escalera al día habríamos empleado todas nuestras ‘energías’), gracias a que nuestra memoria, entendimiento y voluntad han adquirido una manera de interrelacionarse y a que mi sensibilidad tiene incorporadas experiencias ya vividas, puede la persona emplear su energía en otros menesteres y su acceso a la realidad puede ser más *ágil*.

Pero al mismo tiempo dicho acceso puede quedar condicionado: la visión de la realidad de cada persona justifica sus actitudes, condiciona las potencias del alma (se acuerda de lo que le interesa y olvida lo que le ha interpelado) y, por último, hasta sus sentidos corporales (uno oye lo que le halaga y no oye lo que le desagrada).

Por eso es tan importante para Ignacio que el ejercitante confronte su visión de la realidad con los Mandamientos, sus actitudes con las actitudes negativas que representan los pecados mortales, su manera de usar la memoria, el entendimiento y la voluntad y los sentidos corporales (puede uno vivir de clichés y prescindir de la realidad). Sólo tomando conciencia de los desajustes en esta confrontación podré asegurar un acceso más correcto, no sólo a la realidad sino una apertura honesta a Dios.

Dios está implicado en la realidad (es Creador). ¡Dios no es evasión sino implicación y compromiso! Si mi manera de acceder a la realidad la desfigura, desfiguraré a Dios también. Puedo creer que me abro a Dios, pero en realidad me estoy “montando una historia” que ni me descoloca ni me interpela, sino que coincide con mis expectativas.

La realidad está cargada de sorpresas por la sencilla razón de que no la construyo sino que me topo con ella. De ahí que no pueda controlarla totalmente. Lo mismo pasa con Dios: si deja de ser novedad y sorpresa permanentes, es que lo he proyectado, convirtiéndolo en un ídolo acomodado a mis intereses.

En otras palabras, el alcance de este primer modo de orar “sobre Mandamientos” es un interrogante generalizado sobre las actitudes, las visiones de la realidad, los prejuicios que nos habitan, pues lo cierto es que accedemos a la realidad de forma no tan inocente.

Pero veamos cómo hacer esta cuádruple confrontación.

La primera confrontación es la ‘visión de la realidad’ del ejercitante con

los Mandamientos. Veamos el ‘modo y orden’ de esta confrontación:

1º: Antes de entrar en oración, *repose un poco el espíritu, asentándose o paseándose, como mejor le parecerá, considerando a dónde voy y a qué* [EE 239].

2º: *Una oración preparatoria, así como pedir gracia a Dios nuestro Señor para que pueda conocer en lo que he faltado acerca los diez mandamientos; y asimismo pedir gracia y ayuda para me enmendar adelante, demandando perfecta inteligencia dellos para mejor guardallos, y para mayor gloria y alabanza de su divina majestad* [EE 240].

– “*Pedir gracia a Dios nuestro Señor*”: la petición será una pieza clave en el proceso de Ejercicios. Todas las meditaciones y contemplaciones que propone el método van a estar enmarcadas por una petición. Pero uno pide lo que no tiene ni puede. Es abrirse al don.

– *Para que pueda conocer en lo que he faltado acerca de los diez mandamientos*: No puedo saber si he cumplido o no los Diez Mandamientos. En efecto, san Ignacio está convencido que el acceso a la propia negatividad es algo que nos desborda: somos incapaces. Más bien nos ‘justificamos’. Es, pues, una gracia de Dios acceder a ella. Con esta petición mino la ‘seguridad de mi buena conciencia’ y me abro a la sospecha.

– *Y asimismo pedir gracia y ayuda para me enmendar adelante*: Con esta segunda petición reconozco, no sólo mi incapacidad de acceder a mi negatividad sino también para cambiar. ¡Todo es gracia!

– *Demandando perfecta inteligencia dellos* (los Mandamientos) *para me-*

por guardallos: San Ignacio parte de que el ser humano es inteligente: nunca va a comprometerse ni a hacer suyo lo que no entienda. Si un ‘mandamiento’ le parece un disparate, no lo va a ‘guardar’. Hay que pedir, pues, a Dios que nos dé ‘perfecta inteligencia’ del sentido y alcance de cada mandamiento, para poder ‘guardarlo’.

– *Y para mayor gloria y alabanza de su divina majestad*: el ser humano (como veremos en el Principio y fundamento [PF]) ha de estar abierto a la gratitud, su comportamiento ha de estar libre de cualquier perspectiva interesada o manipuladora.

Si pedimos lo que buscamos es que es algo que se nos tiene que dar: no tiene nada que ver con el voluntarismo. Es abrirnos a Dios, pero sin que yo desaparezca: yo soy el que pide.

3º: *Para el primer modo de orar conviene considerar y pensar, en el primer mandamiento, cómo le he guardado, y en qué he faltado... y cuando hallo faltas mías, pedir venia y perdón dellas....* Y sucesivamente con todos los Mandamientos [EE 241].

Una vez eliminados nuestros ‘mecanismos de defensa’, constatar *en qué he faltado*. Pero lo que preocupa a Ignacio no son los fallos en sí, sino *según que hombre halla en sí que más o menos estropeza en aquel mandamiento, así debe más o menos detenerse en la consideración y escrutinio dél* [EE 242].

En efecto, el fallo ‘aislado’ que me sorprende o humilla no es peligroso sino el que se ha incorporado de tal forma a mi manera de ser que ni soy consciente de él. Lo más peligroso es el

inconsciente, dirá siglos después Freud, corroborando la preocupación de san Ignacio. El “*hábito*” cobra en el que lo ha adquirido un grado de ‘autonomía’ que le ahorra consciencia: va a actuar sin necesidad de control consciente. Ahí está el peligro.

4º: 2ª nota. *Después de acabado el discurso ya dicho... hase de acabar con un coloquio a Dios nuestro Señor...* [EE 243]. Este diálogo confiado con Dios (*coloquio*) será la culminación de cualquier oración que el método de los Ejercicios proponga.

Este quinto paso cierra el ‘método’ que nos propone para hacer la confrontación de nuestra visión de la realidad con los diez mandamientos. Ahora sólo queda aplicarlo a los otros tres referentes: *siete pecados mortales* (actitudes negativas), *tres potencias del alma* (memoria, entendimiento y voluntad) y *cinco sentidos corporales* [EE 244-248].

Esta última confrontación, a primera vista puede parecer ‘tonta’. Sin embargo, ya dijimos que eran los *sentidos corporales* los que me abrían a la realidad. Pues bien, aun éstos pueden hallarse condicionados por nuestra ‘visión de la realidad’, nuestras ‘actitudes’, nuestros olvidos, justificaciones, etc. En efecto, no parece tan superfluo preguntarnos ‘en qué hemos pecado’ con cada sentido, cómo los usamos... Y aquí nos encontramos con una nota: *Quien quiere imitar en el uso de sus sentidos a Cristo nuestro Señor...; y quien quisiere imitar en el uso de los sentidos a nuestra Señora...* [EE 248].

La propuesta parece ‘sin calado’ como diríamos hoy. ¿No tendríamos que

imitarlo en las virtudes?, ¿o en el cumplimiento de los mandamientos?, etc...

La razón profunda de ligar el ‘seguimiento’ a Cristo a *imitarlo en el uso de sus sentidos* hay que relacionarla con la Anotación 2: ... *porque no el mucho saber harta y satisface el ánimo, mas el sentir y gustar de las cosas internamente* [EE 2]. En efecto, habría que decir que siempre que Ignacio habla de “conocimiento interno” no se está refiriendo tanto a la afectividad, cuanto a la *sensibilidad*; no es que ‘me emociona’, sino que se ha incorporado a mi ser de tal forma que espontáneamente reacciono correctamente sin ser explícitamente consciente. Es algo connatural.

Profundicemos en la conexión entre ‘conocimiento interno’ y sensibilidad.

Cuando una persona está aprendiendo a conducir le ilusiona obtener el carné. Pues bien, el día que aprueba es cuando sabe más (en teoría), pero, en realidad, no sabe conducir. Debe seguir manejando el coche para que digamos que es un conductor experto. ¿Qué es lo que le falta? Que sus ‘sentidos caporales’ (vista, oído, tacto) se coordinen en ese hábito que llamamos ‘saber conducir’. Entonces, y sólo entonces, conducirá a la perfección, casi sin darse cuenta.

Es en la sensibilidad dónde nos jugamos la praxis correcta. Un profesional del volante, si un día cambia de vehículo, no le supone ningún problema. No tiene que pensar qué ha de hacer en cada momento; al tener el ‘hábito de conducir’ sus reacciones serán correctas aunque los mecanismos que ha de manipular sean distintos. Sus reacciones se acomodarán perfectamente a las nuevas circunstancias sin esfuerzo consciente

ninguno. Esto es sorprendente, pero verdad: la adquisición del hábito posibilita este ‘milagro’.

No es, pues, ningún disparate que san Ignacio resalte la imitación de los sentidos corporales de Jesús sobre las virtudes: había captado que la *praxis* nos la jugamos en la sensibilidad. Y es la misma razón que Jesús da para hablar ‘en parábolas’: *porque viendo no ven y oyendo no oyen ni entienden...* Y la razón que da de esta ceguera-sordera se ha *se ha embotado el corazón de este pueblo; han hecho duros sus oídos y sus ojos han cerrado...* (Mt 13, 10-16).

Es decir, ante la misma realidad, unos ven y comprenden y otros no, y esto Jesús (citando a Isaías) lo atribuye al embotamiento del corazón. El corazón, para un semita, se identifica con la interioridad del hombre. En el esquema de más arriba correspondería a las tres primeras instancias: mi visión de la realidad, mis actitudes y mi manera de usar las tres potencias condicionan mi sensibilidad, viendo y oyendo sólo lo que se acomoda a mis ideas y prejuicios. Por eso Jesús confiesa que tiene que hablarles en parábolas. Ante un ‘corazón embotado’ no hay otra salida. Veamos en qué sentido.

Ante la acusación de los fariseos y los escribas, *Este acoge a los pecadores y come con ellos*, Jesús les propone las parábolas de la misericordia (Lc 15). El ‘prejuicio’ de que no se puede ser ‘puro’ tratando con impuros refleja que una zona de su sensibilidad está condicionada por esta convicción y no hay posibilidad de desmontarla directamente. Jesús con la parábola de la oveja perdida remite a una zona de su sensibilidad que no está

“condicionada” por prejuicio alguno. En efecto, la oveja perdida cobra un valor que no tenía antes de perderse. Esta reacción espontánea de cualquier persona puede desmontar el ‘prejuicio’ de sus oyentes: precisamente ‘lo perdido’, lo débil, lo descarriado, despierta la búsqueda y la misericordia. Esta constatación puede posibilitar la recuperación de sus oyentes. Los prejuicios sólo los desmonta la realidad: la contundencia de un hecho no puede discutirse.

Volvamos, pues, a san Ignacio: si nuestra sensibilidad va siendo la de Jesús, nuestra respuesta a la realidad se parecerá a la suya, nuestro seguimiento a Jesús estará más garantizado. Esta *nota*, pues, refleja la importancia que san Ignacio otorga a los *sentidos corporales*. Todo nos lo jugamos en la sensibilidad: somos nuestra sensibilidad, no lo que pensamos ni lo que nos emociona. La sensibilidad corporal, como veíamos más arriba, nos posibilita el acceso a la realidad (sin ella no hubiésemos salido de nuestro ‘vacío’ inicial, nacimos ‘en blanco’); pues bien, nuestra respuesta a la realidad (nuestra praxis) también dependerá de ella. La incorporación de la sensibilidad en un proceso de conocimiento es culminación, no inicio.

Esto es, a mi manera de ver, lo más original del libro de los Ejercicios. Porque tenemos que admitir que este ‘subrayar’ la importancia de la sensibilidad no se reduce a esta nota, sino que nos va a acompañar a lo largo de todo el proceso en *la aplicación de sentidos* [EE 121]. En efecto, san Ignacio sabe que nuestra sensibilidad tiene una orientación, adquiere estructuraciones que son muy estables, mientras la emotividad es

tremendamente oscilante y no está en nuestra mano impedir tales oscilaciones.

Lo emotivo tiene una gran fuerza, y por eso a san Ignacio le preocupa el ordenar los afectos, pero lo que en realidad busca es el cambio de nuestra sensibilidad. Por eso el momento culminante del día (el último ejercicio), lo reservará para la *aplicación de sentidos*. La estructuración de nuestra sensibilidad es estable (al pianista no se le olvida ‘tocar el piano’ porque su emotividad esté por los suelos). Pero ¿cómo cambiar la estructuración de nuestra sensibilidad? Sólo repitiendo. Pero tanto la *repetición* como la *aplicación de sentidos* la trataremos más adelante.

En conclusión, este *Primer modo de orar* nos plantea dos grandes advertencias de la espiritualidad ignaciana: la *sospecha generalizada* sobre la estructura de nuestro yo (mi visión de la realidad, mis actitudes, mi manera de elaborar los datos que llegan a mi conocimiento) y el convencimiento de que de cara a la praxis todo nos lo jugamos en la *sensibilidad*. Estas dos advertencias han de estar en el fondo de toda oración, para que no sea ‘ilusa’ y acceda a la realidad a través de la praxis: es algo *previo*.

2.2. Segundo modo de orar

Si en el *Primer modo de orar*, nos confronta con la compleja estructura de nuestro yo, en el segundo es con el misterio de la *palabra*, ese gran instrumento sin el cual no sería posible expresarnos ni comunicarnos. Y he dicho *misterio*, porque en efecto, la palabra nos precede con una larga historia que

en gran parte desconocemos. Esta historia está latiendo en ella y le da un calado que justifica ser orado y contemplado, sobre todo tratándose de oraciones que tantas veces hemos repetido mecánicamente como algo mágico. El método no puede ser más sencillo: deteniéndose sin prisas *en la consideración desta palabra tanto tiempo cuanto halla significaciones, comparaciones, gustos y consolación en consideraciones pertinentes a tal palabra del Pater noster...* [EE 252]. Es decir, dejándose llevar por las “resonancias” que cada palabra evoca. Y esto sin ‘programar’ el tiempo y menos el ritmo. Únicamente quiero resaltar el aviso final: *acabada la oración, en pocas palabras convirtiéndose a la persona a quien ha orado, pida las virtudes o gracias de las cuales siente tener más necesidad* [EE 257].

La oración en san Ignacio siempre está enmarcada en una relación interpersonal y apunta a sacar algún provecho: pida las virtudes o gracias de las cuales siente tener más necesidad.

2.3. Tercer modo de orar

Por último, el *tercer modo de orar* será por compás [EE 258], aprovecha la

misma experiencia vital que supone el *anhélito* (la respiración) para revitalizar unas oraciones que parecen condenadas a no pasar de la mera recitación y convertirlas en expresión de la vitalidad de su ser vivenciada en cada respiración. Cada palabra de la oración elegida incorporada al ritmo de la respiración, pronunciándola lenta y rítmicamente. Al conectar la vivencia relacional de la fe con el ritmo de la respiración, intenta que la persona se vaya incorporando a la vivencia de Dios desde sus niveles más viscerales.

Así, la oración se va incrustando a la vida de forma que toda actuación llegue a ser experiencia orante.

Estos tres modos de orar son tan básicos que podemos considerarlos como punto de partida de todo planteamiento de oración en cuanto que nos hacen tomar conciencia de aquello con lo que toda persona debe contar a la hora de abrirse en oración. Son como un pórtico irrenunciable que muy bien puede ocupar una auténtica iniciación que debería preceder al proceso de Ejercicios en cuanto tal, sin poner plazos, sino que la persona vaya tomando conciencia de con qué cuenta.

3. UNA ORACIÓN CON HORIZONTE, NO EL VACÍO. PRINCIPIO Y FUNDAMENTO

Nos podemos ahora preguntar qué itinerario sigue la oración en esta pedagogía que es el proceso de Ejercicios. Hay que empezar recordando que el “Principio y Fundamento” (PF) es el punto de arranque del proceso, a modo de pórtico de los Ejercicios (Yo lo considero como el índice de un libro que me lleva a comprarlo. En efecto, si en un escaparate veo el título de un libro que me atrae, antes de comprarlo leo el índice, donde puedo descubrir si el título responde a lo que yo busco. Pero después no sigo leyendo el índice sino que hay que leer el libro. El PF debe limitarse al índice que me decide entrar en el proceso de Ejercicios, pero nada más). Como veremos se convertirá en horizonte de toda oración. Consta de dos partes diferenciadas.

En la primera aparece la afirmación de que el ser humano es *libre* (no está programado) y tiene que buscarse un “para”: *El hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor y, mediante esto, salvar su ánima...*

Parte del hecho de que el ser humano se topa con la vida. Pero esta vida no la experimenta ‘programada’, como es el caso del animal con su instinto, tiene que buscarse un ‘para’. El que nos propone san Ignacio parece constar de dos miembros engarzados dialécticamente: el primer miembro (*alabar, hacer reve-*

rencia y servir a Dios nuestro Señor) supone un éxodo del propio yo: consiste en abrirse a Dios (el Otro) desde la gratuitidad (*alabar*), el respeto (*hacer reverencia*) y el servicio; sólo partiendo de este éxodo (negación, paso dialéctico: *y mediante esto*), puede abrirse al segundo miembro: *salvar su ánima*: se encontrará, se realizará. Es al pie de la letra la dinámica que encierra la frase del Evangelio *Quien pierda su vida por mí, la encontrará* (Mt 16, 25).

Pero este ‘para’ que uno puede elegir como válido desde su libertad, se encuentra con una contrariedad: aunque es

verdad que uno no está programado, sin embargo se siente condicionado positiva (deseos) y negativamente (temores). Esto es lo que plantea la segunda parte: *Por lo cual es menester hacernos indiferentes a todas las cosas criadas, en todo lo que es concedido a la libertad de nuestro libre albedrío y no le está prohibido; en tal manera, que no queramos de nuestra parte más salud que enfermedad, riqueza que pobreza, honor que deshonor, vida larga que corta, y por consiguiente en todo lo demás; solamente deseando y eligiendo lo que más nos conduce para el fin que somos criados* [EE 23]. El tener clara la primera parte no asegura el ser consecuente en la praxis: la evidencia del ‘para’, no garantiza su ejecución. Se hace necesario un proceso de descondicionamiento nada fácil: *es menester hacernos indiferentes...* Este será el reto de todo el proceso de Ejercicios. No es una meta que ha de estar resuelta al terminar la ‘consideración’ del PF, sino un horizonte de fondo que ha de estar presente en cada paso que el ‘método’ de Ejercicios nos plantee. Este horizonte es el que san Ignacio sintetiza en la *oración preparatoria* que acompañará al ejercitante desde este momento hasta el último ejercicio: *Pedir gracia a Dios nuestro Señor para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad* [EE 46].

Esta ‘oración preparatoria’ que acompañará al ejercitante a lo largo de todo el proceso, es tan importante que merece la pena analizar detenidamente su contenido. Preguntémonos, pues, por las tres cosas a las que hace referencia.

No estamos programados. Esto supone que nuestras posibilidades son múltiples y hay que elegir entre ellas: esto es lo que llamamos *intenciones*. Ellas son el punto de arranque de lo que pretendemos. Una intención no correcta invalida un comportamiento. Aquí radica la importancia de la ‘pureza de intención’. La ética gira en torno a ella. Esto nos ha llevado a creer que podemos alcanzar la seguridad de la buena conciencia. Pero esto es más problemático, sobre todo cuando con ello pretendemos delimitar nuestra responsabilidad. Que la intención sea correcta no garantiza la praxis.

En efecto, san Ignacio no se conforma con que nuestras ‘intenciones’ apunten al ‘servicio y alabanza’ divinos, sino que añade las *acciones*. ¿Qué son las ‘acciones’? Nuestro acceso a la realidad. Si una ‘intención’ no se traduce en ‘acción’, pierde su verdadero alcance. Pero no siempre nuestras acciones coinciden con nuestras intenciones: nos topamos con la incongruencia. ¿Qué hacemos entonces?

Según la educación que recibimos, nos refugiamos en nuestra ‘recta intención’ y nos desentendemos de la acción incorrecta que resultó ‘sin yo quererlo’. Pues bien, san Ignacio pretende con esta petición que no nos desentendamos de dicha constatación y, sin convertir el asunto en una tarea angustiada (pretender que aun aquello que escapa a mi ‘consciencia’ lo haga mío), no lo deja fuera de mi responsabilidad. No me siento estrictamente responsable, (pues no quería que ocurriese), pero no me desentiendo y lo enmarco en un horizonte de responsabilidad que escapa a

mis posibilidades (por eso lo pido), asumiéndolo como una tarea que he de tener presente, tomando conciencia de que la realidad de mi actuación siempre será más amplia que el mundo de mis intenciones. El hecho de que no quiera ofender, no quiere decir que el otro no se haya sentido ofendido y tendré que tenerlo en cuenta en adelante. Pido, pues, a Dios que esta *acción* a través de la cual accedo a la realidad y que puede no ser congruente, esté también abierta a su ‘servicio y alabanza’.

Por último alude a las *operaciones*. ¿Qué serían las ‘operaciones’? En el lenguaje ignaciano parece que son el ejercicio de nuestras facultades: las operaciones de mi memoria son los recuerdos; las de mi imaginación, las fantasías, etc.

Las operaciones, pues, no tienen carácter ético, pero debemos controlarlas porque las intenciones van a surgir de aquello que se fomenta. (Importancia

que tiene lo que los niños ven en TV). San Ignacio quiere que pidamos que dichas operaciones, en cuanto caldo de cultivo de nuestras intenciones, sean también “*puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad*”.

La oración no puede ser más amplia: abarca el mundo interior de la persona (*intenciones*), su praxis (*acciones*) y la realidad que le rodea y por tanto le afecta a través de sus *operaciones*. Los tres grandes ámbitos que enmarcan la vida se presentan ante Dios en forma de petición para que sean *ordenados* según el ‘para’ del PF. Y hay que resaltar que no deja nada fuera: son “*todas mis intenciones acciones y operaciones...*”.

Por otro lado, al presidir todo el proceso, esta oración preparatoria (no sólo es *principio* sino *fundamento*) se convierte en el hilo conductor de todo el proceso hasta culminar en la “*contemplación para alcanzar amor*”.

4. LA ORACIÓN COMO BÚSQUEDA Y RESPUESTA

Una vez, pues, que nos ha hecho tomar conciencia de aquello con lo que contamos como personas (problemática de los *Tres modos de orar*) y de describirnos el horizonte al que nos abrimos como tarea (*oración preparatoria*), entramos en el proceso propiamente dicho: *las cuatro semanas*.

Ellas representan los cuatro grandes problemas que todo ser humano, sea o no creyente, de una cultura o de otra, tiene planteados.

1. El problema de la *negatividad* en nuestra vida: fallamos, hacemos daño, nos hacen daño, etc. (*1ª semana*).

2. El problema de nuestra *libertad*: podemos destruir la propia vida y la de los demás desde nuestra libertad (*1ª semana*) y, por otro lado, sin ella no somos persona ¿cómo usarla? (*2ª semana*).

3. El problema del *dolor*, que nos visita a veces, pero que siempre está presente a nuestro alrededor (*3ª semana*).

4. El *gozo*: cómo vivir lo que debe ser culminación sin hastío. La gran es-

tupidez de esta sociedad ha sido convertir la felicidad en una obligación, cuando está llamada a ser don y sorpresa (Pascal, Brunner) (*4ª semana*).

Todo esto se va a afrontar desde la fe. Partiendo de *Cristo nuestro Señor delante puesto en Cruz* (EE 53) en *1ª semana*, escuchamos su llamada a seguir *la vida verdadera que muestra* (EE 139) (*2ª semana*), para que *siguiéndole en la pena* (*3ª semana*) *también le siga en la gloria* (EE 95) (*4ª semana*).

Una vez recorrido este proceso, Ignacio devuelve al ejercitante a la realidad “preparado y dispuesto” para “encontrar a Dios en todas las cosas” y para “en todo amar y servir”.

1. AFRONTAR LA PROPIA NEGATIVIDAD DESDE LA MISERICORDIA (1ª SEMANA)

Esta primera semana consta de cinco ejercicios, y el método de oración que propone es la *meditación de las tres potencias* (memoria, entendimiento y voluntad). La dinámica de estos ejercicios pretende, como hemos dicho, afrontar la negatividad (*pecado*). Los pasos a dar en este proceso están plasmados en la petición de cada ejercicio: 1º, ante el pecado en sí (fuera de uno mismo), sentirse implicado (*vergüenza y confusión de mí mismo*); 2º, ante los propios pecados (*intenso dolor y lágrimas* recuperadores); 3º, a través de dos repeticiones abrirse a una sensibilización negativa (pedir un triple *aborrecimiento*); y 4º, pedir *temor de las penas que padecen los dañados*: los que han destrozado su proyecto humano (infierno).

El método de oración para llevar a cabo estos pasos lo llama *meditación de tres potencias* y está descrito en el primer punto del primer ejercicio: pecado de los ángeles: “...traer la memoria sobre el primer pecado, que fue de los ángeles, y luego el mismo el entendimiento discuriendo, luego la voluntad, queriendo todo esto memorar y entender por más me avergonzar y confundir; trayendo en comparación de un pecado de los ángeles tantos pecados míos, y donde ellos por un pecado fueron al infierno, cuántas veces yo le he merecido por tantos. Digo traer en memoria el pecado de los ángeles; cómo siendo ellos criados en gracia, no queriendo ayudar

con su libertad para hacer reverencia y obediencia a su Criador y Señor, viniendo en superbia fueron convertidos de gracia en malicia y lanzados del cielo al infierno; y así, conseqüenter, *discurrir* más en particular *con el entendimiento*, y conseqüenter *moviendo más los afectos con la voluntad* [EE 50]. (He cursivizado las palabras que pueden darnos las claves para comprender este método de oración).

Hay que empezar por *traer la memoria*. La memoria es la facultad más objetiva que tenemos. No permito que nadie intervenga en mi voluntad, ni en mi libertad, ni en mis afectos, pero agradecemos que nos “refresquen” la memoria. Ésta, si deja de ser objetiva, no es válida. Por tanto, la memoria es la que recupera la historia. Si no tenemos memoria, nos quedamos sin historia propia, sin biografía. La memoria, pues, es la que nos conecta con la realidad.

... y luego sobre el mismo entendimiento discuriendo. Es el segundo paso. Gracias a la inteligencia podemos relacionar unos hechos con otros y evaluarlos. Pero Ignacio nos advierte que el entendimiento ha de ‘discurrir’ sobre los datos que ha aportado la facultad más objetiva, no sobre fantasías. El problema es que no siempre estamos dispuestos ni a recordar ni a pensar, por eso añade: *luego la voluntad, queriendo todo esto memorar y entender*. En efecto, no es fácil querer enfrentarse con la propia negatividad y sacar conclusio-

nes. Y aquí entra en juego la voluntad. Tendemos a evadirnos de la realidad negativa o, lo que es peor, justificarla. Sólo nuestra 'voluntad' puede superar ese rechazo instintivo a no afrontar.

Por último, hay una última intervención de la voluntad. No basta con haber discurrido correctamente: el mundo de los afectos tienen que sumarse a dicho discurso, de lo contrario carecerá de fuerza para llevar a cabo lo que quiere: *y consequenter moviendo más los afectos con la voluntad*. En efecto, la voluntad no domina los afectos, lo único que puede hacer es moverlos: una cosa es lo que uno siente y otra lo que quiere.

San Ignacio va interrelacionando las tres facultades (*potencias del ánima*), pero las 'ordena': no es lo mismo empezar por pensar sobre suposiciones que saber que primero tenemos que recordar los datos reales de los que disponemos, para que no fantaseemos creyendo que estamos pensando. Por otro lado es consciente que podemos darle la espalda a la realidad, por ello recurre a la voluntad para que 'quiera recordar y discurrir'. Por último, el tener claras las metas (saber lo que quiere) no supone que se lleven a efecto: la voluntad tiene que ser consciente que ha de 'mover' (ordenar) los afectos para hacer lo que quiere.

Uno tiene que construir la vida con sus datos, no con los de los demás: hay pues que empezar por recuperar la memoria y sobre los datos que ella aporta, discurrir. Y si esto no nos sale espontáneamente, la voluntad debe intervenir para afrontar la realidad sin evasiones. Por último, no creer que el voluntarismo tiene futuro: lo único que puede ha-

cer la voluntad es 'mover' los afectos, porque no es posible dominarlos.

San Ignacio, con este método de tres potencias nos proporciona el único medio válido de acceder a la propia verdad y responsabilizarse. No es casualidad que recurra a este método para enfrentar a la persona con su negatividad (pecado).

La aplicación de este método al pecado de los ángeles la describe así: *... no se queriendo ayudar con su libertad para hacer reverencia y obediencia a su Criador y Señor, viniendo en superbia...* La dinámica de este primer pecado que nuestra 'memoria' nos aporta revela que se parece a la dinámica de cualquier pecado: por eso su recuerdo (*memorar*) y reflexión (*entender*) puede llevar al ejercitante a tomar conciencia de su implicación (*por más me avergonzar y confundir*). En efecto, en todo pecado encontraremos esta dinámica: usar la libertad, no desde el respeto y la escucha sino para constituirnos en centro (*viniendo en superbia*).

Después de aplicar el método al pecado de Adán y Eva y a quien *por un pecado mortal es ido al infierno*, culmina en el coloquio: *Imaginando a Cristo nuestro Señor delante y puesto en cruz, hacer un coloquio, cómo de Criador es venido a hacerse hombre y de vida eterna a muerte temporal, y así a morir por mis pecados* [EE 53].

Empecemos por caer en la cuenta que es la primera vez que aparece Cristo, *puesto en cruz*. Ya es un acierto que no aparezca en el PF: el propio Jesús, en cuanto hombre, lo tuvo que vivir. Y es que la fe en Cristo surge en el *hecho Pascual*. La muerte-resurrección

de Jesús es el punto de arranque del cristianismo.

Pues bien, culminando el enfrentamiento con la historia del pecado ‘en sí’ que supone este primer ejercicio, aparece delante Cristo ‘puesto en cruz’, como símbolo de la consecuencia de toda dinámica de pecado: la muerte, el sufrimiento del inocente. En el Crucificado nos encontramos con un Dios que se hace uno de tantos en Jesús, solidarizándose con los últimos: *y así a morir por mis pecados*. Esta frase habría que interpretarla como ‘implicado en una realidad afectada por un pecado del que todos participamos’.

Ahora bien, este *poner delante* no enfrenta al ejercitante con una idea (por sublime que sea) sino con una *Persona* que *de Criador es venido a hacerse hombre, y de vida eterna a muerte temporal*. Es decir nos abre a una *relación interpersonal*. La fe cristiana para san Ignacio es pura interpelación personal (*otro tanto mirando a mí mismo lo que he hecho por Cristo, lo que hago por Cristo, lo que debo hacer por Cristo*) que responsabiliza. En efecto, toda responsabilidad lleva consigo asumir nues-

tra temporalidad (historia): ‘*qué he hecho*’ (pasado), ‘*qué hago*’ (presente), ‘*qué debo hacer*’ (futuro) de cara a un compromiso: ‘*por Cristo*’, que lleva a una búsqueda-respuesta que la persona tiene que plantearse, nadie se la puede dar hecha: y así viéndole tal, y *así colgado en la cruz, discurrir por lo que se ofreciere*.

Este compromiso responsable se fragua en una relación personal. Así *el coloquio se hace, propiamente hablando, así como un amigo habla a otro, o un siervo a su señor: cuándo pidiendo alguna gracia, cuándo culpándose por algún mal hecho, cuándo comunicando sus cosas y queriendo consejo en ellas*. [EE 54].

El coloquio para Ignacio, en cuanto encuentro personal con Dios siempre es recuperador. La *vergüenza* y *confusión* está llamada a responsabilizar a la persona, no sólo de cara al pasado sino al futuro, nunca a anular.

Descrita ya la meditación de tres potencias, pasa al segundo ejercicio en el que nos enfrenta con el ‘proceso de los pecados’.

2. LA VIDA DEL REY ETERNAL COMO LLAMADA (2ª, 3ª, 4ª SEMANAS)

Ante el callejón sin salida a que puede llevarnos el pecado (*vacío del infierno*), san Ignacio nos presenta la vida del rey eternal como una llamada que dé sentido a un yo que puede aislarse en sí mismo (‘venir en superbia’): *El llama-*

miento del rey temporal ayuda a contemplar la vida del Rey eternal [EE 91-100].

Esta *contemplación*, pórtico de las tres semanas siguientes nos abre a un *llamamiento* hecho *vida*. En efecto, la

llamada del Rey eterno es a seguirle: *Mi voluntad es de conquistar todo el mundo y todos los enemigos, y así entrar en la gloria de mi Padre: por tanto, quien quisiere venir conmigo ha de trabajar conmigo, porque siguiéndome en la pena también me siga en la gloria* [EE 95]. Por tanto, ha de ir y vivir como Él (2ª Semana), sufrir con El (3ª Semana) y participar en su gloria (4ª Semana).

En realidad toda vida es llamamiento, para bien o para mal. Aquí san Ignacio remite a nuestra tendencia a identificarnos con quien encarna nuestros ideales, la dinámica primera que tuvimos: identificados con nuestros padres, imitábamos y repetíamos lo que hacían. Este mecanismo sigue latente en toda persona. San Ignacio es consciente de ello, y avisa *cuanto es cosa más digna de consideración ver a Cristo nuestro Señor, rey eterno...* Es decir, es una tendencia muy peligrosa, y sólo ‘es cosa digna de consideración’ aplicarla a ‘Cristo nuestro Señor’.

Pero esta llamada la enmarca en una petición: *será aquí pedir gracia a nuestro Señor para que no sea sordo a su llamamiento, mas presto y diligente para cumplir su santísima voluntad* [EE 91]. Ya sabemos que la petición de cada ejercicio focaliza lo que pretende. Este llamamiento del ‘Rey eterno’ a seguirlo nos abre a la *contemplación*.

A partir de ahora tendremos que contemplar los *Misterios de la vida de Cristo*, no meditarlos. Ahora bien, si la finalidad de toda ‘meditación’ era la búsqueda, la de la contemplación será la escucha. Esto es lo que pide en este ejercicio: *que no sea sordo a su llamamiento*.

Pero si la petición había que relacionarla con el coloquio si queremos saber su alcance, hay que recordar las *oblaciones de mayor estima y mayor momento* que propone: *Eterno Señor de todas las cosas, yo hago mi oblación, con vuestro favor y ayuda, delante vuestra infinita bondad, y delante vuestra Madre gloriosa, y de todos los santos y santas de la corte celestial, que yo quiero y deseo y es mi determinación deliberada, sólo que sea vuestro mayor servicio y alabanza, de imitaros en pasar todas injurias y todo vituperio y toda pobreza, así actual como espiritual, queriéndome vuestra santísima majestad elegir y recibir en tal vida y estado* [EE 98].

Es decir, esta actitud contemplativa que pedimos (*no ser sordo*), no es algo tan ‘pasivo’ sino que, sólo *haciendo contra la propia sensualidad y contra su amor carnal y mundano*, nos abriremos al seguimiento. En efecto, lo que impedirá esta escucha (*ser prestos y diligentes para cumplir su divina voluntad*) será nuestro narcisismo y nuestra codicia. De ahí que será algo liberador no sólo *querer sino desear*, de forma que llegue a convertirse en una *determinación deliberada, ...de imitaros en pasar todas injurias... y toda pobreza...* Con esta actitud nos preparamos para la contemplación (la escucha, el ‘*no ser sordo*’) de los *misterios de la vida de Cristo*.

2.1. Mi libertad interpelada por la vida verdadera a un seguimiento (2ª semana)

La *Segunda Semana* de los Ejercicios aborda el problema de qué hago yo con mi propia vida. Y la vida

de Jesús se nos ofrece como alternativa válida (*cuánto es cosa más digna de consideración*). En efecto, la búsqueda del propio ejercitante va a ser paralela a las peripecias de la vida de Jesús. Y el método que propone para acceder a la vida de Jesús es la *contemplación*. Veamos cómo.

La *contemplación* añade un preámbulo nuevo: entre la *oración preparatoria* y la *composición de lugar* hay que traer la *historia de la cosa que tengo de contemplar*. Es decir, la contemplación necesita tener delante desde el principio toda la escena, ya que nunca debe convertirse en una ‘lectura meditada’. Aquí no se trata de *discurrir con el entendimiento sino reflectir en mí mismo para sacar algún provecho. Reflectir* no es reflexionar. La palabra nunca sale en las meditaciones de tres potencias sino en las contemplaciones y en la aplicación de sentidos. Según el *Diccionario de autoridades* significa: “el hecho de reflejarse el rayo de luz en el cuerpo opaco”. Hay pues que dejar que la vida de Jesús se refleje en mí y me interpele, no elucubrar sobre ella. La elucubración manipula, la contemplación descoloca y cambia. Todas estas contemplaciones estarán, como siempre, enmarcadas en una petición: *demandar conocimiento interno del Señor, que por mí se ha hecho hombre, para que más le ame y le siga* [EE 104].

En efecto, lo que nos irá cambiando es un ‘conocimiento’ al que se haya incorporado la propia sensibilidad (*interno*), es decir, que nos ponga en juego como totalidad, porque nos afecta: *que por mí se ha hecho hombre*. Cuando descubrimos lo que una persona hace ‘por mí’

(con gratuidad total, no echando en cara) desencadena en nosotros la misma respuesta generosa y desinteresada (*para que más le ame*) y me compromete (*y le siga*). Pero nunca olvidemos que lo pedimos: no es una experiencia voluntarista sino un don.

San Ignacio, en 2ª semana sólo desarrolla dos contemplaciones: la Encarnación [EE 101-109] y el Nacimiento [EE 110-117]. La primera tiene entidad propia (en ella late lo que después fue el nervio de la Compañía de Jesús: la *Misión*). En el Nacimiento, sin embargo, encontramos la dinámica que hará que nuestra aproximación a la escena sea contemplativa. Para contemplar la escena que el primer preámbulo (la *historia*) ha puesto ante nuestros ojos propone tres puntos: *Ver las personas, oír lo que hablan y mirar lo que hacen*.

El primer punto es ver las personas... [EE 114]. Es el primer paso para que nuestra actitud sea contemplativa. Dijimos más arriba que para san Ignacio toda oración ha de ser relación interpersonal. Pues bien, yo definiría este primer paso como *descubrir la dinámica de la presencia personal*. En efecto, esta dinámica no se da sin más en la presencia física: la persona sentada a mi lado en el autobús no está presente en mi vida ni suscita una relación interpersonal. Esta presencia no va más allá de la ‘yuxtaposición’. En efecto, para san Ignacio se trata de *ver las personas* (no ‘cosas’) *como si presente me hallase*, con una presencia no meramente ‘física’ sino impregnada de una actitud muy concreta: *haciéndome yo un pobrecito y esclavito indigno, mirándolos, contemplándolos, y sirviéndolos en sus necesidades... con*

todo acatamiento y reverencia posible". El prepotente no sabrá nunca lo que es una relación interpersonal, porque nadie se sentirá persona ante él. Sólo esta actitud respetuosa y expectante, abierta a la sorpresa (no el cliché) y dispuesta a servir *en sus necesidades* (no manipular), puede considerarse presencia personal: *con todo acatamiento y reverencia posible*. Es abrirse al misterio de la persona. Entonces podrá surgir un *reflectir* (en el sentido más arriba expuesto) que nos interpele.

El segundo: mirar, advertir y contemplar lo que hablan; y, reflejando en mí mismo, sacar algún provecho [EE 115]. En vez de la formulación 'oír las personas' usa tres verbos que expresan en qué consiste, no el simplemente 'oír' sino lo que solemos llamar *escuchar*. La actitud expectante del punto anterior posibilita este *mirar, advertir y contemplar lo que hablan*. Cuando el que me escucha 'mira', 'advierde' (toma conciencia) y 'contempla' (se sorprende) lo que digo, me siento más persona.

El tercero: mirar y considerar lo que hacen... [EE 116]. La actitud de presencia y escucha de los dos puntos anteriores posibilita abrirse al misterio de la persona. Pero ¿qué quiere decir 'mirar las personas' si ya las 'vimos'? ¿Qué añade el mirar al ver? Por lo pronto en la formulación del Nacimiento añade *y considerar*. Es, pues, un mirar que va más allá de lo que puede verse a simple vista hasta *considerar* el trasfondo de *lo que hacen*. "Toda vida, decíamos, se convierte en llamamiento para bien o para mal", que es lo mismo que decir que toda acción humana tiene un significado, un sentido: pretende transmitir o buscar al-

go, tiene una historia y un horizonte. Esto es lo que san Ignacio sugiere que descubramos en el hecho de que *el Señor sea nacido en suma pobreza: un signo que encierra en sí toda su vida (a cabo de tantos trabajos... para morir en cruz) y su sentido (y todo esto por mí)*. En efecto, todos percibimos en la forma de mirarnos, de darnos la mano, etc., una persona, su actitud. La acción humana siempre es 'significativa' y nos dice más que las mismas palabras. Con este tercer punto, pues, san Ignacio nos abre al misterio de la vida de Jesús, descubrir el trasfondo que hay detrás de sus hechos, gestos, postura en la vida, qué le mueve... Es abrirse al misterio de la persona.

Si la contemplación no penetra en este misterio no es tal, se queda en el mero análisis 'científico' en el sentido más 'cósmico' del término. Pero cuando nos abrimos al significado, a la historia y dinámica que encierra cada hecho, estamos contemplando: nos abrimos a la sorpresa y nos sentimos interpelados. La contemplación supone receptividad y da acceso a la realidad, sorprende, y puede cambiarnos; la meditación, en cambio, busca, analiza y a veces es proyectiva.

2. 1. 2. *Aplicación de sentidos*

Después de dos repeticiones [EE 118-120] propone el novedoso método de oración de la *aplicación de sentidos* [EE 121-126]. Ya aludimos a él en el *primer modo de orar* hablando de la sensibilidad en orden al seguimiento de Jesús.

Hay que empezar diciendo que en realidad no sabemos cómo se hace. Sí

sabemos que falta mucho para que nuestra sensibilidad se parezca a la de Jesús. Posiblemente la contemplación de la vida de Jesús nos ha entusiasmado, pero la meta es que se incorpore su sensibilidad.

Lo único que indica san Ignacio es: *traer los cinco sentidos y que aprovecha el pasar de los cinco sentidos de la imaginación*. ¿Qué alcance tienen las palabras ‘traer’ y ‘pasar’? Por lo pronto ¿no estaban ya? En efecto, ‘vimos’ las personas, las ‘oímos’ y las ‘miramos’. Sin embargo, constatamos que nuestra sensibilidad no se ha incorporado al conocimiento de Jesús. Hay pues que ‘traer’ y ‘pasar’ cada sentido y no quedarnos en la mera emoción, de lo contrario nuestra praxis seguirá pendiente.

La finalidad de la “aplicación de sentidos” es que nuestra sensibilidad vaya pareciéndose a la de Jesús. Nuestro conocimiento de Jesús será ‘interno’ cuando nuestra sensibilidad se incorpore. Veamos si en los *cuatro puntos* que propone encontramos datos que nos ayude a entender este ejercicio.

Según el primer punto [EE 122], el *pasar cada sentido de la imaginación* consistiría en *meditar y contemplar en particular sus circunstancias*. En efecto, la sensibilidad no se ve afectada por las ideas, sino por la realidad, y ésta se concreta en las *circunstancias*. La aplicación de sentidos no puede moverse en idealizaciones. San Ignacio tenía esto tan claro que al jesuita que ha hecho los Ejercicios con los *sentidos de la imaginación*, lo someterá a realidades en las que sus *sentidos corporales* puedan sensibilizarse con *circunstancias* de pobreza, dolor e inseguridad: las experiencias

de hospitales, peregrinación y oficios bajos y humildes.

El tercer punto une dos sentidos: *oler y gustar con el olfato y con el gusto la infinita suavidad y dulzura de la divinidad, del ánima y de sus virtudes y de todo, según fuere la persona que se contempla, reflejando en sí mismo y sacando provecho dello* [EE 124].

Así como remitía la vista a las circunstancias reales, el olfato y gusto los remite a la *persona que se contempla*. En efecto, la realidad personal despertada sensibilidades, difíciles de describir pero más penetrantes que las reales. Si ni sabemos cómo se hace ni lo podemos (lo tenemos que pedir), sólo nos queda la *repetición* y la *petición*. Si en la contemplación predominaba la pasividad, aquí ésta es extrema: no sabemos ni como se hace.

Es decir, no sabremos cómo se hace, pero sí debemos saber lo con ella pretende san Ignacio: que la sensibilidad del ejercitante vaya pareciéndose a la de Jesús. No se conforma con que sus ideales y valores coincidan con los de Jesús; ni siquiera con que viva momentos de fervor y entusiasmo. Sabe que lo que va a hacer posible que su acceso a la realidad se parezca al de Jesús (*seguimiento*) será que su manera de ver las cosas, sus gustos, sus repugnancias... sean semejantes a los de Jesús. Esto no puede controlarse (como el pianista no controlaba su progreso), pero sí constata que lo que antes alcanzaba con penoso esfuerzo (sintiéndose ‘protagonista’), ahora lo vive como sorpresa, como don, con *suavidad*.

Este ‘logro’ que tan sólo constatamos agradecidos, tiene una estabilidad

que no posee ningún acto ‘voluntarioso’. Más aún, como cualquier otra incorporación de la sensibilidad a nuestra praxis (*conocimiento interno*) tiene la sorprendente peculiaridad de adecuarse a los cambios de la realidad. En una palabra, si nuestra sensibilidad va siendo la de Jesús, nuestro seguimiento a Jesús estará más garantizado.

2. 1. 3. “*en qué vida o estado de nosotros se quiere servir...*”

Todo ejercicio que san Ignacio propone apunta a *sacar algún provecho*. Para él la oración siempre está enmarcada en *lo que quiero y deseo*. ¡Nunca en el vacío!

Si la petición central de esta 2ª semana apunta al *conocimiento interno* de Jesús, para que *más le ame y le siga*, al contemplar *la venida de Cristo al templo cuando era de edad de doce años* [EE 272], san Ignacio plantea al ejercitante qué va a hacer con su vida: *comenzaremos juntamente contemplando su vida a investigar y demandar en qué vida o estado de nosotros se quiere servir su divina majestad... y cómo nos debemos disponer para venir en perfección en cualquier estado o vida que Dios nuestro Señor nos diere para elegir*. [EE 135] La propia búsqueda va a ir acompañada de la contemplación de la vida de Jesús para que se convierta en *seguimiento*, no en una autonomía autosuficiente.

Pues bien, *para alguna introducción dello...* propone dos ejercicios claves: el primero dirigido a la inteligencia (*Dos banderas*) y el segundo al afecto (*Tres binarios*). Ambos ejercicios terminan con un *triple coloquio* [EE 147] que

acompañará al ejercitante en todas las contemplaciones de la *Vida Pública* del Señor. Este coloquio se verá reforzado con la *nota* de Tres binarios [EE 157].

Ya vimos cómo la *vida del rey eternal* era un *llamamiento*, y para *no ser sordo* teníamos que hacer *contra la propia sensualidad...* llegando a la *determinación deliberada* de ‘imitar’ a Jesús *en pasar todas injurias... y toda pobreza...* El gran impedimento para seguir a Jesús siempre girará en tono a nuestro narcisismo y a nuestra codicia. Esto es lo que recoge el coloquio. Este coloquio, que deberá hacerse al final de cada contemplación, va a darnos una visión un tanto ‘sesgada’ de la vida de Jesús: su seguimiento no va a ser precisamente emotivo o estético, sino desenmascarador de engaños.

En efecto, esta es la disyuntiva que plantea la petición de *Dos banderas*: conocimiento de *los engaños del mal caudillo* y *de la vida verdadera que muestra Jesús*, y *gracia para le imitar* [EE 139]. Estamos abocados al engaño. Esto nos instala en la sospecha. El triple coloquio recoge esta sospecha pidiendo que *sea recibido debaxo de su bandera* (la *vida verdadera*) Blinda las contemplaciones de derivaciones engañosas: el seguimiento a Jesús para que sea verdadero (libre de sospechas) ha de ser desde la pobreza y la humillación.

Las contemplaciones con el correctivo del triple coloquio apuntan que acierte con mi libertad. A partir de este momento debemos empezar a preguntarnos *en qué vida y estado de nosotros se quiere servir su divina majestad*, atentos a cuál de los *tres tiempos para hacer sana y buena elección* vivimos.

A estas alturas del proceso de Ejercicios, la contemplación nos ha ido identificando con un Jesús que nos llama a *trabajar con él*. Pero esto nos lleva a seguirle *en la pena*.

2.3. Afrontar el dolor ‘con Cristo doloroso’ (3ª semana)

Las contemplaciones de esta semana van a tener la misma estructura, pero cambiando la petición y añadiendo tres puntos más. Si toda oración en san Ignacio apunta a *sacar algún provecho*, en este momento del proceso de Ejercicios hay que empezar por *demandar dolor, sentimiento y confusión, porque por mis pecados va el Señor a la pasión* [EE 193], petición de la primera contemplación sobre *la última cena*: el seguimiento a Jesús de 2ª semana des centra los sentimientos de 1ª semana (*vergüenza y confusión, e intenso dolor y lágrimas*), que giraban en torno uno mismo (*de mí mismo o de mis pecados*). La fe da contenido personal a unos sentimientos que ya tenían sentido en sí mismos. La oración en san Ignacio es relación interpersonal.

Pero veamos los tres puntos que añaden para alcanzar este descentramiento motivado porque *va el Señor a la pasión*.

El cuarto punto dice así: *considerar lo que Cristo nuestro Señor padece en la humanidad, o quiere padecer, según el paso que se contempla; y aquí comenzar a doler, tristar y llorar, y así trabajando por los otros puntos que se siguen* [EE 195]. La corrección que el mismo san Ignacio hizo al texto nos autoriza a pensar que la ‘consideración’ no debe limitarse a la humanidad histórica

de Cristo sino que ha de abrirse al dolor de la humanidad. El Dios encarnado nos espera allí donde se sufre.

El quinto punto nos abre a una perspectiva inquietante: *considerar cómo la divinidad se esconde, es a saber, cómo podría destruir a sus enemigos y no lo hace, y cómo deja padecer la sacratísima humanidad tan crudelísimamente* [EE 196]. Es el escándalo de la Cruz, el silencio de Dios. Dios se esconde en el dolor humano. La perspectiva de este 5º punto podemos denominarla como una experiencia ‘atea’ de Dios. El Dios que yo querría que bajase de la cruz, no baja. Pero, ¡menos mal! ¿Qué respuesta hubiese sido para los que no podemos bajar de la cruz? ¡Dios no es ‘como Dios manda’!

Se nos olvida que el Dios en el que creemos es Amor (I Jn 4, 8): *cómo pudiendo destruir a sus enemigos no lo hace...* El escándalo del calvario sigue presente. El Amor se hace débil con los débiles, y no abandona. Es el encuentro con un Dios que no es fruto de nuestras expectativas sino que nos descoloca. El misterio del dolor desborda, pero revela un Dios que no abandona ni destruye, porque es Amor. Es un Dios ‘inútil’.

El sexto punto propone *considerar cómo todo esto padece por mis pecados, etc.; y qué debo yo hacer y padecer por él* [EE 197]. No es un “por mí” culpabilizador (‘por mi culpa’) que nos anula, sino de entrega a fondo perdido, en gratuidad.

Pero la petición que registrará toda la 3ª semana aparece en la segunda contemplación: *dolor con Cristo doloroso, quebranto con Cristo quebrantado, lágrimas, pena interna de tanta pena que*

Cristo pasó por mí [EE 203]. Es un ‘dolor’ descentrado (no es ‘mi dolor’), es dolor “con Cristo” (con el que sufre). Esta semana, pues, nos ‘prepara y dispone’ para vivir el dolor desde la compasión, pero una compasión activa que lleva a luchar contra el sufrimiento del otro. Si el protagonista en el dolor es el otro y no yo, nunca nos sentiremos ni víctimas ni héroes. Esta implicación hace madurar.

Este es el *provecho* que la oración de la 3ª semana busca: capacitarnos para afrontar un dolor que nunca entenderemos. San Ignacio no ofrece soluciones ni siquiera da razones, porque no las hay. Ni el propio Jesús las tuvo. Lo que sí podemos es vivir el propio dolor con un Jesús sufriente, triste y abandonado (*¡Ya somos dos!*, decía una enferma en plena crisis).

2.4. Vivir un gozo descentrado: de tanta gloria y gozo de Cristo nuestro Señor (4ª semana)

Esta última Semana plantea el otro problema estrella en el hombre: la felicidad. Igual que el problema del dolor, lo afronta descentrándonos. Tampoco nos convertimos en protagonistas en esta tarea.

La petición, que enfoca la finalidad de esta semana, es paralela a la de 3ª semana (vivir el dolor descentrado, ‘con Cristo’): *pedir gracia para me alegrar y gozar internamente de tanta gloria y gozo de Cristo nuestro Señor* [EE 221]. La alegría y gozo que pedimos no son ‘propios’ sino *de tanta gloria y gozo de Cristo*. Es un gozo descentrado, un gozo que llega a su plenitud porque se tras-

ciende. Y es que mi felicidad, mi gozo, no es algo mío, sino algo compartido, algo interpersonal.

Veamos los puntos específicos de esta semana: *El cuarto: considerar como la divinidad, que parecía esconderse en la pasión, parece y se muestra ahora tan miraculosamente en la santísima resurrección, por los verdaderos y santísimos efectos della* [223]. Es la contraposición al 5º punto de la 3ª semana. Allí la divinidad (‘como Dios manda’) se escondía, ahora, sin embargo, la Divinidad *aparece por los verdaderos y santísimos efectos della*. Pero estos ‘efectos’ no sólo no coinciden con los nuestros (*destruir a sus enemigos*), sino que nos desbordan. *La resurrección es miraculosa*. No coincide con nuestra ‘lógica’, sino que va más allá. La respuesta de Dios es dar vida donde ya no hay esperanza.

El quinto punto nos recuerda algo clave en la espiritualidad ignaciana: “*mirar el oficio de consolar que Cristo nuestro Señor trae, y comparando cómo unos amigos suelen consolar a otros*” [224]. Aquí tan sólo podemos hacer referencia a las *Reglas de discernimiento*: lo propio de Dios es *dar consolación*, nunca desolación, ésta la liga al *enemigo de natura humana*.

El ‘provecho’ que pretende san Ignacio en esta Semana es descubrir que la felicidad surge también del propio descentramiento, y que sólo Dios da la *verdadera alegría y gozo espiritual*. En una sociedad tan individualista, insolidaria y exigente, descubrir que la felicidad es un don y que nos la jugamos en suscitárla alrededor, no es poco hallazgo.

5. VOLVER A LA REALIDAD PARA EN TODO AMAR Y SERVIR CONTEMPLACIÓN PARA ALCANZAR AMOR [EE 230-237]

El proceso de Ejercicios culmina con la *Contemplación para alcanzar amor*. Es devolvernos a la realidad para *en todo amar y servir a su divina majestad*.

El ejercicio empieza con dos notas [EE 230-231]. Si la oración es una experiencia de amor y ahora volvemos a la realidad es importante que empiece por avisarnos que *el amor se debe poner más en las obras que en las palabras*. Pero añade una segunda advertencia: que el amor es reciprocidad. Cuando ésta no se da podemos considerarlo fracasado. Pues bien, en esta reciprocidad lo ‘intercambiable’ van a ser realidades que el ejercitante ha vivido como engaños: el honor y la riqueza. ¿Qué es lo que ha pasado?

La realidad sigue siendo la misma, lo que ha debido cambiar es la actitud de la persona frente a dicha realidad. Si a la mitad del proceso se nos dijo que

tanto se aprovechará en todas cosas espirituales, quanto saliere de su propio amor, querer e interese [EE 189], una vez terminado el proceso, la persona, no centrada en su yo (*vano honor del mundo*), ha de percibir la realidad, no como posible ‘presa’ sobre la que abalanzarse (*codicia de riquezas*), sino como oportunidad de darse. La realidad, en vez de verla como un riesgo a evitar, se convierte en el único medio ‘no iluso’ de abrirse a Dios y *dar de lo que tiene o puede: ciencia, honores, riquezas*. Todo lo que el PF planteaba como reto problemático, ahora se percibe como oportunidad. Lo que antes eran *redes y cadenas* (riqueza, honor), ahora son posibilidades de *vida verdadera: dar y*

comunicar. De no haber alcanzado esta meta, la oración será evasión y no llegará a un encuentro sorprendente con Dios, sino a una proyección ilusa.

Como siempre, el ejercicio queda enmarcado en una *petición: conocimiento interno de tanto bien recibido, para que yo, enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad* [EE 233]. Pedimos percibir la realidad que somos y nos rodea como *don*. Esto ha de llevarnos a un ‘reconocimiento’ total (*enteramente*), a la sorpresa de que todo lo hemos recibido. Somos pura deuda. Esto provocará una respuesta agradecida: *pueda en todo amar y servir a su divina majestad*.

En esta vivencia que pedimos no somos protagonistas. No es la iniciativa ‘generosa’ y ‘heroica’ que convierte una acción en puro voluntarismo, sino la respuesta agradecida y humilde. Es el gozo de devolver lo que se me dio sin más. La iniciativa no ha sido mía.

Para abrirnos a esta gracia propone cuatro puntos, que tienen la estructura de la petición: poner delante los *beneficios recibidos (conocimiento interno de tanto bien recibido), reflexionar en mí mismo (para que enteramente reconociendo), considerar... lo que yo debo de mi parte ofrecer y dar (pueda en todo amar y servir)*.

En el primer punto ‘trae a la memoria’ *los beneficios recibidos y hay que ponderar con mucho afecto cuánto ha hecho Dios nuestro Señor por mí... y... el mismo Señor desea dárseme...* ¡Siempre la oración en san Ignacio se vive como relación personal! Esto es lo que suscita la ‘ponderación con mucho afecto’. La interpelación personal es la

que pone en juego a la persona como totalidad en el compromiso.

En el caso que nos ocupa, no son los beneficios en sí (que están ahí para todos), sino descubrir que son *dones personales*. Los beneficios ‘en sí’ los disfrutamos, abusamos de ellos y llegamos a exigirlos: los percibimos como ‘presa’ sobre la que abalanzarnos, siendo el centro nosotros. La sorpresa de percibir que son un don personal de Dios nos convierte en respuesta agradecida.

Esta experiencia posibilita el *reflexionar en mí mismo*: dejar que este hecho me sorprenda hasta el punto de plantearme, no sólo *lo que yo debo de mi parte ofrecer, sino también dar a su divina majestad... todas mis cosas y a mí mismo con ellas, así como quien ofrece afectándose mucho: Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer. Vos me lo distes; a Vos, Señor, lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad; dadme vuestro amor y gracia, que ésta me basta* [EE 234]. Esta conocida oración expresa el *coloquio* que debe culminar cada punto.

En efecto, ante la sorpresa de *tanto bien recibido*, surge este ‘ofrecimiento’: *afectándose mucho*. Es un ofrecimiento, que no se impone (*tomad Señor y recibid*), total (*toda mi libertad... toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer*). Pero esta entrega no es desde el protagonismo: no tenemos la iniciativa (*Vos me lo diste*), por tanto es lógico (*con mucha razón y justicia*) que ‘devuelva’ lo que se me dio gratuitamente: es un *reconocimiento: a Vos Señor lo torno*, sencillamente porque *todo es vuestro*, por

tanto, *disponed a toda vuestra voluntad* (disponibilidad servidora: ¡es Dios el que tiene que servirse de mí, no yo servir a Dios!), reconociendo mi incapacidad radical: *dadme vuestro amor y gracia que ésta me basta*.

Pero esta respuesta, ya formulada en el primer punto, está llamada a enriquecerse con los tres restantes. En el segundo, subraya que en todos estos dones recibidos gratuitamente *habita* Dios, está presente. Es el don-regalo, cuyo valor radica más en la persona que me lo hizo que en la cosa misma. Mi *tomad Señor y recibid* no ha de girar tanto en lo que ‘devuelvo’ cuanto en mi presencia agradecida. El tercer punto añade un matiz importante: resulta que Dios *trabaja* en estos dones que me inundan. No es ya el regalo costoso que se ha comprado, sino que es algo que ha elaborado la persona que regala. Mi donación ha de ponerme en juego de la única forma válida que podemos hacerlo: *sirviendo*. Por último, el cuarto punto matiza nuestra percepción: la grandeza de los dones que nos rodean podemos vivirllos como ‘absolutos’, que los convierte en ídolos. Toda la gran-

diosidad de los *bienes y dones* que nos rodean *descienden de arriba...* La Contemplación para alcanzar amor debe llevarnos a *en todo amar y servir a su divina majestad*, no en idolatrar o postrarnos ante nada ni nadie. ¡Si no nos abrimos al Absoluto, absolutizaremos lo que sea, pues no podemos vivir sin dioses!

Esta nueva vivencia de la Realidad que somos y que nos rodea, posibilita, pues, una manera *contemplativa* de estar en ella: no sólo la respetaremos sin convertirla en ‘presa’, sino que será el medio no ‘ilusivo’ de *buscar a Dios en todas las cosas... a Él en todas amando y a todas en Él* [Constituciones 288].

Esta última contemplación nos devuelve a la realidad. El proceso de Ejercicios lo hemos hecho con los sentidos de la imaginación; luego tendré que vivirlo con los sentidos corporales, con mi sensibilidad real, en el día a día. Si he incorporado la dinámica de Ejercicios, actualizaré las Semanas en mi vida real. El proceso de Ejercicios está llamado a no quedarse en la mera experiencia sino a convertirse en tarea siempre pendiente.

6. EL EXAMEN DE CONCIENCIA, SÍNTESES DE LOS EJERCICIOS

Comenzábamos este trabajo con la sospecha de san Ignacio sobre las largas oraciones cuando afirmaba que *a un hombre verdaderamente mortificado, bástale un cuarto de hora para se unir a Dios en oración*. Pues bien, esa es la duración que asigna al *examen general de conciencia* (EE 43), el único medio que deja en manos del que ha terminado el proceso de Ejercicios. ¿Podemos considerar este medio oración? Y si lo es, esta breve ‘oración’ ¿tiene el riesgo de ser ilusa?

Si es el único ejercicio que asigna al ejercitante para adelante debe servir para mantener el ‘fruto’ de los Ejercicios. Para ello tendríamos que preguntarnos qué es lo que busca el método de los Ejercicios y si el examen facilita mantener viva dicha búsqueda.

Recordemos brevemente la finalidad que san Ignacio asigna al método expresada en el primer párrafo del texto: *...todo modo de preparar y disponer el ánima para quitar de sí todas las afecciones desordenadas y, después de*

quitadas, para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida... [EE 1].

Pero la vida no es algo puntual sino todo lo contrario: es historia. Dicho de otra forma, la vida está llamada a convertirse en *biografía* y para serlo necesita un ‘hilo conductor’, que no tiene por qué ser el más correcto (el malvado también tiene biografía). Intentemos con el cuadro siguiente interrelacionar el reto de la *vida* con la finalidad de los *Ejercicios* y el método del *Examen*:

LA VIDA COMO BIOGRAFÍA

ACTITUD que responsabiliza	TIEMPO		
	Pasado	Presente	Futuro
Preparar y disponer el alma	para quitar de sí todas las afecciones desordenadas	y después de quitarlas	buscar y hallar la voluntad divina
<p>1 P. Ante Dios: dar gracias a Dios por los beneficios recibidos</p> <p>2 P. Ante mí mismo: pedir gracia para conocer los pecados y lanzarlos</p>	<p>3 P. Demandar cuenta al alma: - de pensamiento - de palabra - de obra</p>	<p>4 P. Pedir perdón a Dios por las faltas</p>	<p>5 P. Proponer enmienda con su gracia</p>

En este cuadro, pues, relacionamos el reto de toda vida (hacer de ella una *biografía*), con la finalidad de los *Ejercicios* (EE 1) y el método del *Examen* (EE 43).

Por lo pronto toda vida va a necesitar dos coordenadas fundamentales: una *actitud* y *tiempo*. En efecto, nadie nace programado: cada persona tiene que plantearse qué hace con su vida (lo que llamamos 'actitud'). El ideal, pues, es que dicha actitud sea responsable (consciente y personal). Pero la vida es historia, y ésta necesita tiempo. Veamos cómo se corresponde el método de los *Ejercicios* [EE 1] con la vida:

– *todo modo de preparar y disponer el ánima*". Estos dos verbos expresan cuándo una *actitud* es responsable: cuando no sólo está 'preparado' (nivel objetivo) sino también 'dispuesto' (nivel subjetivo). Ahora bien, esta actitud

ha de incidir en mi *historia* (mi tiempo) y convertirse en tarea:

– *para quitar de sí todas las afecciones desordenadas*: por lo pronto tengo que hacer mía mi historia (mi *pasado*), sobre todo la negativa (pecado), responsabilizándome. Esto llevará consigo romper los 'enganches' que dicha historia ha creado y condicionan mi vida negativamente (con ellos no soy libre);

– *y después de quitadas*: los 'enganches' que condicionan mi libertad han de eliminarse para que sea yo quien decide, ruptura ha que darse en un *presente* (no puede ser una añoranza ni un deseo);

– *para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida*: sólo después de constatada mi ruptura con las *afecciones desordenadas*, seré libre para abrirme al *futuro* y 'buscar' y 'hallar' lo que Dios quiere de mí.

Este es el reto de los Ejercicios: ¿posibilita el *Examen general* mantener despierta esta tarea nunca acabada? Podríamos decir que el *Examen de conciencia* (EE 43) es la síntesis del método de Ejercicios. Veamos sus cinco puntos enmarcados en el cuadro: Los dos primeros puntos van a *preparar y disponer* mi actitud respecto a Dios y a mí mismo. Sólo después estaré ‘preparado y dispuesto’ para acceder a mi vida.

El primer punto es dar gracias a Dios nuestro Señor por los beneficios recibidos. Es lo primero que tengo que plantearme para que mi actitud sea válida: cual es mi imagen (experiencia) de Dios. Si ésta es amenazante tendré pánico de acceder a mi realidad negativa. Pero la única experiencia de Dios que tenemos es positiva, nadie tiene experiencia de condenación. Cuántas veces, experiencias negativas que al vivirlas no entendíamos se han convertido puntos de partida positivos en nuestra vida: *Dios lo ordena todo para bien de los que le aman* (Rom 8, 28). Esta experiencia de *beneficios recibidos*, recoge toda la dinámica de la *Contemplación para alcanzar amor*.

El 2º, pedir gracia para conocer los pecados, y lanzallos. Si el punto anterior nos ‘preparaba y disponía’ de cara a nuestra imagen de Dios, este segundo lo hace con respecto a nosotros mismos: nuestro narcisismo es el mayor distorsionador de nuestra verdad. Al considerar una gracia el acceso a los propios pecados, no es el narcisismo el que decide, sino la verdad por desagradable que sea. La primera gran gracia es acceder a nuestra verdad, a nuestro pecado. Es decir, este examen es el único

examen que se ha inventado para "suspenderlo". El hombre actual es intocable empeñado en acceder a su verdad sólo desde lo positivo (¿la autoestima?). Este segundo punto recoge la problemática del *primer modo de orar* (propia sospecha) y de la *1ª semana*.

El 3º, demandar cuenta al ánimo...; y primero, del pensamiento; y después de la palabra y después de la obra... Una vez que estoy preparado y dispuesto para acceder a la propia negatividad (cuento con un Dios recuperador y he minado mis mecanismos de defensa y justificaciones) puedo *demandar cuenta al ánimo* de mi pasado.

El 4º, pedir perdón a Dios nuestro Señor de las faltas. Pedimos perdón cuando no sólo reconocemos los hechos sino que los rechazamos y confiamos ser acogidos por Dios, sin dar cabida a la culpabilidad. Esta ruptura con nuestro pasado negativo tiene que darse en un *presente*, no es problema de buena voluntad o deseos.

El quinto, proponer enmienda con su gracia. Una vez vivida esta experiencia de perdón, podemos abrirnos a la recuperación (*futuro*). Pero esta *enmienda* no se plantea como un acto voluntarista sino *con su gracia*.

Volvamos a las preguntas que nos hacíamos: el *examen de conciencia* ¿podemos considerarlo como oración?, y de serlo ¿tiene el riesgo de ser ‘ilusa’?

Por lo pronto el examen no es la fría ‘evaluación’ del propio comportamiento: los dos primeros puntos son los que convierten esta aparente evaluación en una auténtica oración con garantía de no ser ilusa. En efecto, el empezar por *dar gracias... por los beneficios recibidos*

nos abre a la experiencia de un Dios ‘recuperador’ que *todo lo ordena para bien de los que le aman*. Ocurra lo que ocurra puedo contar con Él.

Pero el segundo punto va a garantizar que el acceso a mi realidad negativa sea verdadero y no ‘ilusivo’. Y esto, no por un acto voluntarista sino a través de una petición, es decir, confesando que no está en mi mano y se me tiene que conceder: consideraré una *gracia el conocer los pecados y lanzallos*. La tragedia es no acceder a la propia verdad, por

negativa que sea. El narcisismo, el gran deformador en todo proceso humano, no es referente, sino la verdad.

El *examen*, pues, se convierte en una oración que nunca podrá ser ilusa: manejamos realidades (*beneficios y pecados*). Pero lo más importante: recoge las dinámicas clave que el método de los Ejercicios nos ha proporcionado para ‘prepararnos y disponernos’ para acceder a nuestra vida sin engaños (ni idealizaciones, ni culpabilidades).

CONCLUSIÓN

Ahora podemos comprobar hasta qué punto el método de los Ejercicios es una gran pedagogía de una oración que no nos evade de la realidad. Si la devoción la definía san Ignacio como *facilidad de encontrar a Dios*, el proceso de Ejercicios ha ido preparando y disponiendo al ejercitante para poder alcanzar esta meta: no es otra cosa la *Contemplación para alcanzar amor*, culminación del proceso. Pero hasta llegar ahí ha enfrentado al ejercitante con los grandes problemas que el hombre tiene a través de las cuatro semanas: el mal-pecado, la libertad, el dolor y el gozo. Pero esta confrontación no ha sido en solitario sino *delante de Cristo nuestro Señor* y oyendo su *llamamiento* a seguirle en libertad: *para que siguiéndome en la pena, también me siga en la gloria*.

Los Ejercicios están llamados a ser más *tarea* que *experiencia*, una tarea que siempre estará pendiente. El *Examen general* es el gran medio que Ignacio nos dejó para hacerla posible, sabiendo que el reto es alcanzar la *devoción*, en el sentido de *facilidad de encontrar a Dios*, porque percibo la realidad como una oportunidad *para en todo amar y servir a su divina majestad*.