

EJERCICIOS ESPIRITUALES

UNA EXPERIENCIA DE FE

Guido Jonquière, s.j.

Testimonios

PRESENTACIÓN

“El Señor hablaba con Moisés cara a cara, como un hombre habla con su amigo” (Éx 33, 11a).

El cristianismo, no es una religión fundada en un libro que contiene una cierta cantidad de preceptos que es necesario cumplir. Antes bien, es fundamentalmente una experiencia de encuentro con Dios que se hace conocido en el camino de la vida. La experiencia del pueblo de Israel nos muestra esta realidad por todos lados.

Hoy día, podríamos preguntarnos: ¿por qué Dios no se nos aparece como a aquellos personajes antiguos de la Biblia? Tenemos el ejemplo de Moisés, a quien Dios se le apareció de manera maravillosa en una zarza ardiente. También, de él se dice que conversaba con Dios cara a cara, como amigos. Esta relación que comparten el profeta y Dios, no debería resultarnos cosa del pasado. Si queremos vivir nuestra fe de verdad, entonces es necesario fomentar en nosotros la relación, la experiencia, la cercanía con el Señor.

Esta Ayuda que entregamos a ustedes, desea motivar en la búsqueda de Dios y su misterio. Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola, han sido una fuente de profundización en la relación con Dios que sigue dando frutos hasta hoy. A través de una metodología sencilla, se invita a las personas a ahondar en su conocimiento afectivo del Señor Jesús, que cambia la vida. Junto con explicar de qué se trata el método ignaciano, queremos hacer llegar a ustedes, el testimonio de tres personas, que han podido profundizar en su vida espiritual a través de la modalidad de los Ejercicios Espirituales en la Vida Corriente. Son cristianos(as) de nuestra época que nos pueden motivar también a nosotros, a seguir el camino del evangelio.

INDICE

PRESENTACIÓN	1
¿QUÉ SON LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES?	2
Un proceso y un acto de verdadera libertad	
¿Etapas o constante profundización?	
El que hace los Ejercicios no es un ermitaño	
Una sabiduría duradera	
Modalidades de Ejercicios	
EJERCICIOS ESPIRITUALES EN LA VIDA CORRIENTE: TESTIMONIOS	6
<i>Claudio. Ganar en mayor profundidad</i>	6
<i>Beatriz. Un antes y un después</i>	8
<i>La experiencia de los Ejercicios en la Vida</i>	
<i>Aprender a discernir</i>	
<i>Dejarse transformar por Cristo</i>	
<i>Marcela. Una decisión difícil</i>	13
<i>El relato</i>	
<i>Aceptando la decisión</i>	
<i>Elegir construye futuro</i>	

¿Qué son los Ejercicios Espirituales?

Fundamentalmente, los Ejercicios Espirituales son la traducción de la experiencia espiritual que Dios le regaló a Ignacio de Loyola, quien vivió entre los años 1491 y 1556. Nació en Loyola, Guipúzcoa, en el país Vasco (España) y recorrió durante su vida variados lugares en España, Tierra Santa, Francia, Italia, entre otros. Ignacio tempranamente va ofreciendo a otras personas, esta herramienta espiritual para encontrarse con Dios y reconocer su propio camino espiritual. De esta manera, el libro de los Ejercicios va tomando forma, gracias al mayor conocimiento espiritual de sí mismo y de otros, que como él, se deciden a ir tras los pasos de Jesús. El mismo Ignacio cuenta que los Ejercicios *"no los había hecho todos de una sola vez, sino que algunas cosas que él observaba en su alma y las encontraba útiles, le parecía que podrían ser también útiles a los otros, y así las ponía por escrito"*¹.

En el lenguaje del mismo Ignacio, "el que da los Ejercicios" los va proponiendo al que "los recibe" según le convengan y a medida que le convienen. Ciertamente, presentan un itinerario tipo que puede ser descrito en un esquema de cuatro "semanas" aproximativas (un mes): **primera semana**, el pecado y la misericordia de Dios; **segunda semana**, la vida de Cristo; **tercera semana**, la Pasión de Jesús; **cuarta semana**, la Resurrección. Un retiro de mes según los Ejercicios ofrece efectivamente ese recorrido, pero lo que está en juego no aparece para nada en esa descripción.

¹ Autobiografía de san Ignacio de Loyola, Prólogo.

Entre la segunda semana y la tercera, Ignacio introduce como un dossier relativo a la "elección". Debidamente preparado, el que recibe los Ejercicios está, en ese momento, en condiciones de hacer una elección importante. Por ejemplo, si es hombre o mujer joven, puede elegir ahora su "estado de vida" laical, religioso(a), sacerdotal, profesional, de estilo de vida, etc... La elección está en el centro de los Ejercicios y da su sentido normal a todo el proceso. Hablar de "elección" en vez de "decisión" u otro término parecido, hace sin duda referencia a la experiencia bíblica de la elección divina del pueblo de Israel, como cuando Jesús dice a sus discípulos: "*No me eligieron ustedes, soy yo quien los elegí...*" (Jn 15, 16). El ejercitante se percibe como elegido por Dios para algo e invitado a ratificar esa elección con la suya propia. Este lugar central de la elección explica y justifica el título largo dado por Ignacio a su libro: "Ejercicios espirituales para...ordenar su vida, sin determinarse por afeción alguna que desordenada sea"². Ahora bien, los ejercicios no son solamente para hacer elección, sino para fortalecer el camino ya elegido.

Un proceso y un acto de verdadera libertad

Nadie consigue ese objetivo sin un proceso adecuado, el cual a su vez supone una predisposición. San Ignacio proponía pocas veces los Ejercicios y obligó a personas excelentes a esperar meses o años antes de hacerlos. Quizá si la principal predisposición requerida sea un gran deseo, no el deseo de hacer los Ejercicios porque se ha oído hablar de ellos o por afán de experiencias, sino un fuerte anhelo de progreso espiritual, de santidad, de correspondencia al llamado del Señor -aún vago tal vez-, de poner orden en la propia vida. Luego, hace falta la convicción de que es difícil lograr aquello sin alguna ayuda, y la confianza en el procedimiento propuesto por Ignacio y refrendado por la autoridad de la Iglesia. Está claro, pues, que nadie puede ser mandado a hacer Ejercicios, y que nadie sacará provecho alguno de ellos si no está dispuesto a salir de sus rutinas.

¿Etapas o constante profundización?

Sorprende el encontrar en el mismo punto de partida de los Ejercicios un planteamiento tan ambicioso como es el *Principio y Fundamento*. Desde el inicio está presente toda la grandeza del desafío planteado a la libertad humana: reconocimiento del absoluto señorío de Dios y total disponibilidad ante el futuro. No se puede ir más lejos. De lo que se trata es de interiorizar cada vez más esta radical apertura.

Nada de eso se consigue sin un constante recurso a la oración y sin experimentar mociones y afectos encontrados, como ocurre en toda vida espiritual auténtica. Gran parte del texto de los Ejercicios consiste en indicaciones prácticas para el guía o director, a fin de que pueda -instruido por Ignacio-, acompañar todo el proceso sin interferir en la obra de Dios, pero enseñando al ejercitante a evitar la ilusión, el autoengaño y la caída en la tentación destructora; mientras le propone los pasos sucesivos, los ejercicios oportunos: meditación, contemplación, penitencia, rezo, examen, etc. Para ese discernimiento, en un proceso tan delicado, la presencia de un guía es necesaria; los Ejercicios no son un programa de oraciones sin guía ni discernimiento.

² Ejercicios Espirituales nº 21.

El que hace los Ejercicios no es un ermitaño

Hasta aquí, hemos presentado los Ejercicios como si fueran un proceso de tú a tú entre el Señor y su discípulo. De hecho lo son. Pero el cristiano nunca está solo frente a Dios. Ignacio, impresionado y herido por la ruptura que provocó la Reforma³, tenía un sentido agudo de la Iglesia. Sus reglas para sentir con ella aparecen al final del libro, pero afectan el entero proceso. Después del Concilio Vaticano II (1962-1965), nuestro sentido de Iglesia supone por cierto, como entonces, una gran adhesión a su jerarquía, pero también una fina atención al vivir del entero Pueblo de Dios. Justamente, la experiencia enseña que las personas más insertas en campos apostólicos difíciles o ubicadas en puntos álgidos de la sociedad y la cultura, y más desafiadas a profundizar desde allí su fe y su amor, son las que hacen los Ejercicios con más provecho.

Asimismo, los Ejercicios bien hechos, si no pueden ser una empresa de concientización, pueden y deben conducir a un mayor compromiso con el Reino de Dios; en concreto, a una mayor opción por los pobres y la justicia, para compartir el amor preferencial de Jesús y, por supuesto, del Padre. Sin ello es de temer que el seguimiento de Jesús pobre, anhelado durante el proceso, se quede en la retórica o, cuando más, se traduzca en un ascetismo individualista ajeno al espíritu de san Ignacio. "Amar y servir", expresión que encontramos en la última contemplación de los Ejercicios, precedida de la advertencia que "el amor se debe poner más en la obras que en las palabras"⁴, conducirá efectivamente a una atención prioritaria a los más necesitados de amor y servicio. El lugar y la manera podrán ser muy variados de una persona a otra, según el oficio o profesión, según el estado de vida, según el temperamento y la historia personal. Pero hoy, es difícil encontrar un test más seguro de que los Ejercicios han dado su fruto.

Una sabiduría duradera

En todo caso, ese fruto, normalmente muy duradero, sólo se verifica después de los Ejercicios. Por eso se suele decir que la última confirmación de la elección se da en la vida misma. Y más allá de la elección, habrá normalmente en el proceder del ejercitante, en especial ante nuevos desafíos, una sabiduría nueva que "procede de Dios y no de nosotros" (2 Cor 4, 7), como dice el apóstol Pablo, una sabiduría nacida de la larga y profunda confrontación con la Palabra de Dios en Jesús, fogueada al pie de la cruz y confortada por el gozo del Resucitado.

Modalidades de los Ejercicios

Los que hayan practicado los Ejercicios en forma más breve podrán no reconocerse en las páginas anteriores. Aquí caben algunas observaciones importantes. El mismo Ignacio preveía variantes en el modo de proponer los Ejercicios y no se privaba de la posibilidad de dar algunos ejercicios que fueran útiles, aun cuando la persona no pretendiera o no pudiera afrontar la totalidad del proceso.

Debemos distinguir al menos tres situaciones distintas:

³ La Reforma se da en el siglo XVI. Es un proceso de crítica dirigido principalmente en contra de la jerarquía católica y de controversia respecto de algunas interpretaciones de la doctrina, que terminó en una grave división de la Iglesia. El principal líder de este movimiento de Reforma, es el sacerdote agustino Martín Lutero.

⁴ Ejercicios Espirituales nº 230.

La primera, es cuando la persona es susceptible de aprovechar sólo parte de los Ejercicios, generalmente elementos de la primera semana. Entonces, Ignacio pide formalmente "no proceder adelante en materias de elección, ni en otros algunos ejercicios..., mayormente cuando en otros se puede hacer mayor provecho, faltando tiempo para todo"⁵. ¡A buen entendedor pocas palabras!

El segundo caso es cuando, habiendo tiempo, se ofrece o se acepta dar los Ejercicios abreviados (fin de semana, cuatro u ocho días, en general), personalizados, o predicados si el grupo es grande, a gente que no podría hacer el mes o ya lo hizo y no tiene por qué repetirlo. El asunto es qué fruto se puede esperar de tales ejercicios parciales, condensados o reducidos a un retiro común: allí interviene una vez más el discernimiento, para aceptar o no, según el criterio de Ignacio.

El tercero, es cuando hay una persona (o un grupo), capaz de sacar buen provecho, pero se ve en la imposibilidad de retirarse a un lugar tranquilo. Se le puede ofrecer entonces los Ejercicios "en la vida corriente", pero nadie se llame a engaño: éstos son una fórmula muy exigente y de larga duración, desde meses a más de un año. Hace falta que el guía y el interesado, estén claramente de acuerdo antes de comenzar.

A semejanza de esta última modalidad, se puede practicar y de hecho se practica otras maneras de dar Ejercicios, adaptadas a las posibilidades de personas y grupos: sesiones vespertinas, fines de semana, etc. Nuevamente, todo depende del tiempo disponible y del fruto esperado.

Pero, para no crear confusión y desilusiones, resultaría más sano y correcto, en consonancia con lo dicho hasta aquí, reservar el nombre de Ejercicios a los que se hacen personalmente guiados y por un tiempo largo que permita un discernimiento.

Para vivir los Ejercicios Espirituales completos, una de las modalidades que indica san Ignacio es, para una persona muy ocupada, hacerlos sin retirarse a un lugar aparte sino en medio de sus actividades -como antes se señaló-. Son los que llamamos hoy "Ejercicios en la vida corriente" o "en la vida diaria" o simplemente "en la vida". En Chile, se dan sobre todo en forma grupal, pero son más eficaces -aunque exigen más esfuerzo y generalmente más tiempo- cuando alguien puede guiarlos en forma personalizada. Damos a conocer a continuación tres testimonios fehacientes de los frutos que se pueden esperar de semejante práctica.

⁵ Ejercicios Espirituales, Anotaciones nº 18.

Ejercicios Espirituales en la vida corriente: testimonios⁶.

Claudio. *Ganar en mayor profundidad.*

Me resulta difícil, a primera vista, tomar la distancia suficiente para poner por escrito el camino que recorrí durante esos dieciocho meses de Ejercicios Espirituales. Al menos puedo intentar describir el modo como percibo ahora mi ser profundo.

Yo ya había cambiado durante los tres años que precedieron a esos Ejercicios Espirituales. Dichos Ejercicios no se desarrollaron, sino después de un largo tiempo de acompañamiento, al término del cual, la práctica de los mismos en cierto modo se impuso. Recién acababa de retomar una vida de oración regular a partir de la Biblia y tenía ganas de seguir en ese camino.

Me siento diferente; ésa es la primera palabra que me viene en mente. Señal de que se hizo un camino. Debo, por así decirlo, acostumbrarme al nuevo Claudio que he llegado a ser.

He aprendido a no leer más un libro espiritual tras otro. Ahora sé contentarme con un solo versículo y gustarlo largamente en mi oración. Como dice san Ignacio, “no el mucho saber harta y satisface el alma, sino el sentir y gustar de las cosas internamente”⁷.

Me siento más profundo, me quedo menos en la superficie de las cosas, voy a lo esencial. Así, me parece que la vida se reduce a dejarse amar por Dios y a amarlo de vuelta; lo cual me empuja, por un movimiento natural, a amar a mis hermanos. No vivo ese amor a los demás como un deber, sino como una evidencia. Dejarse amar primero y amar de vuelta.

Me siento unificado, menos desgarrado por las tensiones de la vida familiar y profesional. Siento cómo entran en resonancia vida activa y oración, cada una alimentando a la otra.

La oración, la he integrado como parte de mi vida. Ya no cavilo diciendo que debo hacer oración. Más bien me digo que Dios ha puesto en mí el deseo de encontrarlo.

Me acuerdo del título de un libro: “Con Jesús, ¿qué es lo que vives?” El autor explicaba en particular su paso de una vida ritual a una de relación con Cristo. Del mismo modo, vivo ahora mi vida religiosa, no como un conjunto de preceptos, sino realmente como una relación amorosa. Así, por ejemplo, estoy convencido de que, orando o amando a mis hermanos, le doy un alegrón a Dios. Y justamente, quiero hacerlo feliz.

Me siento en paz, lo que no quiere decir que mi temperamento un poco fuerte o algunas agresiones, no me hagan salir de mis casillas; quiere decir que en mi ser

⁶ Los tres testimonios fueron publicados inicialmente en distintos números del *Bulletin de l'Association Maurice Giuliani* de París. Los nombres de los autores son ficticios. Tradujo: G. Jonquières s.j.

⁷ Ejercicios Espirituales, Anotaciones n° 2

profundo reina la paz y que no pueden alterarme sucesos externos sino de modo momentáneo y superficial.

Me relaciono de manera nueva con la Sagrada Escritura. Algunos versículos resuenan tanto en mí que los entiendo en lo más hondo de mí mismo, los “siento”. Resulta como si los hubiese escrito yo, o como si hubiesen sido escritos para mí. Siendo tan voluntarista, me gusta cada vez más soltar las riendas y lo vivo como una actitud de confianza en el Padre.

Antiguamente locuaz, aprecio cada vez más el silencio, la escucha de los demás, la escucha del Espíritu.

Le doy un sentido distinto a todo lo que vivo. Así, si tengo un insomnio, en vez de ponerme nervioso, confío al Padre mi cansancio, mi pobreza. Percibo que todo lo que me sucede, sin excepción alguna, puede contribuir a acercarme a Dios y a mis hermanos.

En el mismo ámbito, cuando me viene una tentación, en vez de desvalorizarme conforme a la que era mi tendencia natural, me confío a Dios y, aunque caiga, sonrío interiormente al pensar en la frase de Bernanos: no caemos, sino en Dios. Porque sé que el Padre me abre sus brazos, y entonces estoy listo para partir de nuevo.

Para concluir, diré que ahora me doy el tiempo de discernir cuál será mi compromiso después de ese tiempo de Ejercicios. Porque, si el continuar con una vida de oración es, después de los Ejercicios, una cosa evidente, retomar luego de esos dieciocho meses un compromiso, lo es igualmente.

Para la reflexión...

1. Si he hecho Ejercicios Espirituales en cualquiera de sus modalidades, ¿en qué me ayuda la experiencia de Claudio?
2. ¿En qué ayuda a mi propia vida de fe?
3. ¿En qué necesito seguir profundizando?

Ahora ha pasado casi un año desde que viví la experiencia de los Ejercicios en la vida. Con la distancia, sigo igual de maravillada por el camino recorrido en los nueve meses en que viví esa experiencia. Hoy puedo decir que pasé de un estado de vida en que todo me resultaba difícil de llevar, a una actitud de apertura, de acoger la vida, que no ha terminado de desenvolverse y me llena de gozo.

Ya desde la edad de veintidós años participé en grupos de oración y formé parte de algunos movimientos. Esos tiempos de oración consistían entonces en escuchar a unos y otros que enseñaban o daban testimonio. Por mi parte, escuchaba, observaba y seguía lo que se relataba, con todo mi corazón y mi buena voluntad, pero dejaba de lado lo que sucedía en mí y no ahondaba, porque me parecía que lo dicho no tenía que ver conmigo. De todos modos, no lo necesitaba tanto, puesto que era según mi íntima convicción una persona “fuerte”. Era fiel en acudir a esas reuniones, porque me apoyaba en san Mateo 18, 20 que dice que donde dos o tres se hallan reunidos en su nombre, Jesús está en medio y obviamente los escucha. Pero, fuera de esos tiempos de oración y reunión, no tenía ni el tiempo ni la ocurrencia de orar más: mi trabajo me acaparaba. Así, mal que mal, seguía al Señor, esencialmente escuchando a quienes eran mensajeros de Dios para mí. Pero aquella separación entre orar y vivir lo de cada día era fuente de constantes altibajos que no lograba “administrar”.

Además, todo en mi espíritu estaba confuso, tanto en mis relaciones como en las decisiones que debía tomar, porque el bien y el mal eran mi referencia, y la moral de la Iglesia la reforzaba. Por eso, mis relaciones con la gente cercana, familia, amigos, colegas de la oficina, eran tensas, y era rígida en mis juicios acerca de lo que me referían y confiaban. Me permitía clasificar a tal o cual persona en una categoría: atea, católica, integrista, rica, intelectual... Por otro lado, mi actitud era de crispación y me encerraba en mí misma para no ser invadida por las variadas historias de vida que me decían y que encontraba pesadas de llevar. Era incapaz de ayudar a los que se confiaban a mí: buscaba sobre todo darles consejos pero, ante la ineficacia de esos consejos, y no sabiendo qué más decir, les hablaba de un Dios que no podían entender. Sin embargo, estaba bastante orgullosa de mí, de mis acciones buenas, de mi gentileza que, aparentemente, le convenía a mi entorno, puesto que buscaban mi compañía. Pero me daban vuelta y medía las reacciones de unos y otros y no sabía qué hacer con todo aquello. Lo que se traducía en movimientos de malhumor y, físicamente, en una sensación de vivir aplastada. No obstante, quería firmemente dar una buena impresión y, por eso, me escondía tras la risa y las bromas con las cuales intentaba crear ilusión.

En cuanto a decisiones no andaba mejor: dejaba que sucedieran las cosas. Así, en lo profesional, sentía claramente que debía implicarme mucho más. Pero, ¿qué elegir para completar mi formación? ¿Según qué criterio? ¿Qué orientaciones tomar? ¿Debía incluso cambiar radicalmente de oficio? Tenía de ello apenas una vaga idea, de modo que esperaba que la clarificación llegara sola. Me topaba con esta misma incertidumbre en otras ocasiones. Así, hace tres años, en un Movimiento al cual pertenecía, me pidieron asumir una responsabilidad que no era de mi nivel. Pero la acepté porque estaba orgullosa de haber sido elegida. Los acontecimientos demostraron rápidamente que ese criterio llevaba al fracaso. En todos esos momentos de “decisión”, quería en realidad salir de mi timidez y hacer que me reconocieran. Aceptaba pues lo que me proponían y me largaba en picada. Al final, me reencontraba invadida por la tristeza.

De mis movimientos afectivos, verdaderamente no sabía qué hacer. Por eso, los enterraba. Había hablado, sí, algunas veces, en varias situaciones de acompañamiento, de mi deseo de matrimonio, pero cada vez me contestaban: “No es el momento”. Dejaba pues esos afectos en lo más profundo de mi interior, con un sentimiento de insatisfacción sí, temperado sin embargo por aquella respuesta tranquilizadora que me dispensaba de ir más allá.

Todo ese desánimo en el cual me hundía, pero que yo no expresaba porque no veía de dónde venía, me hería profundamente y se me estaba haciendo propiamente insoportable. Pero -y eso es lo extraño- el mismo hecho de sentir más o menos conscientemente que no se desplegaba la vida en mí y, sobre todo, que no vivía una unión profunda con Cristo, fue la ocasión para decirme que tenía que ir más lejos con él.

Esa vez deseaba que todo lo que había recibido antes, durante retiros cerrados en los que primaba la enseñanza, se concretizara; que todo lo que había oído mencionar se hiciera vida en vez de permanecer en la teoría. No quería ser de nuevo separada de mi cotidianidad y deseaba que lo que yo era, lo que hacía en el día, fuera puesto en la luz de Cristo. Por eso, pedí hacer los Ejercicios en la vida. Tenía entonces treinta y seis años.

La experiencia de los Ejercicios en la Vida

Llegué pues esa vez ante mi acompañante (mujer), tal como yo era, con esa vivencia espiritual, psicológica y afectiva. Y durante nueve meses se hizo en mí un largo trabajo durante el cual se efectuó una honda mutación interior y exterior.

Desde el comienzo me sorprendió la acogida de mi acompañante. Me dijo que iríamos a mi ritmo, sin precipitación. Me explicó por qué los Ejercicios se practican con esa modalidad personalizada, justamente para respetar el ritmo de cada uno. Para mí fue un gran alivio. Oía un lenguaje que me calzaba y me liberaba al mismo tiempo de algunos temores que aun tenía para comprometerme en esos Ejercicios Espirituales, debido a mis experiencias anteriores. Luego, he ido de sorpresa en sorpresa.

He aprendido y descubierto toda una nueva manera de hacer oración y de vivir en consonancia con la vida espiritual. Por ese aprendizaje de la oración he descubierto poco a poco que podía vivir plenamente lo cotidiano. Primero, me sorprendí al ver que no se hace oración de cualquier manera. He tenido que aprender a organizar esta invitación cotidiana como se recibe a unos amigos para un tiempo de intercambio y de escucha. He aprendido que no se entra así no más en el tiempo de oración pasando de una actividad a otra, sino que hacía falta prepararse para hacerse presente a Cristo y acogerlo en el corazón, la inteligencia y el cuerpo; sentir cuáles eran los momentos que podía encontrar en el día y en la semana para orar; preparar mi corazón y mi inteligencia, es decir, entregar a Cristo todos mis encuentros y lo que salía de ellos, todos los movimientos que había podido experimentar: tristeza, gozo, rabia... Aprendí progresivamente a pasar del aburrimiento y de un silencio vacío, relleno con cháchara, a un silencio habitado, en el abandono y la confianza, a fin de hacerme libre y ser toda de él.

Para comenzar la oración, la acompañante me dijo que debía pedir una gracia. Una sorpresa más: tenía el derecho de depositar mis deseos todos los días. Lo que más me ha marcado, es que le expresaba a Cristo verdaderamente mis anhelos, sin timidez, con audacia. Por cierto, al comienzo, no veía muy bien adónde me llevaba eso ni cómo podía darse la realización de las peticiones de gracia. Pero hoy puedo decir que me maravillo de verlas, de sentir las tomadas en consideración, tal vez no en su forma primera y material, pero sí en lo esencial de ellas.

Otra sorpresa: mi acompañante me daba textos de la Escritura para orarlos y ¡debía descubrir y sentir lo que me habitaba, por qué me detenía en tal palabra o tal frase, y debía poder expresar lo que estaba pasando en mí! Fue una recia tarea, pero ¡cuán provechosa!

Desde luego, anteriormente, durante los tiempos de oración o de adoración, leía el evangelio, pero esos textos me servían más de muletas para evitar la sequedad que de alimento. Por eso, el modo de utilizarlos que ahora se me proponía me era un real descubrimiento. Descubría, pues, que si bien esos textos habían sido actuales hace miles de años, lo eran todavía hoy, que se dirigían personalmente a mí y a aquellos con los que “andaba” en el día. Experimentaba, al escuchar largo rato la frase: “*Avancen mar adentro y echen las redes para la pesca*” (Lc 5, 4), que para mí significaba tener todo un camino de verdad por reconocer y vivir con Cristo, a través de todos los acontecimientos. La toma de conciencia de ese camino infinito que se me abría y que quería seguir, se volvía fuente de gozo y de esperanza, porque presentía que una profunda transformación estaba comenzando.

Aprender a discernir

Esa transformación se ha hecho posible también gracias a la puesta en práctica del discernimiento. En primer lugar, me sorprendí cuando mi acompañante me afirmó que nadie podía discernir en mi lugar. Sin embargo, al mismo tiempo, estas palabras eran como un eco en mí de algo muy fuerte: ¡podía yo hacerme un poco responsable, pues, de mi caminar! Luego descubrí que, para poder discernir, era necesario primero aprender a sentir los movimientos que se daban en mí y a reconocer su origen. Entendía lo que ello significaba, pero tuve que ejercitarme y, en eso, era pobre. No sabía qué contestar, me mantenía en vaguedades, incapaz de sentir y nombrar lo que experimentaba. Entonces, mi acompañante me ayudó a ir más lejos en esas tomas de conciencia. Me preguntaba qué alegría o qué tristeza era ésa que yo le mencionaba, cómo había llegado a ella, de dónde podía venir, a raíz de qué acontecimiento. Anteriormente, pensaba yo que la alegría venía siempre de Dios y la tristeza, de los demás y un poco de mí. A medida que podía nombrar de manera un poco más exacta lo que correspondía al origen de esos sentimientos míos, descubrí toda su complejidad. Ese esfuerzo de lucidez contribuía a encarnar la palabra de Lucas, al introducir en mí una mayor verdad.

Otra etapa fue determinante: “¿Qué has hecho con esa alegría o esa tristeza?”, me preguntaba mi acompañante. No sabía o, más bien, no hacía nada con ellas. Aprendí a no vivirlas ya sola, sino a depositárselas a mi Señor, aunque fuese con posterioridad, descubriendo así que, en la fe, un acontecimiento del pasado, aun negativo, podía ser vivido “ahora”, volverse positivo y ser fuente de alabanza a Dios. Antes, cuando me felicitaban, lo vivía con autosatisfacción y me alegraba sola. Pero, rápidamente, aquello se volvía insípido.

Aprendí, allí también, a ofrecérselo al Señor y esa adhesión me llevaba a aceptar querer ir más lejos con él para su mayor gloria. Después de algunos meses, tomé conciencia que tendía a “engolosinarme” con esa alegría y esa paz recibidas y así, por “gula”, fácilmente prolongaba mi tiempo de oración. Me hizo falta descubrir esa tendencia que no se me hacía evidente en un comienzo, y determinar mi tiempo de oración sin alargarlo, para favorecer un mejor discernimiento.

Dejarse transformar por Cristo

Esas tomas de conciencia se producían paso a paso, sin herida ni atropello, porque eran luces que Dios daba y porque al mismo tiempo me invadía el Amor de Cristo. Efectivamente, esos tiempos de oración y de silencio me permitían ir conociendo mejor la persona de Cristo. Recibía la certeza de su actuar: ya no estaba sola en ningún lugar de mi persona. Y es así como progresivamente la “mujer fuerte” de la que había dado con trabajo la imagen, era invitada a dejarse transformar radicalmente por el Cristo manso y humilde de corazón, el cual deseaba atraerme a un camino de sencillez para que llegara realmente a los demás. Todo esto, aprendí a anotarlo para guardarlo en memoria, para ver lo que volvía más a menudo y descubrir el hilo conductor que se formaba a través de cuanto vivía.

Lo anotaba, no en el instante, sino en momentos del día que hallaba para hacer una relectura. Había dividido mi día en dos partes: a mediodía y en la noche, tomaba nota de lo que había pasado durante mi tiempo de oración, mis relaciones con otros, lo que “se movía” en mí, la palabra o la frase del texto de la oración que, con más precisión, me hablaba durante el día, y a raíz de qué.

Luego vino la frase de mi acompañante: “No me hablas de tu afectividad”. Pensaba yo: ¿Qué más querrá decirme?”, pero al mismo tiempo estaba feliz de que llegara alguien por fin a hacerme descubrir esa zona de sombras. Hasta entonces no había tenido la ocasión. Esa vida afectiva, sobre la cual había mantenido una “tapa”, pudo expresarse al vivirla con Cristo. Pude nombrar y desarrollar los sentimientos y movimientos en la oración, y sentí que, aun en eso, Cristo estaba presente. Las cuestiones del porvenir se atropellaban en mí en un clima de urgencia: tenía que recibir una respuesta inmediata. En eso también todo un cambio se produjo. De Dios, a quien yo acusaba de no contestar a mis requerimientos, aprendí la paciencia. Aprendí también a mirar de otra manera: esas cuestiones no eran más un fin en sí mismas, porque lo esencial estaba en otra parte, y no dependía de ellas mi fidelidad a Dios.

Me daba cuenta que todas las riquezas que descubría y recibía en la oración y los Ejercicios Espirituales, transformaban mi comportamiento hacia mi familia, mis amigos y colegas. Se estaba haciendo en mí un trabajo en profundidad y eso me maravillaba. Las historias de vida que antes me conmovían, ahora las podía vivir con otro espíritu. Recibía a una persona, la escuchaba y experimentaba en mí una actitud suave y reconfortante por transmitirle, actitud que me era totalmente desconocida antes. Esa escucha, la vivía en la oración y le pedía a Cristo que viniera a ayudar al otro y me diera las palabras justas o las preguntas para que pudiera irse apaciguado. Lo mismo sucedía con mis amigos. En cuanto a mi familia, pasé de una presencia física a otra más atenta y acogedora, pese a que mis visitas se hicieran más distantes.

Al mismo tiempo, estaba gratamente sorprendida del cambio que ocurría en mi inteligencia. Era como una conversión. Ella se abría a la vida, y los estudios que había

emprendido algunas semanas después de iniciados los Ejercicios, para obtener un diploma que me permitiera mejorar mi carrera, se desarrollaban ahora en otro clima: desde el de una voluntad de éxito más agresiva, para probar que era alguien, pasaba progresivamente al de descubrir el gozo gratuito de aprender; mis capacidades para aprender y comprender lo que ocurría a nivel económico y financiero a escala nacional e internacional se desarrollaban. Así me abría a la incorporación en mí del razonamiento y a la organización de mis ideas. Al mismo tiempo, la meta de mi caminar se había desplazado. Esos estudios, los vivía ahora a la luz de la fe y se volvían un servicio a Dios y a los demás.

Todos esos descubrimientos y tomas de conciencia alimentaban mi alabanza. Hoy puedo decir que mi alabanza ya no es un buscar en los árboles y los pájaros, dirigida finalmente a nadie, sino que es realmente viva y vivida con Dios. He recibido un porvenir lleno de frutos y de promesas y continúa dilatándose. La afirmación de Pablo en Ef 3, 20: *“Aquél que actúa en nosotros puede realizar muchísimo más de lo que pedimos o pensamos”*, resuena constantemente en mí.

Tal aprendizaje de una vida espiritual encarnada se ha ido produciendo a mi ritmo, en total confianza con mi acompañante. He podido avanzar paso a paso en esos nueve meses, gracias a mucha delicadeza y escucha activa en la que todo lo que yo decía y vivía, era tomado en cuenta; y, al mismo tiempo, sentía que me remitían siempre a mi propia libertad y a Jesucristo, siendo la acompañante solamente su instrumento.

Para la reflexión...

1. ¿Puedo decir que vivo espiritualmente mi trabajo y las cosas cotidianas de la vida? ¿En qué lo noto?
2. ¿Qué sucede con mi mundo afectivo? ¿Soy capaz de nombrar lo que me sucede o lo escondo?
3. ¿De qué maneras y en qué momentos del día, hago oración?
4. ¿Cómo Cristo ha ido cambiando mis criterios?

En este caso, no se trata del fruto inmediato de los Ejercicios Espirituales, sino de un efecto muy posterior, obtenido gracias a la puesta en práctica, en una situación nueva, de uno de los métodos de elección propuestos en la segunda semana de los mismos Ejercicios. El estilo del relato refleja la dificultad para escribir que señala la autora, pero responde también a lo complejo que es resolver un problema con fuerte resonancia afectiva.

El relato

Desde hacía un año, me había embarcado en una relación con un hombre, una relación que yo veía como duradera, pero sentía que algo crujía, y eso me hizo cuestionarme. Me hacía preguntas, pero me sentía tironeada. Porque el mero pensar en renunciar a esa relación me parecía desprovisto de sentido y, sin embargo, un asunto muy real me hacía presentir que no podía ser feliz prolongándola. Experimentaba un malestar que me repercutía hasta en lo físico, de modo que me hacía falta -así lo sentía yo- llegar a una elección importante en relación a esa persona.

Estaba en una situación muy complicada: mis preguntas se entremezclaban sin fin en mi cabeza y me sentía totalmente superada por todas esas interrogantes. Me ponían en un estado emocional difícil de manejar y de interpretar bajo la mirada de Dios. Yo que tuve siempre dificultades para escribir, tuve que encontrarme ante un muro y con una confusión deprimente, para sentir el apremio de superar ese escollo tenaz de la escritura y ser capaz de poner en el papel lo que iba bien en esa relación y lo que no iba.

Una frase que me dijo alguien cercano fue la que me sacudió: ¡nunca antes había percibido esa relación desde ese ángulo! Aquella frase me hizo tomar conciencia que las preguntas que comenzaban a asaltarme no eran simples granitos de arena, y que tenía razón al querer aclararlas.

Estaba en esa toma de conciencia, todavía confusa, de que algo no iba bien, cuando nuevos momentos de decepción vinieron a confirmar el malestar que percibía por dentro. Un año después de nuestro primer encuentro, pedí un compás de espera y aproveché una oportunidad para irme al campo, a cambiar mis ideas: la naturaleza ayuda a ver más claro. Estaba decidida a ubicarme y a tomar una decisión clara en cuanto a esa relación, pidiendo al Señor que me iluminara y me diera fortaleza para dar ese paso. Para ello me había llevado un folleto en el que se explicaba cómo tomar una decisión según la pedagogía ignaciana. (Los Ejercicios en la vida, vividos trece años antes, me habían familiarizado ya largamente con esa pedagogía.)

La palabra de un cercano [como dije], las decepciones nuevamente experimentadas, la perturbación en la que me hallaba, todo eso me ayudó a poner en el papel las ventajas y los inconvenientes de la primera y de la segunda solución, tal como lo propone Ignacio: determinar la elección por hacer, colocarme ante la meta de mi vida que es alabar y servir a Dios y en eso glorificarlo, ver lo que estorba mi libertad, pedir la luz del Espíritu para reflexionar, por él y con él, en cada una de las soluciones, pero

también en la negación de esas ventajas y de esos inconvenientes⁸. Me hallé ante una página con cuatro columnas. Escribir en detalle esas ventajas y esos inconvenientes y su negación me tomó varios días, en oración.

La Palabra que me “habitaba” era la de un canto de Taizé⁹ que, en una de mis estadias allí, me había hablado interiormente: “Jesús, Cristo, Luz interior, no dejes que me hablen mis tinieblas. Jesús, Cristo, Luz interior, dame que acoja tu amor”. Este canto, que ahora me volvía, tomó una verdadera consistencia durante ese discernimiento. Yo pedía la gracia de ver claramente la situación tal como realmente era, para poder ponerme a tono con la presencia activa de Dios en mi vida y para poder actuar de modo consecuente, apuntando a la vida.

Una vez colocados los elementos en cada una de las columnas, miraba hacia qué lado bajaba la balanza. Veía hacia dónde se inclinaba la decisión: había una realidad que ahora saltaba a la vista por el hecho de haber puesto las cosas por escrito. Lo veía primero porque había más elementos en un lado que en el otro, pero también porque unos elementos -que tenían su razón de ser-, no eran tan importantes. Pedía la gracia de sentir y comprender “desde dentro” los criterios que eran importantes para caminar hacia la Vida. Y me volvía a la mente: “Mira: pongo hoy ante ti la vida y la felicidad, la muerte y la desdicha... Elige pues la vida” (Deut 30, 15 y 19). Se me hacía patente que todos esos elementos, ahí ante mis ojos, no pesaban todos igual, que algunos incluso no tenían ninguna importancia, que estaban ahí únicamente para inflar la columna de las razones a favor de mantener esa relación.

Todos los días me tomaba un tiempo para reflexionar sobre los elementos que había puesto por escrito, averiguaba si no había exagerado en un sentido o en el otro. Ese tiempo se prolongaba con otro, de oración, de corazón a corazón con el Señor, durante el cual dejaba volver al primer plano los elementos que resaltaban. Mi oración estaba “habitada” por el deseo de ser, con el Creador, co-creadora de mi vida. Estaba también “habitada” por la certeza de que yo valía a los ojos de Dios, como lo dice por boca de Isaías: “Vales mucho a mis ojos, tienes valor y te amo” (Is 43, 4). Entre los momentos de oración pensaba en la decisión que tenía que tomar pero, como no quería que el asunto invadiera toda mi jornada, intentaba pasar a otra cosa. Al cabo de una semana, estaba avanzando y sentía cada vez más que la balanza, según la razón, se inclinaba más hacia un lado que hacia el otro.

Aceptando la decisión

Me hizo falta una buena semana para poder comenzar a querer ver la realidad que se dibujaba poco a poco y para poder esbozar el movimiento de aceptación de la probable decisión. “Ofrecerse para que Dios trabaje”¹⁰ resonaba en mí. Fue entonces cuando comprendí desde dentro, dificultosamente, la importancia de pedir la gracia de ser indiferente, para que el amor de Dios pueda ser en mí un camino de vida. María y Teresita de Lisieux estaban allí conmigo, agarrándome de la mano para sostenerme en esa petición.

⁸ Alusión al tercer “tiempo para hacer sana y buena elección”. En él, se procede de manera más racional que en los anteriores e Ignacio propone seis etapas que este testimonio menciona. Para ver más claro, se utiliza un cuadro de cuatro columnas: dos para escribir las ventajas y los inconvenientes de una solución, y las otras dos para escribir las ventajas y los inconvenientes de la solución opuesta (que la autora llama aquí “negación” de las dos primeras columnas. (Ver Ejercicios Espirituales. 175 y 177-183.)

⁹ Si quieres conocer algo de la comunidad de Taizé, entra en su página web: <http://www.taize.fr/es>

¹⁰ Cfr. Ejercicios Espirituales n° 180.

Dije aceptación y no acogida, porque a nivel afectivo tenía, no la noción de ser engañada, sino que yo me había engañado acerca de la naturaleza de nuestra relación y, por otro lado, sentía que a mí y sólo a mí me tocaba hacer una elección, ya que la manera de vivir de la otra persona consistía en dejarse llevar por los acontecimientos. Había en mí una honda decepción de haberme equivocado, porque al comienzo de esa relación creí verdaderamente en ella. Pero, al mismo tiempo, me hacía falta rendirme ante la evidencia que la realidad era muy distinta y que, al no ser feliz en esa relación, tenía que ir más allá de mi decepción y tomar los medios para salir de ella; y para salir también de la indecisión que seguía invadiéndome por el hecho de sentir que había en mí, a pesar de todo, un apego a “una persona que me había imaginado” más que a la persona tal como era. En medio de la decepción de haberme equivocado, que yo estaba viviendo, le suplicaba al Señor que me diera su luz, porque yo me había comprometido hondamente en esa relación... Ahora bien, ésta no me dejaba satisfecha, estaba yo confrontada a una situación que sentía mortífera. Mientras que, cuando en la oración volvía a mis columnas, sentía un impulso hacia la vida. Eso me empujó a reflexionar y a desear “hacer la verdad” acerca de lo que deseaba verdaderamente vivir en mi relación con un varón.

Aunque me había fijado el objetivo de ver claro en el plazo de quince días de campo, no alcancé en ese lapso a vivir el sexto momento propuesto por Ignacio: “ofrecer a Dios mi decisión”. Porque, antes de poder ofrecerla de veras y sin violencia, debía primero tomarla plenamente, en todo mi ser y no sólo en el nivel de la razón y del comprender. Y para eso, me hacía falta sentir que la decisión brotara verdaderamente desde el fondo de mi corazón y que me “habitara” totalmente. Me hacía falta sentir también que era verdaderamente para mi bien, para que fuera feliz, que me pusiera de pie; mientras que mi afecto, por su lado, no estaba todavía persuadido. Sin embargo, todo lo que los demás, en mi entorno, me reflejaban ¡iba en el mismo sentido que lo que yo veía escrito allí en el papel, en mis columnas!

A pesar de todo, la decisión se hacía cada vez más precisa a medida que la Palabra del canto de Taizé se instalaba en mí y tomaba toda su consistencia. No obstante, por evidente que le pareciera a mi razón, yo seguía teniendo dificultad para sentirla de manera nítida: afectivamente seguía todavía en la indefinición, un poco como la foto que se manifiesta progresivamente en el revelador, antes de llegar a la nitidez. Sentimientos y movimientos contradictorios, que venían de mi afectividad, seguían manteniéndola borrosa.

A esas alturas, percibí en un momento dado, que podía complacerme en esa situación de vaguedad, la que para mí no era feliz y, de quedar así, me haría sufrir permanentemente. Entonces sentí con fuerza que debía optar por una elección radical: para eso, hace falta voluntad, energía, no dejarse rebalsar por el afecto; hace falta en cierto modo que haya un equilibrio entre la voluntad, la razón y el afecto. Necesité pedir la gracia de recibir la paz del Señor en mi corazón antes de decidirme a hacer esa elección radical, en fidelidad a la voz interior que se hacía insistente en mí: “¡Elige la vida, pues!” y rendirme ante la evidencia que, a través de ese hombre, no era el amor de Dios por mí el que se manifestaba.

Hizo falta tiempo -más o menos un mes y medio- para que pudiera efectivamente mirar de frente, en la duración y sin restricción alguna, la realidad tal

como era; para que mi afectividad se hallara hondamente apaciguada y que, de ese modo, sintiera los efectos de la total indiferencia tan solicitada: para mí, ese último punto ha sido una confirmación sólida e irrefutable. No había ya distancia alguna entre lo que me reflejaban “mis columnas” y la certeza que estaba presente en mi corazón. A fuerza de llamar a la puerta y pedirle a Dios que iluminara mi vida, apareció en mí, en mi corazón, una especie de evidencia: había nacido en él una certeza sin ninguna perturbación. Mis tinieblas ya no pesaban nada. Dios habitaba la casa de mi corazón. Había además otra certeza: que Dios me estaba ayudando a llevar adelante ese discernimiento desde el comienzo, aun cuando no hubiese entonces tenido conciencia del hecho.

Elegir construye futuro

La decisión había tomado cuerpo plenamente en mí: estaba madura. Esta vez me era dada en todo mí ser. Tenía la certeza que el Señor me acompañaba en mi camino. Entonces pude acoger mi decisión y, sin más tardar, ofrecérsela a Dios, depositándola ante su mirada. Y allí me sentí libre para el acto siguiente: la ruptura definitiva.

Cuando le anuncié esa decisión a la otra persona, me invadió un inmenso alivio, en todo mi ser, cuerpo y alma. Era un alivio interior nacido de mi “sí” a la Vida, en fidelidad a la obra creadora de Dios en mí.

Una posibilidad acababa de abrirse, posibilidad que, varios años después, se concretó con otra persona.

Sí, elegir construye el futuro. ¡Claro que hay que poner los medios! Incluso el de trazar y llenar “columnas”, si eso permite crear la sana distancia ante un estado emocional demasiado violento e invasor y, mediante eso, poder disponerse con la gracia de Dios a dejar el Espíritu efectuar en el corazón su obra de discernimiento y de conversión. Eso es lo que ese episodio de mi vida me ha enseñado.

Para la reflexión...

1. ¿He tenido que tomar alguna decisión importante en mi vida? ¿Cuáles han sido y qué pasos he seguido para tomarla?
2. En este momento de mi vida, ¿tengo que tomar alguna decisión importante? ¿De qué manera me estoy dejando acompañar por el Señor en esta decisión?

¿Te sientes interesado(a) en profundizar tu vida de fe a través de los Ejercicios Espirituales?

Puedes contactarte con:

Centro de Espiritualidad Ignaciana: www.ignaciano.cl

f. 02 28387540, Lord Cochrane 110, Santiago, Chile.

Centro de Espiritualidad Loyola: www.casaloyola.cl f. 02
28111241, Camino a Valparaíso 210, Padre Hurtado, Región
Metropolitana, Chile.