

**FORMACIÓN DE LAICOS-AS Y JESUITAS  
PROVINCIA CENTROAMERICANA DE LA COMPAÑÍA DE JESÚS  
Comisión de Espiritualidad.**

**Eje 5: Espiritualidad Ignaciana**

**Tema: 5.2. Ejercicios Espirituales para nuestra realidad**

**EJERCICIOS ESPIRITUALES EN (PARA) EL MUNDO DE HOY**

Tema organizado por el P. Karmelo Eguen, sj

La pretensión de este artículo es hacer una introducción al conocimiento y comprensión de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio<sup>1</sup>. Esa experiencia que nos legó Ignacio de Loyola condensada en el librito, así llamado, Ejercicios Espirituales. Experiencia que ha sido la fuente original de donde ha brotado el ser y quehacer de la Compañía de Jesús y de tantos hombres y mujeres que han optado vivir su compromiso cristiano al modo ignaciano.

El artículo va a constar de los siguientes apartados: a) el reto de cómo (qué significa) vivir con Espíritu el momento histórico de nuestros pueblos; b) qué son los Ejercicios Espirituales y de dónde nacen; c) su engranaje metodológico; d) dónde está su genialidad; e) requisitos para sacar fruto de los Ejercicios Espirituales.

1.- Estamos viviendo un momento histórico que necesita de nuestra parte una respuesta que sea coherente con la propuesta del Evangelio de Jesús de Nazaret. Vivir con el Espíritu que animó a Jesús a establecer el Reinado de Dios en su tiempo, es el reto que sigue motivando, desde nuestra realidad, a los/as que nos llamamos sus seguidores.

¿Cómo podríamos describir nuestro momento histórico? Haremos una descripción sucinta, sin pretender que sea exhaustiva.

Momento histórico marcado por:

- **El grito de los empobrecidos que reclaman la justicia que brota de la fe.**
- **El reto de la reivindicación de las culturas autóctonas marginadas, y del diálogo con ellas en su propia simbología.**
- **La desintegración psicológica de las generaciones jóvenes y adultas producto de historias personales difíciles a causa de las realidades familiares, la violencia generalizada y la injusticia institucionalizada.**
- **La necesidad de reactivar la presencia de la vida del Espíritu en las diversas dimensiones de la Iglesia en general y Centroamericana en especial.**

Momento histórico con grandes tentaciones...

- **Resignarse con los fracasos históricos y no seguir intentando una sociedad mejor...**

---

<sup>1</sup> Este artículo se ha elaborado en base a distintos trabajos ya publicados. Sus autores son Carlos R. Cabarrús s.j., Javier Osuna s.j. y Darío Mollá s.j., que nos han brindado la posibilidad de conocer más a fondo esta herramienta tan fundamental para nuestra vida cristiana de los Ejercicios Espirituales. Habrá términos que aparezcan en el artículo que no son comprensibles para personas no iniciadas en su experiencia. Nos alargaría demasiado si pretendemos explicarlos. Será una tarea que en cada país se analicen pedagógicamente.



- **Encandilarnos con los valores del consumismo capitalista y encapsularnos en un individualismo aislante...**
- **Refugiarnos en pertenencias exclusivamente afectivas a comunidades entusiastas...**
- **Abanderar indiscriminadamente reduccionismos culturales...**
- **Abordar los caminos de la espiritualidad o los proyectos sociales sin integrar las personalidades desgarradas familiar o ambientalmente...**

Momento histórico preñado de grandes inquietudes y aspiraciones...

- **Defensa de la vida en todas sus dimensiones humanas, ecológicas.**
- **Configuración de un mundo más humano y justo...**
- **Haciéndolo a la manera de Jesús, sin evadir las contradicciones y conflictos...**
- **Uniando nuestros esfuerzos, en el día a día, tejiendo una gran red de solidaridad.**

¿Y qué sería vivir con Espíritu este momento histórico que tenemos entre manos?

Consistiría fundamentalmente en actuar bajo la acción del Espíritu Santo; una acción que compromete la conciencia y la libertad de la persona humana, y que marca e ilumina todas las actividades y zonas de la existencia humana. Es lo que entendemos por espiritualidad cristiana.

Una espiritualidad que debería ser pertinente para cristianos inmersos en la vida de su sociedad y comprometidos con una tarea concreta en la misma; una espiritualidad para personas que trabajan, viven su vida familiar, toman decisiones cívicas que les comprometen, que se manchan las manos con el barro de la vida...; por tanto, no es una propuesta de espiritualidad que sólo sea posible vivir en el aislamiento, en el retiro, en la tranquilidad de espacios y largos tiempos de soledad...

Una espiritualidad que se siente radical y totalmente afectada y condicionada, en sus manifestaciones y en sus expresiones, por el hecho del sufrimiento, la injusticia, la marginación que, cerca o lejos de nosotros, sufren millones de hombres y mujeres y aun pueblos enteros; y que parte del supuesto de que, como decía San Juan, "...quien no practica la justicia, o sea, quien no ama a su hermano, no es de Dios" (1Jn. 3, 10). Una espiritualidad, por tanto, que desde la cercanía a las víctimas y excluidos de nuestro mundo se pregunta qué puede significar eso de amar a Dios, de hacer oración, de vivir la pobreza, de actuar con caridad, etc.

Pues bien, esta espiritualidad, que denominamos cristiana, ha tenido a lo largo de la historia variadas manifestaciones, plasmadas en las distintas tradiciones religiosas: benedictina, franciscana, dominicana, carmelitana, ignaciana... Refiriéndonos a nuestro caso, centramos nuestra atención en la rica tradición que nos ha legado la experiencia e itinerario de Ignacio de Loyola y sus primeros compañeros expresados en los Ejercicios Espirituales, en el discernimiento como método para buscar y hallar la voluntad de Dios, y en el Magis, que hoy lo formulamos como el buscar la mayor gloria de Dios en íntima relación con la realidad histórica en que vivimos y en el servicio más universal a los pobres y excluidos.



Ante el vacío de espiritualidad que toca a la sociedad entera y que afecta a nuestra vida, hemos de ahondar en nuestra singularidad espiritual que, encarnada y orientada a la misión, integra en un mismo camino la fe y la justicia del Reino, la contemplación y la acción, lo histórico y las dimensiones biológica, psicológica y espiritual de la persona para que nuestro quehacer cristiano sea un aporte evangélico e ignaciano a la construcción de una Centroamérica equitativa, solidaria, inclusiva y abierta a Dios y al mundo.

2.- Hoy de sobra está demostrado que los Ejercicios Espirituales, ese librito donde Ignacio vierte toda su experiencia espiritual, han sido una propuesta provocativa para muchos hombres y mujeres de cómo vivir su compromiso cristiano. Ya en vida de San Ignacio los Ejercicios se habían convertido en un ministerio excepcionalmente valioso entre los primeros jesuitas, no solo para ayudar a las personas a ordenar su vida, sino para convertirlas en discípulas y servidoras de la misión de Cristo. Y hoy siguen siendo la matriz de donde nace toda la savia de la espiritualidad cristiana al modo ignaciano. Entre los muchos testimonios que verifican su validez y actualidad cito el siguiente párrafo de la Congregación General que se reunió en Roma a finales del año 1974 y comienzos del '75: "Los Ejercicios Espirituales ayudan a formar cristianos alimentados por una experiencia personal de Dios y capaces de distanciarse de los falsos absolutos de las ideologías y sistemas, pero capaces también de tomar parte en las reformas estructurales, sociales y culturales necesarias...." (C.G. XXXII, D.4, 58).

### ¿Qué son los Ejercicios Espirituales?

En la primera Anotación con la que se abre el libro de los Ejercicios, Ignacio describe con su sobriedad característica qué son los ejercicios espirituales:

"Por este nombre, ejercicios espirituales, se entiende todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones, según que adelante se dirá. Porque así como pasear, caminar y correr son ejercicios corporales, por la misma manera, todo modo de preparar y disponer el ánima..." (EE. 1).

Los ejercicios físicos son algo activo, no una mera descripción conceptual. Correr. Caminar, nadar,..., son cosas muy distintas si sólo se miran y se analizan o, si por el contrario, se practican. Lo mismo ocurre con los ejercicios "espirituales": son un proceso que "se hace", no que se "escucha". No son un tiempo de indoctrinación ni de estudio. Son una actividad que requiere entrega decidida. Unas veces será fácil y gratificante; otras, en cambio, se hará costosa, árida, y exigirá paciencia, constancia, fidelidad por encima de todo. De aquí que Ignacio pida "ánimo y liberalidad" (EE, 5) como condición anímica indispensable y una disponibilidad a toda prueba, tanto ante las dificultades del camino como ante lo que Dios me pueda pedir. El mero hecho de recorrer un camino encierra ya una pedagogía ante la cual es necesario confianza para no ceder al desánimo. Solo habiendo realizado el esfuerzo del proceso se podrá alcanzar la meta. La imagen del camino contiene toda una gama de registros muy diversos: desde el entusiasmo inicial hasta la más pesada monotonía, desde la vista panorámica de un altozano hasta la oscuridad aparentemente interminable de un túnel...

### ¿Y cómo se fue gestando la redacción del actual libro de los Ejercicios Espirituales?



La Autobiografía es un documento muy importante para conocer la génesis de los Ejercicios Espirituales. Sería necesario ahora hacer un repaso del proceso que fue viviendo Ignacio desde su conversión en Loyola. Me remito al tema del mes de Abril que trató de la vida y personalidad de Ignacio de Loyola.

Nos centramos ahora en la etapa de Manresa que fue un tiempo de sucesivas lecciones divinas que culminó en lo que conocemos como la eximia ilustración del Cardoner (cfr. Autob., n.30). «En este tiempo le trataba Dios de la misma manera que trata un maestro de escuela a un niño, enseñándole; y, ora esto fuese por su rudeza y grueso ingenio, o porque no tenía quién le enseñase, o por la firme voluntad que el mismo Dios le había dado para servirle, claramente él juzgaba y siempre ha juzgado que Dios le trataba de esta manera» (Autob., 27)

Y así, Ignacio, considerando que la experiencia que había transformado su vida, igualmente podría servir a otros, comenzó a escribir el texto de los Ejercicios, que fue perfeccionando durante muchos años, gracias a una rica experiencia permanentemente discernida. Para él ese pequeño libro era una pedagogía, «un camino» por donde las personas podrían encontrarse con su Criador y Señor y dejándose abrazar en su amor y alabanza, responderle con la opción de servirle generosamente en adelante. Eso era para él «todo lo mejor que yo en esta vida puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos».

San Ignacio recibió en Manresa una doble gracia: su propia experiencia interior de Dios y la capacidad de proponerla a otros.

En cuanto a la primera, **su propia experiencia interior**, es evidente que en aquel momento no tuvo la sistematización que luego plasmaría en sus Ejercicios. Al final de su vida dirá que en Manresa Dios le conducía “de la misma manera que trata un maestro de escuela a un niño” (Autobiografía 27). El proceso fue largo y costoso, y duró los casi once meses que estuvo allí. Un tiempo intenso que dedicó a la oración (Siete horas diarias), con grandes movimientos interiores de luz, de entusiasmo y gozo pero también de angustias, tristezas, inseguridades, escrúpulos, oscuridad. La culminación de este camino fue la experiencia junto al río Cardoner, momento de ilustración del que Ignacio dirá al final de su vida que, sumando todo lo que había recibido de Dios a lo largo de ella, no superaba lo recibido en aquel momento (Autobiografía. 30). Los Ejercicios quedarán marcados por esta experiencia.

La segunda gracia recibida en Manresa fue la **capacidad de proponer un camino** para que otros hicieran una experiencia semejante. Ignacio no fue sólo un hombre de Dios, sino que su experiencia de gracia también le convirtió en un “mistagogo” (iniciador en la experiencia de Dios). Su ideal de “ayudar a las ánimas” se plasmó en la metodología que propone en sus Ejercicios, los cuales tienen unas características muy determinadas.

Los elementos de este itinerario espiritual son presentados de forma clara y sugerente en este pequeño librito conocido como los Ejercicios Espirituales de San Ignacio, en el que se proponen unas prácticas muy concretas, acompañados de unas notas metodológicas, tal como ya fue señalado por el documento papal que los aprobó oficialmente en 1548 (Paulo III. Breve Pastoralis officii). En este pequeño librito toma forma la espiritualidad ignaciana.

3.- ¿Cómo se hilvana el proceso que nos propone vivir Ignacio en los Ejercicios Espiri-



## tuales

Ignacio divide los Ejercicios en “semanas” porque analógicamente los Ejercicios se realizan en un mes. Cada semana –que en la práctica va a ser de duración variable- toca uno de los ejes principales.

No es obvio que se comience una experiencia de espiritualidad a partir de “poner las cartas sobre la mesa” –Principio y fundamento-, para luego pasar a trabajar sobre el pecado. Así lo concibió, sin embargo, Ignacio. El objetivo del Principio y Fundamento es, ciertamente, ganar la libertad, ganar la indiferencia: “...por lo cual es menester hacernos indiferentes a todas las cosas creadas...”. Indiferencia entendida como libertad frente a todo, especialmente frente a las grandes sombras de la vida: la muerte, la enfermedad, el dinero, el poder... Esta libertad se convertirá en experiencia fundante y generadora de una serie de actitudes.

Luego, la experiencia de Primera Semana es la del(a) pecador(a) perdonado(a). Acá lo que se tiene que vivenciar es cómo ha estado entorpecido nuestro “hacer”; es captar que, por causa de nuestro pecado, “se hace” llevar a la muerte a Jesús... Hacerse consciente de ese pecado, y hacerlo por medio de comparaciones, es su gran estrategia; y todo para llevarnos a sentir hartazgo, aborrecimiento, y hacer caer en la cuenta de que a quien he ofendido en todas mis víctimas, es al mismo Señor. Esta experiencia es la que posibilita el diálogo propuesto por Ignacio: “¿Qué he hecho por Cristo, qué hago por Cristo, qué debo hacer por Cristo?”. Aquí nos encontramos con que el sentir se convierte en un hacer, ¡en una tarea!. Es decir, la experiencia fundamental de la primera semana es la del(a) pecador(a) perdonado(a) a quien el perdón se le convierte en misión, pues no es a pesar de ser pecadores(as), sino precisamente por ello (1 Cor. 1, 25 ss) por lo que se nos invita a seguir a Jesús, para ser puestos(as) con Él, en la tarea de construir el Reino.

A continuación, se tiene la experiencia de la contemplación del Reino que introduce de lleno a una modalidad del hacer. Es hacerlo todo al modo de Jesús. Y es hacer también nosotros(as) el Reino. Un hacer que es también “dejarse hacer”, dejarse afectar –ser puesto(a), ser elegido(a)-, dejar actuar a la Espiritu (la gracia). En la Segunda Semana se comienza prosiguiendo el diálogo con el Señor que invita a realizar el Reino como tarea de ese perdón. Aunque no es obvio hacerlo, Ignacio lo propone fomentando la emulación de grandes hazañas históricas.

Después, la contemplación de la Encarnación nos va a hacer *sentir* lo que experimenta la Trinidad, *viendo* con ella, para luego percatarnos de la extrema solidaridad suya al formular la frase de *hagamos redención del género humano*. La contemplación del nacimiento nos invita a ello también: nos hace nacer con Cristo, para luego irlo acompañando por todos los principales sucesos de su vida pública. Los Ejercicios hacen que nos percatemos de que el mejor modo de hacer el Reino, de llevar adelante su Misión es aprender a conocer a Cristo para más amarle y seguirle, pero reproduciendo su vida en la propia vida. La contemplación de toda la vida oculta es un camino para aprender a sentir y proceder al modo de Jesús. El método de la contemplación nos invita a tener sus mismos sentimientos y su mismo modo de proceder.

Mediada esta semana, presenta Ignacio tres ejercicios que, antes de la elección, verifican nuestro grado de lucidez, de libertad y de amor. Por una parte, el ejercicio llamado de “Dos Banderas” pretende medir nuestro grado de lucidez: hasta qué punto estoy claro respecto a lo que comporta seguir a Jesús como camino de vida (test sobre mi inteligencia consciente del Evangelio y sus



exigencias). Por otra, el ejercicio llamado “Tres Binarios” pretende medir nuestro grado de libertad: hasta qué punto estoy (soy) libre de todo aquello que me impide decirle sí al Señor y realizar aquello que me pide (test sobre mi voluntad). Y por fin, la consideración de los “Tres grados de humildad”: verificar hasta qué punto estoy afectado/a por su amor que me lleve a querer identificarme con el Señor Jesús y su camino de muerte y resurrección (test sobre mi afectividad). De esta manera Ignacio nos introduce más inmediatamente en la experiencia de la Elección, que se va a ir realizando a través de la contemplación de los misterios de la vida pública de Cristo, Palabra viva de Dios.

Experimentar la pasión –tercera semana- es la invitación por excelencia a la solidaridad como consecuencia del amor. Se nos invita a hacer y padecer: *qué debo yo hacer y padecer por él*. Por tanto, la Tercera Semana no es simplemente proseguir la vida de Jesús hasta su pasión y muerte; sino también, hacer conciencia de que todavía la muerte de Jesús se da en la humanidad que sufre actualmente, por una parte, y que, además, el pecado personal, *mi* pecado, tiene íntima conexión con esta muerte. Muerte que es tal en Jesús que se esconde, se obscurece totalmente su divinidad.

Finalmente, la resurrección –cuarta semana- es experimentar la esperanza y la alegría de la nueva vida de Jesús: *...queriéndome afectar y alegrar de tanto gozo y alegría de Cristo nuestro Señor*. Allí lo que ayuda a experimentar es la alegría por el triunfo del amigo, del compañero querido, al experimentarlo en su oficio de consolador. La cuarta Semana, es la más delicada. Supone haber vivenciado no sólo la muerte individual, sino cómo Cristo padece en la humanidad. Sin esta perspectiva no se llega a la experiencia de la Resurrección, que por esencia es un fenómeno colectivo: es aprender a *hacer esperanza* en nosotros(as) y en los(as) demás, sabiendo también, que es gracia para pedir.

Culminan los Ejercicios con la contemplación para alcanzar amor, que es la gran síntesis de todo. Es experimentar que es el amor lo que debe regir, y también que el amor se expresa concretándolo en acciones. Esta contemplación deja la clave de la relación con Dios: de amante a amado, de amado a amante. La Contemplación para alcanzar amor es como el cierre agradecido de tantos beneficios recibidos, es como quien sólo encuentra en toda la creación los cariños tiernos de la Trinidad. Enseña a ver toda la creación como algo elocuente. Aquí los Ejercicios hacen que experimentemos eso que el mismo Ignacio repetía frecuentemente en la vida cotidiana cuando contemplaba las flores: *Callad, callad, que ya sé de quién me habláis*

En síntesis, siguiendo la experiencia de los Ejercicios, encontraremos personas que se han formado en una escuela fundamental que abre al sentir profundo, al hacer como tarea recibida, como don, y a ser capaz de padecer por ese Jesús encontrado en el sufrimiento de la humanidad, para vivenciar también su gloria en el contexto del Reino en donde lo del servicio a los(as) más necesitados(as), a los(as) empobrecidos(as), a los desahuciados(as), y a los(as) pecadores(as) se hace crucial.

4.- Ahora nos preguntamos, ¿dónde está la genialidad de los Ejercicios Espirituales?



La genialidad de los Ejercicios reside, en primer lugar, en que Ignacio logró convertir en método la gracia que él recibió: cómo vivir el seguimiento de Jesús desde una manera concreta. Esa es la agudeza de los Ejercicios, que un carisma se vuelva método, que el Evangelio se vuelva espiritualidad, pero no porque se aprenda teología, sino porque propone una *metodología* para encontrar la espiritualidad.

Metodología, etimológicamente, significa *tratado hacia el camino...* Esto significa que Ignacio plasmó su experiencia de gracia en *un tratado para encontrar el camino de amar y seguir a Jesús*. Por esto, en los Ejercicios todo lleva una finalidad, nada se desperdicia, se vuelven escuela de vida, escuela de oración. Es un método de conversión que modifica el inconsciente e invierte el patrón de comportamiento: *entro a Ejercicios como me comportaba en la vida, y luego me puedo comportar en la vida como me comporté en Ejercicios*. Por otra parte, esta metodología hace que la vivencia del evangelio desde una perspectiva concreta -experimentar el amor que redime, la pasión por la persona de Jesús, y la centralidad del Reino hasta las últimas consecuencias- se convierta en espiritualidad pujante.

Otras escuelas espirituales privilegian, por ejemplo, un modo de oración, pero pocas estructuran un camino para enseñar a practicarla. Lo interesante de los Ejercicios es que son, de una vez, escuela de oración, pero de una oración muy específica: *de petición, contextualizada en un esquema, evaluada y cotejada con el esquema mismo, con un sistema de discernimiento muy trabajado y por el acompañamiento de alguna persona experta*. Ignacio tenía una gran desconfianza en las personas dadas a muchas oraciones, pues el noventa y tantos por ciento de esas personas, -decía- son ilusas. De ahí que diera tanta importancia a la necesidad de evaluar, cotejar y, sobre todo, hacer historia la oración -¿qué he hecho, qué hago, qué debo hacer por Cristo? Esta oración se ofrece con varias modalidades: meditación, contemplación -y aplicación de sentidos-, con el compás de la respiración, la oración vocal, etc.

Los Ejercicios también son una escuela para aprender a cambiar, para aprender a vivir desde otras dimensiones, desde otros criterios. Aprovechan una gran cantidad de herramientas psicológicas para propiciar que se implemente el cambio: la culpa fecunda, la emulación, los deseos más profundos, el apasionamiento por la persona de Jesús, la atracción por la tarea, el heroísmo, el darle sentido al dolor, el gusto por la alegría y por el sentido, por el placer -de tanto gozo del Resucitado-. En este sentido los Ejercicios son escuela para vivir ya de manera diferente, no según las reglas del mundo, sino en la onda de la Espiritu.

La genialidad de los Ejercicios reside también en que, a fuerza de ir examinando -en ese laboratorio espiritual que ellos son-, se van detectando los pasos fundamentales por donde Dios nos lleva -la consigna-, su modo para con cada uno(a).

Es también genial en los Ejercicios la captación que hacen de toda la persona: toma los aspectos más racionales volitivos -toda nuestra parte masculina- pero luego para los temas más trascendentales nos hace realizarlo desde la contemplación, desde la experiencia de meter el cuerpo, de dejarse llevar, de la pasividad -toda nuestra parte femenina-. Siempre con el referente principal del cuerpo, no tanto porque así lo explicita, sino porque en la práctica nos lo hace meter todo entero. Es lo que cuida de modo muy detallista con las adiciones.



Todo esto nos lleva a verificar otra gran genialidad: nos enseñan que a partir del cuerpo, lo más importante es *sentir* –más que racionalizar- ...*porque no el mucho saber harta y satisface... sino el gustar de las cosas internamente*-. En los Ejercicios, “experimentar” es fundamental, determinante. Tres verbos ejes son cruciales en el camino de experimentar en los Ejercicios: “sentir” –dejar que mi sensibilidad vibre de la misma manera que vibra la de Jesús-, “hacer” -hacer con Jesús y como Él, en el horizonte de que venga el Reino- y “padecer” -consecuencia lógica de pretender el Reino a la manera de Jesús, frente al poder de este mundo que lo ahoga-. Por eso, lo básico de la espiritualidad ignaciana es experimentar, sentir... Sentir que es experimentar, amar, gozar, padecer... es *experimentar* la culpa fecunda, es *aborrecer* el pecado hasta producir “hartura y fastidio”; es dejarse invitar y *apasionarse* por la invitación de jalonar el Reino, es *desear* profundamente, es *amor*, es querer *padecer* por quien amo, es *alegrarse profundamente* de la alegría de Jesús que ya ha vencido al mundo y a la muerte. Sentir que es, finalmente, experimentar como una pareja de personas amantes, donde sólo toca *en todo amar y servir*.

Para hacer posible este experimentar, Ignacio –gran conocedor de la persona- aprovecha mecanismos psicológicos que posibilitan la experiencia. Por ejemplo, capta el papel de la culpa sana como resorte para vivir la experiencia de la conversión, emplea el mecanismo de la emulación para disponer al compromiso con el Reino desde el seguimiento de Jesús, utiliza la sensibilidad, la inmersión total de la persona en la contemplación y la aplicación de sentidos -ver, oír, gustar...- para posibilitar el conocimiento de Jesús que lleva al seguimiento, “...*conocimiento interno del Señor... para que más le ame y le siga*”, etc.

Es insistente Ignacio en que la experiencia de Ejercicios se vive *sintiendo* no pensando y sin embargo, paradójicamente es un método super racional, pero reubicando la racionalidad. Se privilegia el sentir: el *proceso* se hace con la *razón*, pero se *recorre* con la *sensación del cuerpo*. Es decir, hay que seguir el método, la hora de oración, los exámenes, la secuencia, el entreverado de las peticiones... ¡pero desde la totalidad de la persona –corazón, entrañas, mente, cuerpo- y movidos(as) por la gracia!

##### 5.- Y concluimos con este apartado. ¿Cuáles serían los requisitos para sacar fruto de los Ejercicios Espirituales?

Partamos de una afirmación que es obvia y, por tanto, de innecesaria demostración: que cualquier forma de espiritualidad genera un determinado y concreto estilo de vida. Pero, a la vez, podemos afirmar algo más: que el estilo de vida que alguien vive condiciona radicalmente la posibilidad de una vivencia espiritual. Puede facilitarla o puede impedirla. Una determinada forma de vivir puede llegar a hacer imposible la experiencia de Dios, mientras que otro género de vida distinto puede ponernos en la pista de acceso a la experiencia de Dios. O, sin ir tan al extremo, hay modos y situaciones de vida que hacen más fácil la experiencia de Dios y otros que la dificultan. Por diversos autores se ha señalado que la experiencia de Dios requiere unas “estructuras de posibilidad” (Libanio), o unas “estructuras antropológicas” (García Monge).

Ignacio pretende con los Ejercicios Espirituales convertir la vida toda en experiencia de Dios. Pero esto tiene sus propias condiciones de posibilidad, referidas no sólo a la interioridad, sino a la vida entera de la persona: habrá modos de vida que faciliten el “buscar y hallar a Dios en todas las cosas”, y otros modos de vida que, a pesar de los esfuerzos “interiores” que se hagan, lo limitan o



impiden. Todo ello, por supuesto, sin caer en determinismos que ignoren que, al final, es el Criador el que “inmediate” obra con la criatura [15], muchas veces más allá de lo que aparentemente dan de sí las posibilidades humanas.

Algo de todo esto es lo que expresa Ignacio con su concepto de “subieto”. La noción de “subieto” ignaciano hace referencia, básicamente, a la idoneidad para una determinada experiencia espiritual, y específicamente para la experiencia de los Ejercicios Espirituales. Idoneidad que no es sólo capacidad intelectual o personal, sino el conjunto más amplio de condiciones personales y vitales que facilitan/dificultan la experiencia del encuentro con Dios, en el tiempo de los ejercicios y también en la vida fuera de los mismos. Concepto éste de “subieto” que, además, hay que entender dinámicamente: en positivo, nos vamos haciendo “subietos”; en negativo, alguien que lo ha sido se puede ir deteriorando como tal. El irnos haciendo “subietos” para la experiencia espiritual del encontrarnos con Dios en la vida es el objetivo final del que quiere conducirnos toda la pedagogía espiritual ignaciana.

Vamos, pues, a preguntarnos qué persona y qué modo de vida capacitan para la vivencia espiritual que Ignacio propone y a la que a nosotras/os nos gustaría acceder. Y, evidentemente, qué persona y qué actitudes capacitan para la experiencia de los Ejercicios Espirituales, esencia de la experiencia espiritual y pedagogía para llegar a la plenitud de la misma.

Situados en esta dinámica, nos encontramos al comienzo del proceso de los ejercicios, en las “Anotaciones” [1-20], con un retrato-robot del ejercitante ideal que es, al mismo tiempo, punto de partida y punto de llegada. Las actitudes y trazos que en ese retrato se dibujan son el mínimo que Ignacio exige para adentrarse en la aventura; esas mismas actitudes, consolidadas y llevadas a plenitud, son también el resultado del proceso y las que permitirán vivir fuera de los ejercicios la experiencia mística del encuentro permanente con Dios. Las actitudes de fondo del ejercitante ideal, hechas cotidianas, son también las del cristiano ideal. Por todo ello, al describir, interpretando las “Anotaciones”, al ejercitante con “subieto” para hacer los ejercicios, describimos también a la persona con “subieto” para “en todo amar y servir a su divina majestad” [233].

- a) Este “subieto” es alguien que ya ha tomado la decisión de situar su vida en la dinámica de la búsqueda y el cumplimiento de la voluntad de Dios: “... *entrar en ellos...* (los Ejercicios) *ofreciéndole todo su querer y libertad, para que su divina majestad, así de su persona como de todo lo que tiene, se sirva conforme a su santísima voluntad* [5], *... de manera que la causa de desear o tener una cosa o otra, sea sólo servicio, honra y gloria de la su divina majestad*” [16]. En este sentido es una persona “magnánima”, tal como lo define Santo Tomás de Aquino: “*aquel que tiene el coraje de comprometer toda su persona en una empresa importante que decide sustancialmente su vida*”. Nos encontramos, pues, ante una persona que ha hecho en su vida una opción de fondo por Dios, y que busca vivir de acuerdo con ella.
- b) La persona que quiera encontrarse con Dios ha de ser también una persona humilde, capaz de reconocer que se adentra en un terreno donde, con sus solas fuerzas, nada es posible y todo es concedido: “... *quando hablamos vocalmente o mentalmente con Dios nuestro Señor o con sus santos, se requiere de nuestra parte mayor reverencia que quando usamos del entendimiento entendiendo*” [3]; “... *un paso o dos antes del lugar donde tengo de contemplar o meditar me pondré en pie... considerando cómo Dios nuestro Señor me mira, etc, y hacer reverencia o humillación*”. Se trata, pues, de alguien que es bien consciente de que tanto la



postura inicial de búsqueda, como la capacidad de encontrar y hallar, son dones que se reciben y que escapan de las posibilidades humanas.

- c) Supuesto que Dios se manifiesta y comunica muchas veces a través de mediaciones humanas, que no son siempre las inicialmente previstas o esperadas, sino en muchas ocasiones muy sorprendentes, es necesario que la persona que quiere encontrarse con Dios sea abierta al otro como mediación de Dios, capaz de comunicación, de decir y de dejarse decir: “... *todo buen cristiano ha de ser más pronto a salvar la proposición del próximo que a condenarla...*” [22].
- d) Nunca ha sido fácil la experiencia del encuentro con Dios. Ya en el Antiguo Testamento se nos describía como lucha agotadora (Gn. 32, 26-33). Es una experiencia combatida desde dentro y desde fuera. Por eso la persona que se arriesga a ella ha de ser alguien con capacidad de resistencia y lucha: “... *vencer las tentaciones...; resistir al adversario, más aún... derrocallo*” [13]; de dominio sobre sí mismo: “... *poniendo todas sus fuerzas para venir al contrario de lo que está mal afectada...*” [16]; de austeridad y distanciamiento afectivos: “... *quanto más se apartare de todos amigos y conocidos y de toda solicitud terrena...*” [20].
- e) Ignacio pide asimismo que sea una persona comprometida con su vida y con el presente de su vida y sus circunstancias concretas, realista, que no se escape ni hacia atrás (con nostalgias) ni huyendo hacia delante: “... *tomando el fundamento verdadero de la historia...*” [2], “... *al que toma ejercicios en la 1 semana aprovecha que no sepa cosa alguna de lo que ha de hacer en la 2 semana...*” [11]; personas capaces de la “ascética del presente”, de “sentir y gustar” lo que en cada momento es la experiencia de su vida, sin falsas pretensiones ni escapatorias.
- f) Entre estos rasgos encontramos también el que postula una persona unificada afectiva y vitalmente, donde los afectos y las cosas se sitúan en su lugar adecuado, en orden: “... *no teniendo el entendimiento partido en muchas cosas, aprovechar a su propia ánima...*” [20].
- g) Todo ello constituye y caracteriza, finalmente una persona libre, capaz de “... *discurrir y raciocinar por sí mismo...*” [2], de “... *usar de sus potencias naturales más libremente para buscar con diligencia lo que tanto desea...*” [20].

No podemos dejar de mencionar algo que Ignacio no lo explicita, pero en nuestra realidad latinoamericana cae de su peso. La persona que quiere vivir la experiencia de Dios en la dinámica de los Ejercicios Espirituales, de alguna manera, debería ser alguien capaz de una vinculación orgánica al mundo de los empobrecidos. Persona que sea capaz de asumir los desafíos que esta realidad le plantea.

Hay, pues, y siguiendo a Ignacio, una “estructura antropológica” posibilitante de la experiencia de los Ejercicios, de la experiencia de sentir a Dios en la propia vida y en la propia historia. En la medida en que esa estructura se dé, y se dé más plenamente, será más posible experimentar a Dios en la vida; por el contrario, una carencia radical en esta estructura, limitará o, incluso, llegará a imposibilitar la experiencia. Lo cual nos hace concluir que “lo que verdaderamente impide sacar fruto de los Ejercicios es la falta de ciertos requisitos sin los cuales no se puede hacer nada”.

La espiritualidad ignaciana postula como condición de posibilidad para realizarse personas **sujetos de opción personal, humildes, abiertas al otro, capaces de resistencia y lucha, arraigadas en la historia, unificadas interiormente, libres**. ¿Es esto el comienzo o el fin? Las dos cosas: en alguna medida debe darse todo esto al comienzo, o, al menos, sin carencias sustanciales; la pedagogía ignaciana, fielmente seguida, nos consolidará cada vez más sobre ese fundamento.



Ahora ya está en manos de cada uno/a la decisión de tomar la determinación de “echarse al agua”, es decir, de implicarme de una manera seria y auténtica en vivir esa oportunidad de los Ejercicios Espirituales, que se me regala como gracia.

Para esto sería conveniente recapitular aquí, a modo de síntesis, los aspectos más importantes para valorar la conveniencia y el momento oportuno de practicarlos:

- La determinación de realizar tal experiencia debe ser asumida libremente. Aunque forma parte del proceso de formación que estamos realizando, debe ser asumido personalmente de una forma total y profundamente libre. Sin esta libertad, el runruneo interno de que me han sido impuestos y de que no hay más remedio que hacerlos, provocará que sean realizados sin aquel “ánimo y liberalidad para con su Creador y Señor” (EE, 5). En este caso, no se harán los Ejercicios; a lo sumo, se padecerán.
- Piden su momento adecuado. Y ello viene dado, sobre todo, por el hecho de que uno se encuentre ante un momento de cambio en su vida o ante algo importante que debe decidir. De hecho, los Ejercicios fueron concebidos fundamentalmente como un instrumento de discernimiento.
- No es en absoluto conveniente hacerlos en momentos de depresión, o de inestabilidad psicológica. Los Ejercicios requieren un estado de ánimo equilibrado y libre.
- Tampoco puede hacer los Ejercicios completos quien tiene una gran dificultad para una oración prolongada, ya que el método prevé momentos fuertes de oración que se mantengan con constancia y decisión. Tampoco son adecuados para quien es incapaz de soledad y de silencio y no puede vivir sin distraerse.
- Requieren una preparación que aquiete el espíritu. No es posible cortar de repente las preocupaciones y tensiones propias de una vida ajetreada en exceso. Sería todo esto un lastre difícil de superar. El recuerdo vivo de mis obligaciones, de cosas que han quedado a medio hacer, puede ser una fuente de distracciones difícil de superar. Ha de ser del todo posible el retirarse de todas las cosas (eso en el caso de que se hagan durante un mes en completo retiro) y ello requiere preparación. Para los que no se pueden liberarse de sus obligaciones, Ignacio contempla la modalidad de los Ejercicios en la vida ordinaria (EE, 19). Quizás en otra ocasión se puede ampliar lo que implica esta modalidad.
- Los Ejercicios no son un tiempo para leer, aunque una cierta lectura sí puede ser conveniente (EE, 100). Tampoco son una ocasión para ponerse al día en Espiritualidad, Biblia o Teología. Para eso existen los cursillos y otras propuestas.
- No debo esperar tampoco indoctrinación magistral, sino que lo que se busca es “sentir y gustar internamente” (EE, 2), mediante la presencia del Espíritu Santo, maestro interior que guía con firmeza y suavidad.

Con estas advertencias no quisiéramos que se sacara la impresión de que los Ejercicios son tan difíciles, que están reservados para una élite. Lo único que se ha pretendido ha sido tomar conciencia del tipo de experiencia espiritual que proponen, distinguiéndola de otras, que no son ni peores ni mejores, para que no hayan malos entendidos una vez iniciados. Pero en ningún momento quisiéramos olvidar que todo este camino está posibilitado por Aquel que revela los misterios a los sencillos: “Te bendigo, Padre, porque has ocultado estas cosas a los sabios y entendidos y se las has revelado a los sencillos” Mt. 11, 25).

**Organizador del artículo: Karmelo Eguen s.j**



### **Guía de reflexión personal:**

1. ¿Cuál es mi experiencia espiritual? ¿Cómo establezco la vinculación con la espiritualidad ignaciana y específicamente con el aporte de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola?
2. ¿Qué me hace pensar o sentir que la espiritualidad ignaciana tiene una respuesta al momento histórico actual? ¿Qué es lo que más me hace sentido de la espiritualidad ignaciana respecto a la vinculación con la realidad y momento histórico que se vive?
3. Al estudiar el tema del mes ¿Qué resalto de la seriedad, profundidad, método y mística que hay en todo el recorrido que San Ignacio de Loyola plantea para la vivencia de los Ejercicios Espirituales en mi compromiso de vivir mi cristianismo de forma madura y coherente?

### **Guía de reflexión grupal:**

1. ¿Cómo se vive en mi obra la espiritualidad ignaciana, pero específicamente cuál es la experiencia de haber hecho los Ejercicios Espirituales en sus diversas modalidades, en mi persona y en los-as compañeros?
2. ¿Cómo los Ejercicios Espirituales son una respuesta concreta y profunda a la búsqueda y deseo de vida “en espíritu” y es una manera de profundizar en mi identidad como cristiano-a dentro de la obra en la que participo?
3. ¿Cómo hacer posible la vivencia de las distintas etapas de los Ejercicios Espirituales en todos los miembros de mi obra para poder sacar un fruto grupal que se manifieste en actitudes y valores concretos; con lo cual la obra pueda reflejar a las demás personas en todos y cada uno de sus miembros, el rostro del Dios de Jesús de Nazaret?

### **PROGRAMA DE FORMACIÓN DE JESUITAS Y LAICOS.**

Comisión de Espiritualidad. Provincia Centroamericana de la Compañía de Jesús.

Tema 9. Mes octubre del 2009.