

EJERCICIOS EN LA VIDA CORRIENTE

Josep M. Rambla

Sumario

[0.- Prólogo](#)

[1.- Los ejercicios en la vida corriente](#)

[2.- El que hace los ejercicios](#)

[3.- El que da los ejercicios](#)

[4.- Procesos de los ejercicios en la vida corriente](#)

[5.- La oración y la vida](#)

[6.- Discernimiento y elección](#)

[7.- Un diálogo apenas iniciado](#)

[8.- Apéndice: Nota bibliográfica](#)

0. PRÓLOGO

En una ponencia del Congreso Internacional de Ejercicios celebrado en Loyola (1966) a raíz del Concilio Vaticano II, afirmaba Jean-Pierre van Schoote: "siempre me ha extrañado el olvido en que ha quedado la anotación 19 de San Ignacio". Al cabo de 25 años de aquel Congreso, las cosas han cambiado radicalmente. En todo el mundo, India y Canadá, Estados Unidos y Alemania, Francia, España, Reino Unido, etc. se ha dado una creciente extensión de los Ejercicios en la vida diaria, inspirados en aquella anotación ignaciana.

Esta "novedad" es una gracia que ha hecho accesibles los verdaderos Ejercicios de San Ignacio a un círculo muy amplio de personas, impedidas de retirarse durante un mes, según ya previó el santo.

Hasta qué punto corresponde exactamente este tipo de ejercicios a la letra de la anotación 19 y qué condiciones se requieren para que sean experiencia verdadera y plena de Ejercicios ignacianos, son cuestiones que se tratarán en este cuaderno y, por tanto, no he de analizar ahora.

Las páginas siguientes tienen su origen en unas conferencias tenidas en León, en 1983, a un grupo de jesuitas dedicados a la pastoral juvenil y a dar ejercicios. El tiempo transcurrido desde entonces no ha restado actualidad a lo que allí se propuso. Incluso puede afirmarse que estos años han añadido el peso de la confirmación a muchas de las cosas que ahora se publican. Esta es la razón por la que me ha parecido que sería útil tener a mano estas reflexiones que, además, habían ya circulado en varias partes.

Me resta sólo indicar algunas precisiones relativas a la naturaleza de este escrito.

1. No tengo la pretensión de originalidad. En estas líneas se pueden hallar muchas ideas, incluso en su misma expresión, de Maurice Giuliani ("Los Ejercicios en la vida corriente. Informe de una sesión"). También se traslucen otras lecturas (por ejemplo, Gilles Cusson o Alex Lefrank). El valor que pueda tener mi aportación es el de la experiencia y reflexión personales que subyacen a lo largo de mi exposición.

2. El carácter de "conferencia", en el sentido más original y coloquial del término, no ha desaparecido del redactado ni he pretendido ocultarlo. Sin embargo, he de agradecer la generosa y paciente labor de corrección de compañeros jesuitas y otros amigos, que han transformado la transcripción de unas conferencias de tono muy familiar en un escrito presentable.

3. Como los años que nos separan de la fecha en que se pronunciaron estas conferencias me han confirmado en la validez de lo que entonces pensaba y expuse, no he introducido cambios de contenido, ni otras aportaciones complementarias de mi experiencia o lecturas posteriores. Sin embargo, me ha parecido útil añadir al final una bibliografía escogida de obras editadas en lengua castellana.

1. LOS EJERCICIOS EN LA VIDA CORRIENTE (EVC)

1. NATURALEZA DE ESTOS EJERCICIOS: ¿SEGÚN EL ESTILO DE LA ANOTACIÓN 19?

Según la Anotación 19, los ejercicios practicados en la vida ordinaria son propiamente ejercicios ignacianos. Lo que en unos ejercicios normales se haría en el retiro, trata de hacerse en la vida corriente. Así los dio Ignacio, y también Fabro, o a los ejercitantes que no podían dejar las ocupaciones ordinarias. Sin embargo, si leemos los Directorios y otros testimonios coetáneos, veremos que para Ignacio se trata de un "bien menor". El Directorio de Polanco dice que, si uno ha realizado con gusto espiritual la Primera Semana en ejercicios abiertos, sería útil pasar a los más intensos en completo retiro. El Memorial del P. Cámara reproduce esta opinión de S. Ignacio: "el Padre juzga que a

personas de quien se espera que pueden venir a seguir la vía de perfección no se los den abiertos (los ejercicios)".

Los actuales EVC

Cuando hoy hablamos de EVC tipificamos algo distinto: son una aplicación creativa de los Ejercicios según la Anotación 19, porque integran sistemáticamente la cotidianidad, cosa que ni aparece en la Anotación 19 ni consta por la historia. No se trata de unos tiempos más concentrados en la vida, sino de que la vida misma se convierta en lugar de experiencia de los ejercicios. En muchos casos ya no son un bien menor sino que pueden ser un ideal.

Así pues los EVC son ignacianos, tienen relación con la Anotación 19, pero no son estrictamente según esta anotación; integran la vida cotidiana como lugar y, por tanto, introducen un elemento de creatividad.

2. LA ENTRADA EN LOS EVC

a) Preparación y selección del candidato

Cuando se presenta una persona para hacer los EVC, las cuestiones que hay que formular giran en torno a tres núcleos: la madurez de esta persona, su vida cristiana y la coherencia entre fe-vida humana (unidad de vida).

La madurez es importantísima. Lo espiritual siempre se vive en terreno psicológico y, por tanto, es necesario considerar las posibles anomalías en la estructura psicológica de la persona. Cuando alguien se acerca con el fin de hacer ejercicios habría que dilucidar si se halla en situación de ambigüedad espiritual que pide ser aclarada, de crisis notable, de desequilibrio; o bien si recurre a los ejercicios movido por una razón superficial o extrínseca: porque le "van bien", se lo "han aconsejado", etc.

Tiene importancia también conocer la evolución cristiana de esta persona. Puede darse el peligro de que se desee hacer EVC esperando de ellos una ayuda psicológica o entendiéndolos como una especie de catequesis o catecumenado. Unos ejercicios bien llevados suponen cierta maduración de la fe, cierto proceso de oración, relación adulta con el mundo exterior...

También importa aclarar la unidad de vida del candidato, su relación entre vida de fe y vida humana. Dicho de otra manera, la seriedad existencial de esta persona. Difícilmente llevará un proceso serio, profundo, continuado, si no es persona capaz de comprometerse por algo, si no es persona con una responsabilidad, con calidad humana en lo profesional, familiar, político...

Estas cuestiones requieren un proceso de dilucidación previo a los ejercicios. Los medios para llevarlo a cabo son: las entrevistas, la oración y las lecturas. A través de los tres, formando una unidad, van apareciendo los motivos (que no siempre coinciden con las razones expuestas): se puede ver si el ejercitante busca a Dios o si busca algo simplemente humano, si teme los plazos indefinidos en el itinerario que se empieza a recorrer, si el trabajo o la familia le permiten este esfuerzo espiritual. También se va precisando una cierta experiencia de oración, más estructurada, más personal, más

acomodada a la situación ... Unas lecturas, sencillas y bien escogidas, pueden también ayudar al candidato a clarificarse y a avivar su deseo. En este tiempo de preparación suelen darse dos hechos: la recuperación de la oración, en personas que tuvieron cierta experiencia de ella y que, tal vez, la abandonaron; el encuentro de lo que podríamos llamar la "oración de las propias raíces", aquel tipo de oración que está más de acuerdo con el temperamento espiritual propio. Finalmente, se da en esta fase un cierto inicio de discernimiento, no tematizado aún. Dar estos pasos preparatorios supone ya algunas elecciones: qué tiempo dedico a la oración, cómo distribuyo el trabajo, dónde encuentro más paz, qué me turba, cómo reaccionar ante el impacto y las justificaciones que doy a los que están junto a mí.

Este primer rodaje conduce a una conclusión natural (no a una deducción): el candidato se da cuenta de si se ha encaminado ya en el proceso de los ejercicios, constata si "le han entrado las marchas". Todo lo que hemos comentado no es más que poner en práctica las 14 anotaciones" primera, segunda y quinta: exponer de qué se trata en este tipo de experiencia (1), conocer cual es su especificidad: sentir, gustar.. y no precisamente un cursillo o catecumenado (2) y, finalmente, desencadenar el "grande ánimo y liberalidad", crear disposiciones internas que son las que a la larga darán fruto (5).

b) Principio y Fundamento

El Principio y Fundamento incorpora dos elementos al proceso inicial descrito, con el que forma una gran unidad:

- la experiencia de lo personal en lo histórico-social
- la experiencia de lo absoluto en lo relativo.

Experiencia personalizadora, pero no en el "retiro aislado" donde no turban las relaciones, el trabajo, los acontecimientos, el periódico, los problemas sociales. Todos estos puntos dejan de ser "estorbo", van siendo integrados. Se trata de ser persona en la historia y en la realidad socio-política; de experimentar a Dios absoluto, integrado y vivido en las realidades relativas. Ellas nos hablan del "semper maior".

Una persona con una vida muy agitada puede hacer EVC, pero tiene el riesgo de que el sujeto sea devorado por el objeto (actividades, problemas, etc.): "ya no sé qué hago, ando de cabeza..." serían sus frases típicas. El Principio y Fundamento es el momento de distanciamiento, de subjetivación. En medio de la gran variedad de sentimientos que el ejercitante experimenta a lo largo de una jornada, van adquiriendo más peso los que dan unidad a los demás, los que mueven desde lo profundo del ser, aquello por lo cual en realidad estoy haciendo lo que hago y que ha quedado muchas veces soterrado. Se experimenta así que hay una última profundidad en mi ser; percibo y formulo mis sentimientos como viniendo de un más allá de mí mismo. Experimento en mí mismo lo absoluto en lo relativo; me doy cuenta de que el trabajo es un acontecimiento, un evento, algo que tiene un peso, una trascendencia y significado propios. En formulación de los Ejercicios: "las otras cosas son para", tienen una profundidad, un horizonte último que las llena de sentido.

En este tiempo, la oración se va orientando hacia la experiencia del Dios verdadero, del Padre de Nuestro Señor Jesucristo. Es importante que la oración sea ahondar en el Dios de mi historia como el Dios de nuestra historia; no un "reflexionar sobre" Dios, sino ahondar en la conciencia de que Dios ha estado y está presente en mi historia que no es una historia, sino la historia. Por tanto, la materia de oración es la historia misma, mi realidad pasada, sus momentos más intensos.

Al mismo tiempo, se va acentuando la práctica del discernimiento, ya que uno va siendo más sensible a la necesidad de reestructurar la propia vida, las relaciones familiares, estudios, etc.; y esto requiere discernimiento.

Otro rasgo del período del Principio y Fundamento es que las mismas actividades se van convirtiendo cada vez más en "ejercicio", son reveladoras, tienen algo de sabor espiritual. Conviene que este período sea de "apertura": que todos los motivos que luego reaparecerán en profundidad -que en el caso de unos EVC son la vida misma como experiencia se incoen ya ahora.

Como resumen, algunas notas características de este período serían:

- la oración diaria como un clima interior;
- el paso de lo moral a lo espiritual (la mirada y la respuesta de fe; guiarse por lo que Pablo llama "lo que es agradable a Dios", no ya una experiencia ética sobre el bien y el mal, sino una experiencia de fe);
- lo absoluto en lo relativo o, dicho de otra manera, la relación en la distancia, el saber escuchar, saber captar las reacciones interiores ... ;
- la unidad de oración y actividades.

De ahí que en el tiempo en que se trabaja el Principio y Fundamento es importante empezar a recuperar el examen o, con palabras distintas, la oración sobre la vida, es decir, la práctica diaria que conecta oración y vida. Práctica diaria en la que trato de ver mi existencia cotidiana con los ojos de Jesús, para amar mi realidad cotidiana con el corazón de Jesús. Vale la pena vivir esta vida con todo lo que tiene de sombrío y aun decepcionante; ella es parte de la historia de salvación. Esta experiencia en la que voy reviviendo mi realidad cotidiana me predispone para el futuro; aquello que vivo ahora de una manera más refleja transforma mi realidad profunda para vivir, después, de forma más integrada lo cotidiano. En el Principio y Fundamento suelo hacer una doble experiencia: la de la *anámnesis* ("recuerda Israel: el recuerdo agradecido de la propia experiencia, el reconocer situaciones, rostros de personas, el pecado... "ante Dios") y la de la esperanza (fundada en la convicción de la acción de Dios en mi historia).

3. EL PROCESO DE LOS EVC

Intentaremos ahora describir el proceso que sigue después del Principio y Fundamento.

a) Características del proceso

El peso de la "vida". La vida modifica el estilo de oración, modifica el discernimiento. Las consolaciones y desolaciones no nacen sólo de la interioridad, sino de la tarea apostólica, de la comunidad.... nacen de la prosa de la vida. Los posibles espacios de retiro que se introduzcan en esta experiencia, deben servir, más bien, para revisar lo hecho o, también, como criterio de discernimiento o test. De una forma u otra deben estar en función de la experiencia que se hace, y no como un plus. Hay que evitar que sean la cobertura de una existencia vulgar.

El "silencio" propio de estos ejercicios. Al comienzo, sobre todo, se valora el silencio material, se buscan lugares tranquilos y retirados para orar. El seglar, más que nada, busca eliminar ruidos, crear espacios adecuados, pero, a medida que avanzan los ejercicios, se da un salto desde el silencio material a un silencio que es plenitud de presencia. El primero tiene un valor psicológico importante que, según la anotación 20, predispone para la experiencia; el segundo, es un silencio que ayuda para el cambio del corazón; no es un silencio que se encuentra, sino un silencio que se hace, silencio activo, de calidad de vida, de calidad de relaciones, de calidad de oración, de actitudes que uno va creando. Este silencio llega a ser una experiencia de soledad, no como aislamiento, sino como encuentro de lo más profundo de uno mismo. Todo ello ayuda a que se vaya viviendo la experiencia de Dios más como encuentro que como conciencia. Porque, para muchos, es una tentación el "formular" que me he encontrado con Dios. Tal silencio va privilegiando el encuentro más como relación viva que como formulación, conciencia, reflexión.

La "gracia" que se pide y se busca. "Demandar lo que quiero": es decir, pido lo que busco. En la vida cotidiana esta actitud va manteniendo un cierto aire, una tendencia, una cualidad especial. Se trata de querer y buscar en la oración y en la vida, porque el ser humano lo engloba todo, oración y vida. No podemos caer en el divorcio de reducir todo a oración, ni de reducir todo a acción.

A medida que se avanza en la experiencia, la vida misma se va convirtiendo en revelación. El contenido evangélico que se contempla va tomando cuerpo en la existencia; el pecado es materia de contemplación, pero es también materia de experiencia; el mundo que hay que salvar es una realidad que contemplo, que voy viviendo y percibiendo cada vez más en lo cotidiano; la división que siento en el corazón no se capta sólo en la oración, sino que es sentida en el centro de la comunidad. Esta revelación de la vida es el contemplar. Lo que contemplo en la oración se me va haciendo revelación en la vida. La vida se convierte en llamada que voy captando a través de los acontecimientos, de las personas, de los estados de ánimo provocados por la acción, el apostolado, la comunidad... El reflejar propio de la oración es una experiencia que se da también en el vivir cotidiano. Finalmente, la vida se me convierte también en juicio, "*diácrisis*", en "test del deseo", es decir, responde a la dimensión más estricta del examen de San Ignacio. La vida se convierte, pues, en examen. Resumiendo: se vive la contemplación, el reflejar y el examen en la experiencia de lo cotidiano.

b) La actividad del ejercitante

Cinco elementos "constantes" en todas las semanas

1. La **oración sobre la vida**: conviene insistir en la recuperación del examen, como reconocimiento del Dios de la vida, como experiencia de gratitud (primer punto del

examen ignaciano). Es el puente que se va construyendo, bloque a bloque, entre el Principio y Fundamento y la Contemplación para alcanzar amor. Cuando se llega a esta última, se comprueba que ya se había ido haciendo. La Contemplación para alcanzar amor, es como una "balconada magnífica que se abre hacia el ambiente circundante" (J.M. Díez-Alegría). Después de toda la experiencia de ejercicios, uno abre las puertas de la realidad y oye esta invitación: "tú que te has entrenado, sal y empieza ahora a practicar lo aprendido". No se puede añadir algo al final que no se haya trabajado ya, y los ejercicios son práctica de amor. El examen es el instrumento para ir actualizando esta experiencia y lo que después ayudará a ir manteniéndola. Es una experiencia de reconocimiento, de gratitud, un aprendizaje de vivir la vida gozosamente, de "encontrarse bien en la propia piel". En unos EVC, por flexibles que sean, hay que procurar que este elemento no decaiga nunca.

2. La **oración**. Su materia es la que pone Ignacio en los Ejercicios. La cantidad es objeto de discernimiento, para descubrir la ley vital del ejercitante. Las leyes, cuando vienen de fuera, nos horrorizan y nos aprisionan. Se trata de encontrar las leyes interiores de la vida personal. Cada uno, como todo ser vivo, tiene su propia ley de vida, de desarrollo humano y cristiano, en la que interviene lo más específico de la fe, junto con la realidad biológica o psicológica de cada uno. Cuánta oración conviene hacer, cómo distribuirla, es algo que hay que ir descubriendo. Si se es capaz de hacer bastante oración, es aconsejable distribuirla en dos tipos: la propia de los temas de ejercicios y la que surge de las lecturas litúrgicas o de otra clase.

3. Las **actitudes**. La gracia propia de los ejercicios debe ser buscada y vivida en clave de cotidianidad; no es algo que se viva en un espacio y que, luego, se trasvase al exterior. Es muy importante concienciar, a lo largo del día, las actitudes propias de los diversos momentos de los ejercicios, actitudes que hay que concienciar, actualizar y, eventualmente, considerar como materia de oración. Por ejemplo, saber vivir el absoluto de la persona en el trabajo... Buscar a Dios allí donde sale al encuentro: en el trabajo, en el grupo... en la lectura de fe del pecado del mundo, en el darse cuenta del desorden de las propias operaciones, captado en actitud de alerta constante a lo largo del día.

4. Las **lecturas**. Frecuentes, breves y vivenciales. Se supone que quien hace EVC es persona que ha hecho algún curso de teología y que tiene resueltos los problemas fundamentales de comprensión de la fe. Ahora se trata de lecturas vivenciales, cortas (artículos, capítulos de un libro ...).La lectura "mucho aprovecha" para mantener viva una actitud de fe.

5. **La entrevista**: Como ideal, semanal. Al principio, las entrevistas son menos frecuentes. A medida que la experiencia se va haciendo más intensa, se hacen más frecuentes.

Las "otras espirituales operaciones"

En la primera anotación, Ignacio alude a todo un mundo de reglas, adiciones y otras prácticas. Porque los ejercicios no son sólo una experiencia de oración. Fácilmente se privilegia exclusivamente la oración, se cae en una especie de platonismo espiritual: quedarse en las ideas, en los sentimientos puros, elevados, sin incidencia en lo social, sin modificación de los comportamientos y actitudes de fondo. Los Padres del desierto, a los que en su pedagogía espiritual sigue San Ignacio, no dan conferencias sobre la

oración, sino que invitan a experimentarla y a examinarse sobre ella. Y, junto a la materia y orientaciones para la oración, sitúan el ejercicio y trabajo personal (ascesis). Así ocurre también en los EVC. Estas operaciones se pueden resumir en siete aspectos de la vida espiritual:

1. **Ordenar el ser** o las actitudes personales Que las cosas inferiores obedezcan a las superiores. Nuestros grandes "problemas" a menudo, nacen de futilidades, de la sensibilidad, de la fantasía... Somos proclives a las grandes declaraciones y, sin embargo, cedemos ante la dificultad concreta; las grandes actitudes de "las banderas", etc., se callan ante la pobreza de los pobres, cuando, por ejemplo, afecta a las instituciones.... porque hay miedos, apegos, etc.

2. El **orden en relación a las cosas**. En este sentido son importantes las reglas para ordenarse en el comer; y no sólo ordenarse en el comer, sino también ordenarse en los medios de trabajo, en el tipo de viajes, en las vacaciones... es decir, en todas aquellas cosas necesarias o convenientes de las que nos hacemos esclavos, nos hacemos adictos (tele-adictos, máquina-adictos); las cosas son medios o instrumentos que a veces se convierten en fines.

3. La **unidad interior**. En contra de la esquizofrenia que vivimos frecuentemente entre vida interior y exterior, entre el mundo de la fe y lo secular, entre fe y justicia... A veces, tal escisión tiene una profunda raíz psicológica a la que alude la Anotación 20, al hablar del ejercitante que deberá estar "poniendo todo el cuidado en sola una". Vivimos muchas realidades, y es necesario que todas ellas compongan como un mosaico, cuyas varias piezas respondan a un proyecto, a una unidad interior, y así dejen de ser como un rompecabezas revuelto encima de la mesa.

4. El **combate necesario**. La carta a los Colosenses nos dice que hemos resucitado con Cristo, que vivimos la vida del Resucitado, y, a continuación, añade: "por lo tanto, matad vuestros miembros terrenales". Los "miembros terrenales" no son el cuerpo, sino las fuerzas que tiene todavía el pecado en nuestro mundo y en nuestra historia, en el corazón del hombre, en las estructuras y en la sociedad. No hay vida del Resucitado, vida convertida, si no hay combate. La espiritualidad es conflictiva, no es flácida. Si el maestro de la espiritualidad ha sido el Señor Jesús, no podemos olvidar cómo acabó su existencia.

5. El **autoconocimiento**. Enfrentarse consigo mismo es la tarea del examen; autoconocimiento que supone, en el fondo, algo muy doloroso, como es escuchar a los demás; porque nos autoconocemos más por el espejo --que son los otros- que por la introspección. Se trata de tomar en serio las reacciones de los otros, de la comunidad... no lo que me dicen, sino lo que me manifiestan.

6. La **comunicación**. No tener nada escondido; es también regla de primera Semana, la del "vano enamorado" que quiere ser secreto y no descubierto. En los ejercicios, esta comunicación se practica en el diálogo con el que los da, no tanto para comunicar la conciencia cuanto la experiencia.

7. Finalmente, la **ascesis que prepara para las opciones**. Según la nota de binarios, cuando hay que tomar decisiones no basta con tener claros los criterios, sino, siendo realistas, hay que contar con el combate: es menester prepararse, inclinándose hacia

aquello hacia lo que se siente más repugnancia. En los EVC, esto se concretiza haciendo, a veces, aquello que más cuesta: actos gratuitos, acciones un tanto a contracorriente, experiencias de cierta intensidad. Es una ascesis que prepara para las opciones.

He aquí, pues, "otras espirituales operaciones", un campo amplio para la inventiva, campo que San Ignacio no hace más que insinuar e inspirar.

c) Duración de la experiencia

Se trata de un punto delicado. Al hablar de los ejercicios completos, Ignacio dice que "poco más o menos se acabarán en 30 días". En esta experiencia de EVC, donde entran muchos elementos, la indeterminación del tiempo es grande.

Indeterminación de un plazo final. De entrada, empezamos por no saber cuándo se va a acabar. Puede haber casos en los que haya un cierto plazo. Si en los ejercicios en retiro existe el descanso, también aquí puede haber algo similar, con tal que no se pierda la continuidad del proceso. El P. Giuliani dice que la negativa a fijar un término es la condición más frecuente del verdadero éxito de los ejercicios. En la vida, negarse a poner término es la condición del éxito. ¿Por qué? En el fondo, porque es la condición de la libertad interior. Se trata de cumplir el consejo de Ignacio: "en el punto en el cual hallaré lo que quiero, ahí me reposaré". Si esto era posible en los ejercicios cerrados, mucho más aquí. Los EVC no están ligados sólo a la oración sino que están confrontados con el cada día; por lo tanto, no se debe estar preocupado por hacer avanzar el ritmo de la experiencia espiritual, sino por vigilar que no se interrumpa algo que brota o empieza.

Los "términos" del proceso. Sin embargo, el proceso tiene sus términos. Uno de los peligros es dejar que se diluya la experiencia. Hay momentos que exigen dar paso a algo nuevo, como por ejemplo, cuando se da el fruto de una gracia que se ha pedido. Este es un término objetivo. Hay también términos subjetivos: situaciones de plenitud, que son llamamiento o apertura a algo nuevo. Plenitud respecto del pasado y a la vez inquietud que alumbraba algo nuevo. Hay que tener una especial sensibilidad para captar estos "términos". Es necesario distinguir entre la saciedad de la persona que no aguanta más la monotonía de la realidad y la saciedad que es fruto de plenitud espiritual, que abre hacia un nuevo avance en el camino de la experiencia.

2. EL QUE HACE LOS EJERCICIOS

1. TIPOLOGIA 0 DISTINTOS NIVELES DE EJERCITANTES

a) Diferenciación elemental de ejercitantes

Hay una primera diferenciación que, aunque parezca elemental, ha de tenerse en cuenta. Hay ejercitantes que vienen a hacer los EVC con las disposiciones ideales que señala San Ignacio: disponibilidad grande, tiempo, capacidad de búsqueda... Y hay ejercitantes que se acercan con disposiciones "leves", para "contentar a su ánima", o a hacer simples ejercicios de repetición, equivalentes a lo que algunos hacen anualmente. Esta distinción es importante, tanto desde el punto de vista del ejercitante como del ejercitador. Existe el riesgo de que muchas personas entren en este proceso de los ejercicios en la vida

porque, en el fondo, no se atreven a unos ejercicios en retiro, o porque, en su interior, presienten que es algo más barato. Esto hay que dilucidarlo pronto. O, al revés, personas que quieren hacerlos pero que continúan añorando un retiro con el que suplir lo que deberían dar de sí los mismos ejercicios en la vida.

Por parte del que da los ejercicios ha de tenerse en cuenta esta diferenciación de actitudes en el ejercitante, porque el ejercitador puede tender a alargar una situación sin mucha densidad espiritual, a adaptarse al ejercitante sin haber caído en la cuenta de que su disposición no es la de hacer ejercicios. En este sentido puede ser contraproducente una actitud demasiado benévola: "siempre le hará bien"... Por tanto, esta distinción entre actitudes fuertes y leves es importante, tanto para el ejercitante como para el ejercitador, para no confundir los EVC con una mera forma de acompañamiento espiritual, aunque quizá más intenso del que se tiene cuando se habla de "dirección" o diálogo espiritual.

b) Distinción más intrínseca

La persona que va a hacer ejercicios es persona que vive abierta a un cierto progreso cristiano. Pero se ha de distinguir no sólo la intensidad, sino también el género de vida cristiana que quiere profundizar. Hay que ver si lo que le conviene es este tipo de experiencia o si, más bien, le convendría unos ejercicios en retiro. No basta que pida o desee estos EVC. Para descubrir su aptitud para los EVC podemos analizar diversos aspectos:

1. *La oración.* ¿Ora con mayor paz, frecuencia e intensidad desde que ha iniciado este proceso, sin dejar su compromiso y trabajo en la vida ordinaria? ¿Cómo es su progreso en la oración? ¿Encuentra tiempo?

2. *El discernimiento.* ¿Va discerniendo realmente lo que llamábamos su "ley vital" ¿Va encontrando la forma de armonizar los elementos de su vida de trabajo, relaciones familiares, apostolado, relaciones sociales? ¿Sabe distribuirse su tiempo y sus ocupaciones? ¿No encuentra dificultad en la entrevista que tiene con el ejercitador? Sería un signo positivo que la persona que va entrando en este proceso encontrara tiempo para todo. La decisión de entrar en esta experiencia debe hacer cristalizar muchos elementos de su vida: espacio para la oración, facilidad para tomar distancia de las cosas, disposición para contrastar sus vivencias con una persona, etc.

3. *El deseo de no huir de la vida cotidiana.* Hay personas que inician este proceso, pero anhelan siempre lugares recogidos fuera de la vida ordinaria, fines de semana en retiro, etc. No les va la intensificación espiritual del espacio de la vida cotidiana. Giuliani habla de dos intensidades: una "intensidad por contracción del tiempo" y una "intensidad por integración en la vida". En la medida en que se van introduciendo en los ejercicios estímulos reales, contrastes y contenidos no solamente contemplativos, se va creando la intensidad por integración. Si la persona anhela la intensidad de un retiro Y no avanza en la integración de la vida, los EVC no tendrán razón de ser para ella.

2. "APLICAR": EL MÉTODO AL SERVICIO DE LA EXPERIENCIA

a) Los EVC como método de acompañamiento

La palabra "aplicar" que S. Ignacio cita en la anotación 18 es básica para los EVC. Los ejercicios están al servicio de la experiencia:

"Según sea la disposición de las personas que quieren tomar ejercicios espirituales, se han de aplicar los tales ejercicios". Se debe romper el hábito de considerar los ejercicios como un cuadro rígido al que hay que acomodarse. La temática y el método están en función de lo que el mismo libro de los ejercicios presenta como "gracia" o fruto que hay que sacar.

b) Cómo ayudan los EVC

Los EVC ayudan al ejercitante en un crecimiento espiritual que reviste estas características:

Un cambio de nivel. Hay momentos clave en la vida del adulto en los que se vive interiormente algo emergente, una situación de cambio de rasante. Uno se siente llamado a dar un cambio de calidad cristiana. La reforma, por los métodos de elecciones, se aplica a una reestructuración de la vida.

La unidad de vida. Cuando decimos unidad de vida no decimos un empalme fácil, como en una obra de fontanería, entre los diversos aspectos de la vida (vida personal, comunitaria, apostolado, relación social, mundo afectivo). No se trata tampoco de un desdibujamiento de los distintos aspectos para vivir otra cosa indefinida que traduciríamos por "espiritualización" de la vida. La unidad de vida es problema de calidad. El Espíritu es totalizador, lo sella todo... El Espíritu es el sello de Dios en las cosas; marca, pero no cambia las cosas. En los Hechos de los Apóstoles no aparece ya Jesús, aparece una comunidad -en lucha, tambaleante, o gozosa- que vive la realidad cotidiana movida por el Espíritu. Se trata de una calidad del existir. La acción del Espíritu es la menos aparente, pero la más transparente. Santo Tomás llegará a decir que el Espíritu es el "anónimo", está presente y activo, pero pasa desapercibido, algo así como los colores de un cuadro que no se distinguen del estilo. Todo esto se traduce en experiencias de paz, de coherencia, de sentido. Es una música que lo invade todo, una atmósfera en la que se halla sumergida la vida.

Clarificación de la dimensión espiritual del seguimiento. A medida que progresan los EVC, el ejercitante es más capaz de formular su propia experiencia, de percibir las condiciones de su desarrollo, de canalizar sus deseos y entrega cristiana. Se da, en resumen, un notable progreso de lucidez espiritual.

3. EL QUE DA LOS EJERCICIOS

1. Actitudes fundamentales

Reconocer la iniciativa del Espíritu. Confiar en la iniciativa de Dios aplicando lo que dice la anotación 15: "Mas estando en medio como un peso, deje inmediate obrar al Criador con la criatura". No caer en la tentación del adoctrinamiento. Se trata de saber ver cómo van apuntando distintos movimientos y cambios en el proceso del ejercitante. La iniciativa de Dios no la crea el que da los ejercicios.

Aceptar la prioridad de la experiencia del ejercitante. Porque se da tal experiencia hay método, y no a la inversa. Porque hay alguien que busca, funciona el método y no al revés. Se podría decir que el método da respuesta, pero no anticipa; no se da nada que no haya sido deseado o concebido.

2. El acompañamiento de los "pasos" del ejercitante

Empalma con lo dicho anteriormente. La experiencia no tiene un plazo fijo, pero hay que reconocer sus "términos": momentos de saciedad que apuntan hacia algo nuevo. Hay que reconocer estos pasos, estos momentos, las nuevas preguntas que aparecen, los signos que se dibujan... Si en los ejercicios en retiro la elección se formula cuando está ya hecha -es decir, el ejercitante lee algo que se ha escrito ya en su historia personal-, esto pasa aún más en los EVC.

Se trata de ayudar a descubrir la propia vocación o estilo de vida cristiana, que se manifiesta por la convergencia de una serie de elementos que van dando coherencia interna al ejercitante. Coherencia que en uno cristalizará, por ejemplo, en la acción apostólica (Ignacio), en otro en la pobreza (Francisco de Asís), etc. El acompañamiento ayuda a descubrir los pasos que se van dando y a interpretar las preguntas que surgen, los signos que aparecen, la vocación que se va dibujando.

3. Los puntos frágiles de la tarea

Estar «*en medio como un peso*». Uno de los retos del acompañamiento en ejercicios es ser "fiel de balanza". Los EVC piden, por parte del que los da, conocimiento del ejercitante, pero no de tal tipo que llegue a crear dependencia. Y, puesto que en ellos se vive más de cerca la existencia concreta del ejercitante, es importante mantener a la vez cierto conocimiento y cierta distancia.

El equilibrio entre la distancia y la excesiva cercanía. El trato frecuente va creando cercanía y, con ella, el peligro de la manipulación inconsciente, por razón de la posible vinculación afectiva, y, al mismo tiempo, el peligro de dependencia, también inconsciente. ¿Cómo llevar la entrevista para que resulte provechosa? Es básico centrarla en el eco que produce la experiencia, evitando el riesgo de que sea un consultorio o una comunicación de hechos. Consolaciones, desolaciones, situaciones que se viven han de ser el contenido de la comunicación. Esta ha de mostrar la línea de toda la vida y, por tanto, no interesa sólo la referencia a lo ocurrido en la oración.

Tensión entre directivismo y espontaneidad. Al principio, en la fase preparatoria, puede ser buena una mayor espontaneidad en el contenido del diálogo, pero, a medida que va avanzando la experiencia, se debería marcar más la materia y modo de la comunicación.

La duración de la entrevista. Sería ingenuo querer determinarla. Debe ser suficiente, pero no muy larga; si una hora no basta, puede ser índice del paso de director de ejercicios a psicólogo o a simple diálogo de amistad. Algunos ponen el tope en los 20 minutos. Tal vez sea necesario un tiempo más amplio. El que da los ejercicios, con todo, no ha de inmiscuirse en la experiencia del ejercitante, más bien sirve de pantalla que devuelve las preguntas.

En cuanto a la materia de oración se ha de ser muy libre respecto de la que presentan los ejercicios. Lo importante es responder al momento real que está viviendo el ejercitante de acuerdo con el proceso de los ejercicios.

Por esto, conviene que el que da los ejercicios lleve un diario, aunque sea taquigráfico.

4. PROCESO DE LOS EVC

1. PRINCIPIO Y FUNDAMENTO Y PRIMERA SEMANA FORMAN UNA UNIDAD

Se trata de un proceso "iniciático" por el cual el ejercitante se va adentrando en la experiencia del "Dios verdadero". Cuando, a menudo, hablamos de las falsas imágenes de Dios, el peligro es tratar el tema teóricamente, dilucidarlo desde la pura clarificación ideológica. El Principio y Fundamento, en tiempo de Ignacio, entraba más en una dinámica de actitudes que de ideas. Por esto John Helyar, que hizo ejercicios, probablemente bajo la guía de Pedro Fabro, hacia fines de 1535, en sus notas de ejercicios lo consigna junto a la anotación segunda, la del "sentir y gustar". No se trataba, por tanto, de contenidos ideológicos que hay que clarificar de antemano, sino más bien de un proceso que se ha de seguir. Todo ello confirmaría que el Principio y Fundamento es el "inicio del inicio", o sea, el inicio de la iniciación espiritual. Tiene, por tanto, un carácter mistagógico.

La realidad del pecado, considerada en la Primera semana, sería la primera concreción del Principio y Fundamento. El Dios verdadero, en cuya relación se ha ido introduciendo el ejercitante, solamente se manifiesta de una forma: "salvando". Y como a Dios hay que buscarle donde él nos sale al encuentro, he ahí toda la tarea de la primera semana: ir descubriendo dónde nos sale al encuentro el Señor. No se parte, por tanto, como quisiera el fariseísmo o la religiosidad natural, del deseo de encontrar a Dios, sino de la iniciativa de Dios que sale al encuentro del ejercitante.

1. Tres disposiciones básicas

Por lo tanto, hay que procurar que en esta primera fase se vayan desarrollando en el ejercitante estas tres disposiciones básicas:

1. *Apertura a la solidaridad.* El Dios de la Revelación es un Dios relacional. Se revela liberando, salvando, redimiendo, ejerciendo la misericordia. Y, por tanto, sólo desde la relacionalidad puede haber experiencia de Dios, es decir, desde la solidaridad.

2. *Disponibilidad total.* Este ser relacional -el "Emmanuel"- es Dios. Existe el peligro de abaratar a Dios, de hundirle simplemente en la gnosis humana, verlo según nuestras categorías humanas. La experiencia de Dios como Dios supone el dejarse romper por dentro, la disponibilidad total. La medida de la experiencia de Dios es Dios mismo, no mi generosidad. En el fondo, en la experiencia religiosa hay siempre, implícito, un segundo binario: hacer venir a Dios donde uno quiere, es decir, a la propia generosidad. Consiguientemente, hay que entrar en una cierta experiencia de desbordamiento. Dejarse desbordar por Dios es tender hacia la disponibilidad plena.

3. *Vivencia profunda del amor-misericordia.* El amor también corre el riesgo de ser una ideología: amarse, amémonos, Dios es Amor, son expresiones que pueden encubrir actitudes y comportamientos poco evangélicos. Pero Dios es amor solamente de una forma concreta: poniéndose al lado de los publicanos, de los pecadores, de la chusma, perdonando, redimiendo. Y solamente hay experiencia de Dios desde la primera semana; Dios se revela en Cristo, y Cristo es Jesús, y Jesús es "el que salva". No hay otro camino. Solamente desde la experiencia de salvación hay experiencia de Dios, es decir, desde la experiencia de misericordia. Y la experiencia de misericordia genera un dinamismo de misericordia, de solidaridad con el débil, de decantación hacia el pobre (en la experiencia de Dios va implícito un dinamismo de lucha por la justicia, de sensibilidad hacia este mundo roto, expresión del pecado). La fe implica la justicia. Si Cristo da como signo de su presencia en el mundo el "amaos los unos a los otros como yo os he amado", "en esto conocerán todos que sois discípulos míos", la injusticia es la negación del mensaje evangélico. Y participar en la experiencia de un Dios que se me ha revelado como misericordia, solamente se consigue en la medida en que genera en mí un movimiento de misericordia.

Todo ello se puede resumir en el "buscad el Reino de Dios y su justicia" del Sermón de la Montaña. A veces hablamos de "Reino", haciéndolo equivalente de muchas utopías humanas, pero se trata del Reino "de Dios". Y buscar "su justicia", significa que no hay justicia y que hay que hacer misericordia, construir fraternidad. He ahí el primer paso del itinerario.

2. Modo específico de desarrollarlo. Tres elementos

1. La oración. Un tipo de oración muy sencilla. El impulso inicial que pone el ejercitante tiene el peligro de convertirse en una cierta experiencia demasiado intelectual. No se trata de esto, sino de procurar una experiencia de relación muy sencilla con Dios. Redescubrir la simplicidad. Hay que atacar de raíz todo lo que sea intelectualismo, todo lo que sea pensar sobre Dios, leer sobre Dios... Se trata de iniciarse en la *sencillez* de la oración y en la *súplica*; súplica sincera y deseo de ser escuchado. Desde ahora no hay que confiar en las fuerzas propias, sino *pedir* sincera y humildemente a Dios que El sea, de hecho, el absoluto de la propia vida.

Si ya al comienzo uno hubiera ahondado de verdad en la experiencia de solidaridad, de disponibilidad total y de misericordia, se podría dar por terminado el proceso del Principio y Fundamento e, incluso, significaría haber acabado los ejercicios. Por lo tanto, en este momento, se trata más de un deseo sincero de alcanzar la meta que de haber andado ya mucho camino.

Se pide abrirse a la experiencia del Dios revelado, que no es el de la religiosidad natural, sino el "Padre misericordioso". Y se pide también abrirse al "gozo de la salvación". Esta es una primera línea de trabajo, característica de la primera etapa.

2. *El juego del «absoluto/ relativo».* Se trata de practicar la indiferencia en la vida. Nuestra vida está hecha de absolutos: mi trabajo en el que he de jugarme el tipo; la comunidad que -aunque sea muy deficiente- merece que le dedique todas mis ilusiones y energías; las personas (pasamos tantas horas al día hablando: diálogo, pastoral, profesión, reuniones, grupos, etc.)... Ninguna de estas realidades, sin embargo, es la última palabra. De ahí la necesidad de saber reconocer lo absoluto en lo relativo de

nuestra vida: en la conversación, en las reuniones, en lo comunitario, en la seriedad del trabajo... Por lo general, resulta que incluso los compromisos serios tienen siempre una dosis muy grande de monotonía y de vulgaridad. Saber vivir esta monotonía y vulgaridad, es lo más grande de la historia. Por aquí pasa la experiencia de Dios. El absoluto en lo relativo.

Este juego del "absoluto/relativo" se ha de recoger en la *oración* sobre la vida o "examen" (uno de los instrumentos que hay que usar desde el comienzo), donde conviene considerar cada día cómo se vive la existencia, si se le sabe dar ese carácter relativo, con un cierto humor, sin descorazonarse ante las cosas... Y, al mismo tiempo, poniendo empeño en todo, sabiendo tomar en serio a las personas, sabiendo -por ejemplo- que en una conversación (por pesada que sea) está Dios. Dios está en la oración, pero también en el despacho, en las reuniones, etc.

3. *Algún tipo de lectura testimonial complementaria.* A lo largo de los ejercicios se pueden aconsejar algunas lecturas. Pero conviene advertir dos cosas: que sean *complementarias* (un libro de cabecera, por si sobra algún rato) y que sean *testimoniales*, especialmente en este momento. Por ejemplo, a un ejercitante metido en lo social cabría darle como lectura complementaria algo sobre la vivencia gratuita de Dios, del estilo de Sabiduría de un pobre (Leclerc), o alguna lectura de Foucauld, Voillaume, etc. de esas que no son alienantes, pero que tienen un toque de devoción. En cambio, si es una persona que tiende más bien a una cierta evasión o a mucha oración, le convendrían lecturas como Oscar Romero, Pedro Casaldáliga, Dietrich Bonhoeffer, etc. Es decir, de tipo testimonial, que le ayuden a un aterrizaje histórico concreto.

2. SEGUNDA SEMANA: HISTORIZAR LA FE, EVANGELIZAR LA VIDA

A partir de la segunda semana, el ejercitante escucha la llamada muy apremiante del Señor a seguirle en lo concreto de la historia de hoy. Así, pues, por una parte, conviene cargar de contenido histórico la fe y el Evangelio. Nuestra fe podría quedarse en pura ideología. El "amaos" puede convertirse en un pacifismo pasivo, en sensibilidad, falta de vigor, en insensibilidad ante cierto tipo de problemas. Por otra, cargar la vida de sentido evangélico, ya que la vida es ambigua, tiene multitud de interpretaciones.

Podríamos distinguir tres submomentos, que vienen señalados por las meditaciones típicas ignacianas: a) El Reino, b) Encarnación y Nacimiento, e) Banderas y Humildad.

Me parece importante advertir que se ha de procurar no cargar al ejercitante con demasiados papeles, sino más bien darle lo que hay que hacer con indicaciones muy sencillas. También hay que evitar la ideologización que estos temas fácilmente pueden generarle.

1. El Reino

Con la parábola del Reino, Ignacio nos inicia en la perspectiva histórica del cristianismo y del seguimiento. Aunque la parábola, tal vez, no se use formalmente, su contenido es de gran valor. La primera parte es el aterrizaje histórico. El ejercitante que ha pasado la primera etapa -persona con un corazón caliente, capaz de hacer las grandes locuras por Dios-, tiene aún el peligro de que falle en su relación con la realidad. Ignacio, con la imagen del Rey Temporal, quiere ver si el ejercitante tiene cuajo humano y es capaz de

solidarizarse con un problema verdaderamente humano, con un proyecto histórico. Por lo general, no es necesario crear nuevas parábolas. En cambio, conviene proponer textos evangélicos, donde se muestre que el aterrizaje histórico del seguimiento de Cristo solamente surge en la historia concreta, en la solidaridad con la humanidad actual.

Por tanto, la meditación del Reino trata de evitar dos riesgos típicos del seguimiento: el *monofisismo* espiritual y el *jesusismo*. Monofisismo espiritual es reducir el seguimiento a la pura dimensión divina de Jesús, perdersen en el espiritualismo, en el trascendentalismo. Por jesusismo se entiende el extremo contrario: quedarse en Jesús de Nazaret, el líder, el "hombre para los demás", perdiendo la noción de que Jesús es "el Cristo". De ahí que el matiz de la petición de segunda semana sea capital: conocimiento interno del "Señor". No se trata de conocer simplemente a Jesús de Nazaret, sino al Señor, al Kyrios. Aunque no se accede al "Señor" más que a través del Jesús histórico.

2. Encarnación y Nacimiento

Habitualmente Ignacio no desarrolla los textos bíblicos que ofrece para la oración. En estos dos casos sí lo hace. Encarnación y Nacimiento significarán *entrar con Dios en un lado de la historia*. Dios no planea sobre ella, sino que entra en la historia concreta y se sitúa a un lado de la misma. En la contemplación de la Encarnación vemos dónde son necesarias la redención y la liberación. Ahí se coloca Dios al decidir: "Hagamos redención". La contemplación del Nacimiento nos enseña que Dios se pone del lado de los pobres, en solidaridad con ellos. Y se subraya una visión global: Ignacio pone ya la pobreza como pobreza que lleva a la Cruz. No es una pobreza de misticismo barato o espiritualista, ni de idealismo utópico. Supone compartir la suerte de los pobres, de los desheredados; supone compartir las consecuencias que surgen de la pobreza, que será la humillación.

3. "Banderas y humildad": la pobreza de los pobres es el criterio de discernimiento

Banderas quiere prevenir la *arbitrariedad bien-intencionada*. La persona que hace ejercicios es persona recta, pero puede estar intentando un seguimiento arbitrario. Hasta el momento, Ignacio nos ha sumergido en los misterios de la Encarnación, de Navidad (donde subraya la pobreza), y de la vida oculta (también misterio de sencillez y de pobreza). Estas contemplaciones han dado las coordenadas del seguimiento. Las coordenadas nunca dan el dibujo completo, pero sí dan los puntos de referencia. Quien quiere encontrar su forma concreta de seguimiento de Jesús (para lo cual no hay fórmulas preestablecidas, ni recetas) ha de guiarse por estas coordenadas. Cuando no hay sintonía real -y no sólo de corazón- con la pobreza, es difícil evitar la arbitrariedad del seguimiento.

La humildad previene la degradación del amor. El amor siempre está amenazado de muchas cosas y, en concreto, de manipulación. Decimos que "amamos" y tal vez sólo nos limitamos a algo exterior, a hacer "servicios". A veces, parece que necesitemos pobres, porque, de lo contrario, no sabríamos qué hacer; o montar empresas, instituciones ... ; en el fondo, quien lo necesita es el que lo está montando. Se nos meten muchas ambigüedades en nuestros "servicios", "amor", "entrega". Tenemos el peligro de caer en un amor mecanicista que "hace" cosas, pero faltas de un profundo afecto. Y la tercera manera de humildad conduce al fondo del amor: la densidad cristológica del

otro, la densidad del pobre. El "amad como yo os he amado" es arrodillarse a los pies del hermano. Por eso, el puente entre la segunda, y tercera semana es el lavatorio de los pies, el misterio de Jesús arrodillado a los pies del otro.

Concluyendo: el proceso de segunda semana es un proceso de historización -nada vago sino muy concreto- que tiene siempre su centro en el corazón del "otro". Proceso que pasa por la historia, la sociedad, las estructuras, etc., pero que termina en el corazón del otro. La tercera manera de humildad es la vivencia última del misterio: cuando se habla de historia, de justicia... en el fondo está el otro, que es el "misterio inmanipulable". Sería un inmenso error que los cristianos, en la lucha por la justicia, lo eliminásemos.

4. Aspectos metodológicos de la segunda Semana

1. *La oración-contemplación.* En los EVC ésta tiene especial importancia y dificultad. El talante de la contemplación ignaciana -pausada, franciscana, el ir a las pajas del pesebre, etc.- encaja con facilidad en unos días de retiro, pero en el movimiento de la vida cuesta más. Convendrá, por tanto, insistir en que se busque el clima psicológico idóneo, que facilite una "oración que empape el corazón", que no sea simple lectura espiritual, ni se limite a un reflexionar y dar vueltas al tema, sino que tenga el sello ignaciano del "hacerse presente", de realidad que nos invade. El elemento contemplativo es esencial.

2. Conviene desencadenar, como *actitud* de segunda semana, un proceso de "hacer cosas", que podríamos llamar "espiritualidad zaqueana". Zaqueo, antes de hacer elección, ya había dado la mitad de sus bienes. A veces, somos incapaces de decisión porque esperamos que previamente se clarifique todo. Por otra parte, hay quienes quedan bloqueados porque, aunque están convencidos de que hay que actuar, no acaban de ver qué es lo más definitivo que han de hacer. Aunque no se vea lo más definitivo, ya hay, sin duda, muchas cosas fragmentarias o provisionales que se pueden realizar.

La segunda semana es un proceso de ejecución. Sirvan de ejemplo: se puede revisar el presupuesto, replantear los gastos y la ayuda que se da -o no se da- a los colectivos de parados; revisar la atención a los pobres de nuestro ambiente (la "opción por los pobres" en la propia comunidad, parroquia ...); revisar la acepción de personas que uno hace, etc. Y, puesto que estamos metidos en la oración contemplativa, uno se podría aplicar mucho más a mirar el mundo, tal como lo sugiere la contemplación ignaciana de la *Encarnación*. (Desde esta óptica, podríamos preguntarnos por nuestro nivel de información y por nuestras fuentes de información: lectura de prensa -incluso de "otra" prensa, la que no leemos habitualmente-; no anclarnos en nuestros ambientes: por ejemplo, como ya tenemos nuestras zonas más o menos gratificantes, porque ya hacemos caridad, no estamos en el colectivo de parados, etc.).

Será, quizá, poco y podrá parecernos ridículo, pero es la manera de empezar a actuar dentro del estilo de lo que llamábamos *espiritualidad zaqueana*.

3. Lecturas. En este tiempo de la segunda semana, conviene dar lecturas un tanto provocativas, testimonios de vida, al estilo de O. Romero, Casaldáliga, Cámara, Espinal, etc.

Tanto el "hacer cosas" (ejecución), como el tipo de "lecturas hirientes" tiene una perspectiva muy concreta: ayudar a superar la *afección desordenada al lugar social*. Estamos marcados por la educación, por la familia, por el tipo de trabajo que tenemos, por el tipo de relaciones. Todo ello va creando un contexto mental que nos marca e, incluso, nos va blindando ante determinadas opciones. Son "aficiones desordenadas", no mala voluntad; el "lugar social" determina. Por ello, las lecturas provocativas, el moverse en ambientes que no son los habituales y el hacer cosas que sean útiles, aunque sea en plan de ejercicio y no marquen aún una última decisión, apunta a tratar de corregir esa inclinación.

3. TERCER MOMENTO: TERCERA Y CUARTA SEMANAS

Si la segunda semana es un proceso lineal, el seguimiento, el proceso de la tercera y cuarta semana es de identificación con Jesús, un proceso vertical o, si se quiere, circular.

1. El núcleo: esperar desde los crucificados de la tierra.

Esperar desde los crucificados de la tierra es el proceso de la esperanza (cuarta semana), a partir de la experiencia de la crucifixión -histórico-concreta (tercera semana). El seguimiento lleva a la cruz. Se va descubriendo que la ecuación dolor = cruz, no es del todo exacta. Ciertamente, hay que ser sensibles a todo dolor humano, pero la cruz es el dolor que viene como consecuencia del seguimiento y de la identificación con Cristo, porque uno ha asumido a Cristo en las personas que están muriendo por la injusticia de los hombres, aunque no crean en Jesús. Éste es dolor de Cristo. Hay otros tipos de dolor que nos provocamos los humanos en el seguimiento del "mundo" (sufrimientos para conservar el prestigio, cantidad de "compromisos" de nuestras sociedades acomodadas, etc.); sus propias víctimas pueden merecernos gran respeto, pero no podemos confundirlos con el dolor que se equipara a la cruz. En los ejercicios se trata de saborear que hay un sufrimiento que viene de la identificación con Jesús.

Este sufrimiento genera esperanza, el descubrimiento de la auténtica esperanza. (Una pequeña trampa que podríamos ponernos consiste en conservar apoyos, más o menos clandestinos, en la vida y, luego, decir que tenemos esperanza teológica. Ignacio, en el puerto de Barcelona, cuando le habían metido a la fuerza en el bolsillo unas monedas para el viaje a Tierra Santa, vio que aquellas monedas había que dejarlas en un asiento de piedra, porque él solamente quería tener tres cosas: fe, esperanza y caridad). La tercera semana es el momento en que, desde el desamparo total, conservamos todavía sentido, porque el sentido de la vida no lo fabricamos, sino que se nos da.

Vistas en la perspectiva de "vida" -o, si se quiere, de lucha cristiana y de lucha por la justicia y por el cambio del mundo- estas dos semanas asegurarán la *perseverancia* en la lucha. Aunque todo se hunda, tiene todavía sentido mi existencia; aunque se hunda el matrimonio, o el trabajo donde he consumido tantas energías, aunque tenga que cambiar de lugar de apostolado, o transformar aquella institución, vale la pena perseverar.

Y, por otro lado, estas semanas aseguran que la lucha sea *lucha cristiana*. En la tercera semana se acentúa el proceso de identificación. El acento de las palabras de San Ignacio en la petición de esta semana, no está en el "dolor", sino en el "con Cristo". Igualmente, en la cuarta semana se trata del gozo y gloria "de Cristo". Nos alegramos simplemente

por tener la suerte de Cristo. El peligro de una lucha perseverante es que sea sólo voluntarismo. La esperanza cristiana no es la "moral del Alcoyano"; es algo más fuerte.

2. Aspectos metodológicos

Metodológicamente, en estas dos semanas, hay que subrayar la *gratuidad de la oración*. El tipo de oración ha de ser muy sedante, sin planteamientos, procurando el tú a tú con Jesús y la experiencia de auténtica gratuidad.

Procurar jugar con lo que se puede llamar el "doble tú": Hay un tú individual, pequeño, que es Jesús de Nazaret, y un Tú colectivo, grande, que es el Cristo, cabeza y cuerpo. En la oración se han de ir concienciando estas dos dimensiones de la contemplación de Jesús: el dolor concreto, histórico, de Jesús (que hará clamar a Pablo: "me amó y se entregó por mí") y el dolor global de este Jesús que incorpora a sí a toda la humanidad y a toda la historia. Lo mismo hemos de decir sobre la gloria de Jesús.

En cuanto a *actitudes* (me refiero sobre todo a la tercera semana) hay que procurar tener presente lo que decíamos de las "espirituales operaciones". Conviene ir dosificando y hacer en este momento una aplicación actualizada de *las reglas para ordenarse en el comer*, de *las reglas para distribuir limosnas* y de algo sobre la penitencia (una penitencia pedagógica, que sea equilibrio del ser, que *la sensualidad obedezca a razón, las cosas inferiores a las superiores*, etc...), haciendo ver que el seguimiento comporta la cruz, cruz "recibida" y cruz "asumida". En el seguimiento se recibe humillación, marginación, descalificación social. Por otra parte, hay cruces que han de ser asumidas: si uno es individualista en el trabajo y se lo está diciendo todo el mundo... hay que reconocerlo, esto nos mortifica y supone esfuerzo por superarlo, etc,

4. CUARTO MOMENTO DEL PROCESO: AMAR Y SERVIR EN LA VIDA

La *contemplación para alcanzar amor* es como un ventanal a la realidad, no agrega nada a la experiencia de los ejercicios sino que simplemente abre a la existencia: "lo que has ido ejercitando, vívelo". Es el tránsito a la realidad opaca pero con sentido, tal como expresa la primera carta de Pedro en su prólogo: "Vosotros no lo visteis (a Jesús), pero lo amáis; ahora creyendo en él sin verlo, sentís un gozo increíble". Lo que el ejercitante ha vivido en los EVC de una forma metódica e insistente, lo vive ahora en lo opaco de la vida, sin tanta contemplación, ni tematización, ni acto reflejo. Continúa viviendo a Jesús en la fe, sin verle; le sigue amando, sin que sus sentidos le perciban. Y experimenta que el Señor es capaz de llenar la existencia de gozo y alegría inefables.

Se trata de descubrir que el lugar del encuentro con Dios es la sociedad, el propio trabajo, la comunidad, la profesión... Se responde a Dios, *correspondiendo*, es decir, respondiendo con él. A Dios solamente se le responde integrándose en la respuesta que él da al mundo, haciendo la historia con él. "¿Me amas? Apacienta mis ovejas", le dijo Jesús a Pedro; y Yahvé a Moisés: "he experimentado el dolor de mi pueblo: yo te envío". Es *la misión*.

5. EL CAMBIO DEL CORAZÓN. TRANSFORMACIÓN QUE SE VERIFICA EN EL EJERCITANTE.

Después de considerar la trayectoria o itinerario que recorre el ejercitante (la dimensión más objetiva del proceso), vamos ahora a considerar la dimensión más subjetiva: el cambio del corazón.

1. Tres dimensiones

Se ha dicho que el cristianismo tiene tres dimensiones: una dimensión crítica, una política y una lírica.

1. *La dimensión crítica.* Hace referencia a saber dar razón de la propia esperanza; el cristiano ha de saber responder qué significa creer en Jesús hoy, ha de preguntarse sobre las exigencias de la fe. Es *dimensión crítica* porque pasa por la "crisis", el análisis, el juicio.

2. *La dimensión política.* En el sentido más pleno de la palabra *polis*. El seguimiento de Cristo tiene su incidencia en la vida pública, como la tuvo la vida de Jesús. La vida de Jesús, su hacer y su hablar, no solamente tuvo incidencia en el interior (y a veces se puede interpretar la vida de Jesús de una forma ingenua), sino que tuvo incidencia en la *polis*, en el mundo económico, de las estructuras de la época, etc.; No era un economista, ni un político de profesión, pero habló de una manera concreta al mundo de los ricos y de la autoridad; tuvo un tipo de denuncias que afectaron a la dimensión pública, a la *polis*.

Cuando el cristianismo se polariza de manera exclusiva en la dimensión crítica, resulta un cristianismo que se reseca, para convertirse en inteligencia pura: el cristianismo crítico, meramente de los cenáculos, de los cursos de teología, de mucho libro, mucha crítica... ¡a cuánta gente se les ha resecado la fe en este mundo! Por su parte, si el cristianismo se polariza sólo en lo político acaba también quemándose: un compromiso, de gran generosidad la mayoría de las veces, pero que ha llevado a muchos a romperse.

3. *La dimensión lírica.* Es la dimensión contemplativa, cordial, de gratuidad, la dimensión cálida de la fe. Jesús no empieza su predicación diciendo: *convertíos*. Lo primero que hizo es abrir los ojos al pueblo y hacer que su corazón se calentara: *el Reino de Dios está cerca*. Predicó que había una posibilidad nueva. Junto a él, el hombre descubre un tesoro y va y lo vende todo. En definitiva, los discípulos de Emaús distinguieron a Jesús porque su corazón ardía, cuando les hablaba de las Escrituras. No hemos de olvidar que las primeras interpretaciones teológicas de los Ejercicios los trataron desde la teología del corazón: *theologia cordis*. Los ejercicios son una pedagogía de la afectividad cristiana: la evangelización del corazón y la evangelización de la afectividad.

Así es el cristianismo. S. Agustín al comentar *nadie viene a mí si mi Padre no lo atrae*, usa los versos de la segunda égloga de Virgilio: *Trahit sua quemque voluptas* ("a cada uno le arrastra su placer"). Si a cada hombre le mueve su placer, también Dios nos atraerá por el placer. El corazón tiene sus placeres. Dos frases del P. Nadal lo resumirían: *intelligere corde* (entender con el corazón) y *operatio cum Deo corde* (actuar con Dios de corazón).

2. Niveles internos del proceso de cambio del corazón

1. *Cambio de la afectividad.* Coincide con la primera semana; es el *Aborreced el mal, adheríos al bien*, de Pablo. No se trata de que uno cambie ya sus conductas en la primera semana; esto arregla muy pocas cosas. Lo importante es que haya cambio en los afectos: que se aborrezcan tales realidades, comportamientos, valores..., y uno empiece a adherirse a otros distintos. Es ilustrativo el fragmento del testamento de San Francisco: "*Cuando yo estaba envuelto en pecados, me era muy amargo ver los leprosos; y el Señor me condujo entre ellos y los traté con misericordia. Y apartándome de ellos, lo que antes me parecía amargo se me convirtió en dulzura del alma y del cuerpo*". He ahí la experiencia inicial de los ejercicios.

2. *Personalizar el afecto.* Buena parte de la segunda semana consiste en: amar a Jesús para seguirle. El concepto ignaciano de *seguir* hace referencia a la historia. No es el simple *imitar*. Seguir es ir detrás de Jesús en la historia, en la situación del ejercitante. Se trata de un amor dinámico, pero, en su fondo, el centro es Jesús: hay una dimensión de personalización de la fe, o mejor, del afecto.

3. *Ver con el corazón.* Un ver enraizado en la experiencia que Ignacio formulaba como *discreta caridad*. Nadal, por su parte, lo clarifica con la expresión *intelligere corde*.

4. *La identificación.* Se trata de pasar de un proceso horizontal de seguimiento, que tiene todavía un peso fuertemente ético, a un proceso de identificación y gratuidad del amor y del afecto. Este es el objetivo de la tercera y cuarta semanas: el *por mí* que aparece en las peticiones marcaría esta profundización.

5. *Compromiso integrador y cálido.* Es un quinto momento, que coincidiría con la *contemplación para alcanzar amor*. La capacidad de compromiso integrador y cálido: tan importante es el despacho como la capilla, la clase como los Sacramentos, la Iglesia como el sindicato... Dios se hace presente en cada momento y situación. Un Dios que no se ata a los sacramentos. Integración de toda la vida, pero de manera cálida. *Amar y servir a la divina majestad*, como dice la "petición", o como traducen las "Constituciones": *a él en todas amando y a todas en él*. Nadal lo expresa así: *operatio cum Deo corde*, vivir haciendo la historia con Dios desde lo profundo del corazón, cálidamente, que es como pueden durar las cosas.

Estas notas sobre el proceso de transformación del corazón no son tanto objetivos que hay que ir logrando cuanto señas o hitos del camino. Son puntos referenciales que señalan, al que da los ejercicios, el proceso de maduración de la experiencia espiritual. La maduración pasa por aquí, tiene muchos de estos elementos, cada paso va posibilitando el siguiente y ninguno se construye sin el otro.

3. Elementos ofrecidos en los Ejercicios

En la primera semana (*aborreced el mal y adherirse al bien*) conviene potenciar mucho todos los elementos imaginativos y sensibles que pone Ignacio. A los que no conocen el texto de los ejercicios se les puede remitir, a veces, a algún tipo de composición de lugar, a la *exclamación admirative*, a alguna de las adiciones... Hay todo un conjunto de sensibilidad e imaginación que puede poner en juego muy profundamente la persona, no desde la cabeza sino desde la afectividad. A los que conocen el texto ignaciano,

conviene llamarles la atención sobre los mismos puntos que acabamos de citar; les será fácil superar lo que pueda haber de elemento histórico anacrónico y centrarse en su auténtica pedagogía espiritual.

En la segunda semana, se han de subrayar especialmente los aspectos típicos de la contemplación ignaciana: el *hacerse presente* y todos aquellos detalles que ponen en marcha la afectividad.

En la tercera y cuarta semanas, hay que destacar mucho el por mí, -la referencia personal, Cristo que sufre por mí, etc.- y el *con Cristo*, tanto en el dolor como en la alegría (ambos son elementos personalizadores). Ayudan a ello tanto las referencias de S. Ignacio como los textos evangélicos: *Se alegraron de ver al Señor*, o los de Pablo: *este Cristo que me amó y se entregó por mí*. Es esencial hacer hincapié en las dimensiones personalizadoras más gratuitas.

Finalmente, la *contemplación para alcanzar amor* se puede enfocar desde la vivencia del misterio de la Ascensión. Hay que seguir viviendo a Jesús desde la situación que presentan los Hechos de los Apóstoles: a El ya no se le ve. Si le introducimos como Alguien, junto a nuestra realidad, corremos el riesgo de falsearlo. Y, sin embargo, aquí le tenemos, en nuestra historia, porque Jesús se nos transparenta en el trabajo, el hermano, el compromiso, la realidad: "¿Qué hacéis ahí mirando al cielo?".

5. LA ORACIÓN Y LA VIDA

1. EL EJERCICIO DE LA ORACION

Los Ejercicios son *ejercicios* y no sólo una experiencia de oración. La oración es como el plato fuerte de un banquete: no lo es todo, pero es la cosa más substancial.

Tiene gran importancia el encuadramiento material de la oración en cuanto que repercute en la vida ordinaria. Entendemos por "encuadramiento material" el tiempo que se dedica a la oración, e incluso, el lugar donde se hace. Buscar tiempo y lugar apropiado (casa, iglesia ...) supone ya una serie de renunciaciones, jerarquización de horarios, de tareas.... ciertos tanteos. Tales opciones desencadenan un dinamismo, -son un "signo" casi sacramental- que se introduce en la vida. El "tengo que hacer cada día por lo menos media hora de oración" se introduce en mi vida como una piedra caída en el lago: desencadena una serie de círculos concéntricos. Por el simple encuadramiento de un tiempo para la oración empieza a pasar algo en mi existencia. Un caso concreto: una mujer, madre de familia de buena posición social, trabaja, milita políticamente; por el grupo de militancia tiene unas exigencias de tipo eficazista, tiene ciertas resistencias para la oración, pero cree que la ha de hacer. ¿Dónde? Busca un lugar en casa. Esto empieza a producir cierto proceso de ordenación de su vida. Esta búsqueda a través de la oración le va produciendo como cierto gusto en su vida.

1. Tres elementos de la oración en la vida ordinaria

a) *Integración de la historia*. La propia historia es el lugar del Evangelio. Así como afirmamos que el Evangelio hay que leerlo "in ecclesia", podríamos añadir también que debemos leerlo "in vita propria". Hay que ir provocando una simbiosis entre las escenas evangélicas y la historia actual, la del mundo, la propia, la de cada día. Un documento

de la Congregación de Religiosos del año 80, *Los religiosos y la promoción humana*, dice: "La historia es el libro de la meditación apasionada de la Iglesia". Que la historia se convierta en libro, y que el Evangelio sea la falsilla, que ayuda a escribir en él o a leerlo. El Evangelio sin historia puede ser pura ideología. Lo recuerda Sto. Tomás: "la letra, incluso la del Evangelio, mata" si no está animada por el Espíritu, pero el Espíritu no anima paginas sino historia.

Una manera sencilla de hacerlo: a la expresión "como si presente **me** hallase" de S. Ignacio, se le puede cambiar el complemento convirtiéndola en: "como si presente **se** hallase". Yo voy allí donde está el Señor y él viene aquí donde me hallo yo. Contemplar allí, traer aquí. Jesús en la ciudad, en la comunidad, en el barrio, en la enseñanza, en el sindicato, en el hospital, en la universidad.

b) *El tú a tú de la oración*. Orar es experiencia de *Alguien*. Tenemos buen hábito de analizar textos, de hacer programas, etc. Orar va mucho más allá. Es una experiencia privilegiada de la fe ("creer en alguien"), un tú a tú. Por tanto, hemos de superar el pragmatismo y preocupación por lo inmediato. La integración de la historia, de que acabamos de hablar, tiene el peligro de quedarse sólo en una especie de autoexamen. Sin embargo, sólo oramos cuando nos situamos cara a *Alguien*. El *conocimiento interno* (dimensión centrífuga) y el *por mí* (centrípeta) son dos ejes de la oración que nunca deben desaparecer. Es indispensable la *theologia cordis*, el elemento cálido de la presencia. Se ora ante *Alguien*. Hay que recordarlo a ciertos tipos de secularismo, a los que puede quedar un tanto manca la dimensión personal de Dios, e incluso de Jesús. Así se evita el encajonamiento filosófico, y se trasciende el mecanicismo y el pragmatismo de la oración.

c) *Recurso a los elementos ignacianos, pero bien repartidos y dosificados*. La oración en los EVC no tiene ni el tiempo prolongado propio de los ejercicios en el retiro (una hora cinco veces al día), ni el hilvanamiento (espacios muy seguidos), ni el clima psicológico tan intenso del retiro. Por eso, cabe el peligro de que no se encaje la "composición de lugar", ni el "como si presente me hallase", ni las personas, palabras, obras, coloquio, etc. Sin embargo, tales elementos son riquísimos para la contemplación. Habrá que explotarlos dosificadamente. Unas veces insistir más en la composición viendo el lugar (cómo se compone uno ante aquella realidad y hacer una oración centrada en ello). Otras, tomar un solo pasaje evangélico, pero desde distintos ángulos (si el texto tiene mucho diálogo, un día fijarse solamente en las palabras, otro profundizar en las actitudes, etc.). En otras ocasiones, insistir en la petición (especialmente en segunda semana). Más que atomizar, propiamente se trata de dar predominancia a unos o a otros elementos, porque difícilmente se puede desarrollar toda la riqueza que supo Tie la contemplación ignaciana en una oración de media hora.

2. La oración real

Hay oración formal y oración real. Muchas de las cosas que dice S. Ignacio son cosas elementales, que olvidamos fácilmente. ¿Qué decir cuando alguien afirma que le ha ido bien en la oración, que se le ha pasado el rato rápidamente, que le han salido muchas ideas ... ? Hay oración formal, aparente, porque ha llenado el tiempo. Descriptivamente o aparentemente es una oración perfecta y, sin embargo, quizá no ha habido realmente oración, si no ha sacado el fruto que pretendía, si se ha buscado a sí mismo. Este es uno

de los puntos del discernimiento de engaño "con apariencia de bien", la oración falsa disfrazada de oración verdadera.

De aquí la importancia que tiene en todo el proceso de los ejercicios la *oración preparatoria*: la pedagogía ignaciana de la oración preparatoria es abrirse al "Dios verdadero", que es el que irrumpe en la propia vida y tiene la iniciativa; no es el que uno proyecta desde su generosidad, desde su religiosidad, desde su sentido estético, etc. Es decir, el ejercitante trata de conseguir una oración que sea objetiva, que cree en él la disposición de radicalidad: "Que todas mis intenciones, acciones y operaciones

Se ha hablado mucho del *magis* ignaciano y demasiado poco del *todo* ignaciano, que quizá es lo que más traduce la experiencia ignaciana de Dios. "Que *todas* mis intenciones... *toda mi libertad*..." Esta tendencia a la disponibilidad total es lo que cualifica la apertura a Dios, es la relación real con Dios, no nocional, no nominal; y esto hay que irlo asegurando. Recordemos aquel texto de las Quintas Moradas de Sta. Teresa, cuando habla de las famosas hermanas "encapotadas":

"Cuando yo veo almas muy diligentes a entender la oración que tienen y muy encapotadas cuando están en ella... háceme ver cuán poco entienden del camino por donde se alcanza la unión... Que no, hermanas, no; obras quiere el Señor, y que, si ves una enferma a quien puedes dar algún alivio, no se te dé nada de perder esa devoción y te compadezcas de ella".

La unión con Dios es la apertura incondicional. La oración debe ser compulsada y contrastada a través de las referencias a experiencias de la vida en el diálogo. Más que decir si "me ha ido mal, me ha ido bien", convendría preguntar: ¿qué has hecho, qué has dejado de hacer?

Otro aspecto importante de la *oración preparatoria* es la insistencia en la petición del don de oración: no sabemos orar, es el Espíritu quien viene en nuestra ayuda; sabemos hilvanar ideas, analizar textos, provocar sentimientos, planificar, pero orar solamente lo hace el Espíritu. Orar bien es humanamente imposible. (El Espíritu ciertamente viene en nuestra ayuda, pero hay que dejarse llevar por Él).

2. LA VIDA ORDINARIA

1. La vida ordinaria es esencialmente "ejercicio"

La vida ordinaria se integra en el proceso de los ejercicios, en primer lugar, a través del mundo intencional. El itinerario de los ejercicios viene determinado por el "demandar lo que quiero". Este "lo que quiero" (en la medida en que es algo que uno va buscando en toda su existencia) marca la vida ordinaria y la va introduciendo en el proceso de los ejercicios. La experiencia de la "misericordia" de Dios que se ha pedido, el "aborrecimiento" del pecado, etc. van marcando el trabajo, la relación con la gente o la acción social. Todas estas realidades se van haciendo "ejercicio" a través de la intención, del dinamismo que les damos.

En segundo lugar, la vida cotidiana se va convirtiendo en "ejercicio" *a través de la percepción que se va teniendo de la realidad*, a través de la mirada que uno va proyectando en la vida. El ejercitante va "sintiendo" el pecado que late (en el mundo, en

el trabajo, en las actitudes, en la gente, en los acontecimientos de la sociedad) y va detectando el carácter absoluto del otro (en el diálogo, en el sufrimiento ajeno, en las interpelaciones que le vienen, en el amor de Dios que experimenta en la propia vida ...).

Es importante ir viviendo la densidad de la vida *presente* e ir superando la concepción de que la oración es como una "bomba de oxígeno". Es decir, cargo mis pulmones en la oración y esto va dando empuje a la existencia. Cabe destacar aquí una frase importante del P. Nadal, al comentar que S. Ignacio quería que todo fuese oración y experiencia de Dios. Especifica: *sin que dependa de la oración precedente*. La cotidianidad tiene una riqueza que hay que saber leer, es una llamada, tiene un carácter revelatorio. Se supone, evidentemente, que uno ora. Pero, inversamente, se supone que quien ora, trabaja; y no en virtud de algo que inyecta la oración, sino en virtud de algo que uno descubre y vive en la vida misma. En este sentido es ejercicio: la vida ordinaria se va convirtiendo en experiencia espiritual.

2. La "densidad" de la vida

Al hablar del Espíritu, la Biblia utiliza el adjetivo pneumatikos tanto como el sustantivo *pneuma*, o quizá más. Es decir, la acción de Dios a través del Espíritu (como escribe Evdokimov) es una "poesía sin palabras" o una música callada. Dios se hace sentir por lo cualitativo. No es un "qué" sino un «cómo». La experiencia espiritual de la vida ordinaria no es un agregado a la vida, sino una explicitación de lo que ocurre en el fondo de la misma vida. La *contemplación* para alcanzar amor no añade nada, sino que nos abre a la realidad de después de los ejercicios *-a vivir lo que hemos vivido-* porque dicha contemplación la anticipa. (La Ascensión es el momento en que se nos invita a vivir en la fe pura. A Jesús ya no se le ve; se ven hombres, trabajo, mundo. En los Hechos de los Apóstoles ya no se ve a Jesús). La experiencia de Jesús es experiencia en el Espíritu. Una experiencia cualitativa.

Síntoma o indicador de esta cualidad es la *densidad* en lo que se hace. Saber percibir en las cosas un peso, un silencio rico que es plenitud. El trabajo, estudio, apostolado, despacho... están ya cargados de "trascendencia". No se trata de poner, al final del día, una Eucaristía, a la manera de una flor artificial, postiza, que no tiene tallo ni raíces. Una flor verdadera tiene tallo; el tallo es por donde pasa la densidad de la vida a la flor. Vivir el sentido de las cosas, supone una cierta visión histórica, "apocalíptica" (en el sentido del libro del Apocalipsis: los cielos y tierra nuevos se están gestando ya en la prosa de nuestro ahora).

3. Consolación y desolación

Las consolaciones y desolaciones espirituales se van percibiendo también en el hacerse de la vida cotidiana. Se perciben, por ejemplo, como plenitud en el trabajo, paz en la desgracia, sentido en la monotonía. De nuevo la vida ordinaria se va convirtiendo en ejercicio. El dinamismo de los ejercicios cualifica la existencia, no añadiendo cosas, ni explicitando contenidos, sino configurando. La rectitud de intención se va haciendo intrínseca: no solamente ofrezco y oriento mi vida porque Dios me lo pide, sino que me siento orientado y en sintonía. O, por el contrario, me siento en discrepancia, con incompatibilidades y rechazos ante lo que no es tan evangélico.

4. Hallar a Dios en todas las cosas

Desde esta perspectiva podríamos ahora remitirnos a la experiencia *del contemplativo en la acción*. Según Nadal, Ignacio "en todas las cosas, acciones y conversaciones sentía y contemplaba la presencia de Dios y experimentaba el atractivo de las cosas espirituales. Contemplativo en la misma acción. El solía declararlo así: "*hay que hallar a Dios en todas las cosas*". El *in actione contemplativus* no es de Ignacio, sino de Nadal.

"Contemplativo" puede introducir todavía una cierta dicotomía interior: hay que ser en la acción como un contemplativo, con todo lo que lleva de pensar, tematizar, etc. En cambio la expresión ignaciana "hallar a Dios en todas las cosas..." nos remite a la categoría de encuentro, configura una forma, un estilo, un aire. No es que uno piense en Dios, que se refiera a Dios, sino que vive un dinamismo de unión con Dios, que está como llevado por el mismo dinamismo del Espíritu que llevaba a Jesús. Se trata de la categoría de *unión, de comunión, de encuentro*.

Nadal lo describe con estas frases: "Sentía la presencia de Dios", "experimentaba el atractivo de las cosas espirituales". Sentir (no pensar) la presencia de Dios. Se trata de algo sin nombre en la vida de uno, como un peso, una densidad, un atractivo. Se siente, no se define, ni se piensa. Es un atractivo, un dinamismo, un imán que le va arrastrando a uno en la vida.

Por esto, San Ignacio en una carta al P. Godinho (jesuita en situación bastante agitada y que escribe a S. Ignacio diciendo que él buscaba más paz, que vivía una vida muy poco espiritual) le responde: "Del cargo de las cosas temporales, aunque en alguna manera parezca y sea distractivo, no dudo que vuestra santa intención y dirección de todo lo que tratáis a la gloria divina, lo haga espiritual". A menudo nos vemos metidos en asuntos y conflictos por el Reino y por la gloria de Dios; aunque esto no nos deje pensar mucho en Dios ni orar tanto como quisiéramos, es espiritual, está en la línea del Espíritu. Quien está en una obra social, un sindicato, un centro de investigación, etc. se podría aplicar la carta a Godinho: es espiritual y "muy grato a su infinita bondad, pues las distracciones tomadas por mayor servicio suyo (no por capricho) y conformemente a la divina voluntad suya, interpretada por la obediencia, no solamente pueden ser equivalentes a la unión y recolección de la asidua contemplación, pero aun más aceptas, como procedentes de más violenta y fuerte caridad". Tiene más calidad que el mismo acto y ejercicio de la oración, porque es la caridad la que unifica la vida. Se convierten en realidades espirituales. Godinho aprendió la lección. S. Ignacio le añade que si no encuentra la paz "allá se preveerá y yo no faltaré de os ayudar". Al cabo del tiempo murió atendiendo los apestados en el tajo. Así vivió una experiencia espiritual.

3. EL CÍRCULO DE ORACIÓN Y VIDA

Conviene recordar la importancia básica del *examen*, oración sobre la vida. Con un martilleo constante, en los EVC hay que ir preguntándose ¿qué tal va la oración sobre la vida? Es de lo único de lo que no se dispensa; si no se puede hacer por la noche, se hace por la mañana. Es una mirada agradecida sobre la propia vida, con Jesús. Reconcilia con el pasado y predispone para el futuro: la oración sobre la vida tiene una función "póntica". Va reconciliando con la propia historia, en acción de gracias cariñosa, y abre unos ojos más creyentes y un afecto al propio trabajo, disponiendo a vivirlo con densidad y cualidad.

De este modo se va produciendo lo que Nadal llama el "círculo perfecto de la oración y la acción". En unas conferencias recogidas por Gregorio Rossecio dice:

"Uno le dijo un día a nuestro Padre Ignacio: Padre, yo me dedico sobre todo a la meditación, a la oración, etc. Y el Padre le respondió: ¿cómo? ¿No aprovechas ayudando al prójimo? Porque ésta es nuestra práctica". (Y Nadal declara más) "Esta es la práctica de nuestro Bienaventurado Padre Ignacio. ¿Quieres ayudarte?, ¿Quieres aprovechar? Ayuda al prójimo. ¿De qué manera? Predicas: primero haces oración, invocas a Dios, estudias, tomas estos principios y vas a tu cometido. Aprovechas y recibes gracia. Y cuando vuelves a la oración sientes mayor devoción, etc. Y así hay un círculo perfecto; de nuevo vuelves más devoto a predicar".

Hay toda una experiencia espiritual en el círculo de la oración y la acción. La oración predispone, pero la vida tiene su propio peso y, a su vez, facilita nuevamente el ejercicio de la oración. No vive la una de la otra, pero cada una abre a la otra. Tal es la experiencia espiritual interna, el *ejercicio* de los EVC.

6. DISCERNIMIENTO Y ELECCIÓN

EL DISCERNIMIENTO

El discernimiento abarca todos los Ejercicios. En los EVC, de manera especial, empieza desde el primer día. Así como en los ejercicios en retiro el ejercitante entra en casa ajena (va a una casa, a una organización, donde hay unos parámetros en los que se integra); en los EVC se mueve en casa propia y allí ha de ir creando, mediante discernimiento, los espacios de oración, la organización de vida, el ritmo vital... El discernimiento empieza con los primeros pasos.

El discernimiento se realiza en la oración, ciertamente, pero, sobre todo, en la vida (trabajo, comunidad, estudio, compromisos, estados de ánimo...) vivida como ejercicio espiritual. De ahí que tiene importancia al comienzo glosar -de la forma que parezca más oportuna- la 1ª, 2ª y 9ª reglas de discernimiento de la primera semana.

Primera y segunda. Los estados de ánimo son ambiguos, en sí mismos no indican nada; todo depende de la corriente habitual y profunda de la propia vida. La tranquilidad que siento puede ser signo de huida, de que no me enfrento con la realidad. (Para ejemplarizarlo: tal vez en tiempos anteriores, en los ejercicios se hablaba poco de las realidades sociales; podía darse el peligro de que uno sintiera mucha más paz con nuestro Señor, una paz ficticia, que no venía precisamente de un enfrentamiento real con el Evangelio, ni de ir "de bien en mejor subiendo"). Son dos reglas de gran importancia porque señalan una interpretación de los estados de ánimo.

La *novena* trata de las causas por las cuales estamos desolados. Los estados de ánimo (sobre todo los más peligrosos, que son los depresivos, las desolaciones) tienen fuerza constructiva. Lo que Ignacio llama *causas* podríamos nosotros llamarlo causas finales. Hay que enseñarle al ejercitante a ver a dónde conduce su desolación. Muchas veces, en estos momentos, uno descubre que no vive a fondo la vida; no "siente" porque no ha puesto el corazón. Descubre que la desolación es una llamada a la purificación del amor, a la generosidad en el trabajo, a la dedicación a la comunidad, al estudio serio, obscuro,

etc. El amor se va purificando, es más gratuito. Y, por otra parte, el despojo interior que provoca la desolación nos hace ver qué poco somos sin el gusto espiritual.

Son puntos muy elementales, pero que desarrollan un dinamismo enorme de purificación y de maduración interior.

Se ha dicho que las reglas de discernimiento de S. Ignacio no son para encontrar la voluntad de Dios, sino para reconocer mociones. Creo que es muy exacto. El discernimiento en los ejercicios es, ante todo, para captar el aire de la voluntad de Dios, para recibir unas mociones y lanzar otras, para saber a donde conducen las mociones. Sólo, luego, al cabo de un tiempo de "sentir y conocer" mociones, podremos decir "ésta es la voluntad de Dios o esto no es la voluntad de Dios". Previamente habrá que captar las resonancias que suele tener el Espíritu en mi vida, resonancias que provienen no sólo de mi vida interior, sino también de mis relaciones: comunidad, trabajo, mundo socio-político.

En los ejercicios en retiro tomamos, casi inevitablemente, sólo las mociones que provienen de la vida interior. No hay reacciones en nosotros del día a día, de la institución, del trabajo.... En cambio, en los EVC las fuentes de estados de ánimo no son sólo el trabajo interior; tienen eco en mí el otro, la vida de comunidad, las ocupaciones, la situación social... Hay que hacer el aprendizaje del discernimiento de tales mociones. Las reglas no son en primer lugar para el conocimiento de la voluntad de Dios (la elección), sino para el conocimiento de las mociones. En un momento ulterior, comprobaremos que las mociones son como segmentos de una curva perfecta, que muestra el designio de Dios, designio que se está dibujando en la propia existencia.

LA ELECCIÓN

La elección no es *escoger*, sino *asumir* la propia existencia. El proceso de elección no es un ir iluminando con la lámpara a ver si se escoge esto o lo otro. Es, más bien, un proceso interior de *reconocimiento* de las corrientes profundas de mi vida, de lo que me está diciendo el Espíritu. En el fondo, es descubrir quién soy yo, históricamente, dinámicamente, concretamente. Reconocer la propia existencia, el propio lugar. Y entonces asumirlo gozosamente.

Es, por tanto, un proceso fundamentalmente intrínseco (no extrínseco: a ver si me lanzo a esto o a lo otro). El sentido más profundo de la oración cristiana es reconocer y asumir mi propio lugar en la historia de salvación.

El pasaje de la Anunciación lo tipifica: María ya tiene sus proyectos... y, de repente, irrumpe Dios en su propia historia, gozosamente -alégrate-, se rompen sus esquemas: *serás madre y tendrás un hijo*. Ella asume gozosamente este papel en la historia de la salvación: *Hágase tu voluntad*.

El punto neurálgico de la elección está en la confluencia *de lo más profundo y auténtico del ejercitante con la acción de Dios*, que va descubriendo en su corazón y en la realidad que vive. Se va reconociendo a sí mismo, en un proceso de verdad, de descubrimiento de sus capas más profundas. Sabemos mucho de lo que deseamos, sabemos bastante bien lo que somos, sabemos muchas cosas sobre nosotros mismos, pero lo más profundo y auténtico de nosotros, ¿qué es?

En la confluencia de la acción de Dios y sus ecos en la historia se va *descubriendo lo verdadero* de la propia vida. Y se va descubriendo también *lo posible*. En unos ejercicios hay mucho deseo, utopía, ilusión, proyecto, atractivo... Se trata de encontrar el deseo real, el sentir real. Es, por tanto, un proceso de verdad y de posibilidad. Hay que tener en el horizonte el "seamos sensatos, pidamos lo imposible", y, al mismo tiempo, tener los pies en un suelo concreto y saber qué hay que hacer mañana. Los EVC van siendo un test de realidad: no sólo de lo verdadero de uno mismo, sino también de lo real y factible.

Son también un *test de lo eficaz*. En algún momento hay que cobrar conciencia de que hay que ser evangélicamente eficaces. El "magis" puede ser mal interpretado y resultar muy superficial; hay un "magis" que se realiza en el "minus" de banderas. Y, por otra parte, en este "minus" que es el de la cruz, hay que buscar algún tipo de eficacia. Jesucristo fue eficaz por su muerte.

En la confluencia de: a) lo más verdadero de uno y lo más posible de la realidad, b) lo que es evangélico y lo que es histórico, es donde hay que buscar qué será lo más eficaz.

Son como capas que se van sacando de la realidad, y que describen el fondo neurálgico, que no es sino esta confluencia entre lo más hondo de uno mismo y lo que uno va viendo que es la llamada de Dios.

Casi siempre se descubren en el ejercitante esto cuatro momentos: 1) *Búsqueda*. Ya sea que la inicie el ejercitante al empezar los ejercicios o a lo largo de ellos. 2) *Luz*. Se vislumbra el camino, pero la luz tiene todavía una intensidad débil, como corroborará la etapa siguiente. 3) *Contraste*. Lo que parecía ya poseído se escapa, la luz se ensombrece, la paz cede a la turbación, la seguridad se tambalea. Es un momento fuerte de agitación de "diversos espíritus". 4) *Nivel profundo*. Es, analógicamente, la experiencia del Cardoner. Todo se ve como nuevo, uno se siente como "otro hombre". Es el fruto de la perseverancia; se llega a una mayor claridad que produce seguridad.

En el momento segundo, el acompañante ha de tener calma para no precipitar las decisiones. En el tercero ha de combinar, según la anotación 7ª, la delicadeza con la firmeza; que la comprensión por parte del ejercitador no lleve a una desidia o aflojamiento del ejercitante. Hacerle pensar en la consolación ventura". Por otra parte, conviene que ejercitante y ejercitador tengan muy presente que nunca se llega a la claridad como un estado de posesión tranquila y definitiva.

7. UN DIÁLOGO APENAS INICIADO

El alma de los Ejercicios Espirituales es la experiencia de la comunicación íntima y gratuita de Dios: "que el mismo Criador y Señor se comunique a la su ánima devota abrazándola en su amor y alabanza", de modo que el que da los ejercicios "deje inmediatamente obrar al Criador con la criatura, y a la criatura con su Criador y Señor". Ahora bien, si, por una parte, Dios es capaz de comunicarse de las maneras más insospechadas y, por otra, la variedad de ejercitantes es inmensa, puede fácilmente presumirse que la gama de situaciones de la que puede ser testigo el que da los ejercicios es ¡limitada. Y sí esto es verdad de los ejercicios en retiro, donde el que se ejercita lo hace dentro de un marco relativamente uniforme y cerrado, mucho más todavía de los EVC, en que las diversas situaciones de la vida ordinaria de los muy

diferentes ejercitantes entran en la misma experiencia espiritual. De aquí que todo lo dicho en las páginas precedentes, aunque responde válidamente al común de los casos de EVC, puede revestir una gran variedad de aplicaciones, tanto en lo que se refiere a la naturaleza de la experiencia que vivirá el ejercitante, como, consiguientemente, en lo que se refiere a la labor del que da los ejercicios.

Es evidente, pues, que las páginas de este cuaderno no son más que una modesta aportación al diálogo apenas iniciado sobre el tema de los EVC.

8. APÉNDICE: NOTA BIBLIOGRÁFICA

Arana, G., Compañeros de Jesús, Mensajero, Bilbao, 1991.

Cusson, G., Los Ejercicios espirituales en la vida corriente, Sal Terrae, Santander, 1976.

Giuliani, M., Los Ejercicios en la vida corriente. Informe de una sesión, "Progressio" (suplemento 18-19, noviembre de 1981), Roma.

Giuliani, M., L'expérience de Exercices spirituels dans la vie, Desclée de Brouwer, París, 1990. - En preparación la traducción castellana: "Colección MANRESA".

Laborda, J.M., Ejercicios Espirituales a domicilio (para gente ocupada) Para en todo amar y servir, P.P.C., Madrid, 1990.

Plaza, M. - Boisvert, M., Los Ejercicios personalizados en la vida corriente. Orientaciones pedagógicas y fichas de trabajo, Sal Terrae, Santander, 1981. *Pomme con tu Hijo. Ejercicios Espirituales en la vida diaria*, Mensajero, Bilbao, 1989.

Riera, F., Ejercicios Espirituales en la vida ordinaria para comunidades de laicos, Sal Terrae, Santander, 1990.

Schoote, J. - P., Los ejercicios de San Ignacio según la anotación 19, en: *Los Ejercicios de San Ignacio a la luz del Vaticano II*, pp. 639-652, B.A.C., Madrid, 1968.