

**L'ORACIÓ**  
**EN ELS EXERCICIS ESPIRITUALS**  
**DE SANT IGNASI DE LOIOLA**

A. M. Chércoles, sj.

1. LA META DE L'ORACIÓ .....	2
2. AMB QUÈ HEM DE COMPTAR PER A L'ORACIÓ	
2.1. Primera manera d'orar .....	4
2.2. Segona manera d'orar .....	10
2.3. Tercera manera d'orar .....	11
3. UNA ORACIÓ AMB UN HORITZÓ: NO EL BUIT. PRINCIPI I FONAMENT .....	12
4. L'ORACIÓ, RECERCA I RESPOSTA .....	15
5. TORNAR A LA REALITAT: EN TOT ESTIMAR I SERVIR .....	26
6. L'EXAMEN DE CONSCIÈNCIA, SÍNTESI DELS EXERCICIS .....	29
CONCLUSIÓ .....	32

# 1. LA META DE L'ORACIÓ\*

---

Podria semblar contradictori que Ignasi de Loiola, home donat a la pregària i gran mestre i pedagog per ensenyar a pregar, s'expressés amb reserves sobre l'oració. En efecte, el P. Gonçalves de Càmera –un dels seus col·laboradors a Roma– refereix en el seu *Memorial* el següent: [Ignasi deia que] “*un home veritablement mortificat en té prou amb un quart d'hora per unir-se a Déu en la pregària. “I no sé si fou aleshores que digué sobre aquest tema allò que li sentirem moltes vegades, val a dir, que de cent persones que es lliuren a la pregària noranta són il·luses. I d'això me'n recordo molt clarament, tot i que dubto si deia noranta-nou”* [196]. No deixa de ser xocant la contraposició entre l'*home veritablement mortificat* i les persones que *es lliuren a la pregària i són il·luses*. Però, si en endinsem en la seva concepció de la pregària, comprendrem millor per què formula aquesta contraposició.

Tenim motius per considerar que en el procés dels Exercicis hi ha una pedagogia de l'oració difícilment superable. L'oració, per tal de no ser *il·lusa*, ha d'estar implicada amb la vida. Per això Ignasi procurarà portar la persona a *trobar Déu en tot*, sota la premissa que Déu i el món no són dues “realitats” incommunicades i contraposades, sinó que hi ha una única història de salvació, que és a la vegada sagrada i profana. Ignasi té

un sentit unitari, que culminarà en una vinculació tota espontània entre contemplació i acció.

Cap al final de l'*Autobiografia* que Ignasi va dictar a Gonçalves de Càmera podem llegir que “*...havia fet moltes ofenses a Déu Nostre Senyor després que començà a servir-lo, però mai no havia consentit en pecat mortal; més encara, havia anat sempre creixent en devoció, és a dir, en facilitat per a tro-*

---

\* Aquest quadern reproduceix el seminari que va impartir Adolfo Chércoles, sj. a Cristianisme i Justícia - EIDES el mes d'abril del 2006. La transcripció i adaptació al llenguatge escrit ha estat a càrrec de M. Dolors Oller, i posteriorment l'autor va revisar i ampliar alguns punts.

*bar Déu, i ara més que mai en tota la seva vida; i sempre i en qualsevol hora que volia trobar Déu, ell el trobava*" [99].

Doncs bé, tota la pedagogia d'Ignasi sobre l'oració va dirigida a aquest fi. S'ha de reconèixer que fou un mestre de realisme i d'objectivitat: mai no es va tancar en la subjectivitat. Així, el creixement en "devoció" vindrà referit a la *facilitat per a trobar Déu*, que per a ell serà la meta de tota oració: es tracta de trobar Déu *fàcilment* en totes les coses, atès que Déu es troba implicat en tota realitat. ¡Ell és el Criador i Senyor!

Tanmateix, procurem profunditzar en aquesta descripció de la devoció. Segons Sant Ignasi la vida espiritual, com tota vida humana, és dinàmica, mai no és estàtica: o creixem o minvem, i no pot ser d'altra manera. La seva experiència és clara: *sempre creixent en devoció*; i aquesta consisteix en *facilitat per a trobar Déu*. Es tracta, per tant, d'una experiència que no té res a veure amb qualsevol mena de voluntarisme. A Déu se'l troba en la suavitat: és troballa, és sorpresa, no terme d'elucubració.

Aquest "creixement en devoció" suposa que al llarg de la vida d'Ignasi hi va haver una progressió: no és quelcom

que s'assoleix d'una vegada per totes. Per això acaba dient: *i ara més que mai en tota la seva vida*.

A més, aquest procés progressiu no és quelcom lineal o que no tingui els seus riscos. Hem començat esmentant les reserves d'Ignasi sobre les persones *molt lliurades a l'oració*, la majoria de les quals serien *il·luses*. Ell mateix reconeix que ha tingut experiències *il·luses* i va deixar constatat els risc d'això en les *Regles per al discerniment*, especialment en les de la segona setmana d'Exercicis. En aquest treball nosaltres no ens detindrem en el discerniment, però tanmateix cal tenir ben present aquella singular sospita.

En el llarg procés del que parlem hem de considerar primer una etapa prèvia que és de gran importància en ordre a descobrir el que pretenem en aquest seminari: la pedagogia dels Exercicis en allò que fa referència a l'oració. Aquest moment previ és el que Ignasi anomena les *tres maneres d'orar* [EE 238-260] (Utilitzarem la següent traducció catalana: Ignasi de Loiola, *Exercicis Espirituals*, Traducció de R.M. Torelló i J.M. Rambla, Barcelona, Proa, 1990 (Clàssics del Cristianisme, nº 15)).



## 2. AMB QUÈ HEM DE COMPTAR PER A L'ORACIÓ

---

Hem de considerar *les tres maneres d'orar* com un document clau per al que aquí pretenem: la pedagogia ignasiana de l'oració.

### 1.1. Primera manera d'orar

*“La primera manera d'orar és sobre els deu manaments i els set pecats mortals, les tres potències de l'ànima i els cinc sentits corporals; la qual manera d'orar és més aviat oferir forma, manera i exercicis per tal que l'ànima es prepari i se n'aprofiti, i per tal que l'oració sigui acceptada, que no pas donar cap forma o manera concreta d'orar.”* {EE 238}.

D'entrada trobem que no és només “sobre manaments”, sinó també sobre tres coses més: “*els set pecats mortals, les tres potències de l'ànima i els cinc sentits corporals*”. D'altra banda, el paràgraf sembla contradir-se, ja que anun-

cia una *manera d'orar*, però acaba dient que *no dona cap forma o manera concreta d'orar*. ¿En què quedem, ens dona una manera d'orar o no?

Amb la precisió que el caracteritza, Ignasi ens diu que es tracta *més aviat d'oferir forma, manera i exercicis per tal que l'ànima es prepari i se n'aprofiti, i per tal que l'oració sigui acceptada...* És a dir, sembla que no es tracta pròpiament d'una manera d'orar, sinó de quelcom previ: Sant Ignasi vol que abans d'entrar en oració, abans d'obrir-nos a Déu –que per a ell no és un objecte d'elucubració, sinó una realitat personal–, hem de prendre consciència de l'estructura del nostre “jo”.

El jo no és pas una cosa tan simple: consisteix en una estructura, que s'ha anat formant en cada persona en una història carregada de peripècies, que no sempre han estat d'allò més favorable. Això porta a suposar que aquesta estructuració inevitable pot presentar deformacions que afecten el seu funcionament. Es tracta d'una estructuració destinada a facilitar-nos l'accés a la realitat, però les deformacions que indi-

càvem la poden distorsionar. Ara bé, Déu, a qui ens obrim en l'oració, és també Realitat, no una projecció. Per tant, és important que abans de pregar comprovem quines són les deformacions que poden condicionar la nostra mateixa oració convertint-la en quelcom merament projectiu.

Per tal d'entendre el que volem dir convindria tenir present el següent esquema:

### PRIMERA MANERA D'ORAR

**ADULT** →

10 MANAMENTS - 7 PECATS CAPITALS - 3 POTÈNCIES DE L'ÀNIMA - 5 SENTITS CORPORALS

7 virtuts oposades

Memòria  
Enteniment  
Voluntat

(Visió de la realitat)

(Hàbits, actituds)

(Laboratori)

(Dades)

REALITAT  
DEU

← **INFANT**

La vida humana és dinamisme, és història. Quan neix un nen, no sabem què serà d'ell. I no ho sabem perquè no neix programat, com els animals que tenen un instint que assegura el seu comportament correcte sense que puguin fallar. L'ésser humà, en canvi, sí que es pot equivocar, i no hi ha manera d'assegurar que sempre ho encerti. Naixem, per dir-ho així, "en blanc", amb capacitats potencials que haurem de desenvolupar.

Bé, doncs: en l'esquema que tenim al davant trobem la paraula '*infant*' amb unes fletxes a sota. Seguim la direcció que indiquen i preguntem-nos pel signi-

ficat de cada un dels referents que Ignasi ens assenjala, començant pels *sentits corporals*. En efecte, l'infant tot just nascut comença a captar, gràcies als *sentits corporals* (sense que hàgim de discutir quins són els més desenvolupats), dades sobre la realitat. Ells són els qui ens posen en contacte amb la realitat.

Aquestes dades entren en una mena de "laboratori", les *potències naturals* (memòria, enteniment i voluntat). Tot el que l'infant percep queda "gravat" en la seva memòria. Per mitjà de l'enteniment pot relacionar unes experiències amb al-

tres i té capacitat per avaluar-les (per rudimentàries que aquestes avaluacions puguin ser) i finalment podrà respondre a allò que podrem anomenar voluntat.

Totes aquestes elaboracions, en la mesura que es van repetint (el nen imita i repeteix, i amb aquesta repetició va incorporant actituds), van creant hàbits i actituds que s'incorporen al comportament de l'infant. L'educació de la persona està farcida d'hàbits i d'actituds que s'han anat incorporant a la pròpia vida de manera gairebé "mecànica". Doncs bé, la *repetició* serà la clau en els Exercicis: en els Exercicis no hi ha cap procés sense *repetició*. Els *set pecat mortals* correspondrien a aquest conjunt d'hàbits i actituds negatives que poden configurar el nostre comportament. Com haurem de veure, el que preocupa Sant Ignasi no és el "pecat mortal" aïllat, sinó en la mesura en què el pecat s'ha convertit en hàbit o actitud: només aleshores s'incorpora al nostre ésser i pot condicionar així el nostre accés a la realitat deformant-la (un nen que és tractat de forma agressiva s'acostarà a la realitat en forma agressiva, a causa de les experiències que ha viscut). Des d'aquest punt de vista, doncs, els pecats mortals són actituds negatives que han de ser substituïdes per actituds positives (*virtuts oposades*).

Finalment, tota persona té una "visió de la realitat" que correspondria als *deu manaments* (els deu manaments són una visió de la realitat que delimita uns punts de referència elementals que possibiliten la convivència. En aquest sentit cadascú té els "seus" propis manaments).

Ara bé, aquesta dinàmica que hem descrit en el nen va estructurant un jo que, vers els cinc anys, haurà assolit les bases claus sobre les quals aniran incorporant-se enriquiments futurs. Per això els primers anys són tan importants.

A més, en l'esquema apareixia la paraula '*adult*' sobre una fletxa que té una direcció inversa a la fletxa de l'infant, ¿Què significa? Que en l'adult no només segueix funcionant la dinàmica de l'infant (enriquiment d'una realitat que seguim incorporant), sinó que aquestes estructures que hem anat elaborant ens faciliten molt aviat un accés a la realitat més àgil i a la vegada *condicionat*.

En efecte, gràcies al fet de tenir una "visió de la realitat", a la que hi hem incorporat uns "hàbits i actituds", (si cada vegada que baixem per una escala guéssim d'elaborar els equilibris que es requereixen per fer-ho amb rapidesa i seguretat, esgotaríem totes les nostres energies només en baixar un graó), i gràcies a que la nostra memòria, l'enteneniment i la voluntat han adquirit una manera d'interrelacionar-se, i a que la meva sensibilitat té incorporades experiències ja viscudes, la persona pot esmerçar la seva energia en altres requeriments i el seu accés a la realitat esdevé més àgil.

Però, al mateix temps, l'accés a la realitat pot quedar condicionat: la visió de la realitat de cada persona justifica les seves actituds, condiciona les potències de l'ànima (se'n recorda d'allò que li interessa i s'oblida d'allò que l'interpel·la) i, finalment, àdhuc els sentits corporals (un sent allò que l'afalaga, i no sent allò que li desagrada).

Per això és tan important per a Sant Ignasi que l'exercitant confronti la seva visió de la realitat amb *els Manaments*: les seves actituds amb les actituds negatives que representen els pecats mortals; la seva manera d'usar la memòria, l'enteniment i la voluntat i els sentits corporals (hom pot viure de clixés i prescindir de la realitat). Només si un pren consciència de les incoherències en aquesta confrontació podrà assegurar un accés més correcte, no només a la realitat, sinó a una obertura honesta vers Déu.

Déu està implicat en la realitat (n'és el Criador). Déu no s'escapoleix, sinó que s'implica i es compromet! Si la meua manera d'accedir a la realitat la desfigura, jo desfiguraré també el mateix Déu. Puc pretendre que m'obro a Déu, però en realitat m'estic "empescant una història" que ni em descol·loca ni m'interpel·la, sinó que la faig coincidir amb les meves expectatives.

La realitat és curulla de sorpreses, per la senzilla raó que no la construeixo jo, sinó que me la trobo al davant. És per això que jo no la puc controlar totalment. El mateix passa amb Déu: si deixa de ser permanent novetat i sorpresa, és que jo l'he projectat convertint-lo en un ídol adaptat als meus interessos.

Dit d'una altra manera: la finalitat d'aquesta primera manera d'orar "sobre els manaments" és presentar una interrogació general sobre les actituds, les visions de la realitat, el prejudici que ens posseeixen. Perquè és ben cert que nosaltres no accedim a la realitat d'una forma tan innocent com pensem. Però vegem ja com s'ha de fer aquesta quàdruple confrontació.

La primera confrontació és la "visió de la realitat" de l'exercitant amb els manaments. Vegem la "manera i ordre" d'aquesta confrontació.

1r.: Abans d'entrar en oració, *reposar una mica l'esperit asseient-se o passejant-se, com semblarà millor a cadascú, considerant on vaig i a què*" [EE 239].

2n.: *Una oració preparatòria, com, per exemple, demanar gràcia a Déu nostre Senyor per tal que jo pugui conèixer en allò que he faltat dels deu manaments; i també demanar gràcia i ajuda per a esmenar-me en endavant, demanant perfecta intel·ligència d'ells per a guardar-los millor i per a major glòria i lloança de la divina majestat* [EE 240].

– *demanar gràcia a Déu nostre Senyor*: la petició serà una peça clau en el procés dels Exercicis. Totes les meditacions i contemplacions que el mètode proposa estan emmarcades per una petició. Ara bé, hom demana allò que no té ni pot. Es tracta d'obrir-se a un do.

– *per tal que jo pugui conèixer en allò que he faltat dels deu manaments*: no puc saber si he complert o no els deu manaments. En efecte Sant Ignasi està convençut que l'accés a la pròpia negativitat és quelcom que ens depassa: no en som capaços. Més aviat ens "justifiquem". Per tant, és una gràcia de Déu accedir a aquesta negativitat. Amb aquesta petició soccavo la "seguretat de la meua bona consciència" i m'obro a la sospita.

– *i també demanar gràcia i ajuda per a esmenar-me en endavant*: amb aqueixa segona petició reconec no només la meua incapacitat d'accedir a la



meva negativitat, sinó també per a canviar. ¡Tot és gràcia!

– *demanant perfecta intel·ligència d'ells* (dels manaments) *per tal de guardar-los millor*: Sant Ignasi parteix del fet que l'ésser humà és un ser intel·ligent que mai no és comprometrà a allò que no pot comprendre, ni ho farà seu. Si un “manament” li sembla un disbarat, no el “guardarà”. Per tant, s’ha de demanar a Déu que ens doni una “perfecta intel·ligència” del sentit i abast de cada manament, per tal de poder-lo “guardar”.

– *per major glòria i lloança de la divina majestat: l'ésser humà* (com hem de veure en el *Principi i fonament [PF]*) ha d'estar obert a la gratuïtat; el seu comportament ha d'estar lliure de qualsevulla perspectiva interessada o manipuladora.

Si demanem allò que cerquem, és que es tracta de quelcom que ens ha de ser donat: això no té res a veure amb el voluntarisme. Es tracta d'obrir-nos a Déu, però sense que jo desaparegui: *sóc jo el qui demana*.

3r.: “*Pel que fa a la primera manera d'orar, convé de considerar i pensar, en el primer manament, com l'he guardat, i en què he faltat..., i si en aquest temps trobo faltes meves, demanar-ne venia i perdó... I així successivament amb tots els altres manaments [EE 241-242].*

En efecte, una fallada aïllada que em sorprèn i m'humilia no és perillosa; ho és allò que s'ha incorporat de tal manera a la meua manera de ser que ja ni en sóc conscient. El que és més perillós és l'inconscient, com havia de dir Freud segles després corroborant la preocupa-

ció de Sant Ignasi. *L'hàbit* agafa en el qui l'ha adquirit un grau d'autonomia que li estalvia la consciència: es posa en marxa sense que necessiti el control conscient. És aquí on hi ha el perill.

4t.: *Segona nota. Un cop acabat aquest discurs..., s'ha d'acabar amb un col·loqui a Déu nostre Senyor...* [EE 243] Aquest diàleg confiat amb Déu (*col·loqui*) serà la culminació de qualsevulla pregària que es proposi en el mètode dels Exercicis.

Aquest pas cinquè tanca el mètode que se'ns proposa per a confrontar-nos amb la nostra visió de la realitat mitjançant els deu manaments. Ara només queda aplicar-lo als altres tres temes de referència: *els set pecats capitals* (actituds negatives), *les tres potències de l'ànima* (memòria, enteniment i voluntat) i *els cinc sentits corporals*. [EE 244-248].

Aquesta última confrontació pot semblar a primera vista una ximpleria. Tanmateix, com ja vàrem dir, són *els sentits corporals* els qui ens obren a la realitat. Doncs bé, també aquests es poden trobar condicionats per la nostra “visió de la realitat”, les nostres “actituds”, els nostres oblits, justificacions, etc. Efectivament, no sembla tan superflu que ens preguntem “en què hem pecat” en cada un dels sentits, com els hem emprat... I aquí hi trobem encara una nota: *Qui vol imitar, en l'ús dels seus sentits, Crist nostre Senyor...; i qui voldrà imitar, en l'ús dels sentits, nostra Senyora...* [EE 248].

La proposta podríem pensar que no té gaire solta. No és obvi que l'hem d'imitar en les virtuts? O en el compliment dels manaments?, etc.

La raó profunda de vincular el “seguiment” de Crist al fet d’*imitar-lo en l’ús dels sentits* s’ha de relacionar amb l’Anotació 2: *...el que omple i satisfà l’ànima no és saber molt sinó sentir i assaborir les coses internament* [EE 2]. En efecte, cal dir que sempre que Ignasi parla de “coneixement intern” no es refereix tant a l’afectivitat quant a la *sensibilitat*; no és allò que m’emociona, sinó allò que s’ha incorporat en el meu ésser de tal forma que jo reaccio espontàniament de manera correcta, sense ésser-ne explícitament conscient. Es tracta de quelcom connatural.

Intentem d’endinsar-nos en la connexió entre “coneixement intern” i “sensibilitat”.

Quan una persona es posa a aprendre de conduir cotxe té la il·lusió d’obtenir el carnet. Doncs, bé, el dia que passa la prova és el moment en què *en sap més* (en teoria), però, en realitat, no sap encara conduir. Ha de seguir practicant amb el cotxe perquè puguem dir que és un conductor expert. Què és el que li manca? Que les seus “sentits corporals” (vista, oïda, tacte) es coordinin en aquest hàbit que anomenem “saber conduir”. És aleshores, i només aleshores, que conduirà perfectament, gairebé sense que se n’adoni.

És en la sensibilitat on ens hi juguem la praxis correcta. Un professional del volant, si un dia ha de canviar de vehicle, no hi troba cap problema. No ha de pensar què ha de fer en cada moment; com que té l’ “hàbit de conduir”, les seves reaccions seran les correctes, per bé que els mecanismes que manipula siguin diferents. Les seves reaccions s’acomodaran perfectament a les noves

circumstàncies sense que hagi de fer cap esforç conscient. Això podria sorprendre, però és veritat: l’adquisició de l’hàbit fa possible aquest “miracle”.

Així, doncs, no és cap disbarat que Sant Ignasi insisteixi en la imitació dels sentits corporals de Jesús pel que fa a les virtuts: ell havia captat que la *praxis* ens la juguem en la sensibilitat. I aquesta és també la raó per la que Jesús ens diu que parla en paràboles, *per tal que tot veient-hi no hi vegin, i sentint-hi no hi sentin ni comprenguin...* I la raó que dona d’aquesta ceguesa i sordesa és que *s’ha fet insensible, el cor d’aquest poble! S’han tapat les orelles, han tancat els ulls...* (Mt 13, 10, 3).

És a dir, davant la mateixa realitat, uns hi veuen i comprenen, i altres no; i això Jesús (tot citant Isaïes) ho atribueix a la insensibilitat del cor. El cor, per a un semita, s’identifica amb la interioritat de l’home. En l’esquema que hem proposat correspondria a les tres primeres instàncies: la meua visió de la realitat, les meves actituds i la meua manera d’usar els tres potències, que condicionen la meua sensibilitat i fan que només vegi i senti allò que s’acomoda a les meves idees i prejudicis. Per això Jesús diu que els ha de parlar en paràboles. Davant d’un cor insensibilitzat no hi altra sortida. Vegem en quin sentit.

En front de l’acusació dels fariseus i dels escribes, *aquest acull els pecadors i menja amb ells*, Jesús els proposa les paràboles de la misericòrdia (Lc 15). El “prejudici” que no es pot ser “pur” si un tracta amb impurs reflecteix que una zona de la sensibilitat dels fariseus roman condicionada per aquesta convicció, i

no hi ha manera de desmuntar-la directament. Jesús amb la paràbola de l'ovella perduda remet a una zona de la seva sensibilitat que no està "condicionada" per cap prejudici. En efecte, l'ovella perduda cobra un valor que no tenia abans de perdre's. Aquesta reacció espontània de qualsevol persona pot desmuntar el "prejudici" dels oients: precisament allò que s'havia perdut, que és dèbil i que s'havia esgarriat, desperta la recerca i la misericòrdia. Aquesta constatació pot possibilitar la recuperació dels oients. Els prejudicis només són desmuntats per la realitat, ja que la contundència d'un fet no es pot discutir.

Tornem, doncs, a Sant Ignasi: si la nostra sensibilitat va essent la mateixa de Jesús, la nostra resposta a la realitat s'anirà assemblant a la seva, i el nostre *seguiment* de Jesús estarà més garantit.

Aquesta *nota*, reflecteix la importància que Ignasi atorga als *sentits corporals*. Ens ho juguem tot en la sensibilitat: som la nostra sensibilitat, no allò que pensem o allò que ens emociona. La sensibilitat corporal, com vèiem és amunt, ens possibilita l'accés a la realitat: sense ella no hauríem sortit del nostre buit inicial, ja que vam néixer "en blanc". Bé, doncs, la nostra resposta a la realitat (la nostra praxi) també dependrà d'ella. La incorporació de la sensibilitat en un procés de coneixement és un terme final, no un inici. Això constitueix, al meu entendre, el que és més original del llibre dels Exercicis, atès que hem d'admetre que aquesta manera de "subratllar" la importància de la sensibilitat no queda reduïda a aquesta nota, sinó que ens anirà acompanyant tot al llarg del procés en l'*aplicació de sentits* [EE 121].

En efecte, Sant Ignasi sap que la nostra sensibilitat té una orientació, adquireix estructuracions que són molt estables, mentre que la emotivitat és terriblement oscil·lant, sense que nosaltres puguem impedir aquestes oscil·lacions. L'emotivitat té una gran força. I per això Sant Ignasi es preocupa d'ordenar els afectes; però allò que ell pretén en realitat és canviar la nostra sensibilitat. Per això el moment culminant del dia (l'últim exercici) el reservarà per a l'*aplicació de sentits*. L'estructuració de la nostra sensibilitat és estable (el pianista no s'oblida de tocar el piano perquè la seva emotivitat estigui abatuda). Ara bé, com es pot canviar l'estructuració de la nostra sensibilitat? Només amb la repetició. Però de la *repetició* i de l'*aplicació de sentits* en parlarem més endavant.

En conclusió: aquesta *primera manera d'orar* ens ofereix dues gran advertències de l'espiritualitat ignasiana: la *sospita generalitzada* sobre l'estructura del nostre jo (la meua visió de la realitat, les meves actituds, la meua manera d'elaborar les dades que arriben al meu coneixement), i el convenciment que en ordre a la praxi ens ho juguem tot en la *sensibilitat*. Aquests dues advertències han de romandre en el fons de tota oració per tal que aquesta no sigui "il·lusa" i pugui accedir a la realitat a través de la praxi: és quelcom *previ*.

## 2.2. La segona manera d'orar

Si la *primera manera d'orar* ens confronta amb l'estructura complexa del nostre jo, la *segona manera* ho fa amb el misteri de la *paraula*, que és el

gran instrument sense el qual no seria possible expressar-nos i comunicar-nos. He dit *misteri* perquè, efectivament, la paraula ens va al davant amb una llarga història que, en gran part, ens és desconeguda. Aquesta història està amagada en la paraula i li dóna una profunditat que la fa digna de ser orada i contemplada, sobretot quan es tracta d'oracions que hem repetit tant vegades mecànicament com si fossin quelcom màgic.

El mètode no podria ser més senzill: hom s'ha de demorar sense pressa en la *consideració d'aquesta paraula tant de temps com calgui mentre vagi trobant significacions, comparacions, gustos i consolació en consideracions pertinents a aquest paraula del Pare Nostre...* [EE 252]

És a dir, es tracta de deixar-se portar per les “ressonàncies” que cada paraula evoca. I això sense programar el temps i, menys encara, el ritme. Únicament voldria subratllar l'avís que es troba al final: *acabada l'oració, en poques paraules, girant-se vers la persona a qui ha orat, demani les virtuts o gràcies de les quals senti més necessitat.* [EE 257].

En Sant Ignasi, l'oració va sempre emmarcada en una relació interpersonal i apunta a *treure algun profit: demani les virtuts o gràcies de les quals senti més necessitat.*

### 2.3. La tercera manera d'orar

Per últim, *la tercera manera d'orar serà a compàs* [EE 258]: aprofita la mateixa experiència vital que suposa l'*alè* (“anhélito”) amb la finalitat de revitalitzar unes pregàries que semblen condemnades a no passar de ser una mera recitació, convertint-les així en expressió de la vitalitat del propi ésser vivenciada en cada respiració. Cada paraula de l'oració escollida és incorporada al ritme de la respiració tot pronunciant-la lentament i rítmica. En connectar la vivència relacional de la fe amb el ritme de la respiració s'intenta que la persona es vagi incorporant a la vivència de Déu des dels nivells més viscerals.

Així la pregària es va com encastant en la vida de manera que tota actuació arribi ser experiència orant.

Aquestes tres maneres d'orar són tan bàsiques que les podem considerar com punt de partença per a qualsevol plantejament d'oració, atès que ens fan prendre consciència d'allò amb que qualsevol persona ha de comptar a l'hora d'obrir-se a la pregària.

Són com una mena de pòrtic irrenunciable que bé podria esdevenir una veritable iniciació que hauria de precedir el procés dels Exercicis com a tal, sense posar-hi terminis, sinó deixant que la persona vagi prenent consciència de quins són els recursos amb els que compta.

### 3. UNA ORACIÓ AMB UN HORIZZÓ: NO EL BUIT. PRINCIPI I FONAMENT

---

Ens podem preguntar ara quin itinerari ha de seguir l'oració en aquesta pedagogia constituïda pel procés dels Exercicis. Hem de començar recordant que el "Principi i fonament" (PF) és el punt d'arrencada d'un procés, com si fos un pòrtic dels Exercicis (jo considero que és com l'índex d'un llibre, que m'impel·leix a comprar-lo. En efecte, si veig en un aparador el títol d'un llibre que m'atreu, abans de comprar-lo llegiré l'índex on podré descobrir si el títol correspon a allò que jo cerco. Però després ja no segueixo llegint l'índex, sinó que s'ha de llegir el llibre. El PF s'ha de limitar a un índex que em decideix a entrar en el procés dels Exercicis, però res més). Com haurem de veure, es convertirà en l'horitzó de tota oració. Consta de dues parts diferenciades.

En la primera apareix l'afirmació que l'ésser humà és lliure (no està programat) i ha de cercar un "per a què": *L'home és creat pera lloar, fer reverència servir Déu nostre Senyor i, mitjançant això, salvar la seva ànima...* (EE 23).

Es parteix del fet que l'ésser humà es troba amb la vida: però aquesta vida no la troba programada, com es el cas dels animals amb els seus instints: ha de buscar-se un "per a què". El que Sant Ignasi ens proposa sembla que consta de dos membres vinculats dialècticament: el primer membre (*lloar, fer reverència*

*servir Déu nostre Senyor*) suposa un sortir del propi jo, que consisteix en obrir-se a Déu (l'Altre) des de la gratuïtat (*lloar*), el respecte (*fer reverència*) i el servei. Només quan es parteix d'aquesta sortida de si (negació, pas dialèctic: *mitjançant això*) hom es pot obrir al segon membre: *salvar la seva ànima*, val a dir, es trobarà ell mateix, es realitzarà. És, al peu de la lletra, la dinàmica que es troba en la frase de l'Evangeli: *El qui perdi la seva vida per mi, la trobarà* (Mt 16, 25).

Ara bé, aquest "per a què" que hom pot escollir com a vàlid des de la seva

llibertat es trobarà amb una contrarietat: bé que és veritat que un no està programat, tanmateix hom es troba condicionat positivament (desigs) i negativament (temors). Això és el que es planteja en la segona part: *Per això cal que ens fem indiferents a totes les coses creades en tot allò que és concedit a la llibertat del nostre lliure albir i no li està prohibit, de manera que en quant depèn de nosaltres no vulguem més salut que malaltia, riquesa que pobresa, honor que deshonor, vida llarga que curta, i així mateix en totes es altres coses, solament desitjant i elegint el que més ens condueix al fi per al que som creats* [EE 23].

Que un tingui clara la primera part no garanteix que sigui conseqüent en la praxi: l'evidència del "per a què" no garanteix que hom ho executi. Es requereix un procés de descondicionament que no és fàcil: *cal que ens fem indiferents...* Aquest és el repte de tot el procés dels Exercicis. No és una meta que hagi de ser assolida a l'acabar la "consideració" del PF, sinó un horitzó de fons que ha d'estar present en tots i cada un dels passos que el "mètode" dels Exercicis ens vagi plantejant. Aquest horitzó és el que Sant Ignasi sintetitza en l'*oració preparatòria*, que des d'aquest moment acompanyarà l'exercitant fins a l'últim exercici: *demanar gràcia a Déu nostre Senyor per tal que totes les meves intencions, accions i operacions siguin purament ordenades al servei i lloança de sa divina majestat* [EE 46].

Aquesta "oració preparatòria" que acompanyarà l'exercitant al llarg de tot el procés és tan important que val la pena que analitzem detingudament el seu

contingut. Preguntem-nos, doncs, per les tres coses a les que es refereix.

No estem programats. Això implica que les nostres possibilitats són múltiples i que s'ha d'elegir entre elles: això és el que anomenem *intencions*. Aquestes són el punt de partença d'allò que pretenem. Una intenció que no és correcta invalida un comportament. Aquí rau la importància de la "puresa d'intenció". L'ètica gira al voltant d'això, i això és el que ens ha portat a creure que podem obtenir la seguretat de la bona consciència. Però es tracta de quelcom més problemàtic, sobretot quan amb aquest procediment intentem delimitar la nostra responsabilitat. Que la intenció sigui correcta no garanteix que ho sigui la praxi.

En efecte, Sant Ignasi no es conforma amb el fet que les nostres "intencions" apuntin al "servei i lloança" de Déu, sinó que hi afegeix les *accions*. Què són les "accions"? El nostre accés a la realitat. Si una "intenció" no es tradueix en "acció", perd el seu veritable abast. Però no sempre les nostres accions coincideixen amb les nostres intencions: xoquem amb la incongruència. Què hem de fer aleshores?

Segons l'educació que hem rebut, ens refugiem en la nostra "recta intenció", mentre que ens desentenem de l'acció incorrecta que es produï "sense que jo ho volgués". Bé, doncs, Sant Ignasi pretén amb aquesta petició que no ens desentenguem d'aquesta constatació i que, sense convertir la cosa en una tasca anguniosa, (pretenent que faci meu allò que escapa a la meva consciència), no ho deixi fora de la meva responsabilitat. No em sento estrictament

*responsable* (ja que jo no volia que ocorregués), però no me'n desentenc sinó que ho emmarco en un horitzó de responsabilitat que s'escapa de les meves possibilitats (és per això que ho demano) i ho assumeixo com una tasca que he de tenir present, prenent consciència que la realitat de la meva actuació serà sempre més ampla que el món de les meves intencions. El fet que jo no vulgui ofendre no implica que l'altre no se senti ofès, i això hauré de tenir-ho en compte en endavant. Demano, doncs, a Déu que aquesta *acció* a través de la qual accedeixo a la realitat i que pot no ser congruent, resti també oberta al seu "servei i lloança".

Finalment, Ignasi es refereix a les *operacions*. ¿Què serien les "operacions"? En el llenguatge ignasià sembla que són l'exercici de les nostres facultats: les operacions de la meva memòria són els records, les de la meva imaginació, les fantasies, etc.

Les operacions, doncs, no tenen caràcter ètic, però les hem de controlar perquè les intencions sorgiran d'allò

que hom ha fomentat. (D'aquí la importància del que els nens veuen en la TV). Sant Ignasi vol que demanem que aquestes operacions, en tant que són el brou de cultiu de les nostres intencions, siguin també "*purament ordenades en servei i lloança de la seva divina majestat*".

L'oració no podria ser més ampla: abasta el món interior de la persona (*intencions*), la seva praxi (*accions*), la realitat que l'envolta i, per tant, l'afecta, a través de les operacions. Aquests tres grans àmbits que emmarquen la vida es presenten davant Déu en forma de petició per tal que siguin *ordenats* segons aquell "per a què" del PF. I cal remarcar que no deixa res a fora: es tracta de "*totes les meves intencions, accions i operacions*".

D'altra banda, com que presideix tot el procés (no és només *principi*, sinó també *fonament*), aquesta oració preparatòria es converteix en el fil conductor de tot el procés que ha de culminar en la "*contemplació per a aconseguir amor*".

## 4. L'ORACIÓ, RECERCA I RESPOSTA

---

Així, doncs, una vegada Ignasi ens ha fet prendre consciència d'allò amb què podem comptar com persones (problemàtica de les *tres maneres, d'orar*), i ens ha descrit l'horitzó al que ens obrim com a tasca (*oració preparatòria*), entrem en el procés pròpiament dit: les *quatre setmanes*.

Elles representen els quatre grans problemes que tot ésser humà, creient o no creient, d'una o d'altra cultura, té plantejats.

1. El problema de la negativitat en la nostra vida: fallem, fem mal, ens fan mal, etc. (*1a setmana*).

2. El problema de nostra *llibertat*: podem destruir la pròpia vida i la dels altres des de la nostra llibertat (*1a setmana*); i, d'altra banda, sense ella no som persones. ¿Com fer-ne ús? (*2a setmana*).

3. El problema del *dolor*, que a vegades ens visita, i que sempre és present al nostre voltant. (*3a setmana*).

4. El *goig*: com viure allò que ha de ser culminació sense enuig. La gran es-

túpidesa de la nostra societat és que ha convertit la felicitat en una obligació, quan hauria de ser do i sorpresa (Pascal, Brunner) (*4a setmana*).

Tot això serà afrontat des de la fe. Partint de Crist nostre Senyor al davant i posat en creu (EE 53) en la primera setmana, escoltem la seva crida a seguir la vida vertadera que mostra (EE 139) (*2a setmana*), per tal que seguint-lo en la pena (*3a setmana*), el seguim també en la glòria. (EE 95) (*4a setmana*).

Després d'haver recorregut aquest procés, Ignasi fa que l'exercitant torni a la realitat "preparat i disposat" per "trobar Déu en totes les coses" i per "en tot estimar i servir".



## 1. AFRONTAR LA PRÒPIA NEGATIVITAT DES DE LA MISERICÒRDIA (1a SETMANA)

---

Aquesta primera setmana consta de cinc exercicis, i el mètode d'oració que es proposa és el de la *meditació de les tres potències* (Memòria, enteniment i voluntat). La dinàmica d'aquests exercicis pretén, com hem dit, afrontar la negativitat (*pecat*). Els passos que hom ha de donar en aquest procés queden marcats en la petició de cada un dels exercicis: 1r, davant del pecat en si (fora d'un mateix), hom ha de sentir-se implicat (*vergonya i confusió de mi mateix*); 2n, davant dels propis pecats, (*intens dolor i llàgrimes recuperadores*); 3r., a través de dues repeticions, hom ha d'obrir-se a una sensibilització negativa (demandar un triple *avorriment*); i 4t, demanar *temor de les penes que pateixen els damnats*, val a dir, els qui han mal·lès el seu projecte humà (infern).

El mètode d'oració per realitzar aquests passos, Ignasi l'anomena *meditació de tres potències*, i es troba descrit en el primer punt del primer exercici: *pecat dels àngels: ... aplicar la memòria sobre el primer pecat, que fou dels àngels, i després sobre el mateix fent discórrer l'enteniment, després la voluntat, volent recordar i entendre tot això per sentir més vergonya i confusió, comparant amb un pecat dels àngels tants pecats meus, i on ells per un pecat anaren a l'infern, quantes vegades jo l'he merescut per tants. Dic retreure a la memòria el pecat dels àngels: com havent estat creats en gràcia, no volent-se ajudar amb llur llibertat per fer re-*

*verència i obediència a llur Creador i Senyor, caient en supèrbia, foren convertits de gràcia en malícia, i llençats del cel a l'infern; i així, després de discórrer més en particular amb l'enteniment, i acabat moure més els afectes amb la voluntat.* (EE 50). (He subratllat les paraules que ens poden ser clau per a comprendre aquest mètode d'oració).

Hom ha de començar *aplicant la memòria*. La memòria és la facultat més objectiva que tenim. No permeto que ningú interfereixi en la meua voluntat, ni en la meua llibertat, ni en els meus afectes, però agraïm que ens "refresquin" la memòria. Si aquesta deixa de ser objectiva, no és vàlida. Per tant, la memòria és la que recupera la història. Si no tenim memòria, ens quedem sense història pròpia, sense biografia. La memòria és, doncs el que ens connecta amb la realitat.

... *Després sobre el mateix fent discórrer l'enteniment.* És el segon pas. Gràcies a la intel·ligència podem relacionar uns fets amb altres i avaluar-los. Però Ignasi ens fa notar que l'enteniment ha de "discórrer" sobre les dades que ha aportat la facultat més objectiva, no sobre fantasies. El problema és que no sempre estem disposats a recordar o a pensar; per això afegeix: *després la voluntat, volent recordar i entendre tot això.* En efecte, no és cosa fàcil voler enfrontar-se amb la pròpia negativitat i treure'n conclusions. I aquí és on entra en joc la *voluntat*. Tendim a evadir-nos

de la realitat negativa o, cosa pitjor, a justificar-la. Només la nostra “voluntat” pot superar aquest rebuig instintiu a afrontar la realitat.

Finalment, hi ha una última intervenció de la voluntat. No n’hi ha prou amb discórrer correctament: hom ha d’afegir a aquest discurs el món dels afectes, perquè contràriament no tindrà força per realitzar el que hom voldria.

*Acabat, moure més els afectes amb la voluntat.* En efecte, la voluntat no domina els afectes; l’únic que pot fer és moure’ls: una cosa és el que hom sent, i una altra el que hom vol.

Sant Ignasi va interrelacionant les tres facultats (*potències de l’ànima*), però les “ordena”: no és el mateix començar pensant sobre suposicions que saber que, en primer lloc, hem de recordar les dades reals de les que disposem per tal de no caure en fantasies tot creient que estem pensant. D’altra banda, Ignasi és conscient que podem posar-nos d’esquena a la realitat, i per això fa recurs a la voluntat a fi que “vulgui recordar i discórrer”. Finalment, tenir clares les metes (saber el que hom vol) no implica que hom les compleixi: la voluntat ha de ser conscient que ha de “moure” (ordenar) els afectes per tal de fer el que vol.

Hom ha de construir la seva vida amb les seves dades, no amb les dels altres: s’ha de començar, doncs, recuperant la memòria i discórrer sobre les dades que ela aporta. I, si això no ens surt espontàniament, la voluntat ha d’intervenir per afrontar la realitat sense evasions. Per últim, no hem de creure que el voluntarisme tingui cap futur; l’únic que pot fer la voluntat és “moure” els afectes, ja que no és possible dominar-los.

Amb aquest mètode de les tres potències, Sant Ignasi ens proporciona l’únic mitjà vàlid d’accedir a la pròpia veritat fent-se’n responsable. No és cosa casual que recorri a aquest mètode per enfrontar la persona amb la seva negativitat (pecat).

L’aplicació d’aquest mètode al pecat dels àngels es descriu així: *no volent ajudar-se amb llur llibertat per fer reverència i obediència a llur Creador i Senyor, caient en supèrbia...* La dinàmica d’aquest primer pecat que ens aporta la nostra “memòria” revela que s’assembla a la dinàmica de qualsevol altre pecat: és per això que el seu record (*memorar*) i la reflexió (*entendre*) poden portar l’exercitant a prendre consciència de la seva implicació (*per sentir més vergonya i confusió*). En efecte, en tot pecat trobem aquesta mateixa dinàmica: usar de la llibertat, no des del respecte i l’escolta, sinó per a constituir-nos en centre (*caient en supèrbia*).

Després d’aplicar el mètode al pecat d’Adam i Eva i a qui *per un sol pecat mortal ha anat a l’infern*, el punt culminant és el col·loqui: *Imaginant Crist nostre Senyor al davant i posat en creu, fer un col·loqui, com de Creador ha vingut a fer-se home, i de vida eterna a mort temporal, i així a morir pels meus pecats* [EE 53].

Per començar, adonem-nos que és la primera vegada que apareix Crist, *posat en creu*. Ja és un encert que Crist no aparegués en el PF: el mateix Jesús, en tant que home, l’hagué de viure. I és que la fe en Crist sorgeix del *fet Pasqual*. La mort-resurrecció de Jesús és el punt d’arrencada del cristianisme.

Bé, doncs, com a culminació de l'enfrontament amb la història del pecat "en si" que suposa el primer exercici, ens apareix al davant Crist "posat en creu" com a símbol de la conseqüència de tota dinàmica de pecat: la mort, el sofriment de l'innocent. En el Crucificat ens trobem amb un Déu que es fa en Jesús un qualsevol, solidaritzant-se amb els més darrers: *i així a morir pels meus pecats*. Aquesta frase s'hauria d'interpretar com: "implicat en una realitat afectada per un pecat en el que tots participem".

Ara bé, aquest *posar al davant* no enfronta l'exercitant amb una idea (per sublim que sigui), sinó amb una *persona*, la qual de *Creador ha vingut a fer-se home, i de vida eterna a mort temporal*. És a dir, ens obre a una *relació interpersonal*. La fe cristiana per a Sant Ignasi és pura interpel·lació personal (*altre tant mirant a mi mateix el que he fet per Crist, el que faig per Crist, el que he de fer per Crist*) que responsabilitza. En efecte, tota responsabilitat comporta assumir la nostra temporalitat (història): "què he fet" (passat), "què faig" pre-

sent), "què he de fer" (futur) en ordre a un compromís per Crist que porta a una cerca-resposta que la persona s'ha de plantejar sense que ningú li pugui donar ja feta: *i així, veient-lo d'aquesta manera penjat en la creu, discórrer pel que se m'oferirà*.

Aquest compromís responsable es consolida en una relació personal. Així, *el col·loqui es fa, pròpiament, parlant, així com un amic parla amb un altre, o un servent al seu senyor, bé demanant alguna gràcia, bé culpant-se d'alguna malifeta, bé comunicant les seves coses i volent-hi consell*. [EE 54].

El col·loqui, en tant que trobada personal amb Déu, és sempre per a Sant Ignasi quelcom recuperador. La *vergonya i confusió* està orientada a responsabilitzar la persona —no només de cara al passat, sinó també de cara al futur—, mai a anul·lar-la.

Una vegada s'ha descrit ja què és la meditació de les tres potències, es passa al segon exercici, en el qual hom s'enfronta amb "el procés dels pecats".

## **2. LA VIDA DEL REI ETERNAL COM CRIDA (2a, 3a, 4a SETMANES)**

---

Davant del carreró sense sortida al que ens podria portar el pecat (el buit de l'infern), Sant Ignasi ens presenta *la vida del rei eternal* com una crida que dona sentit a un jo que podria tancar-se en si mateix ("caure en supèrbia").

*La crida del rei temporal ajuda a contemplar la vida del rei eternal [EE 91-100].*

Aquesta *contemplació*, pòrtic de les tres setmanes següents, ens obre a una *crida que s'ha de fer vida*. En efecte, la

crida del Rei eternal és a seguir-lo: *La meva voluntat és de conquerir tot el món i tots els enemics, i així entrar en la glòria del meu Pare: per tant, qui voldrà venir amb mi ha de treballar amb mi, per tal que, seguint-me en la pena, em segueixi també en la glòria* [EE 95]. Per tant, hom ha d'anar i viure com Ell (2<sup>a</sup> setmana), sofrir amb Ell (3<sup>a</sup> setmana) i participar en la seva glòria (4<sup>a</sup> setmana). En realitat tota vida és una crida, per a bé o per a mal. Aquí Sant Ignasi ens remet a la nostra tendència a identificar-nos amb aquells que encarnen els nostres ideals, seguint la dinàmica que inicialment tinguérem: identificats amb els nostres pares, imitàvem i repetíem allò que ells feien. Aquest mecanisme segueix present de manera latent en cada persona. Sant Ignasi és conscient d'això i avisa: *quant més digne de consideració és veure Crist nostre Senyor, rei etern...* És a dir, es tracta d'una tendència molt perillosa, i només "és cosa digna de consideració" aplicar-la a "Crist nostre Senyor".

Però aquesta crida queda emmarcada en una petició: *demanar gràcia a nostre Senyor per tal que jo no sigui sord a la seva crida, sinó prest i diligent per a complir la seva santíssima voluntat* [EE 91]. Sabem ja que la petició de cada exercici focalitza allò que hom ha de pretendre. Aquesta crida del Rei eternal a seguir-lo ens obre a la *contemplació*. A partir d'ara haurem de *contemplar* els *Misteris de la vida de Crist*, no meditar-los. Ara bé, si la finalitat de tota "meditació" era la recerca, la de la contemplació serà l'escolta. Això és el que es demana en aquest exercici: *que no sigui sord a la seva crida*.

Però, atès que per copsar l'abast de la petició hom l'ha de relacionar amb el col·loqui, caldrà recordar les *oblacions de major estima i major cabal* que Ignasi proposa: *Etern Senyor de totes els coses, jo faig la meva oblació amb el vostre favor i ajuda, davant la vostra infinita bondat, i davant la vostra Mare gloriosa, i tots els sants i santes de la cort celestial, que jo vull i desitjo, i és la meva determinació deliberada, sempre que sigui en major servei i lloança vostra, d'imitar-vos a passar tota mena d'injúries i vituperis, i tota pobresa així actual com espiritual, sempre que la vostra santíssima majestat em vulgui elegir i rebre en tal vida i estat* [EE 98].

És a dir, aquesta actitud contemplativa que demanem (*no ser sord*) no és quelcom tan "passiu", sinó que, només si *fem contra la pròpia sensualitat i contra l'amor carnal i mundà*, ens obrirem al seguiment. En efecte, el que ens impedirà d'escoltar (*ser prestos i diligents per a complir la divina voluntat*) serà el nostre narcisisme i la nostra cobejança. És per això que esdevindrà quelcom alliberador, no només *voler*, sinó també *desitjar*, de manera que arribi a convertir-se en una *determinació deliberada... d'imitar-vos en passar injúries... i tota pobresa...* Amb aquesta actitud ens preparem per a la contemplació (l'escolta, el *no ser sord*) dels *Misteris de la vida de Crist*.

## **2.1. La vida veritable interpel·la la meva llibertat a un seguiment (2a setmana)**

La *segona setmana* dels Exercicis s'enfronta amb el problema de què faig jo amb la pròpia vida. I la vida de Jesús

se'ns ofereix com una alternativa vàlida (*quant és cosa més digna de consideració*). En efecte, la recerca del propi exercitant anirà essent paral·lela a les peripècies de la vida de Jesús. I el mètode proposat per accedir a la vida de Jesús serà el de la *contemplació*.

La *contemplació* afegeix un preàmbul nou: entre l'oració preparatòria i la composició de lloc cal recordar la història de la cosa que haig de contemplar [EE102]. És a dir, la contemplació necessita tenir al davant des del principi tota l'escena, ja que mai no ha de convertir-se en una "lectura meditada". Aquí no es tracta de *discórrer amb l'afecte*, sinó de *reflectir sobre mi mateix per treure'n algun profit*. Reflectir no és reflexionar. La paraula no es troba mai en les meditacions de tres potències, sinó només en les contemplacions i en les aplicacions de sentits. Segons el *Diccionario de autoridades*, significa "el fet de reverberar un raig de llum en un cos opac". Així, doncs, cal que la vida de Jesús es reflecteixi en mi i m'interpel·li, no que elucubri sobre ella. La elucubració manipula; la contemplació descol·loca i fa canviar.

Totes aquestes contemplacions estaran, com sempre, emmarcades en una petició: *demanar coneixement intern del Senyor, que per mi s'ha fet home, per tal que més l'estimi i el segueixi* [EE 101].

En efecte, el que ens ha d'anar canviant és un "coneixement" al que s'hi hagi incorporat la sensibilitat (*coneixement intern*), és a dir, en el que es posi en joc la nostra totalitat, perquè ens afecta: que, *per mi s'ha fet home*. Quan descobrim el que una persona ha fet "per mi" (en gratuïtat total, no refre-

gant-m'ho) es desencadena en nosaltres la mateixa resposta generosa i desinteressada (*per tal que més l'estimi*) i em sento compromès (*i el segueixi*). Però mai no hem d'oblidar que es tracta de quelcom que hem de demanar: no és una experiència voluntarista, sinó un do.

Sant Ignasi només desenvolupa dues contemplacions de la segona setmana: l'Encarnació [EE 101-109] i el Naixement [EE 110-117]. La primera té una entitat pròpia (i en ella s'hi amaga allò que fou després el nervi de la Companyia de Jesús: la *Missió*). En el Naixement, en canvi, trobem la dinàmica que farà que la nostra aproximació a l'escena sigui contemplativa. Per tal de contemplar l'escena que el primer preàmbul (la història) ens ha posat davant dels ulls Ignasi proposa tres punts: *Veure les persones, sentir el que parlen i mirar el que fan*.

*El primer punt és veure les persones...* [EE 114]. És el primer pas per tal que la nostra actitud sigui contemplativa. Ja hem dit que per a Sant Ignasi tota oració ha de ser relació interpersonal. Doncs bé, jo definiria aquest primer pas com el *descobriment de la dinàmica de la presència personal*. En efecte, aquesta dinàmica no es dóna sense més amb la presència física: la persona que seu al meu costat en l'autobús no és una presència en la meua vida ni suscita cap relació interpersonal. Es tracta d'una presència que no passa d'una mera "juxtaposició".

En efecte, per a Sant Ignasi es tracta de *veure les persones* (no "coses", *com si jo hi fos present*, amb una presència no merament física, sinó impregnada d'una actitud molt concreta: *fent-*

*me jo un pobret i indigne esclauet, mirant-los, contemplant-los i servint-los en llurs necessitats... amb tot acatament i reverència possible.* El qui és prepotent no sabrà mai el que es una relació interpersonal, ja que ningú no se sentirà persona davant d'ell. Només aquesta actitud respectuosa i expectant, oberta a la sorpresa (res de “clixé”) i disposada a servir *en llurs necessitats* (sense manipular) es pot considerar una presència personal: *amb tot l'acatament i reverència possible.* Es tracta d'obrir-se al misteri de la persona. Aleshores podrà sorgir un *reflectir* (en el sentit que ja hem explicat) que ens interpel·li.

*El segon: mirar, advertir i contemplar el que parlen; i, reflectint en mi mateix, treure'n algun profit* [EE 115]. En comptes de la fórmula “oir les persones” Ignasi emprà tres verbs que expressen en què consisteix el que ell vol: no simplement “oir”, sinó el que diem habitualment *escoltar*. L'actitud expectant del punt anterior possibilita aquest *mirar, advertir i contemplar el que parlen*. Quan el qui m'escolta “mira”, “adverteix” (pren consciència) i “contempla” (es sorprèn) el que jo dic, em sento més persona.

*El tercer: mirar i considerar el que fan...* [EE 116]. L'actitud de presència i d'escolta segons els dos punts anteriors possibilita l'obrir-se al misteri de la persona. Però ¿què vol dir “mirar” les persones si ja les “hem vist”? ¿Què afegeix el mirar al veure? D'antuvi, en la formulació del Naixement Ignasi hi afegeix *i considerar*. Es tracta, doncs, d'un mirar que va més enllà del que es veu a primera vista, fins a *considerar* el rerafons del *que fan*. “Tota la vida —dèiem—

es converteix en una crida per al bé o per al mal”, que és el mateix que dir que tota acció humana té un significat, un sentit: pretén transmetre o cercar alguna cosa, té una història i un horitzó.

Això és el que Sant Ignasi suggereix que hem de descobrir en el fet que *el Senyor hagi nascut en summa pobresa: un signe* que en ell enclou tota una vida (*al cap de tants treballs... per a morir en creu*), així com el seu *sentit* (*i tot això per mi*). En efecte, tots podem percebre en la forma de mirar-nos, de dar-nos la mà, etc. El que és una persona, la seva actitud. L'acció humana és sempre significativa i ens diu més que les mateixes paraules. Amb aquest tercer punt, doncs, Ignasi ens obre al misteri de la vida de Jesús perquè descobrim el rerafons que i ha darrere els seus fets, gestos, postura en la vida, què el mou... És obrir-se al misteri de la persona.

Si la contemplació no penetra en aquest misteri, és que quelcom ha fallat: s'ha quedat en una pura anàlisi “científica” en el sentit més “còsic” del terme. En canvi, quan ens obrim al significat, a la història i a la dinàmica que s'enclou en cada fet, aleshores estem contemplant: ens obrim a la sorpresa i ens sentim interpel·lats. La contemplació suposa receptivitat i dona accés a la realitat, sorprèn i ens pot canviar; la meditació, en canvi, cerca, analitza i a voltes és projectiva.

## 2. 1. 2. Aplicació de sentits

Després de dues repeticions [EE 118-120] Ignasi proposa el novador mètode d'oració de l'*aplicació de sentits* [EE 121-126]. Ja hi vam al·ludir en la *primera manera d'oració*, quan parlà-

vem de la sensibilitat en ordre al seguiment de Jesús.

Hem de començar dient que, en realitat, no sabem com s'ha de fer. Sí sabem que ens falta molt per a que la nostra sensibilitat s'assembli a la de Jesús. Possiblement la contemplació de la vida de Jesús ens hagi entusiasmat, però el que hom vol és que s'incorpori a la nostra sensibilitat.

L'únic que Sant Ignasi ens indica és que hem de *portar els cinc sentits* i que *aprofita de passar els cinc sentits de la imaginació*. ¿Quin abast tenen les paraules “portar” i “passar”? Per començar, ¿és que no hi eren ja? En efecte “vèiem” les persones, les “sentíem” i les “miràvem”. Tot i això, constatem que la nostra sensibilitat no s'ha incorporat al coneixement de Jesús. Per tant, hom ha de “portar” i “passar” cada sentit, sense quedar-nos en la mera emoció; si no és així, la nostra praxi seguirà sense resoldre. La finalitat de l’“aplicació de sentits” és que la nostra sensibilitat es vagi assemblant a la de Jesús. El nostre coneixement de Jesús serà “intern” quan s'hi hagi incorporat la nostra sensibilitat. Vegem, doncs, si en els *quatre punts* que Ignasi proposa hi trobem dades que ens ajudin a entendre aquest exercici.

Segons el primer punt [EE 122], allò de *passar cada punt de la imaginació* consistiria en *meditar i contemplar en particular les circumstàncies*. En efecte, la sensibilitat no és afectada per les idees, sinó per la realitat; i aquesta es concreta en les *circumstàncies*. L'aplicació de sentits no es pot moure entre idealitzacions. Sant Ignasi ho tenia tan clar que al jesuïta que ha fet els Exercicis amb els *sentits de la imaginació* li sotmetrà rea-

litats en les que els *sentits corporals* es puguin sensibilitzar amb *circumstàncies* de pobresa, dolor i inseguretat: les experiències dels *hospitals, la peregrinació i els oficis baixos i humils*.

El tercer punt uneix dos sentits: *olorar i gustar amb l'olfacte i amb el gust la infinita suavitat i dolçor de la divinitat, de l'ànima i de les seves virtuts*, i de tot, segons sigui la persona que es contempla, reflectint en si mateix i traient-ne profit [EE 124].

Així com Ignasi remetia la vista a les circumstàncies reals, l'olfacte i el gust els remet a la *persona que contempla*. En efecte, la realitat personal desperta sensibilitats difícils de descriure, però més penetrants que les reals. Si no sabem com es fa, ni som capaços de fer-ho (ho hem de demanar), només ens queda la *repetició* i la *petició*. Si en la contemplació predominava la passivitat, aquí aquesta es fa extrema: no sabem ni com es fa.

És a dir, tot i no sabent com es fa, sí que hem de saber allò que St. Ignasi pretén: que la sensibilitat de l'exercitant es vagi assemblant a la de Jesús. No es conforma amb que els seus ideals i valors coincideixin amb els de Jesús; ni tampoc amb que visqui moments de fervor o entusiasme. Sap què allò que possibilitarà que el seu accés a la realitat s'assembli al de Jesús (*seguiment*) serà que la seva manera de veure les coses, els seus gustos, les seves repugnàncies... siguin semblants als de Jesús. Això no es pot controlar (com el pianista no controlava el seu propi progrés), però sí es constata que allò que abans s'obtenia amb un laboriós esforç (sentint-se “protagonista”), ara es viu com sorpresa,

com do, en *suavitat*. El que així s'aconsegueix i només es constata amb agraïment té una estabilitat que no es troba en cap acte "voluntariós". Més encara, com qualsevol altre mena d'incorporació de la sensibilitat a la nostra praxi (*coneixement intern*), té la sorprenent peculiaritat d'adequar-se als canvis de la realitat. En una paraula, si la nostra sensibilitat va essent la de Jesús, el nostre seguiment de Jesús estarà més garantit.

### 2. 1. 3. "en quina vida o estat es vol servir de nosaltres..."

Tots els exercicis que Sant Ignasi proposa es dirigeixen a *treure'n algun profit*. Segons ell, l'oració ha d'anar sempre emmarcada dins *allò que jo vull i desitjo*. Mai roman en el buit! Si la petició central d'aquesta segona setmana apunta al *coneixement intern de Jesús*, perquè *l'estimi més i el segueixi*, quan contemplo la *vinguda de Crist al temple a l'edat de dotze anys* [EE 272], Sant Ignasi proposa a l'exercitant què voldrà fer amb la seva vida: *començarem, juntament amb la contemplació de la seva vida, a investigar i demanar en quina vida o estat es vol servir de nosaltres sa divina majestat...i com ens hem de disposar per a caminar en perfecció en qualsevol estat o vida que Déu nostre Senyor ens doni per elegir*. [EE 135]. Aquesta recerca anirà acompanyada de la contemplació de la vida de Jesús per tal que es converteixi en *seguiment*, no en una autonomia autosuficient.

Bé, doncs: *per anar introduïnt-nos en això...* proposa dos exercicis que són cabdals: el primer va dirigit a la intel·ligència (*les Dues banderes*), i el segon,

a l'afecte (*els Tres binaris*). Tots dos exercicis acaben amb un *triple col·loqui* [EE 147] que acompanyarà l'exercitant en totes les contemplacions de la *vida pública* del Senyor. Aquest col·loqui serà reforçat encara amb la *nota* dels Tres binaris [EE 157].

Ja vam veure com *la vida del Rei eternal era una crida*; i per tal de *no ser sords* havíem d'*actuar contra la pròpia sensualitat...* fins arribar a la *determinació deliberada* d' "imitar" Jesús *passant tota mena d'injúries...i de pobresa...* El gran impediment per seguir Jesús sempre girarà al voltant del nostre narcisisme i de la nostra cobdícia. Això es el que es recull en el col·loqui. Aquest col·loqui, que s'hauria de fer al final de cada contemplació, ens donarà una visió una mica "esbiaixada" de la vida de Jesús: el seu seguiment no ha de ser precisament emotiu o estètic, sinó desemmascarador d'engany.

En efecte, aquesta és la disjuntiva que ens planteja la petició de les *Dues banderes*: coneixement dels *enganyos del mal cabdill*, així com *de la vida vertadera que mostra Jesús, i gràcia per a imitar-lo* [EE 139]. Estem lliurats a l'engany, i això ens ha d'instalar en la sospita. El triple col·loqui recull aquesta sospita i demana que hom *sigui rebut sota la seva bandera (la vida vertadera)*. Blinda les contemplacions de derivacions enganyoses: el seguiment de Jesús, per tal que sigui veritable, (lliure de sospites) ha de ser des de la pobresa i la humiliació.

Les contemplacions, amb el correctiu del triple col·loqui, apunten a que la meua llibertat vagi encertada. A partir d'aquest moment, hem de començar a pre-



guntar-nos en quina vida o estat es vol servir de nosaltres sa divina majestat, tot observant en quin dels tres temps per fer una sana i bona elecció estem vivint.

A aquestes altures del procés dels Exercicis, la contemplació ens ha anat identificant amb un Jesús que ens crida a treballar amb ell. Però això ens portarà a seguir-lo en la pena.

### 2.3. Afrontar el dolor 'amb Crist dolorós' (3a setmana)

Les contemplacions d'aquesta setmana tindran la mateixa estructura, però es canviarà la petició i s'hi afegiran tres punts més. Si en tota oració Sant Ignasi vol que *en traiem algun profit*, en aquest moment del procés dels Exercicis s'ha de començar demanant dolor, sentiment i confusió, perquè pels meus pecats el Senyor va a la passió [EE193], que és la petició de la primera contemplació sobre l'última cena. El seguiment de Jesús de la segona setmana es descentra dels sentiments de la primera setmana (*vergonya i confusió, intensa dolor i llàgrimes*), que giraven al voltant d'un mateix (*de mi mateix o dels meus pecats*). La fe dóna un contingut personal a uns sentiments que ja tenien sentit per si mateixos. L'oració és, en Sant Ignasi, relació interpersonal.

Vegem ara els tres punts que s'afegeixen per tal d'assolir aquest descentrament que ve motivat pel fet que el Senyor va a la passió.

El 4rt punt diu: *considerar el que Crist nostre Senyor pateix en la humanitat o vol patir, segons el pas que es contempla; i aquí començar amb molta força i esforçar-me a doldre'm, entris-*

*tir-me i plorar, i així treballar pels altres punts que segueixen* [EE 195]. La correcció que el mateix Ignasi fa al text ens autoritza a pensar que la "consideració" no ha de limitar-se a la humanitat històrica de Crist, sinó que s'ha d'obrir al dolor de tota la humanitat. El Déu encarnat ens espera allí on hi ha sofriment.

El 5è punt obre una perspectiva inquietant: *considerar com la divinitat s'amaga, a saber, com podria destruir els seus enemics i no ho fa, i com deixa patir la sacratíssima humanitat tan cruelíssimament*. [EE 196]. És l'escàndol de la Creu, el silenci de Déu. Déu s'amaga en el dolor humà. La perspectiva d'aquest punt la podem denominar com una experiència "atea" de Déu. El Déu que jo voldria que baixés de la creu, no baixa. Però, ¡menys mal! ¿Quina resposta hagués sigut això per als qui no podem baixar de la creu? Déu no és "com Déu mana"! Ens oblidem que el Déu en qui creiem és Amor (1Jn 4, 8): *com podria destruir els seus enemics i no ho fa...* L'escàndol del calvari segueix essent actual. L'Amor es fa dèbil amb els dèbils, i no abandona. És la trobada amb un Déu que no és fruit de les nostres expectatives, sinó que ens descol·loca. El misteri del dolor ens desborda, però en ell s'hi revela un Déu que no abandona ni destrossa, perquè és Amor. És un Déu "inútil".

El sisè punt proposa *considerar com pateix tot això pels meus pecats, etc. I què he de fer i patir per ell* [EE 197]. No és un "per mi" culpabilitzador (per culpa meua) que ens anul·la, sinó una entrega a fons perdut, en gratuïtat.

Però la petició que regirà tota la tercera setmana apareix en la segona con-

templació: *dolor amb Crist dolorós, aclaparament amb Crist aclaparat, llàgrimes, pena interna de tanta pena que Crist passà per mi* [EE 203]. És un dolor “descentrat” (és “el meu dolor”), és dolor “amb Crist” (amb el que pateix). Aquesta setmana, doncs, ens “prepara i disposa” per a viure el dolor des de la compassió, però una compassió activa que porta a lluitar contra el sofriment de l’altre. Si el protagonista en el dolor és l’altre i no jo, mai no ens sentirem ni víctimes ni herois. Aquesta mena d’implicació fa madurar. Aquest és el *profit* que l’oració de la tercera setmana cerca: capacitar-nos per afrontar un dolor que mai no entendrem, Sant Ignasi no ofereix solucions, ni tan sols dona raons, perquè no n’hi ha. Ni les tingué el mateix Jesús. El que sí podem fer és viure el propi dolor *amb* un Jesús trist i abandonat (“*Ja som dos!* deia una malalta en plena crisi).

#### **2.4. Viure un goig descentrat: de tanta glòria i goig de Crist Nostre Senyor (4a setmana)**

Aquesta última setmana planteja l’altre problema capital de l’home: la felicitat. Igual que el problema del dolor, Ignasi l’afronta descentrant-nos. Tampoc en aquesta tasca ens hem de convertir en protagonistes. La petició, que enfoca la finalitat d’aquesta setmana, és paral·lela a la de la tercera setmana (viure el dolor descentrat, “*amb Crist*”): *demanar gràcia per a alegrar-me i gaudir intensament de tanta glòria i goig de Crist nostre Senyor* [EE 21]. L’alegria i el goig que demanem no són propis, sino *de tanta glòria i goig de Crist*. És un

goig descentrat, un goig que arriba a la seva plenitud perquè es transcendeix. És que la meua felicitat, el meu goig no són cosa meua, sinó quelcom que compartim, quelcom interpersonal.

Vegem ara els punts específics d’aquesta setmana: *El quart: considerar com la divinitat, que semblava amagar-se en la passió, surt i es mostra ara tan miraculosament en la santíssima resurrecció, pels vertaders i santíssims efectes d’ella* [EE 223]. És la contraposició al cinquè punt de la 3<sup>a</sup> setmana. Allí, la divinitat (“com Déu mana”) s’amagava; ara, en canvi, la divinitat apareix *pels vertaders i santíssims efectes d’ella*. Però aquests “efectes” no sols no coincideixen amb els nostres (*destruir els enemics*), sinó que ens desborden. La *resurrecció és miraculosa*. No coincideix amb la nostra “lògica”, sinó que la depassa. La resposta de Déu es donar vida allí on no hi ha esperança. El punt cinquè ens recorda quelcom que és clau en l’espiritualitat ignasiana: *mirar l’ofici de consolar que Crist nostre Senyor porta, i comparant com uns amics solen consolar d’altres* [EE 224]. Aquí només podem referir-nos a les *Regles de discerniment*: allò que és propi de Déu es causar *consolació*, mai *desolació*; aquesta va lligada a l’*enemic de la natura humana*.

El “profit” que Sant Ignasi pretén en aquesta setmana és descobrir que la felicitat sorgeix també del propi descentrament, i que només Déu dóna la *verdadera alegria i goig espiritual*. En una societat tan individualista, insolidària i exigent, descobrir que la felicitat és un do i que ens la juguem en el fet de suscitar-la al nostre voltant, això no és pas una minsa troballa.

## 5. TORNAR A LA REALITAT: EN TOT ESTIMAR I SERVIR. CONTEMPLACIÓ PER A ACONSEGUIR AMOR [EE 230-237]

---

El procés dels Exercicis culmina amb la *Contemplació per a aconseguir amor*. És el que ens fa tornar a la realitat per tal de *en tot estimar i servir sa divina majestat*.

L'exercici comença amb dues notes [EE 230-231]: si l'oració és una experiència d'amor i ara tornem a la realitat, és important que se'ns avisi de bell antuvi que *l'amor s'ha de posar més en les obres que en les paraules*. Però s'hi afegeix una segona advertència: que l'amor és reciprocitat. Quan aquesta no es dona, podem considerar-lo fracassat. Bé, doncs, en aquesta reciprocitat allò que es bescanvia seran les realitats que l'exercitant ha viscut com *enganys*: l'honor i la riquesa, Què ha passat?

La realitat segueix essent la mateixa; el que haurà canviat és l'actitud de la persona en front d'aquesta realitat. Si a la meitat del procés se'ns deia que *cada u ha de pensar que tant s'aprofitarà*

*en totes les coses espirituals, quant sortirà del seu propi amor, voluntat i interès* [EE 189], una vegada s'ha acabat el procés, la persona que ja no està centrada en el seu jo (*va honor del món*) ha de percebre la realitat, no com una possible "presa" sobre la qual llençar-se (*cobdícia de riqueses*), sinó com una oportunitat per a donar-se. La realitat, en comptes de veure-la com un risc que s'ha d'evitar, es converteix en l'únic mitjà "no il·lusori" per a obrir-se a Déu i *donar d'allò que té i pot: ciència, honors, riqueses*. Tot allò que el PF plantejava com un repte problemàtic, ara és percebut com una oportunitat. Allò que abans eren *xarxes i cadenes* (riquesa, honor), ara possibilita la *vida vertade-*

ra: donar i comunicar. Si no s'ha assolit aquesta meta, l'oració serà evasió i no portarà a un encontre sorprenent amb Déu, sinó a una projecció il·lusòria.

Com sempre, l'exercici queda emmarcat en una petició: *coneixement intern de tant bé rebut, per tal que jo, enterament reconegut, pugui en tot estimar i servir sa divina majestat* [EE 233]. Demanem percebre la realitat que som i que ens envolta com *un do*. Això ha de portar-nos a un reconeixement total (*enterament*), a la sorpresa que tot ho tenim rebut. Som un pur deute. Això ha de provocar una resposta agraïda: *que pugui en tot estimar i servir sa divina majestat*.

En aquesta vivència que demanem no som protagonistes. No és la iniciativa “generosa” i “heroica” que escauria a una acció en pur voluntarisme, sinó la resposta agraïda i humil. És el goig de retornar allò que se m'havia donat, sense més. La iniciativa no ha estat meva.

Per tal d'obrir-nos a aquesta gràcia, Ignasi proposa quatre punts, que tenen una estructura de petició: posar al davant els *beneficis rebuts* (*coneixement intern de tant bé rebut*). *Reflectir en mi mateix* (*per tal que enterament reconegut*), *considerar...el que jo, de part meva, he d'oferir i donar* (*pugui en tot estimar i servir*).

El primer punt “retreu a la memòria” *els beneficis rebuts*, i hom ha de *ponderar amb molt d'afecte quant ha fet Déu nostre Senyor per mi... i el mateix Senyor desitja donar-se'm...* ¡Sempre l'oració segons Ignasi és viscuda com una relació personal! Això és el que suscita la “ponderació amb molt d'afecte”. La interpretació personal es la que posa

en joc tot la persona com a totalitat en el compromís.

En el cas que ens ocupa, no són els beneficis en si mateixos (que es troben a l'abast de tothom), sinó que es tracta de descobrir que són *dons personals*. Dels beneficis “en si mateixos” en gaudim, n'abusem i fins i tot arribem a exigir-los: els considerem com una “presa” sobre la que ens llancem, fent-nos nosaltres el centre. La sorpresa de percebre que són un do personal de Déu ens converteix en resposta agraïda.

Aquesta experiència possibilita *reflectir sobre un mateix*: deixar que aquesta fe em sorprengui fins i tot plantejant-me no només el que *jo, de part meva, he d'oferir*, sinó també *donar a sa divina majestat totes les meves coses i a mi mateix amb elles, així com qui ofereix amb molt d'afecte: Preneu, Senyor, i rebeu tota la meva llibertat, la meva memòria, el meu enteniment i tota la meva voluntat, tot el que tinc i posseeixo; Vós m'ho donàreu, a Vós, Senyor ho torno; tot es vostre, disposeu-ne segons la vostra entera voluntat; deu-me el vostre amor i gràcia, que aquesta em basta* [EE 234]. Aquesta coneguda pregària expressa el *col·loqui* que ha de culminar cada un dels punts.

En efecte, davant la sorpresa de *tants béns rebuts* brolla aquest “oferiment”, *amb molt d'afecte*. És un oferiment, que no s'imposa (*preneu, Senyor, i rebeu*), total (*tota la meva llibertat... tota la meva voluntat, tot els que tinc i posseeixo*). Però aquesta entrega no es fa des del protagonisme: no en tenim la iniciativa (*Vós m'ho heu donat*); per tant, és lògic (*amb molta raó i justícia*) que “torni” allò que em fou donat gratuïtament: és

un reconeixement: a Vós, Senyor, ho torno, senzillament perquè tot és vostre, per tant, *disposeu-ne segons la vostra entera voluntat (disponibilitat servidora: és Déu el qui ha de servir-se de mi, no jo servir Déu!)*, reconeixent la meua incapacitat radical: *deu-me el vostre amor i gràcia, que aquesta em basta.*

Però aquesta resposta, ja formulada en el primer punt, està cridada a enriquir-se amb els tres que resten. En el segon es subratlla que en tots aquests dons rebuts gratuïtament *hi habita Déu*, hi és present. És el do-regal, el valor del qual radica més en la persona que me'l donà que en la mateixa cosa. El meu *preneu, Senyor; i rebeu* no ha de girar tant en en allò que jo “retorno” quant en la meua presència agraïda. El tercer punt hi afegeix un matis important: resulta que Déu *treballa* en aquests dons que m'innunden. Ja no es tracta del regal valuós que hom ha comprat, sinó que és quelcom que ha elaborat la mateixa persona que fa el regal. La meua donació ha de moure'm de l'única manera vàlida en què ho podem fer: *servint*. Finalment, el quart punt matisa la nostra percepció: la grandesa dels dons que ens envolten podria fer que els visquéssim com “abso-

luts”, cosa que els convertiria en ídols. Tota la grandiositat dels *béns i dons* que ens envolten *davalla de dalt...* La contemplació per aconseguir amor ens ha de portar a en tot *estimar i servir a la seva divina majestat*, no a idolatrar o a prostrar-nos davant d'alguna cosa o persona. Si no ens obrim a l'Absolut, absolutitzarem qualsevol cosa, ja que no podem viure sense déus!

Aquesta nova vivència de la Realitat que som i que ens envolta possibilita, doncs, la manera *contemplativa* d'estar en ella: no només la respectarem sense convertir-la en “presa”, sinó que serà un mitjà no “il·lús” de  *cercar Déu en totes les coses... estimant-lo a Ell en totes les coses, i totes en Ell* [Constitucions 288].

Aquesta última contemplació ens fa retornar a la realitat. El procés dels Exercicis l'hem fet amb els sentits de la imaginació: després l'hauré de viure amb els sentits corporals, amb la meua sensibilitat real, en el dia a dia. Si m'he incorporat en la dinàmica dels Exercicis, actualitzaré les Setmanes en la meua vida real. El procés dels Exercicis està cridat a no quedar-se en la mera experiència, sinó a convertir-se en una tasca sempre pendent.

## 6. L'EXAMEN DE CONSCIÈNCIA, SÍNTESE DELS EXERCICIS

Començàvem aquest treball recordant la sospita de Sant Ignasi sobre les oracions llargues, quan afirmava que *a un home veritablement mortificat li basta un quart d'hora per a unir-se a Déu en oració*. Bé, doncs, aquesta és la durada que ell assigna a *l'examen general de consciència* [EE 43], que és l'únic mitjà que ell deixa en mans del qui ha acabat el procés dels Exercicis. ¿Podem considerar que aquest mitjà és oració? I, si ho és, aquesta breu “*oració*” ¿tindrà el risc de ser il·lusa?

Si aquest és l'únic exercici que Ignasi assigna en endavant a l'exercitant, és que ha de servir per a mantenir el fruit dels Exercicis. Per això ens hauríem de preguntar què és allò que cerca el mètode dels Exercicis, i si l'examen contribueix a mantenir viva aquesta recerca.

Recordem breument la finalitat que Ignasi assigna al mètode, expressada en el primer paràgraf del text: *...qualsevol manera de preparar i disposar l'ànima per a treure de si totes les afeccions des-*

*ordenades i, un cop tretes, buscar i trobar la voluntat divina en la disposició de la seva vida...* [EE 1].

Però la vida no és quelcom puntual, sinó tot el contrari: és història. Dit d'una altra manera, la vida està cridada a convertir-se en *biografia*, i perquè ho sigui necessita un “fil conductor”, que no té per què ser el més correcte (el malvat també té biografia). Intentem per mitjà d'un quadre interrelacionar el repte de la vida amb la finalitat dels *Exercicis* i el mètode de l'*Examen*:

## LA VIDA COM BIOGRAFIA

ACTITUD que responsabilitza	TEMPS		
	Passat	Present	Futur
Preparar i disposar l'ànima	per treure totes les afeccions desordenades	i, un cop tretes,	cercar i trobar la voluntat divina
<p>1 P. Davant Déu: donar gràcies pels beneficis rebuts</p> <p>2 P. Davant de mi mateix: demandar gràcia per conèixer els pecats i fer-los fora</p>	<p>3 P. Demandar comptes a l'ànima: - de pensament - de paraula - d'obra</p>	<p>4 P. Demandar perdó a Déu per les faltes</p>	<p>5 P. Proposar esmena amb la seva gràcia</p>

En aquest quadre, doncs, relacionem el repte de tota vida (fer-ne una *biografia*) amb la finalitat dels *Exercicis* (EE 1) i el mètode de l'*Examen* (EE 43).

Per començar, tota vida requerirà dues coordenades fonamentals: una *actitud* i *temps*. En efecte, ningú no neix programat: cada persona ha de plantejar-se què ha de fer amb la seva vida (és el que anomenem “actitud”). L'ideal, doncs, és que aquesta actitud sigui responsable (conscient i personal). Però la vida és història, i aquesta necessita temps. Vegem com es correspon el mètode dels Exercicis (EE 1) amb la vida:

– *tota manera de preparar i disposar l'ànima*: Aquests dos verbs expressen quan una *actitud* és responsable: quan no només hom està “preparat” (nivell objectiu), sinó també “disposat” (nivell subjectiu). Ara bé, aquesta acti-

tud ha d'incidir en la meua *història* (el meu temps) i s'ha de convertir en tasca.

– *per treure de si totes les afeccions desordenades*: per començar, he de fer meua la meua història (el meu *passat*), sobretot en el que té de negatiu (pecat), i me n'he de responsabilitzar. Això comportarà rompre els “lligams” que aquesta història a anat creant i que condicionen negativament la meua vida (amb ells no sóc lliure).

– *i un cop tretes*: els “lligams” que condicionen la meua llibertat han de ser eliminats, per tal que sigui jo el que pren les decisions; i aquesta ruptura s'ha de donar en un *present* (no pot ser quelcom només enyorat o desitjat).

– *Per tal, de cercar i trobar la voluntat divina en la disposició de la seva vida*: només després de constatar la meua ruptura amb les *afeccions desordenades*

seré lliure per obrir-me al *futur* i “cercar” i “trobar” allò que Déu vol de mi.

Aquest és el repte dels Exercicis: ¿possibilita l'*Examen general* que es mantingui desperta aquesta tasca mai acabada? Podríem dir que l'*Examen de consciència* (EE 43) és la síntesi del mètode dels Exercicis. Vegem els seus cinc punts tal com queden emmarcats en el quadre: els dos primers es dirigeixen a *preparar* i *disposar* la meua actitud envers Déu i envers mi mateix. Només després estaré “preparat i disposat” per accedir a la meua vida.

*El primer punt és donar gràcies a Déu nostre Senyor pels beneficis rebuts:* És el primer que he de plantejar-me perquè la meua actitud sigui vàlida: quina és la meua imatge (experiència) de Déu. Si és una imatge amenaçadora, m'agafarà pànic d'accedir a la meua realitat negativa. Però l'única experiència de Déu que tenim és positiva; ningú no té experiència de condemnaió. Moltes vegades les experiències negatives que no enteníem mentre les vivíem s'han convertit en punts de partida positius en la nostra vida: *Déu ho disposa tot per al bé d'aquells que l'estimen* (Rm 8, 28). Aquesta experiència de *beneficis rebuts* recull tota la dinàmica de la *Contemplació per a aconseguir amor*.

*El 2n., demanar gràcia per a conèixer els meus pecats, i llençar-los.* Si el punt anterior ens “preparava i disposava” de cara a la nostra imatge de Déu, aquest segon punt ho fa en relació a nosaltres mateixos: el nostre narcisisme és el distorsionador més gran de la nostra veritat. Atès que es considera que l'accés als nostres pecats és una gràcia, no és el narcisisme el que decideix, sinó la

veritat per ingrata que sigui. La primera gran gràcia és accedir a la nostra veritat, al nostre pecat. És a dir, aquest examen és l'únic examen inventat per a obtenir un “suspens”. L'home actual és intocable en la seva tossuderia d'accedir a la veritat només des d'allò que és positiu (¿l'autoestima?). Aquest segon punt recull la problemàtica de la *primera manera d'orar* (sospita d'un mateix) i de la *primera setmana*.

*El 3r., demanar comptes a l'ànima...; i primer, del pensament...;* i després de la paraula, i després de l'obra... Un cop estic preparat i disposat per accedir a la pròpia negativitat (puc comptar amb un Déu recuperador i he minat els meus mecanismes de defensa i les meves justificacions), puc *demanar comptes a l'ànima del meu passat*.

*El 4t., demanar perdó a Déu nostre Senyor de les faltes.* Demanem perdó quan no només reconeixem els fets, sinó que els rebutgem i confiem que serem acollits per Déu, sense donar entrada a la culpabilitat. Aquesta ruptura amb el nostre passat negatiu ha de donar-se en un *present*, no és qüestió de bona voluntat o de desigs.

*El cinquè, proposar esmena amb la seva gràcia.* Un cop viscuda aquesta experiència de perdó, podem obrir-nos a la recuperació (*futur*). Però aquesta *esmena* no es planteja com un acte voluntarista, sinó *amb la seva gràcia*.

Tornem a les preguntes que ens fèiem: l'*examen de consciència* ¿el podem considerar com oració? I, si ho és, ¿té el risc de ser oració “il·lusa”?

Per començar, l'examen no és la fredda avaluació del propi comportament: els dos primers punts són els que fan que



aquesta aparent avaluació es converteixi en una autèntica oració amb garanties de no ser il·lusa. En efecte, el fet de començar a *donar gràcies... pels beneficis rebuts*, ens obre a l'experiència d'un Déu "recuperador" que *tot ho ordena per al bé dels qui l'estimen*. Passi el que passi, puc comptar amb Ell.

Però el segon punt garantirà que l'accés a la meua realitat negativa sigui autèntic i no il·lús. I això, no per un acte voluntarista, sinó a través d'una petició; és a dir, confessant que no és cosa que estigui a les meves mans, sinó que m'ha de ser concedida: *consideraré una gràcia conèixer els meus pecats, i llen-*

*çar-los*. La tragèdia és no accedir a la pròpia veritat, per negativa que sigui. El narcisisme, que és el gran deformador en tot procés humà, no es cap referent: només ho és la veritat.

L'examen, doncs, es converteix en una oració que mai no serà il·lusa: tractem amb realitats (*beneficis i pecats*). Però el que és més important, recull les dinàmiques cabdals que el mètode dels Exercicis ens ha proporcionat a fi de "preparar-nos i disposar-nos" perquè puguem accedir a la nostra vida sense enganys (ni idealitzacions, ni culpabilitats).

## CONCLUSIÓ

---

Ara podem comprovar fins a quin punt el mètode dels Exercicis és una gran pedagogia per a una oració que no ens porti a evadir-nos de la realitat. Si Sant Ignasi definia la devoció com *facilitat per a trobar Déu*, el procés dels Exercicis ha anat preparant i disposant l'exercitant perquè pugui assolir aquesta meta: això és exactament la *Contemplació per a aconseguir amor*, que és la culminació del procés. Ara bé, per arribar a aquest punt, Ignasi ha enfrontat l'exercitant amb els grans problemes que afecten l'home al llarg de les quatre setmanes: el mal-pecat, la llibertat, el dolor i el goig. Però aquesta confrontació hom no l'ha fet en solitari, sinó *davant de Crist nostre Senyor* i escoltant *la seva crida* a seguir-lo en llibertat: *per tal que seguint-me en la pena, em segueixi també en la glòria*.

Els Exercicis estan cridats a ser més *tasca* que *experiència*: una tasca que sempre romandrà pendent. L'*examen general* és el gran mitjà que Ignasi ens deixà per fer possible aquesta tasca, sabent que el repte és aconseguir la *devoció*, en el sentit de facilitat per a trobar Déu, perquè puc percebre la realitat com una oportunitat per *en tot estimar i servir sa divina majestat*.