

**EXERCICIS ESPIRITUALS DE
SANT IGNASI DE LOIOLA**

UNA RELECTURA DEL TEXT (I)

Josep Rambla, sj.(edit.)

Edita CRISTIANISME I JUSTÍCIA • R. de Llúria, 13 - 08010 Barcelona • tel: 93 317 23 38 • fax: 93 317 10 94 • info@fespinal.com • Imprimeix: Edicions Rondas, S.L. • ISBN: 84-9730-204-4 • Dipòsit Legal: B-40.099-2008 • ISSN: en tràmit • Dipòsit Legal: B-7493-07 • Novembre 2008

La Fundació Lluís Espinal li comunica que les seves dades procedeixen del nostre arxiu històric pertanyent al nostre fitxer de nom BDGACIJ inscrit amb el codi 2061280639. Per exercitar els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició poden dirigir-se al carrer Roger de Llúria, 13 de Barcelona

PRIMERA APROXIMACIÓ GENERAL ALS EXERCICIS ESPIRITUALS:	
“ANOTACIONS” (EX 1-20), TÍTOL (EX 21) I “PRESSUPÒSIT” (EX 22)	7
1. NOVA ET VETERA: ELS EXERCICIS I LA SEVA TRADICIÓ SUBJACENT	7
2. QUINS EXERCICIS SÓN ELS EXERCICIS (EX 1, 21)	8
3. LA SUBSTÀNCIA DELS EXERCICIS (EX 15, 4): EXPERIÈNCIA IMMEDIATA DE DÉU, EN JESUCRIST	10
4. ALLÒ CARACTERÍSTIC DELS EXERCICIS ESPIRITUALS: EL MÈTODE I LA MANERA DE PROCEDIR (EX 2, 3, 20)	10
5. IMPORTÀNCIA DE LA SOLITUD I L’AÏLLAMENT MATERIAL	13
6. RELACIÓ DE DO I RECEPTIVAT (EX 22, 2, 15, 7, 14, 6, 12)	14
7. DEIXAR-SE FER: LA DISPOSICIÓ FONAMENTAL DE L’EXERCITANT (EX 5)	15
8. EMPRENDRE UN CAMÍ: EL PROCÉS DELS EXERCICIS (EX 6, 7, 17, 8-10, 13-14)	16
9. LA SITUACIÓ DE L’EXERCITANT ÉS LA QUE COMPTA: L’APLICACIÓ DELS EXERCICIS (EX 18-20)	18
CONCLUSIÓ	20
APÈNDIX	23
NOTES	29

El comentari que ara iniciem i que seguirà en propers quaderns no és un comentari científic, que inclogui una anàlisi detallada del text ignasià amb referències a estudis sobre diferents temes. El coneixement del text, la seva història i els estudis més importants es donen per descomptats. Tampoc no es tracta d'una exposició per a la pràctica dels Exercicis, a l'estil de les explicacions que ja existeixen sobre els Exercicis sencers (els d'un mes) o sobre Exercicis abreujats, ordinàriament de vuit dies, o sobre Exercicis basats en comentaris d'algun text bíblic (Èxode, evangelis, etc.).

Aquestes pàgines i les que s'aniran publicant successivament, pretenen ser una lectura del text ignasià, amb una orientació pràctica per a l'estudi o la preparació d'aquells que han d'acompanyar Exercicis. Naturalment, se suposa un coneixement del text i també de la seva pràctica, tant de fer-los com d'acompanyar-los. En la lectura s'intenta:

1. Situar bé les diferents parts dels Exercicis en la seva significació i en la funció que tenen dins el procés de tota l'experiència.
2. Exposar el contingut de les parts, amb el suport dels millors comentaris, però des de la perspectiva de la teologia i la pràctica actuals.
3. Proposar algunes perspectives i recursos útils per a la pràctica de l'acompanyament, amb alguna orientació bibliogràfica molt breu.

Per tant, el que aquí s'ofereix és una aproximació al text *literal*, segons la terminologia que Roland Barthes va aplicar als Exercicis de sant Ignasi. És a partir d'aquest text que l'acompanyant ha de realitzar el text *semàntic*, és a dir, ha d'aplicar a l'exercitant el que proposa el text que ens va deixar Ignasi perquè amb l'activitat de l'exercitant es vagin realitzant allò al·legòric i allò anagògic.

Tanmateix, oferir una exposició del text literal no implica fer una interpretació literalista del llibre, sinó una exposició del text a partir de la teologia i l'experiència actuals dels Exercicis Espirituals¹. Ja que «el text dels Exercicis té necessitat de ser “explicitat” i complementat en una recerca de major fidelitat al Nou Testament i per la preocupació de respondre a les necessitats del món modern» (Albert Vanhoye)². D'aquí que en conjunt la lectura del text ignasià que aquí es fa respon d'alguna manera a aquella «permissió» de la qual parla Michel de Certeau,

en referir-se a aquells continguts que sense ser inclosos ni explícitament ni implícitament, en són prolongacions coherents i legítimes.

La consistència de tot el que s'exposarà es troba en la reflexió compartida per part d'un grup de companys jesuïtes dedicats durant més de vint anys a donar exercicis i a estudiar-los. El treball pastoral seriós, l'estudi i la reflexió, el debat cordial és en la base d'unes pàgines que no pretenen enlluernar amb un aparell científic que es troba només entre línies, sinó aixecar acta de quelcom que ha resultat molt fecund en la llarga pràctica i que s'espera que pugui aportar també alguna ajuda a aquells que es troben embarcats en la mateixa tasca modesta, però summament important, d'ajudar els altres.

Atès el caràcter d'aquesta relectura dels EE, ens limitem aquí a consignar solament tres obres actuals que, a parer nostre, tenen una qualitat notable:

S. ARZUBIALDE, *Ejercicios Espirituales de S. Ignacio. Historia y Análisis*, Bilbao-Santander, Mensajero-Sal Terrae, 1991, Colección Manresa; [*Un dipòsit riquíssim de documentació i d'anàlisi dels EE. Obra de consulta imprescindible*].

A. DEMOUSTIER, *Les Exercices Spirituels de S. Ignace de Loyola. Lecture et pratique d'un texte*, París, Editions facultés jésuites de Paris, 2006; [*Comentari profund i molt ampli. Un dels millors estudis recents*].

J. MELLONI, *La Mistagogía de los Ejercicios*, Bilbao-Santander, Mensajero-Sal Terrae, 2001, Colección Manresa; [*Obra molt rica per a conèixer el fonament tradicional dels Exercicis i penetrar en allò que és essencial*].

El present comentari ha estat elaborat al llarg dels més de vint anys en què s'han celebrat les sessions del Seminari d'Exercicis dels jesuïtes de Catalunya. Consignar tots els noms dels participants no solament seria llarg, sinó que ens exposaria a cometre algun oblit. No obstant això, és inexcusable agrair a Javier Melloni i a Francesc Riera la seva amistosa revisió del text.

PRIMERA APROXIMACIÓ GENERAL ALS EXERCICIS ESPIRITUALS:

“ANOTACIONS” (EX 1-20), TÍTOL (EX 21) I “PRESSUPÒSIT” (EX 22)

S’ha dit que els EE de sant Ignasi de Loiola són un «compendi de totes les coses substancials que en l’antic monacat el pare espiritual comunicava als seus deixebles al llarg d’anys d’instrucció activa»³. I el mateix autor afegeix que l’oblit d’aquestes arrels monàstiques és causa en bona mesura d’una menor eficàcia pràctica dels EE.

1. Nova et Vetera: Els Exercicis i la seva tradició subjacent

Gran part de la saviesa pràctica que contenen es troba en les «anotacions» (Ex 1-20), que constitueixen un directori inicial per a presentar els EE i oferir unes ajudes pràctiques. El títol que segueix (Ex 21) expressa d’una manera més detallada que el que figura al començament del llibre, què són i què pretenen els EE, i és un complement de l’anotació primera (Ex 1). El «pressupòsit» (Ex 22) és una orientació sobre la manera com ha d’establir-se el diàleg

entre la persona que els dóna i la que els rep. També completa les indicacions que es donen en les anotacions precedents. Tot aquest conjunt és, doncs, una sòbria i rica introducció a la pedagogia pròpia dels EE.

Ja des del començament mateix del llibre hi figura que la tasca de la persona que *fa* els EE és guiada per una altra persona, la que els *dóna*, i que actua simplement com a facilitadora o mitjancera del mètode i la pedagogia espiritual exposada en el llibre. És per això que diem que es tracta d’una experièn-

cia personal, però no realitzada “en solitari”. De fet, totes les orientacions dels EE van dirigides a la persona que els dona, la qual haurà de comunicar a l'exercitant allò que necessiti en el moment oportú. Sobre el fet de comunicar el mateix text ignasià a l'exercitant, hi ha diversitat d'experiències i de parers. És conegut el pensament d'Ignasi: «El que doni els exercicis no n'ha de portar el llibre per llegir-lo a l'exercitant, sinó que tingui ben estudiat allò que ha de tractar»⁴. Això no obstant, és pràctica molt corrent que el mateix exercitant se serveixi del llibre o almenys d'alguns fragments. Alguns hi manifesten certes reserves, almenys en casos previsibles en què l'ús del text obligui a fer massa circumloquis explicatius a l'exercitant o en altres casos en què l'estil mateix pugui provocar prevenció o rebuig. Tot i així, es constata que, en sensibilitats d'un passat recent, el text ignasià no resulta ja tan xocant.

En qualsevol cas, les orientacions només són una ajuda, perquè els EE constitueixen una triple trobada: acompanyant-exercitant-Déu. I Déu és l'actor principal. Atesa la gran importància d'aquesta part dels EE i el seu caràcter sintètic i dens, és fonamental tornar una i altra vegada a aquestes línies introductòries.

2. Quins “exercicis” són els Exercicis (Ex 1, 21)

2.1. “Exercicis”, és a dir, practicar

Els EE són primer de tot “exercicis” o pràctiques, és a dir, tasca personal i exclusiva de l'exercitant. Això els distingeix d'altres tipus d'exercicis en els

quals predomina l'exposició doctrinal o l'orientació de vida per part d'un predicador. Convé tenir present aquesta distinció en les circumstàncies actuals, ja que es donen veritables EE a partir de conferències temàtiques, pràctica certament molt bona i recomanable. I, en canvi, dins el món del EE ignasià s'han ofert sovint exercicis predicats o conferències sobre “matèries” dels EE que no responen al seu caràcter genuí.

Ara bé, qualsevol exercici requereix un mètode i comporta un procés d'assimilació d'aquest mètode. Per a aquesta aplicació la persona que acompanya ha de conjugar dues actituds importants gens fàcils d'unir: per una part, suavitat i delicadesa a l'hora d'acomodar les orientacions a cada exercitant (motivar-lo, donar-li suport, etc.). I, per l'altra, la necessària fermesa per a portar el timó de la pedagogia dels EE, sense cedir fàcilment a reaccions i resistències de l'exercitant.

2.2. “Espirituals”, integrals

Aquesta qualitat d’“espirituals” pot atribuir-se tant a les activitats que es realitzen com a la seva finalitat:

1) Són “espirituals” una gamma immensa d'activitats: «qualsevol forma... qualsevol forma...» (Ex 1). No es dedueixen les activitats espirituals al camp de la interioritat, sinó que «altres operacions espirituals» (Ex 1) inclouen la penitència, l'ordenar-se en el menjar i coses similars. El clàssic comentarista dels EE Luis de la Palma afirma que una activitat exterior també pot ser espiritual quan «neix de la moció de l'Esperit». Tenim, doncs, una definició pneumato-

lògica d'allò "espiritual" que estén el camp semàntic a una variadíssima sèrie d'activitats que es desplegaran durant els EE i que la persona que els dona anirà explicant amb l'ordre convenient, tal com suggereix el mateix text ignasià quan remarca «com es dirà més endavant».

En les "addicions" Ignasi proposarà diferents orientacions sobre la implicació de la dimensió corporal en la pregària i en els exercicis en general. Perquè el cos també prega i tot el que ajuda a la seva participació en l'experiència dels EE és important. Alguns acompanyants, a la meitat del dia i abans del dinar, proposen algunes experiències de tipus corporal: sentir el propi cos, sentir la respiració, estar atents a l'activitat dels diferents sentits, etc. També és útil prestar més atenció d'allò que és usual a la dieta, procurant una alimentació tan natural com es pugui i evitant l'excés de greixos.

Pot dir-se, doncs, que els EE són un mètode per a la trobada amb Déu en tot allò que constitueix la quotidianitat de l'exercitant. I, en aquesta tasca, es busca la unificació del corporal i de l'espiritual (en el sentit corrent de la paraula), requisit avui fonamental per a superar la dispersió que ens amenaça. D'aquesta manera, els EE ajuden a crear hàbits veritablement humans, necessaris per a la vida de cada dia.

Segons aquesta interpretació, ens hem de preguntar sobre la importància que donem a les «altres operacions espirituals» diferents dels exercicis oracionals (certament essencials) i quin ús en fem. A part d'allò que es proposa al llarg dels mateixos EE (lectura, peni-

tència, oració vocal, vespres, combat per a ordenar els afectes, discerniment de mocions, atenció al menjar, dormir i a tot allò que és corporal, etc.), el mateix Ignasi aconsellava algunes activitats materials com tenir cura de l'habitació i fer allò que corresponia als criats, en aquell llunyà segle XVI². No s'ha de caure en cap mena de fonamentalisme ignasià, però la praxi del sant hauria d'inspirar pràctiques que ajudessin a superar un cert platonisme que sempre amenaça les experiències de recés.

2) Aquests Exercicis són també "espirituals" per la seva finalitat, que s'expressa en un doble objectiu: per un costat, «treure de si totes les afeccions desordenades...», és a dir, realitzar una transformació afectiva en el sentit de superar el desordre dels afectes no centrats en l'evangeli i ordenar-la d'acord amb una jerarquia evangèlica; per l'altre, "buscar i trobar la voluntat divina...", és a dir, reconèixer la voluntat de Déu sobre la pròpia vida i assumir-la efectivament. El discerniment espiritual, que és l'element indispensable per a l'elecció, portarà a descobrir i a assumir el lloc propi de l'exercitant en el món, «la disposició de la seva vida per a la salut de l'ànima».

És bo que la persona que acompanya l'exercitant conegui què busca aquest en els EE i, tanmateix, convé que l'exercitant s'abandoni al lent procés sense deixar-se portar per la pressa o l'ansietat d'afrontar ràpidament l'objecte d'elecció. L'elecció, de fet, es realitzarà amb el suport imprescindible de qui dona els EE, en el "temps" que revelarà el mateix procés de l'experiència, durant la qual haurà de prendre nota d'aquelles

vivències més intenses que vagin sorgint (desigs, impulsos, crides, llums, etc.). Segons aquesta interpretació del que és “espiritual”, cal dir que no qual-sevol activitat és pròpiament espiritual, sinó aquella que respon al doble aspecte exposat.

2.3. *El títol dels Exercicis (Ex 21): decidir amb llibertat*

El títol que figura després de les vint anotacions expressa sintèticament tota la tasca i finalitat dels EE: «Exercicis Espirituals per a vèncer-se a si mateix i ordenar la pròpia vida, sense determinar-se per cap afecció que sigui desordenada». Cal fer notar, això no obstant, la correcció que Ignasi va afegir al text manuscrit que ell utilitzava: «sense determinar-se per» per a substituir el «sense cap afecció». En efecte, la saviesa humana i espiritual d'Ignasi el fa ser conscient del fet que no tots els exercitants aconseguiran una plena transformació dels seus afectes en la línia de l'ordre evangèlic que es proposa en els EE i, en aquest cas, podrà prendre una decisió cristiana sempre que els afectes no ordenats completament siguin degudament conduïts i no influeixin en la decisió que es vulgui prendre.

3. La substància dels Exercicis (Ex 15, 4): experiència immediata de Déu, en Jesucrist

El nucli íntim dels EE, allò que l'exercitant ha d'experimentar o viure, és «que el mateix Creador i Senyor es comuniqui a la seva ànima fidel» i «deixi obrar immediatament el Creador amb la creatura» (Ex 15). És a dir, l'experièn-

cia immediata de Déu, que sempre té la iniciativa.

Això demana dues precisions importants. En primer lloc, el que s'afirma en aquesta anotació 15 no significa, òbviament, que la persona humana pugui dominar Déu. Els EE només ofereixen una ajuda per a «preparar i disposar l'ànima» (Ex 1). Amb tot, suposada la iniciativa amorosa de Déu, pot esperar-se que, si s'eliminen els impediments personals amb l'ajuda de la gràcia, el Senyor es comunicarà. En segon lloc, l'experiència immediata de Déu no suprimeix la necessària mediació de Crist. Per això, durant els EE, la contemplació de Crist serà la tasca central (cf. Ex. 4).

A més, sembla imprescindible, tant per part de la persona que els *dóna* com per part de qui els *fa*, una actitud de profunda humilitat i reconeixement, tant per a evitar actituds prometeiques d'orgull encobert o autosatisfacció com per a no deixar-se portar per una pusil·lànim actitud que porti a desconfiar del desig de Déu de comunicar-se a la persona humana. Aquí és molt pertinent la cèlebre sentència de la tradició ignasiana que «el que és propi de Déu és que no hi ha res que l'abasti del tot per elevat i sublim que sigui, però que es comunica a través d'allò més ínfim»⁶.

4. Allò característic dels Exercicis Espirituals: el mètode i la manera de procedir (Ex 2, 3, 20)

Com que els EE són una activitat plenament personal i pretenen una transformació dels afectes desordenats, és fonamental una activitat d'aquestes característiques:

4.1. *Activitat personal afectiva*

En els EE ha de donar-se una implicació total de la persona que s'exercita. Després de molt temps de proposar-los amb un caràcter en excés intel·lectualista, s'ha insistit més recentment i amb raó, en la dimensió afectiva dels Exercicis. Tot i això, potser avui convé també estar atents a no menysprear o suprimir l'activitat intel·lectual, per fidelitat a allò que diu Ignasi: «meditant i raonant per si mateix» (Ex 2). Ja que, a vegades, a causa de la poca formació teològica o catequètica d'algunes persones i també d'una certa accentuació de la importància de la sensibilitat i emotivitat, la pràctica dels exercicis podria patir d'excés de subjectivisme o de sentimentalisme. Per això aquest meditar i raonar "per si mateix" és sempre una activitat que es realitza en la fe i amb l'ajuda de la gràcia, tot i que no tingui l'elevació d'un acte de l'enteniment «il·luminat per la virtut divina»⁷.

Amb tot, evidentment, la punta de llança de l'activitat de l'exercitant ha de ser «sentir i assaborir les coses internament» (Ex 2), és a dir, arribar al cor, aquella part central de la persona on s'articulen i condensen pensament i sensibilitat, imaginació i memòria, cos i ànima⁸. La importància primordial del cor es confirma a Ex 3: per a parlar amb Déu, «en els actes de la voluntat, ens cal més reverència» que «quan ens servim de l'enteniment per a entendre». Quan pensem en Déu o sobre Déu, la relació és més aviat indirecta, mentre que quan li expressem la nostra vida i els nostres sentiments més profunds és a ell mateix a qui ens dirigim. Se suposa, doncs, que per part nostra, és el cor l'espai diví per

excel·lència. «Només l'amor pot endinsar-se en el Déu que és amor»⁹.

4.2. *El plaer*

En aquesta vivència afectiva l'exercitant troba "l'assaborir", que pot significar "apreciar", "tastar", "experimentar", "sentir plaer"... Aquesta evidència del plaer és un component important de l'experiència cristiana i, per tant, també dels EE, i marca els moments més transcendents dels exercicis veritablement *espirituals*. Per exemple, deixant de banda l'experiència del plaer en el Principi i Fonament, de la qual parlarem més endavant en un altre quadern, es pot notar el següent: en el cinquè exercici («portar els cinc sentits») amb el qual acabem la jornada els dies d'EE, a partir de la segona setmana es proposa «olorar i gustar amb l'olfacte i amb el gust la infinita suavitat» (Ex 124); en la quarta setmana, es fa molta atenció al gust i al plaer espiritual «aturant-nos en les parts més principals i allà on s'hagin sentit més mocions i gustos espirituals» (Ex 227); «retreure a la memòria i pensar coses que procurin plaer, alegria i goig espiritual» (Ex 229, 6a addició); «servir-se de claror i de bona temperatura, com, per exemple, a l'estiu de fresca, i a l'hivern de sol o claror, en tot el que l'ànima pensa o preveu que la pot ajudar per complaure's en el seu Creador i Redemptor» (Ex 229, 7a addició).

Com es pot veure, es tracta d'un plaer espiritual, però, com ja hem indicat en parlar del caràcter espiritual dels Exercicis, és un plaer profundament humà i integral. Aquest plaer, d'altra banda, pot viure's en situacions de sofrir-

ment, com mostra el fet que la consolació es dona en les llàgrimes de contemplació de la passió o en altres experiències de fe que puguin ser doloroses¹⁰. C. S. Lewis expressa d'una manera brillant com el mateix dolor del desig pot ser una forma d'alegria: «Tot i que aquest desig és penetrant i fins i tot dolorós, s'experimenta com un plaer. És una fam millor que qualsevol sacietat, i una pobresa millor que qualsevol riquesa»¹¹.

En qualsevol cas, com deia sant Agustí, si els humans ens movem pel gust i sabem atreure per mitjà del gust, Déu també disposa de gustos i sabors per a atreure'ns a ell¹². Per a l'acompanyament de l'experiència espiritual del plaer són molt il·luminadores aquestes paraules de sant Gregori: «Hi ha aquesta diferència entre els plaers espirituals i els corporals: els corporals provoquen el desig abans de posseir-los i el disgust un cop es posseeixen; mentre que els espirituals, al contrari, provoquen disgust abans de tenir-los i plaer un cop es tenen»¹³.

4.3. *Activitat creativa*

Ja en l'anotació primera, Ignasi parla de «buscar i trobar» i, per això, tots els EE són una activitat hermenèutica. D'aquí que els mateixos exercicis de meditació i contemplació tinguin aquest mateix objectiu de cerca. Són una espècie d'experiència exploratòria. L'exercitant haurà de posar en joc la seva intel·ligència i també deixar-se il·luminar pel Senyor amb la finalitat de trobar «alguna consideració que li faci entendre o sentir una mica més la història» (Ex 2). Aquesta recerca motivarà durant tota l'experiència espiritual l'activitat prò-

pia de l'exercitant, una activitat per a la qual li seran suggerides algunes ajudes «per a trobar millor el que es desitja» (Ex 2), i, per tant, la persona que dona els exercicis, en les seves entrevistes, també ha de proporcionar-li el seu suport en aquesta exploració espiritual.

4.4. *Veritat i objectivitat*

Tot i que els Exercicis són una experiència molt personal i creativa, no són una realitat merament subjectiva i, menys encara, arbitrària perquè es basen sempre en el «fonament vertader de la història» (Ex 2). Per a Ignasi (s. XVI) la “història” és el sentit literal de l'Esclat, en el fons ve a remarcar que la pregària ha d'assentar-se contínuament en la veritat de la revelació i en l'objectivitat dels fets de la vida de l'exercitant i ha d'evitar tota evasió de la realitat.

La paraula “fonament” té una especial importància per a la persona que dona els EE en la forma de proposar-los. “Fonament” indica quelcom important, però incipient, imprescindible perquè l'edifici s'aguanti, però que no és encara l'edifici mateix. D'ací la importància de «narrar fidelment la història d'aquella contemplació o meditació, passant només pels punts amb una explicació breu o sumària» (Ex 2). I, per tant, no respon a la indicació ignasiana una proposició de contemplacions o meditacions que presentin ja un edifici complet o que sigui una declaració no “sumària”, sinó molt desenvolupada de la matèria, de manera que ofegui o substitueixi la tasca hermenèutica de l'exercitant. I, per altra banda, el fonament ha de ser apte per a la construcció que s'ha d'ai-

xecar, és a dir, ha d'oferir matèria suficient i inspiradora perquè mobilitzi l'activitat espiritual de la persona que faci els exercicis.

Aquesta inspiradora sobrietat, punt mitjà entre una explanació excessiva i una altra de massa seca correspon a l'art propi d'una bona tasca de qui acompanya els exercicis.

Fa ja molts anys, Maurice Giuliani afirmava que el carisma propi de qui dóna els EE no és l'oratória, sinó la conversa.

4.5. El present com a temps de gràcia

En les anotacions onzena i dotzena es convida l'exercitant a la submissió al present com a temps de gràcia (Ex 11-12): ha de viure cada moment i cada etapa dels EE com si en la següent «no esperés de trobar-hi cap cosa bona» (Ex 11). No anticipar-se als ritmes de Déu i, en canvi, aprofitar totes les possibilitats que el Senyor ofereix a cada moment. Per la mateixa raó, la fidelitat al temps suggerit de pregària, «durant una hora» (Ex 12), és una expressió de l'actitud orant, que tot ho espera de la iniciativa del Senyor i no dels sentiments i gustos personals.

Jeroni Nadal recordava com Ignasi no s'anticipava mai a l'Esperit, sinó que el seguia. Sant Pau, en consonància amb l'ensenyament de tota la tradició bíblica, recorda que «ara és l'hora favorable, ara és el dia de salvació» (2Co 6,2). L'exercitant ha de disposar-se per a la trobada amb Déu en el seu "ara", en la seva vida present, una vida que no es pot manipular i que no permet evasions cap a somnis pseudoespirituals.

5. Importància de la solitud i l'aïllament material (Ex 20)

Per al treball tan personal dels EE cal evitar tota interferència que dificulti la pràctica d'una pedagogia que està molt articulada amb vista a una finalitat concreta. D'aquí que l'exercitant «molt més aprofitarà com més s'apartarà de tots els amics i coneguts i de tota sol·licitud terrenal». Aquesta afirmació es recolza en una triple motivació:

1) Teològica. «Mereix no poc davant sa divina majestat», expressa no una exigència, sinó una obertura existencial, gairebé sacramental, de l'absoluta primacia de Déu en la vida de la persona que fa EE. L'exercitant, amb la seva disposició d'allunyament material, diu que: «sólo Dios basta». Aquest caràcter quasisacramental, ja que el símbol real expressa i causa o vigoritza allò que expressa, explica d'alguna manera l'eficàcia del retirar-se en si mateix. Ara bé, el «Déu veritable» és un Déu que submergeix a fons l'exercitant en el món «que tant estima», sense que hagi d'oblidar mai que «si t'atrau el desert, Déu s'estima més les persones» (Madeleine Delbrêl).

2) Psicològica. «No tenint l'enteniement dividit en moltes coses», expressa la força que té la unitat i integració personal viscuda en els Exercicis i que és possibilitada pel recés. Com s'ha dit abans, la tasca espiritual d'unificació és fonamental per a viure una vida autènticament humana, i el recés ajuda a aquesta tasca dels EE d'unificar la vida, integrant totes les dimensions de la persona en Déu.

3) Història de salvació. «Més es disposa per a rebre gràcies i dons», és una afirmació que constata un fet avalat per una infinitat de testimonis de la història de salvació. Efectivament, totes les persones que s'han distingit d'una manera o altra en la seva vida de fe o en el seguiment de Crist han viscut alguna experiència profunda de "desert": Abraham, Moisès, els profetes, Pau, Benet i Francesc, Teresa i Joan de la Creu, Madeleine Delbrêl i l'Abbé Pierre, i com a precursor de la nostra fe, Jesucrist. El recés individual, fins i tot en silenci i solitud, és considerat per alguns com «el test més significatiu de l'èxit cristià» (Marcel Légaut).

El «retirar-se» queda matisat si es té en compte que l'exercitant pot sortir del lloc de recés per a participar en l'eucaristia o en les vespres i que a més a més tindrà relació amb la persona que li dona els exercicis, amb aquella que té cura de les seves necessitats materials (tal com figura en els directors ignasians) i, fins i tot, amb alguna altra persona amb la qual conversar si així ho considera aquell que dona els EE¹⁴. Del que es tracta no és tant de guardar silenci material sinó d'«apartar-se d'amics i coneuts i de tota sol·licitud terrenal» perquè «del qual apartament se'n segueixen tres profits principals, entre molts altres» (Ex 20), tal com s'acaba d'explicar més amunt.

No obstant això, cal deixar clar que els EE, encara que es realitzin en solitud no són en solitari, sinó en el món, és a dir, en comunió amb la realitat que envolta l'exercitant. Dit d'una altra manera, simple però expressiva, el cristià que fa els EE haurà de viure Déu en el món,

però en els exercicis viurà el món en Déu i, per això, els EE seran una experiència d'alliberament personal amb vista a una reincorporació a la vida ordinària amb noves disposicions, més evangèliques. Ja es veu com la persona que acompanya l'experiència d'exercicis ha de ser una persona d'experiència de vida, de vida en el món, altrament corre el risc de deteriorar la seva tasca d'acompanyant, una experiència que ha de culminar en la disposició d'«estimar i servir sa divina majestat» en totes les coses¹⁵.

Si s'uneix el que acabem de dir sobre el retirar-se amb la necessitat de trobar les condicions més apropiades, no hi sobraria repensar quines podrien ser aquestes condicions. ¿No caldria aguditzar la capacitat creativa en aquest punt, si es té en compte com van practicar els EE els primers exercitants, és a dir, Pere Fabro o Francesc Xavier? A més a més, la consciència actual de la importància de l'opció preferencial pels pobres, ¿no podria exigir unes condicions de lloc, d'estil de casa, de règim de vida que afavorissin la sensibilitat espiritual d'aquesta opció?¹⁶.

6. Relació de do i receptivitat (Ex 22, 2, 15, 7, 14, 6, 12)

El caràcter objectiu dels EE exigeix la col·laboració d'una persona que acompanyi espiritualment el qui els fa. Així s'estableix una relació «donar-rebre» que no és simplement un mètode pedagògic humà, sinó una relació de fe, d'oblativitat i de receptivitat. D'aquí que Ignasi suposi que cal aconseguir «que tant el qui dona els EE, com qui els rep,

s'ajudin i s'aprofitin més», és a dir, tots dos realitzen una veritable experiència espiritual. Aquesta relació demana:

1) Per part de qui dóna els EE:

– Presentar només la veritat i no les seves idees personals: «narrar fidelment la història» (Ex 2).

– Oferir ajudes per a la realització de la tasca personal: «manera» o maneres de procedir i «ordre» o el procés a seguir en la pregària i en el conjunt dels EE (Ex 2).

– No suplantar l'activitat personal de l'exercitant: «passant només pels punts amb breu o sumària declaració» (Ex 2); «el qui els dóna no es decanti ni s'inclini a una part ni a l'altra, sinó que estant enmig com l'agulla d'una balança» (Ex 15).

– Donar el suport oportú a l'exercitant: donar alè en els moments de desànim (Ex 7), moderar el fervor descontrolat (Ex 14). També prevenir els errors que pugui originar la «lleugera condició» de l'exercitant (Ex 14) o, evidentment, alguna altra característica de la seva personalitat.

2) Per part de qui els rep:

– Fidelitat a les orientacions rebudes (cf. Ex 6, 12...).

– Però al mateix temps, treball molt personal (Ex 2).

En resum: conjugar la màxima fidelitat al “mètode” amb la personalització i la llibertat interiors.

3) Per part de l'acompanyant i l'exercitant: confiança recíproca, que comporta (Ex 22):

– Intentar interpretar bé el que diu l'altra persona;

– Quan la interpretació correcta no és possible, preguntar.

– Si, després, es veu que la persona està en l'error, ajudar-la perquè en surti¹⁷.

7. Deixar-se fer: la disposició fonamental de l'exercitant (Ex 5)

Sempre, des del temps d'Ignasi, s'ha considerat fonamental començar els EE «amb gran coratge i liberalitat».

– «Gran coratge» en un doble sentit: extensiu, és a dir, eixamplar l'esperit, magnanimitat, implicació de tota la persona, obertura per a compartir la grandesa d'esperit del Fill de Déu. També intensiu, és a dir, amb força, il·lusió i coratge.

– «Liberalitat»: es tracta de l'amor que s'entrega lliurement, és la generositat pròpia de l'amor. La «liberalitat» és més dinàmica i activa que el «coratge», que és una actitud.

La importància d'aquesta anotació cinquena només s'entén plenament en acabar tots els EE, en la *Contemplació per a assolir amor*, i apunta a una sèrie d'aspectes de l'experiència espiritual de gran rellevància. En efecte:

– L'objecte d'aquesta anotació cinquena és situar-se ja des del començament en l'àmbit de la grandesa de Déu, que és l'Amor, en correspondència a ell. D'aquí la insistència en «gran» i «tot», com a correlatius de «Creador i Senyor» i «divina majestat».

– En l'anotació es menciona ja la «llibertat», constitutiu radical de la per-

sona humana, que és element fonamental en el curs dels EE i és el do més preuat que s'ofereix a Déu, el qual n'és de fet el fonament. En acabar els EE ofereix en plena disponibilitat com a correspondència a l'amor de Déu, la pròpia llibertat: «Preneu, Senyor, i rebeu tota la meua llibertat» (Ex 234). Per a ajudar a suscitar aquesta disposició, hi ha acompanyants que conviden l'exercitant ja abans de començar els EE a fer-se aquesta pregunta: què vols fer amb la teua vida? Què voldries haver assolit al final de la teua vida? On t'agradaria haver arribat amb la teua vida?

8. Emprendre un camí: el procés dels Exercicis (Ex 6, 7, 17, 8-10; 13-14)

Una vegada la persona ha iniciat els EE s'endinsa en una història personal de fe que tindrà normalment els seus episodis (llums i ombres, alegries i tristesses). Aquesta història personal és el moll de l'os de l'experiència i de la pedagogia dels EE. Per a viure positivament aquesta història és del tot indispensable la col·laboració de la persona que els dona. Per a aquesta ajuda durant el transcurs dels EE, es proposen unes primeres orientacions.

8.1. Agitació interior i actitud de la persona que acompanya (Ex 6, 7)

L'activitat espiritual normalment és ocasió que Déu es manifesti a través dels diferents sentiments espirituals o pensaments. Si això no s'esdevé, pot ser senyal que l'exercitant no segueix amb fidelitat les orientacions pròpies de la pedagogia dels EE. Aquesta fidelitat és

la modesta, però imprescindible, cooperació humana a l'acció de la gràcia. El Senyor construeix la casa, però l'exercitant ha de posar les bastides. La persona que acompanya ha de fer veure la importància de la fidelitat als diferents exercicis: «si els fa», «si els fa en els temps previstos», «com» (Ex, 6). Atès que durant els EE no hi ha ocasió per a practicar la fidelitat a grans coses, sinó solament a les orientacions diferents dels mateixos EE, la fidelitat a l'horari, per exemple, és un ajut per a sortir d'un mateix i suscitar l'actitud d'expectació, tan pròpia de la persona que estima. Aquesta fidelitat és una mostra de la humilitat de la nostra cooperació a l'obra de Déu i de la grandesa de Déu, que es manifesta en allò més petit. Tanmateix, tampoc no s'ha d'extremar la importància atribuïda a les mocions i agitació dels esperits, ja que es donen en l'experiència espiritual períodes relativament llargs de «temps tranquil» (Ex 177).

«Li ha de preguntar molt sobre els exercicis» és una expressió que posa en relleu el paper actiu de qui dona els EE, però de cap manera pot donar lloc a una actitud fiscalitzadora i, menys encara, impositiva i atemoridora. La indicació de l'anotació setena (Ex 7) sobre la manera de comportar-se amb la persona que està desolada il·lumina l'actitud de fons que ha de tenir la persona que acompanya, una actitud sempre engrescadora i de confiança: «no es comporti amb ell durament ni aspra, sinó més aviat blanament i suau, donant-li coratge i forces per a anar endavant; i descobrint-li les astúcies de l'enemic de la naturalesa humana, i fent que es prepari i disposi per a la consolació venidora»¹⁸.

8.2. La “matèria” del diàleg guia- exercitant (Ex 17)

L'observació anterior ens permet veure com a la base del diàleg entre la persona que s'exercita i la que dóna els exercicis no hi ha la dialèctica bé-mal (és a dir, la moral en el seu sentit més restrictiu), sinó els moviments i pensaments interiors, allò que no està causat per la llibertat de l'exercitant (és a dir, l'espiritual). Si es tracten coses de consciència ha de ser per la seva relació amb la mateixa experiència dels EE o, en tot cas, sabent que això no és el propi dels EE.

Ara bé, això, que és en general vàlid, no evita que s'hagi d'atendre a la complexitat de les fronteres en l'experiència espiritual. És tan clara la distinció entre allò moral i allò espiritual? No ha d'ajudar la persona que dóna els exercicis en cas que l'exercitant mostri algun conflicte de consciència? Ignasi, en un directori afirma: «És preferible que sigui un altre qui el confessi i no pas qui dóna els exercicis»¹⁹. Aquesta opinió d'Ignasi és polivalent i pot significar que cal respectar la distinció de camps entre l'experiència espiritual dels EE i el camp de la consciència de l'exercitant, però també que l'exercitant ha de tenir plena llibertat per a confessar-se amb una altra persona que no sigui la que dóna els EE o també que és millor, però no necessari, confessar-se amb una persona diferent de l'acompanyant.

8.3. L'ajuda en la desolació i en la consolació (Ex 8-10; 13-14)

Com que la consolació i la desolació se-
ran vivències característiques de l'expe-

riència espiritual dels EE, la persona que els dóna haurà d'estar molt al corrent de què són els estats interiors, de les seves característiques, de les diferents fases per les quals s'acostuma a passar. Conseqüentment, projectar llum sobre aquests estats interiors serà la tasca més important de la persona que dóna els EE. De tot això se'n parla en les regles que es proposen al final del llibre dels EE.

Una cosa queda clara, que les regles no s'han de proposar segons un pla teòric, sinó al ritme de les experiències i «segons la necessitat de qui els rep» (Ex 8). Estrictament parlant, Ignasi no aprovaria una exposició completa i articulada de les regles, com una conferència o xerrada prèvia al coneixement de l'estat de l'exercitant i anticipant orientacions que no són encara necessàries perquè «el danyaran» (Ex 9).

Ignasi es refereix explícitament a no anticipar les de la segona setmana, i això fa pensar, i la pràctica ho corrobora, que moltes orientacions de les regles de la primera setmana poden anar exposant-se, fins i tot abans que l'exercitant visqui totes les situacions que hi ha previstes, ja que es tracta d'orientacions més fonamentals i de caràcter més corrent en l'experiència espiritual, mentre que les de la segona setmana toquen matèria «més subtil» (Ex 9).

Per això mateix, potser convindrà prevenir l'exercitant sobre la importància de no deixar-se portar inconsideradament pels moviments que provenen de la desolació i mantenir amb generositat el temps convingut de pregària (Ex 13). Ignasi, en els exercicis senzills que proposava a persones que s'iniciaven en

la pràctica de l'experiència espiritual ja les prevenia sobre l'alternança de mocions que sobrevindrien a l'exercitant. Segons un testimoni: «Íñigo li va dir que la primera vegada havia d'estar molt alegre; i a l'altra setmana estaria molt trist»²⁰. En l'anotació catorzena es diu a l'acompanyant que ha de «prevenir i amonestar» la persona de condició lleugera perquè, en moment de consolació no es precipiti a fer compromisos que després no podrà complir. Més endavant els EE faran esment de la necessitat de revifar la confiança en temps de desolació («aviat serà consolat» Ex 321) o la humilitat en temps de consolació («pensant que poca cosa que és en el temps de la desolació sense aquesta gràcia o consolació» Ex 324).

9. La situació de l'exercitant és la que compta: l'aplicació dels Exercicis (Ex 18-20)

La preocupació per donar exercicis va brollar en Ignasi pel seu interès pastoral d'«ajudar les ànimes». D'aquí que es pensi en diferents formes d'ajuda segons les disposicions tan variades de persones que poden apropar-se per fer els exercicis. En la divuitena, dinovena i vintena anotacions considera tres perspectives diferents per a aplicar els exercicis²¹.

1) Graus d'interès o de voluntat del candidat als EE.

– Es dona el cas de qui «té desig d'ajudar-se per instruir-se i per arribar fins a un cert grau d'acontentar la seva ànima» (Ex 18). Una situació bastant comuna entre cristians que són bones per-

sones, però sense especial exigència evangèlica i amb una pràctica de vida interior gairebé nul·la. Persones que aspiren a un cert manteniment de la vida cristiana. En aquest cas, hi ha moltes aplicacions possibles dels EE, però no s'ha de passar a les eleccions i a tota l'experiència espiritual que impliquen (cf. Ex 18).

– Hi ha qui «desitja aprofitar en tot el possible» (Ex 20). És la persona amb desigs grans i sincers de progressar en la vida cristiana. A aquesta persona, si s'assegura l'adequada preparació i les circumstàncies convenients, se li pot donar el mes d'EE, segons la pedagogia proposada en el llibre sencer.

– En resum, unes persones arriben als EE amb la decisió clara de buscar la voluntat de Déu; altres, amb el propòsit d'una certa reanimació cristiana (és a dir, resar una mica, escoltar alguna xerrada, reconciliar-se amb la seva situació en el món). L'anotació primera (Ex 1) es refereix als primers exercitants, la divuitena (Ex 18), a aquests darrers.

2) Diferent preparació humana.

– Les persones que desitgen fer EE i tenen poca formació («incultes o sense estudis» Ex 18). A aquestes se'ls poden donar els exercicis o les pràctiques que s'esmenten en aquest mateix número 18. Si això es fa d'una manera gradual, la persona pot anar-se preparant per a Exercicis complets segons el mètode ignasià.

– A la persona «dèbil o de poca capacitat natural» (Ex 18) se li poden donar uns EE a l'estil dels que es descriuen en el paràgraf anterior. En qualsevol cas cal tenir en compte que no s'han de do-

nar a l'exercitant «coses que no pugui suportar descansadament» (Ex 18).

– Finalment, la situació ideal és la de persones amb «edat, lletres o enginy» (Ex 18) suficients per a dur a terme tota l'experiència d'EE, sempre suposant «que desitja aprofitar en tot el possible» (Ex 20).

3) *Diverses circumstàncies personals*

– A la persona sense disponibilitat material per a retirar-se durant un mes (Ex 19); suposades les condicions personals requerides, se li poden donar els EE en la vida de cada dia.

– A les persones que poden retirar-se durant un mes, es recomana donar «els EE pel mateix ordre que segueixen» (Ex 20).

Aquestes diferents maneres de fer exercicis, el mateix Ignasi, en les Constitucions de la Companyia de Jesús les resumeix així, a la vegada que ofereix una pauta per a la seva aplicació:

«Els Exercicis Espirituals de manera completa no s'han de donar sinó a uns quants, i de manera que del seu aprofitament se n'espera notable fruit a glòria de Déu. Però els de primera setmana poden estendre's a molts, i alguns exàmens de consciència i maneres d'orar, especialment el primer del qual es parla en els Exercicis encara s'estendran molt més; ja que qualsevol que tingui bona voluntat serà capaç de realitzar-los» (Const. 649).

Tot el que es diu en les anotacions divuitena i dinovena ens mostra la gran flexibilitat en què pot i ha de moure's la persona que dóna exercicis ignasians, suposant que en tingui un bon coneixement.

Vegem amb més detall aquestes orientacions de les Constitucions.

– *EE “lleus”*. Pel que fa als exercicis més senzills («lleus») que figuren en tercer lloc, se n'hauria de fomentar més la creativitat i l'extensió entre la gran quantitat de persones que es mouen dins l'Església i els seus voltants, i que manquen de formació cristiana, i sobretot d'experiència de vida interior. Ignasi preveu que a aquestes persones se'ls ofereixi: instrucció teològica (o catequètica) i moral, iniciació en l'experiència interior i orientacions per a una vida sacramental sòlida. Allò que caracteritzaria la pedagogia espiritual pròpia dels exercicis és alguna experiència de pregària personal i l'acompanyament espiritual (cf. Ex 18).

– *EE de primera setmana*. A persones més preparades doctrinalment i iniciades en la vida de pregària, però que no estan en disposició d'una més gran generositat, se'ls poden proposar EE segons totes les exigències de la mistagògia ignasiana, però sense passar més enllà de la primera setmana. Però és summament important destacar que els EE ignasians es defineixen pel *fruit* que se n'ha de treure i no per la *matèria*. D'aquí, doncs, que es pugui proposar *matèria*, sobretot evangèlica pròpia de les setmanes següents en aquests EE de primera setmana, però amb la consciència que els exercicis no són «totalment» ignasians (cf. Ex 18).

– *EE per etapes*. Per motius diferents, pot ser útil en alguns casos fer els EE dividits per etapes, sempre que no suposi una interrupció del procés de l'experiència. Un cas que es considera

en els directoris, és el de la persona que no està en disposició de seguir l'experiència espiritual a partir d'un determinat punt on ha arribat. Llavors és millor interrompre els EE i reprendre'ls quan es doni la disposició requerida. «Els que en la primera setmana no mostressin molt de fervor i desig de seguir endavant per a decidir-se en l'estat de la seva vida, millor serà deixar de donar els de la segona setmana, almenys per un mes o dos»²². Fa anys, Eusebio Hernández cridava l'atenció sobre la conveniència de dividir els EE en diverses etapes, quan es donen a persones que no tenen la capacitat humana suficient per a fer un mes seguit, però que tenen les disposicions espirituals convenients²³. En les circumstàncies actuals, sobretot de seglars, que difícilment poden retirar-se tot un mes, pot ser una pràctica molt encertada la de donar els EE per etapes. I això seria molt millor que repetir amb molta freqüència uns EE abreujats en una setmana, com s'esdevé sovint.

– *EE en la vida diària*. Aquesta pràctica pot aplicar-se a tot tipus d'exercicis ignasians, des dels més senzills fins als EE de mes, amb les aplicacions diferents que solen fer-se en les pràctiques dels EE en recés. La relativa originalitat que aporten a la pràctica actualment estesa és que no solament s'hi realitza l'experiència pròpia dels exercicis en “retir”, com es consideren en l'anotació dinovena, sinó que la mateixa vida diària és assumida i viscuda com a experiència pròpiament espiritual²⁴. La gran varietat de formes legítimes d'aquests exercicis que es proposen no permet que aquí es faci una exposició ni tan sols

amb una mínima aproximació. Però sembla interessant, almenys destacar els que tot seguit s'exposen.

– *EE en la vida en grup*. Des de fa més de vint-i-cinc anys es realitzen uns EE en la vida en els quals es conjuga l'experiència espiritual de recés en grup amb l'experiència individual i l'acompanyament personal al llarg de l'any. Consisteix, per un costat, en tres caps de setmana de recés en grup distribuïts a través d'un curs que inicien i orienten les diferents etapes dels exercicis; i per un altre, en l'experiència totalment individualitzada durant els períodes que hi ha entre trobades. En aquest temps els exercitants reben materials per a la pregària i per a l'enfocament de l'experiència espiritual, però amb acompanyament individual que ajudi a aplicar les orientacions a la situació de cada persona²⁵.

Conclusió

Creiem que val la pena recordar i recrear tot el que es proposa en les anotacions dels EE, ja que en aquestes anotacions hi ha una gran part de l'originalitat dels exercicis ignasians. Efectivament, els primers comentaristes van destacar que els EE no contenien material original, sinó que la seva originalitat consistia en el mètode i en l'estructura del seu procés. Fins i tot els elements propis de la seva mistagògia es troben dispersos en la gran tradició espiritual cristiana anterior a sant Ignasi i, això, lluny de ser una limitació, és una garantia del valor substancialment cristià dels EE²⁶. Això s'anirà comprovant a mesura que anem rellegant la resta del text ignasià.

Intentant sintetitzar, tot i el risc de caure en la simplificació, les línies fonamentals de la mistagògia dels EE proposada en els fragments que hem vist fins ara, serien les següents:

a) *Activitat personal*. Es tracta de fer els Exercicis Espirituals i de realitzar-los des d'allò més central, des del cor: l'exercitant és "qui fa els exercicis".

b) *Objectivitat i veritat*. No es tracta d'una experiència personal al marge de la realitat de la història i de la veritat de la revelació, sinó que història i revelació en constitueixen el fonament.

c) *Experiència immediata de Déu*. Es parteix d'una possibilitat oferta per

Déu, que es converteix en pretensió dels Exercicis Espirituals: l'experiència immediata de Déu que es comunica gratuïtament d'una manera totalment personal.

d) *Cristocentrisme*. La comunicació immediata de Déu es fa per mediació de Crist i, per tant, els Exercicis Espirituals se centren en la contemplació de Crist.

e) *Receptivitat*. Tot el procés dels Exercicis compta amb un diàleg fraterne de do i receptivitat: "el qui dóna els exercicis" i "el qui els rep". D'aquesta manera, el mètode ajuda l'exercitant a viure la dinàmica d'obertura i acollida de la fe²⁷.

En concloure el comentari d'aquesta part que constitueix la mistagògia inicial de tots els EE, convé subratllar que aquesta saviesa espiritual és el cim d'un llarg pelegrinatge d'Ignasi que s'inicia amb la pròpia experiència personal, s'enriqueix amb anys llargs d'«ajuda a les ànimes», l'apostolat i es completa i culmina mitjançant els estudis teològics. La qualitat d'aquesta mistagògia la va posar en relleu el mateix Ignasi en la tan sovint recordada carta al seu confessor d'Alcalá de Henares, en la qual va fer excepció de la seva proverbial moderació en ponderar el valor de persones o coses. Diu al seu confés Manuel Miona, tot referint-se als EE:

Són el millor que jo puc pensar, sentir i comprendre en aquesta vida per a aprofitar-se'n un mateix i per a poder fer fruit, ajudar i aprofitar a molts d'altres.

Aquestes paraules són la millor recomanació i estímul per a tornar una altra vegada a la font ignasiana, com hem fet en aquestes pàgines que ara tanquem i en les que seran publicades en altres quaderns d'aquesta mateixa col·lecció.

1. ANOTACIONS PER A ADQUIRIR ALGUNA INTEL·LIGÈNCIA EN ELS EXERCICIS ESPIRITUALS QUE SEGUEIXEN, I PER A AJUDAR-SE TANT EL QUI ELS HA DE DONAR COM EL QUI ELS HA DE REBRE

[1] La primera anotació és que amb aquest nom d'exercicis espirituals s'entén qualsevol manera d'examinar la consciència, de meditar, de contemplar, d'orar vocalment i mental, i altres operacions espirituals, segons que es dirà més endavant. Perquè així com passejar, caminar i córrer són exercicis corporals, de la mateixa manera qualsevol forma de preparar i disposar l'ànima per a treure de si totes les afeccions desordenades, i, un cop tretes, buscar i trobar la voluntat divina en la disposició de la seva vida per a la salut de l'ànima, es diuen exercicis espirituals.

[2] La segona és que la persona que dóna a altra manera i ordre per a meditar

o contemplar, ha de narrar fidelment la història d'aquella contemplació o meditació, passant només pels punts amb una explicació breu o sumària; perquè a la persona que contempla li resulta més gustós i de més fruit espiritual prendre el fonament vertader de la història meditant i raonant per si mateixa, i trobar alguna consideració que li faci entendre o sentir una mica més la història, sigui amb el propi raonament, sigui en la mesura que l'enteniment és il·luminat per la virtut divina, que no pas si el qui dóna els exercicis explica i amplia molt el sentit de la història; perquè el que omple i satisfà l'ànima no és el saber molt sinó sentir i assaborir les coses internament.

* IGNASI DE LOIOLA, *Exercicis Espirituals*, (traducció de Ramon M. Torelló i Josep M. Rambla), Barcelona, Proa, 1990, col·lecció Clàssics del Cristianisme, 15, pág. 65-73.

[3] La tercera. Com que en tots els exercicis espirituals següents ens servim dels actes de l'enteniment discordant, i dels de la voluntat per a sentir i moure els afectes, hem d'advertir que, en els actes de la voluntat, ens cal més reverència per part nostra quan parlem vocalment o mentalment amb Déu nostre Senyor, o amb els seus sants, que quan ens servim de l'enteniment per a entendre.

[4] La quarta. Per als exercicis següents es prenen quatre setmanes, perquè corresponen a quatre parts en què es divideixen els exercicis –a saber: la primera és la consideració i contemplació dels pecats; la segona és la vida de Crist nostre Senyor fins al dia de Rams inclusivament; la tercera, la passió de Crist nostre Senyor; la quarta, la resurrecció i ascensió, amb tres maneres d'orar–; però no s'entengui que cada setmana hagi de tenir necessàriament set o vuit dies en si. Perquè com que succeeix que en la primera setmana uns són més lents per a trobar el que busquen, val a dir, contrició, dolor, llàgrimes per llurs pecats, i com que, igualment, uns són més diligents que altres, i més agitats i provats de diversos esperits, caldrà, algunes vegades, escurçar la setmana, i altres vegades allargar-la, i així en totes les altres setmanes següents, usant les coses segons allò que es busca; però s'acabaran, poc més o menys, en trenta dies.

[5] La cinquena. Al qui rep els exercicis molt aprofita entrar-hi amb gran coratge i liberalitat envers el seu Creador i Senyor oferint-li tot el seu voler i llibertat, per tal que sa divina majestat, així de la seva persona com de tot

el que té, se'n serveixi conforme a la seva santíssima voluntat.

[6] La sisena. El qui dóna els exercicis quan sent que al qui s'exercita no li vénen algunes mocions espirituals en la seva ànima, com ara consolacions o desolacions, ni tampoc no és agitat de diversos esperits, li ha de preguntar molt sobre els exercicis, si els fa en els seus temps destinats i com; així també sobre les addicions, si les fa amb diligència, demanant particularment de cada cosa d'aquestes. Es parla de consolació i desolació en [316-324], i d'addicions en [73-90].

[7] La setena. El qui dóna els exercicis, si veu que el qui els rep està desolat i temptat, que no es comporti amb ell durament ni aspra, sinó més aviat blancement i suau, donant-li coratge i forces per a anar endavant; i descobrint-li les astúcies de l'enemic de la naturalesa humana, i fent que es prepari i disposi per a la consolació venidora.

[8] La vuitena. El qui dóna els exercicis, segons la necessitat en el qui els rep respecte de les desolacions i astúcies de l'enemic, com també de les consolacions, podrà proposar-li les regles de la primera i segona setmana, que són per a conèixer diversos esperits [327-327; 328-336].

[9] La novena. Cal advertir que si quan el qui s'exercita va pels exercicis de la primera setmana, i és persona que no hagi estat versada en coses espirituals, o és temptat de manera grollera i oberta, com ara posant-li impediments per a anar endavant en servei de Déu nostre Senyor, com dificultats, vergonya i temor per l'honor del món, etc., el qui dóna els exercicis no li proposi les

regles de diversos esperits de la segona setmana, perquè tant li aprofitaran les de la primera setmana com li danyaran les de la segona per ser matèria més subtil i més alta del que pugui entendre.

[10] La desena. Quan el qui dóna els exercicis veu que el qui els rep és batut i temptat amb aparença de bé, aleshores és el moment de parlar-li sobre les regles de la segona setmana ja esmentada. Perquè normalment l'enemic de la naturalesa humana tempta més amb aparença de bé quan la persona s'exercita en la vida il·luminativa que correspon als exercicis de la segona setmana, i no tant en la vida purgativa que correspon als exercicis de la primera setmana.

[11] L'onzena. Al qui pren els exercicis en la primera setmana aprofita que no sàpiga res del que ha de fer en la segona setmana; sinó que treballi de tal manera en la primera per aconseguir la cosa que busca com si en la segona no esperés trobar-ne cap de bona.

[12] La dotzena. El qui dóna els exercicis ha d'advertir molt el qui els rep que com que en cada un dels exercicis o contemplacions que es faran cada dia hi ha d'estar durant una hora, així procuri sempre quedar del tot satisfet en pensar que ha estat una hora sencera en l'exercici, i més aviat més que no pas menys. Perquè l'enemic sol procurar, i no poc, de fer escurçar l'hora de la tal contemplació, meditació o oració.

[13] La tretzena. Així mateix és d'advertir que, com en el temps de la consolació és fàcil i lleuger estar en la contemplació l'hora sencera, en temps de la desolació és molt difícil complir-la; per tant, la persona que s'exercita per

fer contra la desolació i vèncer les temptacions ha d'estar-hi sempre una mica més de l'hora completa, perquè no solament s'avesi a resistir a l'adversari, sinó més encara a derrocar-lo.

[14] La catorzena. El qui dóna els exercicis, quan veu que el qui els rep va consolat i amb molt de fervor, ha de prevenir que no faci cap promesa ni vot inconsiderat i precipitat; i com més coneixgui que és de temperament lleuger, més l'ha de prevenir i amonestar. Perquè atès que un pot moure un altre, justament, a prendre religió, en la qual se suposa fer vot d'obediència, pobresa i castedat, i donat que la bona obra que es fa amb vot és més meritòria que la que es fa sense, ha de mirar molt la manera de ser i la capacitat de la persona, i quina ajuda o destorb tindrà en el compliment de la cosa que volgués prometre.

[15] La quinzena. El qui dóna els exercicis no ha de moure el qui els rep més a pobresa ni a fer promesa que als seus contraris, ni a un estat o manera de viure més que a un altre. Perquè tot i que fora dels exercicis lícitament i meritòriament puguem moure totes les persones que probablement tinguin condicions a elegir continència, virginitat, religió i qualsevol mena de perfecció evangèlica, emperò tot fent els exercicis espirituals és més convenient i molt millor que, buscant la divina voluntat, el mateix Creador i Senyor es comuniqui a la seva ànima fidel, abraçant-la en el seu amor i lloança, i disposant-la per al camí en què millor podrà servir-lo en endavant. De manera que el qui dóna els exercicis no es decanti ni s'inclini a una part ni a l'altra, sinó que estant enmig, com l'agulla d'una balança, deixi obrar

immediatament el Creador amb la creatura, i la creatura amb el seu Creador i Senyor.

[16] La setzena. Per això, a saber, per tal que el Creador i Senyor obri més certament en la seva creatura, si per ventura la tal ànima està afeccionada i inclinada a una cosa desordenadament, és molt convenient de moure's, posant-hi totes les forces, per tal de venir al punt contrari d'allò en què està mal inclinada; com és ara, si està inclinada a buscar i tenir un ofici o benefici no per l'honor i glòria de Déu nostre Senyor, ni per la salut espiritual de les ànimes, sinó pels seus propis profits i interessos temporals, ha d'inclinar-se al contrari, insistint en oracions i altres exercicis espirituals, i demanant a Déu nostre Senyor el contrari, a saber: que ni vol el tal ofici o benefici ni cap altra cosa, si sa divina majestat, ordenant els seus desigs, no li muda la seva primera afecció; de manera que la causa de desitjar o tenir una cosa o una altra sigui sols servei, honra i glòria de la sa divina majestat.

[17] La dissetena. Molt aprofita que el qui dóna els exercicis, no volent demanar ni saber els pensaments ni pecats del qui els rep, sigui informat de les diverses agitacions i pensaments que els diferents esperits li porten; perquè, segons sigui el major o menor aprofitament, li pot donar alguns exercicis espirituals convenients i conformes a la necessitat de la tal ànima així agitada.

[18] La divuitena. Segons la disposició de les persones que volen prendre exercicis espirituals, a saber, segons si tenen edat, lletres o enginy, s'han d'aplicar aquests exercicis; perquè no es

donin a qui és inculte o de poca capacitat coses que no pugui suportar descançadament, i aprofitar-se'n. I també, segons com vulguin disposar-se, s'ha de donar a cadascú, perquè puguin ajudar-se i aprofitar-se'n més. Per tant, al qui té desig d'ajudar-se per instruir-se i per arribar fins a un cert grau d'aconterar la seva ànima, hom se li pot donar l'examen particular [24-31], i després l'examen general [32-43]; juntament, durant mitja hora al matí la manera d'orar sobre els manaments, pecats mortals, etc. [238], recomanant-li també la confessió dels seus pecats de vuit en vuit dies, i, si pot, prendre el Sagrament de quinze en quinze dies, i, si hi sent més devoció, de vuit en vuit. Aquesta manera és més pròpia de les persones més incultes o sense estudis, i hom els pot declarar cada manament, i així dels pecats mortals, preceptes de l'Església, cinc sentits i obres de misericòrdia. Així mateix, si el qui dóna els exercicis veu que el qui els rep és feble o de poca capacitat natural, del qual no s'espera gaire fruit, és més convenient donar-li alguns d'aquests exercicis lleus fins que es confessi dels seus pecats; i després, donant-li alguns exàmens de consciència i ordre de confessar-se més sovint del que solia, per conservar-se en el que ha aconseguit, no procedir endavant en matèries d'elecció, ni en cap més dels exercicis, que són fora de la primera setmana, principalment quan en altres es pot fer major profit, i faltant temps per a tot.

[19] La dinovena. A qui estigui ocupat en coses públiques o negocis convenients, si és persona d'estudis o d'enginy, prenent una hora i mitja per a

exercitar-se hom li proposarà per a què és l'home creat. Se li pot donar així mateix per espai de mitja hora l'examen particular, i després igualment el general, i manera de confessar i prendre el Sagrament. Farà tres dies cada matí, per espai d'una hora, la meditació del primer, segon i tercer pecat [45-53]; després altres tres dies a la mateixa hora, la meditació del procés dels pecats [55-61]; després, per altres tres dies a la mateixa hora la meditació del procés dels pecats [65-72]; donant-li en totes tres meditacions les deu addicions [73-90]. I que es porti el mateix discurs per als misteris de Crist nostre Senyor, que més endavant i llargament es declara en els mateixos exercicis.

[20] La vintena. Al qui està més desocupat i que desitja aprofitar en tot el possible, siguin-li donats tots els exercicis espirituals pel mateix ordre que segueixen, en els quals, de manera ordenada, tant més aprofitarà com més s'apartarà de tots els amics i coneguts i de tota sol·licitud terrenal; així com mu-

dant-se de la casa on estava, i prenent una altra casa o cambra per a estatjar-s'hi tan secretament com li serà possible; de manera que tingui a mà d'anar cada dia a missa i a vespres, sense temor que els seus coneguts li creïn obstacles. Del qual apartament se'n segueixen tres profits principals, entre molts altres: el primer és que en apartar-se hom de molts amics i coneguts, i així mateix de molts negocis no ben ordenats, per servir i lloar Déu nostre Senyor, mereix no poc davant sa divina majestat; el segon, que, estant així apartat, no tenint l'enteniment dividit en moltes coses, ans posant tot el compte en una de sola (a saber: a servir el seu Creador i aprofitar a la seva pròpia ànima), usa de les seves potències naturals més lliurement per a buscar amb diligència el que tant desitja; el tercer, que com més la nostra ànima es troba sola i apartada, es fa més apta per a acostar-se i unir-se al seu Creador i Senyor; i com més així s'atansa, més es disposa per a rebre gràcies i dons de la seva divina i summa bondat.

[21] EXERCICIS ESPIRITUALS PER A VÈNCER-SE A SI MATEIX I ORDENAR LA PRÒPIA VIDA, SENSE DETERMINAR-SE PER CAP AFECCIÓ QUE SIGUI DESORDENADA

[22] PRESSUPÒSIT

Per tal que tant el qui dóna els exercicis espirituals com el qui els rep s'ajudin i s'aprofitin més, s'ha de presuposar que tot bon cristià ha de ser més prompte a salvar la proposició dels altres que no

pas a condemnar-la; i si no la pot salvar, haurà d'inquirir com l'entén l'altre. I si l'entén malament, que els corregeixi amb amor; i si amb això no n'hi ha prou, que cerqui tots els mitjans convenients per tal que, entenent-la bé, se salvi.

1. A partir d'ara abreujaem Exercicis Espirituals per EE.
2. «Ejercicios Espirituales para la “civilización del amor”», dins Juan Manuel GARCÍA-LOMAS (Ed.), *Ejercicios Espirituales y mundo de hoy. Congreso Internacional de Ejercicios, Loyola, 20-26 setembre de 1991*, Bilbao-Santander, Mensajero-Sal Terrae, 1993, pàg. 299-309. La citació, a la pàg. 308.
3. H. BACHT, *Die frühmonastischen Grundlagen ignatianischer Frömmigkeit, a: Ignatius von Loyola. Seine geistliche Gestalt und sein Vermächtnis (1556-1956)*, Würzburg, 1956, pàg. 259-260. Sobre aquest mateix tema pot consultar-se l'obra de Javier Melloni consignada en les primeres pàgines del present estudi: J. MELLONI, *La Mistagogía de los Ejercicios*, Bilbao-Santander, Mensajero-Sal Terrae, 2001, Colección Manresa.
4. «Directorio autógrafo de San Ignacio, nº 15», dins *Los Directorios de Ejercicios 1540-1599*, Traducció, notes i estudi per Miguel LOP SEBASTIÀ sj., Bilbao-Santander, Mensajero-Sal Terrae, 2000, pàg. 21.
5. Segons Ignasi, «aprofita bastant, sigui per a interrompre els exercicis mentals que no puguin continuar-se còmodament, sigui per al profit en la humilitat, a què ajuda la humiliació, que cadascú, encara que estigui acostumat a viure delicadament i a servir-se de molts criats, escombri la seva estança i la regui, si cal, i es faci el lit, i finalment s'ocupi en totes aquelles tasques que acostumava a fer mitjançant criats» («Directorio procedente de S. Ignacio, nº 16», dins *Los Directorios...*, pàg. 27).
6. Aquest és el sentit de “l'elogi sepulcral”, publicat a Anvers el 1640: «Non coehereri maximo, contineri tamen a minimo divinum est».
7. Achille Gagliardi defensava ja que els actes de les nostres potències naturals estaven animats per la gràcia. «A més a més dels actes de les nostres tres potències n'hi ha d'altres molt més elevats que vénen de dalt, mentre que els primers provenen de les nostres facultats ajudades per la gràcia divina» (*Comentarii seu explanationes in Exercitia spiritualia Sancti Patris Ignatii de Loyola*, Brugis, 1882, pàg. 24-25).
8. Una tradició antiga contemporània d'Ignasi desenvolupà a partir d'aquesta preponderància del cor una *theologia cordis*. El seu màxim representant va ser Jeroni Nadal.
9. MELLONI, *La Mistagogía...*, pàg. 73. Per a l'anàlisi de l'afectivitat en els Exercicis, resulta molt clarificador l'estudi de Melloni, pàg. 71-80. Des d'una perspectiva clàssica i escolàstica, és important l'aportació de J. CALVERAS, *La afectividad y el corazón según Santo Tomás*, Barcelona, 1950.
10. Recordem les llàgrimes «de compassió del pobre» que va vessar Iñigo quan va veure que uns homes maltractaven el pobre a qui havia donat el seu elegant vestit de cavaller, pensant que era un lladre que l'havia robat. Aquell dolor era, sense dubte, un sofriment que naixia de l'amor i que, per tant, tenia un component positiu, a l'estil de les llàgrimes per la con-

- templació de la passió (vegeu: *Autobiografía*, núm. 18).
11. Citat per W. B. BARRY, *Dejar que el Creador se comuniquen con la criatura*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 199, pàg. 17.
 12. Vegeu: *Tratados sobre el evangelio de Juan*, 26:4.
 13. Citat per sant Francesc de Sales a *Tratado del Amor de Dios*, I, 10.
 14. «Si al que dóna els EE li sembla que per a un major fruit espiritual serà bo que vagi de tant en tant a visitar algun dels germans o sacerdots, ho podrà fer, però cap que sigui de fora, si no és per una raó inexcusable» («Directorio dictado al P. Vitoria, nº 8», dins *Directorios...*, pàg. 31).
 15. Pot veure's una sèrie de reflexions i suggeriments encara avui inspiradors a Pedro ARRUPE, «Notas sobre el modo de dar los Ejercicios hoy», dins *La identidad del jesuita en nuestros tiempos*, Santander, Sal Terrae, 1981, pàg. 231-236.
 16. Sobre aquest tema, pot llegir-se: J. MAGAÑA, «Actualizarse y ubicarse. Tarea de los Ejercicios ignacianos», *Manresa*, 53 (1982), pàg. 365 i 368-369.
 17. En aquest "pressupòsit" hi subjau una llarga i amarga experiència d'Ignasi, objecte de sospita per part de les autoritats (vegeu *Autobiografía*, pàg. 58-62, 65-70, 77-78, 82, 93, 98) o per part dels mateixos exercitants (vegeu *Autobiografía*, pàg. 92). Actualment, com s'ha dit més amunt, aquest text és més aviat una invitació a realitzar el diàleg propi dels EE com a vertadera experiència espiritual.
 18. Vegeu el que es diu sobre l'hora més oportuna de realitzar la visita a l'exercitant, a «Directorio dictado al P. Vitoria, nº 16», dins *Los Directorios...*, pàg. 33. També, Estanislau DE BALANZÓ, *L'entrevista pastoral en els Ejercicios*, Barcelona, Cristianisme i Justícia, EIDES, col·lecció Ajudar, núm. 7.
 19. «Directorio autógrafa de san Ignacio, nº 4», dins *Los Directorios...*, pàg. 19.
 20. «Tercer proceso de Alcalá», dins J. CALVERAS, *Ejercicios Espirituales. Directorio y documentos de San Ignacio*, Barcelona, Balmes, núm. 659.
 21. Vegeu: Jaime ROIG, *La soledad*, Barcelona, Cristianisme i Justícia, EIDES, col·lecció Ajudar, núm. 25; i J. Ll. CORRONS, *Com i quan convé fer el mes d'exercicis*, Barcelona, Cristianisme i Justícia, EIDES, col·lecció Ajudar, núm. 33.
 22. «Directorio autógrafa de san Ignacio, nº 13», dins *Los Directorios...*, pàg. 20. Vegeu també «Directorio dictado al P. Vitoria, nº 20», dins *Los Directorios...*, pàg. 34-35.
 23. E. HERNÁNDEZ, «La manera tercera de ejercicios completos, según S. Ignacio», *Manresa*, 18 (1946), pàg. 101-132. Hernández considera que es donen quatre maneres de fer els exercicis: el mes en recés, el mes en la vida ordinària, el mes en etapes i el mes en tanda. Basant-se en la pràctica antiga dels EE, pensa que la tercera manera hauria d'estendre's a diferents situacions actuals com, per exemple, seminaristes o persones que esperen l'ordenació.
 24. Vegeu J. RAMBLA, *Ejercicios en la vida ordinaria*, Barcelona, Cristianisme i Justícia, EIDES, col·lecció Ajudar, núm. 4.
 25. Vegeu F. RIERA, *Ejercicios en la Vida Ordinaria para comunidades de laicos*, Santander, Sal Terrae, 1990; el mateix autor fa una presentació resumida d'aquesta obra a *Ejercicios en la vida ordinaria per a comunitats populars* Barcelona, Cristianisme i Justícia, EIDES, col·lecció Ajudar, núm. 11.
 26. Sobre l'arrelament d'Ignasi en la tradició espiritual cristiana anterior trobareu una explicació més llarga en l'excel·lent obra de Javier Melloni consignada a l'inici d'aquestes pàgines.
 27. Des d'una perspectiva teològica, recomanem els estudis: Víctor CODINA, «Claves para una hermenéutica de los Ejercicios», *Manresa*, 48 (1976), pàg. 51-72 i 141-150. La primera part d'aquest estudi es va publicar posteriorment a la col·lecció Ajudar (EIDES), núm. 12; Ferran MANRESA, «*Andando siempre a buscar lo que quiero*», Barcelona, Cristianisme i Justícia, EIDES, col·lecció Ajudar, núm. 5.