

# ACOMPANAMIENTO EN LOS EJERCICIOS EN LA VIDA DIARIA (EVD)

Francesc Riera i Figueras

ACOMPANAMIENTO EN LOS EJERCICIOS EN LA VIDA DIARIA (EVD)	
1. Notas históricas y actualidad .....	3
2. Algunas “anotaciones” para los EVD .....	5
3. Primera época: Preparación .....	9
4. Primera semana: Bajada a los infiernos - etapa rompimiento .....	12
5. Misterios vida Cristo, etapa: «Estar con Jesús, el Señor» .....	19
6. El «cuarto día» de segunda semana [136] .....	23
7. Concretando .....	26
8. Tercera y cuarta semanas .....	28
APÉNDICE 1. SUGERENCIAS PARA LA ORACIÓN .....	33
APÉNDICE 2. EXAMEN .....	35
APÉNDICE 3. ENTREVISTA .....	37

Este Cuaderno recoge la aportación de su autor a las *Primeras Jornadas de EVD* que tuvieron lugar en Salamanca el año 2005 y al *Curso sobre Acompañamiento* celebrado en Roma el 2006 y organizado por el Secretariado de Espiritualidad Ignaciana.

Edita CRISTIANISME I JUSTÍCIA • R. de Llúria, 13 - 08010 Barcelona • tel: 93 317 23 38 • fax: 93 317 10 94 • info@fespinal.com • Imprime: Edicions Rondas S.L. • ISSN: en trámite • ISBN: 84-9730-215-X • Depósito Legal: B-16.338-09 • Mayo 2009

La Fundació Lluís Espinal le comunica que sus datos proceden de nuestro archivo histórico perteneciente a nuestro fichero de nombre BDGACIJ inscrito con el código 2061280639. Para ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición pueden dirigirse a la calle Roger de Llúria, 13 de Barcelona

# ACOMPañAMIENTO EN LOS EJERCICIOS EN LA VIDA DIARIA (EVD)

---

## 1. NOTAS HISTóRICAS Y ACTUALIDAD

---

### 1.1. Ignacio maestro de la adaptación

Ignacio descubrió pronto personas de mucho *subiecto*, de quienes se podía esperar mucho, pero imposibilitadas para retirarse treinta días. Él habla de personas «embarazadas en cosas públicas o negocios convenientes, personas letradas, de buena inteligencia».

Le duele no poderles proponer el mes de Ejercicios en retiro, y con su capacidad de adaptación y creatividad les ofrece Ejercicios en la Vida Diaria (EVD), tal como explica en la anotación 19, de manera que puedan vivir parte o la totalidad de lo que ofrece para los 30 días en retiro. En su propuesta entiende que el ejercitante se encontrará cada día con su acompañante en el lugar convenido, y este le irá introduciendo en los primeros temas de los Ejercicios, hasta completar, si resulta oportuno, todo el

itinerario del mes, a lo largo de un período de tiempo mucho más largo.

Ignacio es maestro de la adaptación, de la inculturación, con el inmenso interés de «ayudar» a los más posibles. Su pedagogía le sitúa al nivel de las capacidades y oportunidades de cada sujeto, de manera que éste «pueda descansadamente llevar» la experiencia [18,2]. Actúa desde la filosofía de la contemplación de la Encarnación, donde, con la Trinidad, mira al mundo, tan diverso, tan desquiciado, y con una gran sed de redención [101-109]. En esta mirada la Trinidad, y con ella Ignacio, adquiere «la obediencia a la realidad», adaptándose de maneras revolucionarias, hasta «hacerse uno de nosotros... tomando condición de esclavo» (Flp 2,7). También Ignacio es revolucionario al adaptar la profunda experiencia eremítica de su propuesta originaria, a una realidad de

Ejercicios en medio del bullicio del día a día. Una de las características de la mística ignaciana es la adaptación que busca y halla a Dios en todas las oportunidades, cosas y personas.

## 1.2. ... pero, un «mal menor»

Los *Directorios* dan fe repetidamente de esta manera de dar los Ejercicios en la primitiva Compañía.

Los llaman «Ejercicios abiertos» (*Directorios* 5 y 6). Nueve de ellos los consideran especialmente aptos para personas ocupadas en muchas actividades (D. 17, 18, 20, 28, 33, 34, 43, 46, 47), aunque sean actividades espirituales (D. 46, 47); o para personas a quienes la falta de salud no permite un mayor esfuerzo (D. 32, 46, 47).

Consideran que esta fórmula sirve tanto para proponer la materia de todo el libro de los Ejercicios (D. 18, 20, 32, 33, 34, 43), como la que corresponde a las otras formas de Ejercicios: de ocho días, de iniciación según la anotación 18, etcétera, (D. 5, 6, 20).

También se preocupan por el momento del día más propicio para dedicarse al ejercicio (D. 12, 17, 18) o por la cantidad de tiempo a dedicarle (D. 20, 32, 33, 34, 43, 46).

Cámara, en su *Memorial*, recoge que Ignacio los dio en París con este formato a Simón Rodríguez, porque no podía retirarse a causa de los estudios y de su salud.

Probablemente la frase de la *Autobiografía* (98,13) «recorría la ciudad para visitar a sus ejercitantes yendo el mismo día desde Santa María la Mayor al Puente Sixto», se refiera también a ejercitantes según la anotación 19.

Pero tanto, para Ignacio, como para la experiencia que recogen los *Directorios*, siempre se trata de un «mal me-

nor», ya que se supone que el ejercitante: «tanto más se aprovechará, cuanto más se apartare de todos amigos y conocidos y de toda solicitud terrena; así como mudándose de la casa donde moraba, y tomando otra casa o habitación, para habitar en ella cuanto más secretamente pudiere» [20,2-3].

## 1.3. En el siglo xx, la dificultad se transforma en oportunidad

En el último tercio del siglo xx, gracias al magisterio, entre otros de G. Cusson, en Canadá y de M. Giuliani, en Francia, se profundiza la anotación 19. La dificultad se transforma en oportunidad. Mucho más que en el siglo xvi abundan los candidatos a quienes es imposible disponer de 30 días (motivos familiares, profesionales, etcétera). La originalidad de estos maestros espirituales está en su capacidad de unir la adaptación que hizo Ignacio en el siglo xvi, a causa del factor tiempo, con el descubrimiento de que el *humus* adecuado para unos ejercicios no es sólo el «apartarse de amigos y conocidos», sino también los problemas, dificultades y contradicciones de la compleja vida diaria.

Integra el baño de realismo que facilita un discernimiento y elección realistas, gestados en la prosa del día a día; y resulta una excelente pedagogía para ejercitarse en la mística del «encontrar a Dios en todas las cosas».

Los EE en el retiro aportan “intensidad”, los EVD aportan “extensidad”. Se trata de dos metodologías diferentes; por tanto acompañante y ejercitante han de discernir cual es la más adecuada en cada caso concreto. No sea que el can-

didato escoja EVD por temor al retiro, o retiro buscando tal vez una experiencia idealista.

A quien ha hecho Ejercicios en el retiro le aprovechará mucho repetirlos en la vida ordinaria, y a la inversa. Un método aporta más intensidad, el otro mayor realismo.

Son diversas las modalidades de Ejercicios en el retiro; también serán diversas en la vida diaria. En el retiro los ejercicios: *a)* pueden ser plenamente eremíticos y a lo largo de un mes (anotación 20); *b)* pueden adaptarse a la modalidad en grupo, como ofrecemos a

menudo en nuestras Casas de Ejercicios (en estos casos tal vez fuere indicado aprovechar algunos elementos comunitarios); *c)* unos y otros se pueden adaptar a las propuestas de quince días o de una semana; *d)* o convertirlos en «ejercicios de iniciación» [18].

A toda la amplia gama de ejercicios en el retiro, corresponde otra amplia gama de Ejercicios en la cotidianeidad.

En este escrito nos situamos en la perspectiva de los ejercicios completos, que, en la vida ordinaria pueden oscilar entre nueve meses y algo más de un año.

## 2. ALGUNAS “ANOTACIONES” PARA LOS EVD

---

### 2.1. El triple diálogo del acompañante

En los EE se da un triple diálogo.

*a)* Ante todo, un *diálogo con Dios*, porque es el Espíritu el “director” de los EE. El acompañante es sólo vicario del Espíritu, ha de seguir la pista que el Espíritu marca. Ha de estar abierto a captar las insinuaciones de un Espíritu, nunca cuadrulado, que desborda nuestros esquemas prefabricados: «El viento sopla donde quiere; notas su brisa, pero no sabes de donde viene, ni a donde va. Así mismo pasa con el Espíritu» (Jn 3,8). El Espíritu es Creador e Inesperado.

De la misma manera que el ejercitante contempla los Misterios de la

«Vida del Señor», el acompañante ha de contemplar los Misterios de la «Vida del Espíritu» escritos cada día en el corazón del ejercitante.

*b)* Un *diálogo con el libro de los Ejercicios*, que es el “libro del maestro”, no “libro de texto del discípulo” (en principio el ejercitante no lo tiene). Al acompañante le tocará reescribirlo para su ejercitante (que es “único”), lo cual implicará que tenga del libro un conocimiento “interno” profundo, que permita, para serle plenamente fiel, adaptarlo, recrearlo o superarlo. Nada más lejano de Ignacio que el fundamentalismo ignaciano. El libro de los Ejercicios tan cargado de consejos, normas o indicaciones, está diciendo a cada paso que no contiene leyes, que su método ha de

ser aplicado con creatividad para cada caso concreto e irreplicable. Valga el símil de la compra de un vestido: no se trata de ir a una tienda de vestidos y escoger una talla más o menos idónea; se trata de un modisto que toma con precisión las medidas y confecciona un traje que se adapta perfectamente.

c) Un *diálogo con el ejercitante*. Lo vamos a tratar detenidamente en este trabajo. Al empezarlo, es importante dejar claro que sin los dos “diálogos” anteriores, este tercer diálogo queda falseado.

## 2.2. El primer “ejercicio” es un ejercicio de agenda

Es un ejercicio prosaico, como lo serán a menudo los EVD, a la vez que indispensable: un primer ejercicio de ascesis, de renuncia, que replantea horarios. El ejercitante, ha de ver como asegura unos mínimos de silencio y oración, de revisión del día, tal vez de lectura; ha de programar la entrevista semanal; ha de reservar algunos momentos largos, más intensos de “silencio” (por ejemplo, todo un fin de semana, para que la “extensidad” se vea enriquecida por la “intensidad”).

Luego, el acompañante deberá tener mucha agilidad para encajar las dificultades horarias de su acompañado (la enfermedad imprevista de un hijo, un problema laboral...); tendrá que saber aceptar la dureza de la vida e intentar no ser rígido; tendrá que saber transformar las dificultades reales que se van a presentar e insistir en la idea que en los EVD todo se puede convertir en “ejercicio”. Por ello el examen va a ser ejercicio central.

Pero el acompañante, buen maestro, ha de estar alerta ante el peligro real de que unos EVD, empezados con «grande ánimo y liberalidad» [5,1], por falta de dedicación (no sólo, pero también) horaria, se vayan convirtiendo en unos ejercicios leves o menores.

Antes de empezar, conviene un realista toque de atención a la posible ingenuidad de algunos candidatos (o incluso acompañantes). Una cuestión para aclarar desde el inicio, y para examinar y valorar a lo largo del proceso.

## 2.3. Ir descubriendo las “adiciones” de los EVD [19,7]

Las “adiciones” son las estructuras de soporte que posibilitan la experiencia. Serán un tanto diversas en los EE en el retiro y en los EVD. Ejercitante y acompañante tendrán que ir descubriendo las condiciones que posibilitan o ayudan para los Ejercicios.

Adiciones tanto para los ratos retirados de oración, como a lo largo del día o para el examen que intenta que no se escapen las mociones y vivencias de la jornada. Las adiciones ayudarán a crear, en la cotidianeidad, un “aire”, una música, donde se podrá sembrar la semilla de los Ejercicios.

Se trata de que el ejercitante vaya descubriendo cual es el silencio propio de sus EVD (diferente del de los EE en retiro) que le posibilita escuchar a la vida y a Dios. El silencio interior al que se llega con una manera de funcionar que valora la gratuidad, lo no productivo; que se mueve no desde la agresividad de quien va de “conquistador”; que se mueve desde valores alternativos, co-

mo por ejemplo, la misericordia y la justicia, la ecología, la afabilidad, la lentitud contra el agobio, la sobriedad... Se trataría de respirar “calidad evangélica” en la vida personal, familiar, social y profesional<sup>1</sup>.

Estas estructuras de soporte ayudarán a que se le abra al ejercitante el Misterio Insondable del Dios gratuito.

a) “Adiciones” para los ratos de oración que aseguren calidad, en medio del ajetreo de la jornada. Cuidado de su preparación remota y próxima. Descubrimiento del modo personal que ayuda más al ejercitante concreto (tiempo, lugar, postura, relajación previa...). Y cuidado de su evaluación, porque el ejercitante aprenderá su estilo propio desde la práctica.

Irá descubriendo como se le traducen las adiciones 1 a 5 [73-77].

b) “Adiciones” para que la jornada, habitualmente tan prosaica, no sea opaca, sino que se convierta en Ejercicio. Ignacio, en los EE en el retiro cuida mucho el clima del día con las adiciones 6 a 10 [78-85]; en los EVD habrá que ir encontrando la “música” de la jornada, que se respira de manera, tal vez, atemática.

En medio de una cultura donde imperan los valores del consumismo y del hedonismo, seguramente el ejercitante descubrirá que tiene su importancia la décima adición [82-85], cuando invita a la austeridad. Convendrá que el acompañante ayude a vincularla a la realidad de nuestros “terceros y cuartos mundos”, una realidad lamentablemente mayoritaria en nuestro planeta. Y convendrá que la relacione también: 1) con

las «reglas para distribuir limosna» [337-344]: dinero, tiempo, cualquiera de las riquezas que posee; 2) con las «reglas para ordenarse en el comer» [210-217]: para “ordenar” nuestras sensualidades y hedonismos, desde la comida, a la televisión, al ocio, a las vacaciones, etcétera. Son dos series de “reglas” que cobran especial relieve en los EVD.

## 2.4. Una aclaración indispensable

El candidato a unos EE, tanto en el retiro como en la vida diaria, puede pedir practicarlos partiendo de un equívoco, esperando que EE signifique tiempo dedicado a la oración en el silencio. Ignacio desmiente el error en la primera línea del libro de los Ejercicios: «por este nombre, ejercicios espirituales, se entiende todo modo de examinar la consciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones». El lector queda sorprendido de que lo primero que cita Ignacio sea «todo modo de examinar la conciencia», y que luego de enumerar los vocablos «meditación, contemplación, orar vocal y mental» todavía añada «otras espirituales operaciones»[2].

Si esta advertencia es indispensable en unos Ejercicios en el retiro, en unos EVD es reveladora. Indica que toda la vida, mediante lo que el llama «examen», tiene regusto espiritual, nos puede dar el gusto de Dios. Es decir, en cualquier tipo de EE, toda la jornada se ha de convertir en ejercicio. En los EE en el retiro puede haber el peligro de

---

1. Puede ayudar algún contacto con la Cruz de Cristo, tal vez, a través del mundo de la marginación, la inmigración, el dolor o la vejez.

descuidar esta verdad; en los EVD, esta realidad es la base central.

Por tanto, es indispensable que el acompañante le ayude a “ejercitarse” desde este talante de examen. Puede ser útil que le proponga las dos primeras reglas de discernimiento [329-330], para que aprenda a constatar la cantidad de vivencias y sentimientos que se le cruzan a lo largo de un día. Nuestro corazón es como un aeropuerto donde diariamente aterrizan y despegan gran cantidad de mociones. La atención a la vida, propia de los EE, pide que no se las eche al olvido del subconsciente sin haberlas digerido, sin descubrir que unas son constructivas (de «buen espíritu») y otras destructivas (de «mal espíritu»). Las primeras entrevistas tendrán que ayudar al ejercitante a que esté atento a los “movimientos internos” a lo largo de la complejidad de su día, y a que empiece el aprendizaje de discernirlas, a que sean materia de su examen y de su oración. A que esté atento a la vida.

## 2.5. Apéndice sobre candidatos y selección

Finalmente, es importante una llamada al realismo para el acompañante de cualquier tipo de EE. Acuden varios tipos de candidatos y hay que tener claro en qué situación se hallan para poder dar a cada uno lo que *descansadamente podrá llevar*. Dice Ignacio: «se han de aplicar los tales ejercicios; porque no se den a quien es rudo, o de poca complejión, cosas que no pueda descansadamente llevar y aprovecharse con ellas. Asimismo, según que se quisieren disponer, se debe de dar a cada uno, porque más se pueda ayudar y aprovechar»[18,2].

Los candidatos se pueden agrupar en 3 tipologías.

a) *Personas que han de tomar decisiones*: que se encuentran ante la necesidad de una elección importante, de un salto cualitativo o del deseo de reforma en profundidad de una vida que, con el paso del tiempo, se puede haber oxidado. Entre estas “elecciones” no hay que descartar la importancia de encajar la tercera edad, con los cambios que ella comporta.

b) *Personas que desean rezar a fondo y estar largamente con el Señor*. Fortalecer un amor fuerte, que con el paso de los días no se ha adormecido. A veces pueden expresarlo como el deseo de unas “vacaciones con el Señor”, indicando el gusto y la necesidad de pasar largos ratos con Él. Estos candidatos, tal vez no cumplan la definición típica de “ejercitante”; probablemente darán poco trabajo al acompañante. La entrevista, muchas veces, le resultará un rato agradable, que le descubre las delicadezas de la gracia. Tales personas, a menudo viven los EVD con gran paz y consolación.

c) *Personas que no tienen “subiecto”* y que la “selección” no lo ha detectado. A veces el mismo ejercitante descubre que se ha equivocado y propone abandonar el proceso; otras veces, el acompañante, con mucho tacto, podrá indicarle que es mejor que de momento deje los EVD. Pero en buena parte de los casos no es adecuado interrumpir el proceso y el acompañante continua recibiendo semanalmente (o quizá con una periodicidad menor) a la persona que acompaña.

Es importante que el acompañante sea buen maestro y pedagogo, que sepa aceptar la realidad, que no fuerce procesos imposibles, que no se culpabilice creyendo que le falta pericia. Tendrá que cambiar de registro, pasarlo a «ejercicios leves» [18]. Aunque “materialmente” le pueda ofrecer todas las materias de las cuatro semanas, el acom-



pañante sabe que se trata de unos *ejercicios de iniciación*.

Tal vez la experiencia actual le prepare para que más adelante pueda introducirlo en los “objetivos” (y no sólo en las “mate-

rias”) de cada una de las semanas. El acompañante sabe muy bien que las semanas de EE no se definen desde el “objeto material” (los contenidos), sino desde el “objeto formal”.

### 3. PRIMERA ÉPOCA: PREPARACIÓN

---

#### 3.1. Una primera época es para “empezar”

Lo cual permite que si ejercitante y acompañante no se conocían suficientemente, ahora entren en relación y se pueda realizar el “presupuesto” indispensable de conocerse, aceptarse y asegurar la capacidad de diálogo [22]. Tal vez en este inicio se han de fijar un período de mutuo conocimiento, tanto de ellos dos, como del método de los EVD y de las posibilidades reales del ejercitante. Tras este período de “preparación” decidirán si van a llevar a cabo o no los Ejercicios.

Para este período inicial el acompañante le puede ofrecer algunas de las propuestas ignacianas sencillas de los «tres modos de orar» [238-260] y le puede introducir en el examen general de la jornada [43] o en el particular [24-31]. Ahora es el momento apropiado para profundizar sobre lo que hemos expuesto en 2.2. y 2.3.

La materia que ofrezca el acompañante para los «ratos largos» de oración puede ser muy diversa. Seguramente será adecuado tomar el hilo de la vida del

ejercitante, es decir, dónde se encuentra actualmente (tal vez releer apuntes personales).

Es un período para que el ejercitante se “disponga” para realizar los EE.

Por mi parte, acostumbro a ofrecer un itinerario en cuatro momentos que relajen y le den la paz indispensable para adentrarse en el camino de los EE. Sugiero que, tanto en los ratos de oración reposada, como a lo largo del día, entre en comunión con las «fuentes de la propia vida».

– Primero *la naturaleza* (encuentro con el Dios de la naturaleza): que vaya ganando en capacidad de silencio y gratitud contemplando la naturaleza, buscando la paz y sintonía con ella. Si tiene ocasión, que pasee contemplando y encontrándose en paz con la madre naturaleza, que desde allí lea, gustándolos, los salmos, los textos del Génesis o el prólogo del evangelio de Juan. Tanto las propuestas de De Mello, como muchos ejercicios de silencio, relajación, contemplación... recibidos de las sabidurías orientales, son fuentes excelentes que a lo mejor podrán acompañar, luego, todo el proceso de los EE.

– Segundo momento, *la propia historia* (encuentro con el Dios de mi historia): que

repare lentamente el álbum de fotos de su vida para llegar a descubrir (como los israelitas en el desierto) que su historia “profana” para huir de Egipto era historia “sagrada”, historia de Dios con ellos, Historia de Salvación. Ha de descubrir que su historia, como la de los hebreos, es “Biblia”. Ha de reconocer y gozar profundamente del Espíritu liberador en medio del claroscuro de su vida. Se puede ayudar de la calidez de salmos como el 139.

– Tercer momento, *la realidad del mundo actual* (encuentro con el Espíritu Creador): que se “sitúe” en paz en el hoy del mundo real, tan complejo. Que lo mire con detención. Que empiece los Ejercicios “situado” en el mundo y que no pretenda unos EVD recluido en una clausura. Que descubra, en el claroscuro de nuestro mundo, al Espíritu creador que lucha por el Reino. Que aprenda a creer que «otra globalización es posible» y, desde el horizonte cristiano, que el Reino de Dios se acerca, se ha hecho presente.

– Cuarto momento, para “relajarse”: encuentre con la Utopía de Dios. Entusiasmarse con el proyecto del Reino de Jesús (Mc 1,14-15), que Ignacio sistematiza en el «Principio y Fundamento» (PyF) [23]. El «Principio y Fundamento» es una magnífica fotografía de Jesús, ante la cual el ejercitante no se “culpabiliza”, sino que le brota del corazón la humilde y amable petición del ciego, del leproso, del parálítico... «Señor, que vea, que quede limpio, que pueda caminar...». Así el «Principio y Fundamento» se convierte en “deseo profundo”, el ejercitante descubre en él su verdad más genuina, goza de la belleza de la Utopía de Jesús. Y en la paz, recibe un texto que en su fórmula abreviada («oración preparatoria») le acompañará en cada oración [46] y al inicio de sus jornadas, un texto que le será el marco desde donde ha de mirar todo.

Cuando el ejercitante se ha “dispuesto”, se ha situado ante el Misterio de Dios con calidez, serenamente, en paz..., cuando ha gustado en el PyF, la utopía del Reino de Dios, puede entrar en «primera semana». El acompañante no ha de tener prisa durante este período previo en que el ejercitante ha de ir aprendiendo la metodología y se ha de ir situando amablemente ante él mismo y ante Dios. Ha de ser buen pedagogo que encuentre para él los textos bíblicos que le acompañen.

### **3.2. Lento aprendizaje de la metodología de los EVD**

El acompañante le irá adiestrando en las herramientas centrales de la experiencia, de manera lenta y pausada. Es importante que no quiera quemar etapas o atiborrar de elementos diversos a su ejercitante. Ignacio, como buen pedagogo, en su libro da al acompañante propuestas variadas, que él ha de saber escoger y adaptar. Cuatro elementos indispensables, que se entrelazan entre ellos, y que el ejercitante irá aprendiendo y evaluando.

1. *La oración en silencio.* Ante todo, tendrá que saber encontrar su *kairos* (tiempo adecuado, que le resulte rico, inspirado, íntimo..., en el cual sea fácil crear el “silencio interior”) y su *kronos* (el que ha pactado con el realismo de sus horarios y agenda). Es el tiempo para meditar, desmenuzar, contemplar el tema propuesto para la semana.

Ignacio irá ofreciendo diversas metodologías de oración. Ejercitante y Acompañante tendrán que ir descubriendo cuantas y cuáles son idóneas para cada sujeto, momento y época de EE.

Ya en primera semana, el autor de los EE propone varios formatos: meditación [45-54], repetición, con una especial hincapié en el coloquio [62-63] del cual ya había dado algunas pistas en [53 y 61], resumen [64] y un “avance” de la aplicación de sentidos [64-71] que expondrá en segunda semana. Sin duda que aquí y allá también se introducen ya elementos contemplativos [p.e.: 53; 60]. Tal vez el acompañante se podrá servir también de alguno de los formatos que da Ignacio en los tres modos de orar [238-260]. Que no caiga, con todo, en el peligro de saturar a su acompañado.

2. La *oración en medio del ajeteo* del día. Hay personas a quienes les es fácil (a otras les resulta difícil) que a lo largo de la jornada se enciendan repetidamente fogonazos de flash (el flash ilumina la escena a fotografiar una centésima de segundo, pero ello basta para que la imagen reciba todos los colores, relieve y vida). Se trataría de que al ejercitante se le encendieran a lo largo del día unos cuantos flashes que re-iluminaran la jornada desde el sentimiento o idea central que ha ocupado su oración en el silencio. De esta manera, va sembrando la opacidad del día con la luz del tema que contempla.

Es un tipo de oración que no roba tiempo: unos breves segundos en que uno respira el Espíritu (el fogonazo de flash apenas ocupa una centésima de segundo). Para facilitararlo, el acompañante verá si es conveniente explicarle algunos elementos de la pedagogía «Examen Particular» [24-31].

3. *El examen del día*. Que el día repose en paz ante Dios. En los EVD el acompañante tendrá que ser flexible, porque la vida ordinaria está plagada de dificultades y a menudo de falta de tiempo. Pero tendrá que procurar que el examen, de una manera u otra, con mayor o menor tiempo dedicado, no le falle a su acompañado. Es importante que el ejercitante reciba agradecido el día, que lo vuelva a mirar y lo descubra transfigurado, cuando lo ve con los ojos de Dios. Es importante que recoja las mociones que ha vivido a lo largo del día. Que vuelva a ver a las personas y problemas con que se ha cruzado. Que dé gracias, que presente al Padre sus debilidades. El examen es la oración sobre la vida.

4. *La entrevista* donde cotejar con el acompañante los tres puntos anteriores y donde descubrir con él que todo en la jornada se puede convertir en ejercicio espiritual. Sería deseable que fuera semanal y breve.

Acompañante y ejercitante tendrán que ir aprendiendo como llevar la entrevista. El primero ha de tener claro que la entrevista la conduce él. El segundo tendrá que aprender que la entrevista no es momento de expansión, de largas explicaciones o de desfogarse; que, en principio, ha de ser breve. Se ha de intentar no caer en dependencias emocionales, aunque el rato de la entrevista ha de estar cargado de calidez y cordialidad<sup>2</sup>.

---

2. En la edición digital de este cuaderno –[www.fespinal.com](http://www.fespinal.com)– proponemos en el apéndice un esquema sencillo para introducir en la oración, una propuesta detallada de examen y algunas pistas para la preparación de la entrevista.

## 4. PRIMERA SEMANA: BAJADA A LOS INFIERNOS - ETAPA ROMPIMIENTO

### 4.1. Primer ejercicio

Ignacio es vigoroso y recio, supone que se encuentra ante un ejercitante de mucho “cuajo” y de gran *subiecto*. A esta persona la trata maduramente, confrontándola con la dura realidad de la existencia, con el *mysterium iniquitatis*.

En el primer ejercicio de los EE [45-54] no propone escenarios amables, armoniosos; no propone gozar de extasiantes músicas celestes que llenan de armonía y paz; no invita a deleitarse con violines o clave bien temperado de Bach ni a deambular por parques de belleza exquisita; no se siente obligado, como Pablo a los Corintios, a dar manjares suaves, «no pude hablarlos como a espirituales, sino como a carnales, como a niños en Cristo. Os di a beber leche y no alimento sólido, pues todavía no lo podáis soportar» (1 Cor 3,1-2).

Ignacio confronta, un tanto bruscamente, con la “desarmonía” del misterio del mal<sup>3</sup> inserto en el corazón de la historia exterior y de la propia historia. Nos baja a los infiernos de la historia y de nuestro mundo. Aquellos que hemos creado cuando olvidamos que somos «alabanza, reverencia y servicio» [23,2], para, enseguida, en el segundo ejercicio, confrontarnos con nuestros propios infiernos interiores.

El acompañante tendrá que ser pedagogo y valorar el nivel de rotundidad con que ha de acercarse a su ejercitante a los infiernos. De hecho, al primer ejercicio le ha precedido mucho trabajo.

En algunas ocasiones ocurrirá que el ejercitante, herido internamente por diversos tipos de males o agresiones que haya padecido o visto padecer, no pueda soportar la realista dureza que se le presenta. El acompañante ha de ser muy lúcido y discreto. Personalmente, en estos casos, he ofrecido al ejercitante hacer una lectura meditada y reposada del libro de Nouwen, sobre el Hijo Pródigo, con un cuadro de Rembrandt<sup>4</sup>. Por todo ello es importante haber entrado en los EE con algunas propuestas “amables” de preparación, del tipo de las que indicábamos en 3.1.

En todo caso, le puede insinuar que al acercarse al *mysterium iniquitatis* se haga acompañar de María, *la Pietà*, la madre del Primogénito de tantos condenados de la historia, de tantos muertos antes de hora; que ella le sea mistagoga en esta incursión en las profundidades de la realidad condenada. La bofetada de «la realidad que escamoteamos», si es encajada serenamente, le hará renacer.

El ejercitante quedará, por un lado, perplejo y desbordado; tal vez descubra

---

3. La Biblia lo expone magistralmente en los mitos de la caída de Adán (Gen 3) y de los Ángeles (cf. 2Pe 42,4), y la teología de los días de Ignacio lo amplía con un hombre que da un mal paso que le destruye y condena su vida.

4. H. NOUWEN. *El regreso del Hijo Pródigo*, Madrid, PPC, 1994.

que él ha estado también en el precipicio y que ha sido salvado de él. Tal vez se descubra con las manos no limpias ante las grandes o pequeñas cruces de la historia y de cada día.

Por otra, se experimentará bañado de una infinita misericordia al contemplarse en los ojos del Señor crucificado, del primogénito de los condenados. La experiencia de la misericordia le generará un dinamismo de misericordia que le llevará a preguntarse: «qué he hecho, que hago, que he de hacer por Cristo» [53], primogénito de entre los muertos por culpa de la injusticia y del pecado de los humanos.

La intensidad de los sentimientos seguramente será menor en unos EVD, que en los EE en retiro. Pero el contacto con el realismo de la vida, con el misterio del mal externo e interno (si no elude los infiernos de nuestro mundo) hará que tales sentimientos resulten más profundos y duraderos y permitirá un conocimiento más realista del pecado, del «desorden de las operaciones y del mundo» [63].

## 4.2. Una primera forma de oración

Para realizar este «primer ejercicio» propone, pedagógicamente, una manera sencilla de meditación, al alcance de principiantes. Una metodología que parece avanzarse cuatro siglos a nuestro «ver, juzgar, actuar». Se le propone, con la *memoria*, ver, recordar, contemplar, tres escenarios.

– La humanidad rota. Para ello se vale de la mirada al mito del pecado de Adán y a sus consecuencias (Gen 3). Nosotros podemos ofrecer al ejercitante que contemple las

realidades crucificadas de nuestros terceros y cuartos mundos, que empiece los EE desde una «mística de ojos abiertos», que le afecten los rostros de tantos que sufren condenación en los infiernos de nuestro mundo.

– Los “trasfondos” de nuestro mundo, los «poderes que dominan este mundo» (Ga 4,3), que mueven los hilos de la historia, las estructuras que rigen nuestro mundo injusto, y con las cuales, a menudo, nos sentimos cómodos. Ignacio propone la mirada al pecado de los Ángeles (cf. 2Pe 2,4), y a sus consecuencias, cuando rechazan ser «alabanza, reverencia y servicio», como indicaba el Principio y Fundamento.

– La realidad fracasada y condenada a que ha llegado un individuo concreto por un mal paso (un pecado «mortal», en la teología de Ignacio) que desbarata y pierde irremisiblemente su vida, aparcándolo en las cunetas de la historia, en la marginación sin retorno, en los «infiernos».

Con el *entendimiento*, juzgar, meditar, evaluar estas realidades, entender (= *intus-legere*, leer por dentro). La sociedad no funciona según el esquema «alabanza, reverencia y servicio», sino según el esquema «explotación»: vaciar al otro para que yo me pueda llenar, esclavizar al otro para que yo me constituya señor. Y crea una espiral de violencia, que va creando continuos infiernos: Auschwitz, Vietnam, Salvador, Ruanda, Bosnia, Irak... Nuestra sociedad mata, margina, echa a los basurales a muchos. Hay que ser lúcidos, porque nos imponen una represión colectiva que intenta esconderlo.

Con la *voluntad* (= el “corazón”) dejarse afectar, única base de un actuar auténtico, eficaz y duradero. Sentir pena y dolor por los condenados y ¡por el Padre Dios! Ver esta “realidad” con los ojos

del Padre, a quien no se le permite ver a sus hijos como hermanos, que sufre por el Crucificado, y los crucificados de quienes Cristo es Primogénito. Quedar perplejo: ¿y yo por qué no? ¿Ellos son peores que yo?

Sin la experiencia de bajar a este mundo de pecado continuamos en minoría de edad cristiana. Hasta que uno no se descubre con las manos sucias, no ha bajado a las honduras del mundo y de su yo. Hasta que no ha llorado ante el Primogénito de los Crucificados, mantiene un corazón duro.

Esta propuesta de oración tiene unos “previos” que la preparan y una “conclusión” que lo sintetiza todo en forma de diálogo cariñoso con el Señor Jesús.

– Previos. El ejercitante pide la gracia de recibir la bofetada de la realidad, porque es un don, no una conquista de nuestros esfuerzos. Ignacio propone en su lenguaje áspero: «verse desterrado entre brutos animales» [47,6]. Quien haya bajado a las honduras de nuestros mundos heridos, sabrá que, tras la rudeza de este lenguaje ignaciano desabrido, se esconde mucha verdad. Por esto el ejercitante empieza pidiendo al Padre que se le conceda el don de la verdad, que le producirá «vergüenza y confusión» [48,4], que le dejará perplejo y descolocado y le moverá a preguntarse confuso, ¿y a mí por qué se me ha librado de los infiernos, cuando tal vez he colaborado, de alguna forma, a producirlos? ¿Por qué, de una u otra manera, se me ha tratado con tanta misericordia?

– Conclusión. La aspereza de los tres escenarios de la meditación concluye en una mirada cálida al rostro del Señor Crucificado, descubriéndole Primogé-

nito de tantos crucificados. Mirando el dolor del Padre Dios ante la cruz de su Hijo, y el dolor de tantos crucificados que en él se recapitulan, descubrirá desconcertado que, en su caso, la misericordia ha bañado su vida. Y surgirá la pregunta por: «lo que he hecho por Cristo (tal vez se ha descubierto colaborando en la crucifixión), lo que hago por Cristo, lo que debo hacer por Cristo», preguntas que preparan ya segunda semana. «Y así viéndole tal, y así colgado en la cruz, discurrir por lo que se ofreciere» [53].

En unos EVD, la «bofetada de la realidad» que propone el «primer ejercicio», se recibe tanto en los ratos de oración, como a lo largo de una jornada en que uno está atento a la verdad de la vida (mediante la pedagogía del flash que exponíamos en 3.2.2) y arranca la máscara de oropel que a menudo encubre esta realidad.

Puede ser adecuado que el acompañante le invite a dar una vuelta por zonas degradadas de su propio entorno: personas sin techo, comedores de la madre Teresa de Calcuta, cárceles, emigrantes sin papeles, ancianidad abandonada, en definitiva, cualesquiera de los infinitos “intocables”, “impuros” de los que nuestra sociedad huye y ante quienes ocultamos el rostro, como ante el Siervo de Yahvé (Is 53,3).

### **4.3. Segundo ejercicio: «este hombre eres tú» (2Sam 12,1-12)**

Es el paso de lo objetivo a lo subjetivo. El segundo ejercicio fluye del primero. El ejercitante ya lo había adivinado en sus reflexiones durante el primero. No

se descubrirá entre los que lideran el *mysterium iniquitatis*, entre los que crean los infiernos de la historia, pero se descubrirá colaborando, de alguna manera, en la contaminación que enrarece a nuestro mundo. Se descubrirá echando a la atmósfera soberbia, avaricia, lujuria, ira y el resto de los siete pecados capitales. Descubrirá que sus manos no son del todo inocentes, seguramente no desde la punta de la lanza que hierde, pero tal vez desde el mango de la misma. Irá pasando de fariseo a publicano (Lc 18,9-14). Le saldrá de dentro implorar conocimiento del desorden de sus operaciones (de lo dañado del sistema operativo con que funciona); descubrirá que ha sido liberado de los infiernos (que quizá ha colaborado a crear) por una misericordia infinita que se le patentiza en la cruz del Crucificado.

En algún momento contabilizará sus principales pecados, pero le será dado mirarse al espejo no agresivamente, sino con los ojos con que le mira el Padre, tal como hace con el hijo pródigo. Quedará desbordado de misericordia. Y tal vez, atónito, como los santos, descubrirá (se le “revelará”) que «el Señor muere por mí», muere por culpa de que los humanos matamos al Justo.

En los EVD esta meditación tenida en los ratos de silencio se prolonga a lo largo del día, cuando uno se descubre fariseo que va seguro y prepotente por la vida (a lo mejor revestido de formas piadosas) dejando heridos, sin quizá percatarse. Lentamente, a lo largo del tiempo que dure este segundo ejercicio, irá pasando de la soberbia del fariseo a la humildad del publicano. En medio del ajeteo de la jornada, se encontrará a

gusto sabiéndose a los pies de Jesús (y de tantas personas en las que el Señor se actualiza), como la pecadora de Lc 7, 37, llorando su repetida frustración, su egoísmo, su pecado, su experiencia de «no saberse convertir»... Las lágrimas que bañan los pies de Jesús, reblanecerán su propio corazón, y sin darse cuenta, cambiará su manera de situarse ante los otros, ante sí mismo y ante Dios: una manera humilde, amable, no conquistadora que se sitúa desde la misericordia.

Y todo ello en medio de sus ocupaciones ordinarias, en las que a lo mejor le toca organizar, ser ejecutivo..., se le irá haciendo más comprensible aquello de «astutos como las serpientes y cándidos como las palomas» (Mt 10, 16).

#### **4.4. Experimentar los infiernos de nuestro mundo**

Realizados los dos primeros ejercicios, Ignacio propone que los vayamos madurando lentamente a lo largo de algún tiempo: propone «repetir» los puntos del primer y segundo ejercicios que más le hayan impactado (o desagradado o dejado indiferente) [62-63], «resumir» –buen ejercicio pedagógico– [64] y finalmente «sentir» con los cinco sentidos el mensaje recibido (un tipo de oración que explanará más en la segunda semana) [65-71]. Puede ser el momento de invitar al ejercitante a que vea, oiga, guste, huelga y toque los infiernos de nuestro mundo; por eso se le puede sugerir que pasee o visite aquellos lugares que comentábamos más arriba: todos los infiernos que se crean cuando se prescinde del PyF.

En los EVD esta meditación, que en los EE en retiro hay el peligro de que pueda quedar teórica, ahora resulta muy realista. Es momento de gran atención al mundo, a las realidades de nuestro entorno, a los informativos de la prensa y televisión, etcétera. El ejercitante comentará con su acompañante como se va dejando impactar por el mundo, como va descubriendo que el necesitado de pan, el encarcelado, el sediento es precisamente Cristo, que encarna a tantos crucificados con los que a diario se topa (Mt 25,31 ss).

Es importante que en el tercer ejercicio (el de repetición), vaya madurando, a lo largo del día, lo que se le propone que pida en el coloquio [63]:

a) Que durante la jornada se le encienda el flash para que en medio del ajetreo suplique andar con lucidez para captar el «desorden de sus operaciones», es decir, del “sistema operativo” con el que opera. Es importante que vaya listando y tomando conciencia, no sólo de los pecados (objeto del segundo ejercicio) sino especialmente de los trasfondos, las actitudes con las que funciona y que, a lo largo del tiempo, se le han ido haciendo muy propias.

b) Que pida lucidez para descubrir que, a menudo, se le ha colado el estilo de este mundo, entendiendo mundo según la terminología del evangelio de Juan, y que funciona con los principios que dicta la cultura imperante, no siempre coherentes con el Reino de Dios.

A lo largo de este período irá descubriendo los aspectos desordenados de su propio ser. En la oración los madurará ante el Señor y aprovechará la entrevista con el acompañante para valorarlos y buscar terapias sencillas pa-

ra superarlos; sin dejar de lado que en algunas ocasiones más severas el acompañante le podrá indicar la posibilidad de acudir a especialistas para una terapia en profundidad.

Es indispensable añadir que Ignacio entiende este período no como una época de examen moralista o de voluntarismo, en que el ejercitante se propone “cambiar”. Se trata de una época cálida de súplica amable y cariñosa a Santa María, al Hijo y al Padre para que nos sea regalada por gracia (gratuitamente) la superación de nuestro desorden interno y de nuestras conivencias con el desorden de la cultura mundana imperante.

#### **4.5. «...morder, tristar y poner impedimentos» [315,2]**

La vida ordinaria es muy compleja, llena de zancadillas provocadas desde fuera y desde dentro. Por todos lados el ejercitante es batido. Esta dificultad se convierte en uno de los grandes aliados de los EVD, al darles credibilidad y realismo. Cuando las dificultades (conflictos personales, familiares, laborales, etcétera), la aridez, la tristeza, la desolación, el pesimismo e incluso el pecado, lo ponen todo difícil, es el momento para que el acompañante aproveche la sabiduría de las «reglas para en alguna manera sentir y conocer las varias mociones que en el ánimo se causan: las buenas para recibir y las malas para lanzar» [313-327].

El acompañante le dará todos los avisos para situarse ante la desolación o sólo los que le convengan, para adiestrarle en el combate. Se trata de un nue-



vo ejercicio, el de sacar provecho de los momentos bajos. Un capitán de barco ha de formarse también en situación de tempestad o de calma chicha; tales pruebas resultan un excelente “control de calidad”.

El acompañante verá en cada caso si lo adecuado es esperar el momento de la dificultad para exponerle las Reglas de Discernimiento o si se las ha de explicar de antemano, para que cuando llegue la dificultad se las pueda recordar.

#### **4.6. Puede pasar a segunda semana cuando...**

Cuando ha experimentado dolorosamente la “no salida” de su situación de pecado, que con su voluntarismo no tiene herramientas suficientes para vencer; y con todo se sabe inusitadamente acogido por la misericordia de Dios. Cuando ha estado horas mirando la cruz de Cristo (y tras ella la de tantos crucificados, de los cuales tal vez no tiene las manos tan limpias como creía) y ha experimentado no la condenación sino el abrazo del Padre (y tal vez también de los crucificados). Es decir:

– Cuando ha llegado a sentir, con el hijo menor de la parábola del pródigo (Lc 15,11-32), el abrazo incondicional del Padre que proclama «tú eres mi hijo amado, en ti me complazco».

– Y desde esta paz y aceptación incondicional se ha descubierto con el corazón lleno de «afecciones desordenadas», como el hijo mayor de la parábola. Y ha llorado la situación de dure-

za, de “no salida” en que se encuentra. En esta situación uno ya no es pretencioso (como era el hijo mayor), se sitúa en el último lugar, en el *humus*, en la humildad.

– Desde aquí se ha sentido llamado a ser canal de misericordia, como el Padre, sin condiciones. Por esto le surge de dentro la pregunta: “¿Qué he de hacer por Cristo!”.

Estos cinco ejercicios le han dado “autoestima” (como al hijo menor), porque ahora es sujeto (hijo), ya no ha de mendigar el derecho a existir (soñando absurdas algarrobos). Puede pasar a segunda semana cuando ha llegado a unos ciertos niveles de conocimiento del mundo y de sus propias afecciones desordenadas; y sin embargo es capaz de mirar su propia debilidad y pecado en paz, sin agresividades (no con sus propios ojos, sino con los del Padre); cuando es capaz de experimentar que la misericordia empapa su vida y desea vivamente ser, como el Padre, “canal de misericordia”.

En conclusión, cuando ha dejado de ser el fariseo de la parábola y se ha situado en el lugar del publicano (Lc 18,9-14).

#### **4.7. Formas de oración que ha aprendido**

A lo largo de las semanas que haya durado esta primera semana, el ejercitante habrá aprendido diversas formas de orar:

– El modo elemental de *las tres potencias* que hemos comentado en 4.2. [45-54].

– El *coloquio* sencillo, «como un amigo habla a su amigo». Diálogo íntimo con

que se le propone que termine sus ratos de oración [54,1]

– La *repetición*. Que le ayudará a ahondar en los puntos que le han producido mayor impacto, como cuando antes de salir de un museo volvemos a ver los cuatro o cinco cuadros que más nos han impactado [62-63].

– El *resumen*. Para sintetizar y tomar conciencia global de la materia que le ha ocupado [64].

– La *aplicación de sentidos* [65-71]. Oración más pasiva, que en los EE en el retiro Ignacio propone que se tenga en el momento tranquilo del final del día. Ayuda a que las meditaciones no queden en niveles abstractos. En los EVD habrá que buscar momentos análogos. ¿Tal vez algunos ratos más relajados de oración?, ¿tal vez media jornada o un fin de semana de retiro? Pero probablemente la habrá experimentado a lo largo de sus jornadas, o cuando ha bajado a zonas deprimidas de su entorno.

– La *oración preparatoria* [46]. Que le impulsa a desear al principio del día, o de los ratos de oración, el contenido esencial del Principio y Fundamento.

– Posiblemente, el acompañante le haya enseñado algo de los *tres modos de orar*. El Tercer modo [258-260], oración suave y relajada, que tal vez le ayudó a paladear salmos de misericordia. El Segundo [249-257],

que enseña a destilar todo el jugo de cada palabra, por ejemplo, del texto del Principio y Fundamento. El Primero [238-248], que enseña a detenerse en cada uno de los mandamientos, de los pecados capitales o de los sentidos corporales y descubrir las debilidades de la propia vida y del “sistema operativo” con que actúa.

– La *liturgia eucarística*. Que recoge cálidamente el día o la semana, y que después del posible esfuerzo (más o menos exitoso) de los ratos de oración, nos introduce en una oración pasiva: ya no somos nosotros quienes oramos, es el Señor quien lo hace por nosotros. Ésta sí resulta una oración “perfecta”, más allá de nuestra mayor o menor “piedad”. Es el paso de la oración activa y trabajada a la oración pasiva que Cristo presenta al Padre

– Probablemente haya eclesializado su acoger la misericordia, celebrando el *sacramento de la reconciliación*.

– Se ha ejercitado largamente en el *examen* [43], cuando el día es releído para captar los diversos “espíritus”, descubrir la presencia del Señor y sorprenderse ante la realidad vivida que ahora contempla transfigurada.

– La *oración del flash*, que a lo largo de día ha iluminado su caminar desde la luz del tema que está meditando, siguiendo la metodología del examen particular [24-31].

### 5.1. Rey Temporal [91-98]

Se trata de un ejercicio que Ignacio piensa para un día de descanso del mes de EE en retiro en el que sólo va a dedicar dos horas a la oración [99]. En los EVD se le puede dedicar una o dos semanas con la metodología de los *cuatro ejes* que exponíamos en 3.2.

Una parábola que rememora los escenarios mentales del Iñigo recién transformado en caballero de Cristo. Tal vez ya en la cueva de Manresa bajo la mirada de la montaña de Montserrat –todavía imbuido de imágenes caballerescas– imagina la mayor de las propuestas que se le puede hacer a un gentilhomme y la pone en boca de un rey ideal. Tanto el interés de la propuesta, como la persona de quien viene, y el modo de llevarla a cabo, animan a cualquier caballero bien nacido a aceptarla al momento, desbordado de agradecimiento.

Uno de los ejes de la primera semana (que aparece ya en el primer ejercicio) era la pregunta: «qué he de hacer por Cristo». Ahora, Cristo Rey, hecho amigo y compañero íntimo, confiesa al ejercitante asombrado que le necesita. Una propuesta desde la amistad inaudita que iguala a Señor y Caballero: «conmigo» repite una y otra vez. La parábola pretende ensanchar el corazón, desbordarlo. Y el ejercitante desea configurarse con Cristo hasta los límites. Ante tal llamada, ya no le preocupan su posible pobreza ni la propia imagen, e incluso desea estar con el Señor en los

últimos lugares, donde le llegarán los “vituperios”, como a Jesús.

Es un ejercicio que tiene en germen e introduce los temas de segunda semana. No se trata de alcanzarlos ya en este momento, sino sólo de introducirlos, de crear entusiasmo y vinculación por el proyecto y por el estilo del Señor, de abrir el corazón al *magis*.

Ignacio apela a los grandes temas y a los grandes relatos: «conquistar todo el mundo» [95,4] para ensanchar el corazón a las puertas de este nuevo período de los EE. El acompañante ha de procurar que el ejercitante idealista o ingenuo no caiga en la trampa del “salto adelante” que escamotee los temas reales (los pequeños relatos) de su vida, los que se juegan en campos de batalla mucho más simples y menos vistosos, pero que son sus luchas auténticas.

Los temas centrales de la parábola son: «no ser sordo a la llamada», el «conmigo», el *magis* (que provoca un corazón grande), el «querer, junto a Cristo, las contrariedades de la misión» (él las llama «humillaciones»), etcétera. Todos estos temas se le irán concretando a lo largo de la nueva semana y en el caso de los EVD son vividos con un inmenso realismo. Estos acordes le pueden ir resonando (unos días unos, otros días otros), mediante la oración del flash a lo largo de las jornadas.

La vulgaridad del cada día, trasciende por un corazón grande, desbordado, agradecido por la inaudita llamada.

## 5.2. El primero y segundo ejercicios [101- 109]

En la «contemplación de la Encarnación» Ignacio nos invita a observar a Dios en su Cielo y descubrir que no es «sordo a la llamada» de la realidad condenada de nuestro mundo [106-108], «sino presto y diligente», aunque sepa que esto le conllevará situarse en el último lugar, entre los que siempre pierden, vaciándose de su divinidad.

Enseguida nos traslada a Nazaret [107,3; 108,3], rincón mínimo de la geografía y de la historia. Intuimos que la Trinidad también contempla preocupada la conversación del Ángel y María. Si María fuera «sorda a la llamada», los planes de Dios quedarían desbaratados. La Trinidad, para realizar este tipo de redención, necesita ayuda y pide la colaboración de María. La criatura puede decir «no», desbaratando los planes divinos.

La vocación de María es prototipo de la del ejercitante. También él puede decir «no» a los planes de salvación del Rey Eternal, a que es convocado.

El Evangelio –“buena noticia” para los últimos– se concreta enseguida en Belén [110-117] donde se recogen encarnados en el Señor toda la pobreza y todos los “vituperios” que el ejercitante había suplicado en el coloquio del Rey Temporal [98,3-4] para poder así estar muy junto al Señor («conmigo»). Ignacio deja clara esta teología: «...para que

el Señor sea nacido en suma pobreza, y al cabo de tantos trabajos, de hambre, de sed, de calor y de frío, de injurias y afrentas, para morir en cruz» [108,2]

Encarnación y nacimiento, un buen paquete para: *a)* contemplar tranquilamente en el silencio; *b)* recogerlo en los flashes a lo largo de la jornada.

En los EVD el ejercitante va descubriendo al Señor «nuevamente encarnado» [109,2] en las cunetas de la historia, en tantas marginaciones con que se cruza; va reconociendo que el Señor le necesita para poder repetir hoy su «hagamos redención del género humano» [107,2]; va descubriendo, sorprendido, en su entorno personas que como María han dado su «sí» incondicional; y le sale de dentro entonar el Magníficat, cuando, como María, descubre que por él pasa la salvación para muchos, especialmente para los últimos.

Las contemplaciones en los EE en retiro, a menudo son de gran intensidad, «como si presente me hallare» [114,2], en los EVD el ajeteo y nerviosismo de las jornadas facilita menos la contemplación con el colorido del retiro, donde a menudo se está todo el día metido en la escena. La contemplación puede perder calidez, pero gana realismo. Los flashes del día son recogidos en los ratos de oración en silencio y la contemplación va pasando continuamente de la escena del siglo I a la del XXI, y viceversa, ganando en capacidad mística<sup>5</sup>.

---

5. Los autores de los evangelios son los que nos dan ejemplo del continuo “fusionar” la escena de los años 30 –los días del Jesús histórico– con la realidad concreta de los años en que escriben su evangelio, para una comunidad concreta. De esta manera el Jesús histórico es «el Señor» y es visto con una hondura mística transfigurante.

### 5.3. Una nueva forma de oración

En segunda semana se va creando un “idilio” entre el ejercitante y el Señor. Es una época agradable, íntima, de un caminar sereno descubriendo la forma como el Señor desea ser acompañado («conmigo»). Horas de contemplar en el silencio y de recoger en los flashes del día el contenido de los misterios de la vida del Señor. El ejercitante ha de descubrir su modo de oración para este nuevo período, que le facilite el «conocimiento interno del Señor, para que más le ame y le siga» [104].

En los EE en retiro Ignacio propone una oración contemplativa relajada y suave: «ver las personas, oír lo que dicen, mirar lo que hacen» [106]; convivir, estar al lado, percibir lo que el Señor hace, dice, siente; descubrir quienes son sus amigos, que estilo de vida prefiere, etcétera. La luz que desprende el Misterio que contemplamos se refleja en mí, es una oración un tanto pasiva. Como cuando en la playa no somos nosotros que tomamos el sol, es el sol quien nos toma a nosotros. La luz del Misterio se refleja en mí y me va transformando en lo contemplado.

Ignacio ofrece sólo dos Misterios para cada día para que puedan ser paladeados lentamente. El ejercitante contemplará cada uno de ellos en las dos primeras horas de oración y luego los repetirá en dos ratos más, para concluir en la aplicación de sentidos: estarse sin más con Jesús, que los sentidos espirituales se deleiten en él.

En los EVD el acompañante ha de ser buen pedagogo, ha de ayudar al ejercitante a encontrar su forma de oración

para los ratos de silencio retirado, que le facilite el encuentro personal e íntimo con el Señor, en medio de un ambiente tan distinto del de los EE en retiro.

Para que lentamente vaya entrando en la contemplación, a lo mejor será adecuado dejarle continuar con el método las «tres potencias» [45] que aprendió en primera semana, animándole, con todo a ir introduciendo ratos de silencio, cuando uno se para y contempla, como el excursionista contempla el paisaje en medio de una caminata trabajosa.

Puede sugerirle también que lea el texto evangélico por el *segundo* o *tercer modo de orar* [249-260], animándole a que luego tome una frase y la vaya repitiendo al estilo de un mantra a lo largo del día.

A algunos ejercitantes les puede ser útil la lectura pausada de capítulos escogidos de algún comentario de los evangelios. Una lectura subrayando, escribiendo reflexiones en la libreta, que incorpora cada vez más ratos de silencio o contemplación. Tal vez, a partir de aquí, le podrá introducir en el método benedictino de la *lectio, meditatio, oratio, contemplatio*.

La aportación EVD no es tanto el «como si presente me hallare» [114,2], cuanto el «como si el Señor presente se hallare en mi día». Traer a Jesús al siglo XXI a las escenas de su vida habitual, para que se vaya historiando la fe y evangelizando la vida; que se realice el “fundido” entre la escena del siglo I y la escena del ejercitante en el siglo XXI. Si en el Rey Temporal Ignacio veía al Señor entre «sinagogas, villas y castillos» [91,3], fusionando el siglo I con su siglo XVI, el ejercitante está invitado a

ver al Señor entre las barcas del lago, en los caminos y casuchas de los días del Jesús histórico y, a la vez, en las calles, oficinas, autobuses, familia, trabajo... del siglo XXI, donde el Señor continúa cada día presente «conmigo» (Mt 28,20).

Si los evangelistas, con las “tradiciones” que les llegan de los días del Jesús histórico, construyen una escena válida para el lector de su iglesia, encarnando el texto en las necesidades de cada comunidad, también el ejercitante ha de redactar su texto evangélico, donde estén presentes las personas y realidades de su día a día.

Por tanto, el ejercitante contemplará fusionadas la perícopa evangélica que le ocupa y su propia jornada. Cada vez habrá más unidad entre la oración retirada, la oración del flash a lo largo del día y el examen.

#### **5.4. Aplicación de sentidos [121-126]**

En los EE en retiro esta aplicación es la hora gratuita, de pasividad, cuando el Misterio trabajado a lo largo del día reposa tranquilamente en nuestro interior.

La aplicación de sentidos es una pieza importante de la pedagogía de los EE. En los EVD el acompañante verá como la puede recoger. Habrá ejercitantes más y menos dispuestos a ello. Se trata de llegar también en los EVD a niveles de mayor pasividad y gratuidad en la oración.

Tal vez en un momento tranquilo del fin de semana, sentado en el suelo, el ejercitante calla ante el icono, deja que “la música” de la semana resuene. O lee el texto, por enésima vez sin intentar

aprender nada nuevo, con el deseo de adoración, de postración. No se ha de convertir en un nuevo ejercicio activo de imaginación.

Hemos aprendido de Oriente a relajarnos recorriendo nuestro cuerpo, o sintiendo la respiración. Es análogo al ignaciano reseguir la escena con los cinco sentidos, que lentamente se le irán transformando en sentidos espirituales, gratuitos; uno ya no hace, sino que sólo recibe.

#### **5.5. Si el ejercitante se “encalla”**

Se puede “encallar” tanto por exceso, como por defecto; el acompañante ha de contar con ello, e incluso descubrirse lo si no se da cuenta. Las reglas de discernimiento le resultarán un utillaje de gran clarividencia.

a) Por defecto. Aunque estemos en segunda semana, probablemente todavía tendrá que recurrir a las primeras reglas [313-327]. Todavía tendrá que desmitificar la desolación, la sequedad que fácilmente ronda al ejercitante deseoso, golosamente, de “caricias” o de consolaciones sin cruces (¡apariciones pascales escamoteando la pasión!); puede que el ejercitante, en algunos aspectos, todavía se mueva por la sensibilidad, por el “encontrarse bien”, que no haya superado todavía la primera semana.

Que no se paralice cuando llegan los momentos en que todo se gira contra sus piadosos ejercicios, cuando todo, por dentro y por fuera, le parece un «tristar, morder y poner impedimentos» [315,2]. El acompañante le enseñará que la desolación es también un ejercicio, y de

gran importancia. Le sugerirá contemplar las situaciones que provocan desolación al Señor y cómo su camino de repartir buena noticia está continuamente acechado por el «morder, tristar y poner impedimentos», incluso, desconcertantemente, de los líderes que ostentaban el poder religioso de su tiempo.

b) Por exceso. También podría encallar acosado por dificultades y autoengaños más sutiles, cuando rebosando de «consolación aparente» atribuye al “buen espíritu” mociones, sentimientos, decisiones... que vienen causadas por espíritus ambiguos o disfrazados de «ángel de luz» y que entran con «falza buena intención» para «salirse con la suya» [332].

Recuerda Ignacio en la *Autobiografía* que, cuando empezaba sus estudios en Barcelona, tuvo que superar el sibilino engaño de las agradables consolaciones que le venían durante el tiempo dedicado al estudio y que le impedían avanzar, hasta que descubrió que no podían ser de Dios, sino del engaño revestido de «ángel de luz» [*Autob.*, 54-55]. Buen maestro de la sospecha, nos pone alerta ante las manipulaciones y autoengaños. Por ello, el acompañante, cuando tema que su acompañado pueda caer en estas trampas, le ha de comentar algunos de los avisos «para una mayor discreción de espíritus, más propios de segunda semana» [328-336].

## 6. EL «CUARTO DIA» DE SEGUNDA SEMANA [136]

---

En los EE en retiro, Ignacio propone que a partir de este día se le den al ejercitante los previos para que empiece a disponerse para descubrir o concretar la llamada que recibe del Señor, sea en forma de alguna «elección» que tiene pendiente y que cambiará el curso de su historia, o en forma de una profunda «reforma de vida». Ignacio propone que la «elección» o «reforma» se vaya resolviendo en el resto de los días de la segunda semana, que él supone que van a ser ocho [158-161], de manera que la tercera y cuarta semanas sean «confirmación» de las decisiones tomadas. En

nuestro siglo XXI, el acompañante de EE en retiro, a menudo tiene la impresión de que el tiempo dedicado a esta etapa es un tiempo psicológicamente insuficiente. La psicología actual no siempre permite que el ejercitante esté “dispuesto” tan pronto.

Los Ejercicios en la vida diaria permiten alargar el proceso para que la psicología pueda acogerlo tranquilamente; las decisiones a tomar se maduran lentamente, a lo largo de las semanas necesarias, tanto en los silencios de la oración, como en medio del realismo de la jornada.

## 6.1. Lucidez contra engaño: «Las dos Banderas» [136-148]

El ejercitante se ha adentrado ya en el «conocimiento interno» del Señor, ha pasado días contemplando los misterios de la vida de Jesús. Decíamos antes que ha empezado «un idilio entre el ejercitante y el Señor». Ignacio quiere recordarle ahora, de manera sintética, el talante de Jesús, contrapuesto al talante que propone el «príncipe de este mundo» (tal como constató en primera semana). Le va a exponer con toda claridad en qué consiste la verdad de Jesús, «la vida verdadera» [139,2].

Ya optó por ella en el Rey Temporal, noblemente, pero quizá con un cierto talante de neoconverso. Entonces se ofreció a los “máximos”, con un deje de voluntarismo tal vez, aunque le comportara «pasar injurias, pobreza...» [98,3]. El ejercitante de EVD: a) en sus ratos de contemplación silenciosa ha recibido «conocimiento interno» y se ha enamorado del estilo de Jesús, ha comprobado las contradicciones que al Señor le comporta («injurias, pobreza...»). Y b) en medio de sus jornadas ha visto actuando por doquier al Príncipe de este mundo (presente en «todo el mundo, no dejando provincias, lugares, estados, ni personas algunas en particular» [141,2], y por tanto también en él, en su entorno tal vez muy cristiano y en la atmósfera que respira. En el día a día ha experimentado el contraste, entre el espíritu de las Bienaventuranzas (Mt 5,1-12) y el que proponen a Jesús las tres tentaciones del Desierto (Mt 4,1-11).

Por esto pedirá lucidez [139] y humildemente «suplicará» [147] ser elegido bajo la bandera de Cristo. En los

EVD es una petición nada ingenua. El ejercitante sabe que el “mundo” le va situando, sin que él casi se dé cuenta, bajo el *poseer*, el *prestigio* y el *poder* (las tres ‘p’, las tres tentaciones del desierto), primero «enredando» con propuestas menores, que lentamente van «encadenando» la libertad [142]. Sabe que estar con Jesús (el «conmigo» del Rey Temporal), pasa por sus contrarios: el *ser*, la *sencillez* y el *servicio* (las tres ‘s’), el descentrarse, liberarse de las pulsiones de apropiación: «salir del propio amor, querer e interés» [189,10].

Ignacio lúcidamente indica que la escala del Mal es una progresión: que nace en el afán de *riquezas* (no sólo monetarias...!), que lleva a la *vanagloria* y culmina en la *soberbia*. Por su parte, la escala del Bien tiene su inicio en la *pobreza*, que posibilita el vaciamiento de las *humillaciones* (injurias y vituperios) y sitúa en la *humildad* (nuestro auténtico humus, la verdad), tierra fértil donde pueden brotar todas las virtudes [146,6].

El acompañante ayudará al ejercitante a traducir las dos series de tres palabras, para que no se le escape la concreción a su realidad personal. A lo largo de sus días y semanas tal vez pobreza, humillación... se le traduzcan por los fracasos, aislamientos, fatigas... que ha de ir encajando.

La pedagogía de este ejercicio está en que el ejercitante no hace propósito voluntarista de cambiar, sabe que tenderá a colocarse bajo la bandera del Príncipe de este mundo (y con este realismo empieza a situarse en humildad). Por esto pide ser «recibido» bajo la bandera de Cristo [147]. Estamos lejos del «quiero y deseo y es mi determinación»



(¿ingenuo, adolescente, voluntarista...?, pero seguramente necesario en la pedagogía de crecimiento) del coloquio del Rey Temporal [98,2]. Ahora es el maduro «pedir gracia para que yo sea recibido» bajo una bandera a la cual no voy a ir, aunque conozca que en ella está la vida verdadera.

El coloquio sabe a realismo repetido a lo largo del día con la ayuda de la oración del flash.

El acompañante, al llegar a este momento, sabe que el ejercitante probablemente todavía no haya sido puesto bajo la bandera del Señor. Que no se angustie, no es tema de voluntarismos, ni de prisas. Que sea buen pedagogo que no pretenda ir un paso por delante del Espíritu.

## 6.2. Binarios [149-157]

Un nuevo ejercicio de lucidez para que descubra si hay intocables en el camino de su “seguimiento” del Señor. El ejercitante se descubre con su capital de *ducados*, poseídos lícitamente, pero no a causa del “seguimiento”, ante los cuales no tiene la indiferencia de que hablaba el Principio y Fundamento. Se descubre en el «segundo binario», descubre sus afecciones desordenadas, descubre que respira mundo. Los segundos binarios son los que hacen mediocres nuestro seguimiento.

A veces, en este momento, se puede dar una regresión a primera semana (quizá no realizada en su día con suficiente profundidad) y descubrir el propio pecado, el desorden de las operaciones y que es movido por el estilo de este mundo [63]. A menudo ahora se le

hace transparente el título que da Ignacio a los EE: «Ejercicios Espirituales para vencerse a sí mismo y ordenar su vida, sin determinarse por afección alguna que desordenada sea» [21].

Ante sus «afecciones desordenadas» (afección a los *ducados* lícitos, pero no poseídos por puro amor de Dios) [150,1], no reacciona –igual que en Banderas– con voluntarismos, sino insistiendo en la petición de «ser puesto» bajo la bandera del Señor [156], de «ser puesto» con el Hijo.

## 6.3. Dos elemento más

Estamos en un momento de los EVD de gran realismo y de gran vigor, zarandeado a cada momento por las dificultades y ambigüedades diarias. Es importante la entrevista semanal donde el ejercitante pueda recibir contraste.

Para estos días propone también Ignacio que se le expongan unas reflexiones sobre «tres maneras de seguimiento» [165-168]. La tercera manera es la de la fractura de todos los paradigmas racionales, la locura de la cruz «escándalo para judíos y estupidez para griegos» (1Co 1,23).

También es este momento adecuado, si no se ha hecho antes para comentarle la segunda serie de «reglas de discernimiento» (ver 5.5.) como pedagogía de la sospecha sobre seudomisticismos y sobre falsas consolaciones en que puede caer con infinita candidez. El ejercitante se ha de ir purificando de la sensibilidad y del narcisismo, como motores de su “seguimiento”. Puede ser útil ofrecerle leer algo de San Juan de la Cruz.

#### **6.4. Que el acompañante no sea rígido sino buen pedagogo**

Se ha de mantener siempre un paso por detrás del Espíritu.

El ejercitante ha de digerir lentamente toda la “artillería” del cuarto día de manera amable, relajada; contemplando al Señor, acompañándole muy de cerca. Solamente de aquí nacerá el deseo de repetir una y otra vez los «Coloquios de Banderas y Binarios» [147].

Que el acompañante no sufra si descubre ciertos rechazos. Ha de dosificar la materia para que pueda ser asimilada. Nada más lejano a Ignacio que los fun-

damentalismos ignacianos. Si el ejercitante no acaba de entrar, que no le fuerce, ni le manifieste desagrado. Le ha de transmitir paz y animarle a hacer los diversos ejercicios según sus posibilidades. Tal vez hasta tercera semana no madure el mensaje del «cuarto día» que estamos comentando.

Llegados a este punto del proceso, el acompañante ya puede entrever si su ejercitante culminará el proceso o si sólo llegará a los objetivos previstos para primera semana. Que no se inquiete. En su oración ha de reconocer, una vez más, que él es sólo un vicario del Espíritu, que el Espíritu tiene sus caminos y tiempos, diferentes de los nuestros.

---

## **7. CONCRETANDO**

### **7.1. Señor, ¿qué queréis de mí?**

El libro de los Ejercicios propone que después del «cuarto día», al tiempo y con el amable trasfondo de la contemplación de los misterios de la vida del señor, el ejercitante empiece a preguntarse «en qué vida o estado se quiere servir de nosotros su divina majestad» [135,4]. En los EVD el proceso no está constreñido por el factor tiempo. El acompañante le sugerirá que entre en las «concreciones» cuando le vea preparado.

Las decisiones que tome estarán empaçadas del gusto de horas de estar con el Señor, contemplándole. La pedagogía que pretende Ignacio quedó ya in-

sinuada al principio de la segunda semana. No se trata directamente de “hacer propósitos”, sino de haber sido alcanzado por el conocimiento interno, que provoca el amor. En estas circunstancias al ejercitante se le ha ido “pegando” el estilo de Jesús, y sin darse cuenta descubre a si mismo siguiéndole [104], descubre que ya ha concretado y que tiene la elección en las manos. En los EVD esto resulta más patente. Uno ha ido cambiando casi sin darse cuenta.

Con todo, a menudo, será oportuno que el acompañante le proponga que vea si ya se le va concretando qué le pide el Señor, para que le siga de cerca,

como el Señor desea ser seguido. Tendrá que proponerle que vaya entrando en la elección o reforma de vida.

Estamos llegando a un momento crucial de la mística ignaciana. La “unión” con Dios se encuentra en la “comunió”, la coincidencia de voluntades, en el «conmigo» del Rey Temporal. Es aquí donde el servidor de la misión de Cristo experimentará la mística de «encontrar a Dios en todas las cosas». El acompañante tendrá que valorar si el ejercitante está dispuesto. Valorará, por ejemplo:

– Si se sitúa en la indiferencia del PyF, recordada ahora en el Preámbulo para hacer elección [169,2-3] y en la parábola de los Binarios.

– Si ha llegado a una importante “connaturalidad” y amistad con el Señor.

– Si ha contemplado suficientemente el camino de Jesús y le ha brotado seriamente el deseo de seguirlo.

Desde aquí podrá sugerirle que se vaya preguntando: «qué quiere de mi el Señor ahora». Es posible que empezara los EVD con alguna pregunta crucial que tenía que resolver; en aquel momento se le indicó que la aparcara para cuando llegara el *kairós* apropiado. Quizá la pregunta le ha ido surgiendo a lo largo de los EE. También puede ser que el acompañante mismo le sugiera (con discreción y con libertad) algunos puntos que a lo largo de las entrevistas ha ido intuyendo que pueden ser los temas de su reforma de vida.

## 7.2. Tres situaciones de elección

Ignacio contempla tres situaciones vitales, tres *kairós* (tiempos) en que se pue-

de encontrar el ejercitante a la hora de concretar.

– El primero no es excepcional, «cuando Dios nuestro Señor así mueve y atrae la voluntad, que sin dudar ni poder dudar, la tal ánima devota sigue a lo que es mostrado; así como San Pablo y San Mateo lo hicieron en seguir a Cristo nuestro Señor» [175].

– El segundo [176] tal vez sea el más habitual y propio de los EVD. El ejercitante tiene bien definida y concretada la cuestión a discernir, pero no la va a gestionar como “trabajo” de reflexiones, papel y lápiz. El tema no son las elecciones, sino la contemplación de los Misterios de la Vida de Cristo (en medio de los altibajos de consolación y desolación, más evidentes en la compleja vida ordinaria), el continuar el «idilio con el Señor» de que hablamos antes. En sus ratos de examen sobre la oración y la jornada (y en la entrevista) va constatando, a menudo a través de “mociones” contradictorias, que se le va resolviendo la cuestión planteada. Mientras se va empapando del Señor, se le va mostrando por connaturalidad la respuesta a sus preguntas. El estilo de Jesús se le ha ido “pegando”, ya no elige, se descubre elegido, se encuentra con la elección en las manos. Y adora al Espíritu Santo que se le ha hecho presente en su camino.

– El tercer tiempo [177-187] sí pide dedicación explícita y hay que recurrir a él cuando por los dos primeros no se encuentra la voluntad de Dios. Supone ratos de oración sobre el tema y ratos de reflexión. Ignacio propone dos metodologías pedagógicas para ir trabajando, la de los pros y los contras [178-183] y la

del realismo de la opinión venida de fuera [185] o de la hora de la verdad, la de la muerte [186].

A veces conviene que quien se ha descubierto elegido por el segundo tiempo pase su elección por el tercero, para darle solidez, especialmente cara al futuro, ante posibles dificultades que la puedan tambalear.

Probablemente, parte de los ejercitantes no han de tomar opciones sobre su vida para que cambie el rumbo de la misma («elección»), sino que lo adecuado es una «reforma de vida» [189] para que su manera de situarse en ella

resulte seguimiento que nace del conocimiento interno y del amor.

Los EE, aunque sean en la vida ordinaria, son muy eremíticos, la “instancia eclesial” tiene en el acompañante uno de sus pilares esenciales. A él le tocará “benedicir” una elección que ha seguido, pero en la que no ha movido ni un ápice la voluntad de su acompañado [15,5-6]. Cuando vea que el ejercitante ha llegado a su elección o reforma de vida, le propondrá que la “presente”, solemnemente, al Señor, y que le pida recibir de él confirmación en el proceso que le queda de EE.

## 8. TERCERA Y CUARTA SEMANAS

---

### 8.1. Control de calidad de la elección

El libro de los EE es breve en las instrucciones y propuestas para la oración de estas dos semanas. Para la tercera semana Ignacio supone siete días, para la cuarta, no lo especifica. El peligro, en los EE en el retiro, es que esta etapa se acorte por falta de tiempo. No tendría que ser así en los EVD, cuando pretenden emular al mes completo de EE.

La elección o reforma de vida, para que sea firme, ha de pasar el “control de calidad” de los Misterios del fracaso y del triunfo del Señor. Dijimos que en la elección se centralizaba la mística ignaciana de la unión, una mística que no tiene sus comparaciones tanto en la mística

ca sponsal del “cara a cara”, cuanto en el cálido “codo a codo” (conmigo) que presenta el Rey Temporal.

El *Directorio* oficial recoge la experiencia de medio siglo de EE, cuando indica que «en esta tercera semana se consolida y reafirma la elección ya hecha» (n. 240). Tal vez la pedagogía del acompañante habrá introducido ya al ejercitante en la materia y en los objetivos de tercera semana sin haber cerrado el tema de las decisiones a tomar para que su seguimiento sea coherente con el conocimiento interno y el amor que ha pedido insistentemente. Ya hemos comentado antes que la psicología actual, tal vez sea más lenta, para tomar decisiones, que la de los días de Ignacio y por

tanto, no hay que extrañarse si la decisión no queda cerrada en acabar los EE sino en un acompañamiento posterior. Los EE habrán servido para plantear en un contexto de intimidad la elección.

## 8.2. Acompañar la pasividad y el fracaso

El acompañante de EVD es muy consciente de la dificultad para llegar, en medio el ajeteo de la vida, al «dolor / gozo con Cristo» [203 / 221] de manera piadosa e íntima, como desearía Ignacio, siguiendo la tradición medieval del *Stabat Mater* («*fac me tecum pie flere*»). En los EVD uno se encuentra más cercano de la mística de Cireneo, quien es obligado por los esbirros del Imperio a cargar con la cruz de alguien que le es del todo ajeno, cuando volvía del campo a casa. A menudo el ejercitante descubre que va por la vida llevando cruces ajenas y propias, previstas y no previstas, que rompen sus cálculos, que no había sospechado, ni buscado. Y descubre que de una manera u otra, son fruto del seguimiento, del combate por el Reino y su justicia.

Acoge, como Cireneo, el dolor y quebranto (propio y ajeno), descubre que es «dolor con Cristo quebrantado».

En los EVD, el dolor que pide para sí el ejercitante, se lo encuentra (¡primero, con toda seguridad, contrariado!) en muchas esquinas de su jornada en su propia vida y en su entorno. Gana sensibilidad para captar las cruces de la historia. Probablemente llegue a dolerle

ver el telediario o leer el periódico. Seguramente se sienta movido a peregrinar para besar las heridas del crucificado que tiene su “templo” en tantos márgenes de la geografía. Nuevamente, en primera semana, verá en fundido la «pasión de Cristo y la pasión del mundo». Y ganará sensibilidad ante la frustración, las heridas, los fracasos, las pérdidas, los duelos, los quebrantos [203].

Acompañando y acompañado de Cristo, le va surgiendo una nueva manera de hacer y de situarse, una nueva filosofía de la vida, que lentamente irá saboreando (aunque sea amarga), al «considerar cómo la Divinidad se esconde», es a saber, cómo podría destruir a sus enemigos, y no lo hace, y cómo deja padecer la sacratísima humanidad tan cruelmente [196]. Interioriza las actitudes de Jesús en la pasión, huye de las venganzas, aprende a poner la otra mejilla (Mt 5,39). Acoge la pasividad, descubre que no sólo se sirve al Señor en la acción, sino también en la pasión<sup>6</sup>. También la oración se hace más pasiva, y las pasividades del día se le hacen más claramente oración.

Al contemplar al Señor expoliado de su «propio amor, querer e interés» [189,10], el ejercitante aprende a descentrarse: el interés se encuentra ya no en él sino sólo en la persona del Señor. Como quien acompaña a un enfermo, se encuentra quebrantado él mismo porque ha puesto su centro en el otro. Precisamente esto será para él “consolación”: tener pena, sentirse mal... con Cristo.

---

6. Hay una evolución desde el «qué he de hacer por Cristo» de primera semana [53,2], al «qué he de hacer y padecer por él» de esta tercera semana [197].

### 8.3. Acompañar el gozo y la gloria [218-225]

Análogo estilo de oración pasiva (como el que acabamos de exponer para la tercera semana) es el indicado para acompañar y alegrarse del gozo pascual del Señor, tanto en los ratos de silencio, como en la “música de fondo” a lo largo del día. El contenido de la semana es alegrarse y gozarse intensamente de tanta gloria y gozo de Cristo nuestro Señor [221], porque el Padre ha revalidado la vida del Señor. Continúa la dinámica del conmigo; el gozo del Señor y el del ejercitante, coinciden: «para que siguiéndome en la pena me siga también en la gloria», decía el Rey Eternal [95,5].

En la oración retirada, se contemplan algunas de las diversas catequesis de las apariciones. A lo largo de la jornada, los ojos purificados por el proceso de los Ejercicios, descubren la aparición pascual en tantos momentos y rincones del día, en medio de la dialéctica del «ya sí/todavía no» del Reino que con la Resurrección se ha hecho presente.

Ayudado por la “oración del flash” descubre primicias de Reino por doquier, todo se le transfigura, todo le es signo y milagro. En su tiempo de examen sería bueno que las contabilizara, agradecido y adorante. Todo es «aparición del Resucitado.

Es un período para caminar por la complejidad de la jornada con el “arte de bendecir”<sup>7</sup>, cuando tan a menudo an-

damos por ella contrariados, disgustados, decepcionados, maldiciendo. Bendecir, significa «decir bien»; nos devuelve al alabar, hacer reverencia y servir [23,2], con que iniciamos los EE,

No se trata de un gozo ingenuo, puesto que el Resucitado es el Crucificado. Un Resucitado que continúa con las llagas de los heridos de nuestro mundo. Con unas manos y pies que (como explicará Jn 20,25-27) llevan las marcas de los clavos. El Señor es un “superviviente” de los infiernos de nuestro mundo, de las frustraciones, desengaños, desilusiones... Sus llagas no desaparecerán nunca; son las mismas llagas de los fracasados y de los torturados de todos los tiempos.

El gozo pascual en los EVD puede resultar un gozo más maduro, y por ello mucho más profundo y duradero.

El Resucitado no se diferencia en nada de los que han de cargar pasividades toda la vida, como tantas cruces que han de encajar el ejercitante. Pero ahora sus manos y pies ya no le causan dolor ni turbación, son luminosas, puede enseñar y hablar tranquilamente de sus heridas ya no son fuente de rompimiento. Tienen poder sanador porque nos revelan a todos los propios “quebrantos”. Las personas heridas y reconciliadas, como el Señor, son reconciliadoras<sup>8</sup>. Entienden las heridas de los demás, no van por la vida altivamente, como los fariseos que critican al Señor porque come con los pecadores, los “heridos” (Lc

7. Título de un sencillo y provocador libro P. PRADERVAND, *El arte de bendecir*; Santander-Bilbao, Sal Terrae, 2000.

8. «Mirar el oficio de consolar, que Cristo nuestro Señor trae, y comparando cómo unos amigos suelen consolar a otros» [224].

15,1). La cruz será agente del mundo nuevo reconciliado, porque el Señor puede decir con credibilidad que la cruz no es la última palabra.

Por esto el ejercitante descubre que cada aparición pascual contiene un envío a la misión. Escucha de nuevo que es enviado a su misión, la que se le concretó en la elección o reforma de vida.

Las peticiones de tercera y cuarta semana nos sitúan en la “vía unitiva”, son gracias místicas que el ejercitante ha de pedir con toda humildad. El acompañante, tal vez, de manera prudente, podrá indicarle que empiece humildemente con la petición de segunda semana y que sea el Espíritu quien le sitúe en la gracia de los niveles más gratuitos de tercera y cuarta semana.

#### 8.4. Encontrar a Dios en todas las cosas [230-237]

Las apariciones de los evangelios remiten al ejercitante a la gran aparición que sugiere la *Contemplación para alcanzar amor*: «encontrar a Dios en todas las cosas». Es la aparición pascual en todas las horas y en todas las cosas. Por esto puede ser idóneo proponerla a mitad de la cuarta semana para que ilumine el camino del resto de los días. Los cuatro puntos [234-237] que propone Ignacio

ayudan a verlo todo con un corazón y unos ojos nuevos. El ejercitante, al contemplarlos, se descubre «en todo amado y servido» por el Señor que le posibilita, a su vez, «en todo amar y servir a su divina majestad» [233]. Es una música que le acompaña todo el día y que le envía a la misión de la vida de cada día.

A lo largo del día, con la pedagogía de la oración del flash, cobra especial realce la repetición de una u otra frase del «Tomad Señor y recibid» [234,4-5].

Hemos estado tres semanas contemplando los misterios de la vida de Cristo, ahora se nos propone contemplar los misterios de la vida que el Espíritu crea por doquier. Un Espíritu inmanipulable (Jn 2,8), que no se deja domesticar por “mediaciones”, prácticas, cultos, organizaciones...<sup>9</sup> La gran experiencia pascual remite a un total “más allá” de nuestros mundos, incluso religiosos, estrechos. Nos lanza al *Deus semper maior*. Somos conducidos a descubrir a Dios presente también, allá donde no le esperábamos, en ambientes seculares, profanos, en mundos que considerábamos ajenos a Dios, agnósticos...<sup>10</sup>

Las apariciones pascuales que relatan los evangelios y la aparición pascual que relata la «Contemplación para alcanzar amor» remiten a la vida de cada día<sup>11</sup> a la vez que adoran a Jesús, constituido Señor en la dimensión escatoló-

---

9. Recordemos el «immediate» ignaciano [15,6].

10. En época de globalización podríamos añadir también, el reto de descubrir el Espíritu en otras tradiciones religiosas que al ejercitante le pueden resultar lejanas, pero en las que, cuando se acerca a ellas, descubre la libertad del Espíritu Creador.

11. Remito a mis comentarios de los evangelios de Marcos y Lucas donde intento mostrar que el Señor Resucitado se “ve” en el retorno a Galilea (Mc), y que «en los caminos de la vida se hace presente el Señor» (Lc), *Jesús, el Galileo* (editado por Narcea y reeditado por Cristianisme i Justícia, 2006); y también *Los últimos y los primeros días de Jesús el Señor*, Santander, Sal Terrae, 2006.

gica. Gozan con el Dios «totalmente Otro» y con el «Dios de las cosas pequeñas» de cada día. Son el tránsito al período posterior a los EE.

\* \* \* \* \*

El proceso de los EVD se acaba, pero no de manera brusca, como acontece a veces en los EE en el retiro, cuando el

ejercitante marcha lejos del acompañante y de la Casa de Ejercicios. Así como es importante que los EVD tengan una fecha tope y no se alarguen indefinidamente (o vayan apagándose lentamente), también es prudente que Ejercitante y Acompañante programen un período post-ejercicios, sea con el acompañante mismo de EE, o con otra persona o comunidad de referencia.



## APÉNDICE 1. SUGERENCIAS PARA LA ORACIÓN

---

### **PREVIOS INDISPENSABLES (brevemente)**

1. Un rato antes, empezar ya a serenarse, a relajarse, a pensar en la oración; a desear encontrarse con el Señor.
2. Al empezar, concienciar que estoy ante Dios, el Padre, o ante Jesús, el Amigo: saludarle cordialmente, reverentemente.
3. Pedir al Espíritu su “fuerza” para que: saque el fruto concreto de esta hora de oración.

### **PARTE CENTRAL**

1. RECORDAR (mejor si es en diálogo con el Señor, con el Padre, el Espíritu) los puntos que más me han interesado del tema.

REFLEXIONARLOS, pensar porqué son importantes, qué ocurre cuando las cosas no funcionan así.

PASAR DEL SABER AL SENTIR, del entendimiento al corazón. (Pedir al Espíritu Santo que transforme en carne nuestro corazón de piedra).

2. Después tomar la fotocopia resumen y leerla lentamente.

- Subrayar lo que más me impresiona.
- Escribir notas más.
- Sacar reflexiones y aplicaciones a la vida.
- Desear que se cumpla el tema, etcétera.

Todo ello en DIÁLOGO con Jesús o el Padre

- A menudo el diálogo se convertirá en PETICIÓN.
- Se rezará un SALMO que exprese los sentimientos del momento.
- A menudo uno dejará de hablar palabras para limitarse a CONTEMPLAR.

Habrán entonces un silencio denso, como la madre que mira a su hijo (ya no le hablan palabras, sino sólo afecto, vivencia...); como el que mira la inmensidad del mar o la belleza del fuego...

La idea es que el tema fundamental vaya calando hondo.

## **FINAL**

1. Hacer un largo coloquio con Jesús o el Padre, que resuma todo lo que se ha sentido y pensado durante este rato de oración. (Puede ayudar escribirlo).
2. Escribir resumidas las principales ideas sentidas por dentro. Ver por qué la oración me ha ido bien o mal. Así se va confeccionando el diario de ruta que iremos recorriendo.

## APÉNDICE 2. EXAMEN

---

### 1. Recibir el día. Agradecimiento

ACOGERLO: que el día repose tranquilo en mi corazón, ante Dios.

Con un adjetivo: AGRADECIDAMENTE. Recibir el día como don.

- Hay que contabilizar las gratitudes de Dios, mías, de los otros (e ir cantando tras cada una: «porque su amor no tienen fin»).

(Un método: los 4 puntos de la «Contemplación para alcanzar amor»).

### 2. Pedir gracia

Porque no se trata de un ejercicio ético (de encontrarme ante un código moral), ni de la “culpa” psicológica, ante mi yo.

Sino de:

- “SORPRENDER” a Dios; abrirme a la “sospecha”, desmontar mis defensas.
- DISCERNIR!: encontrar los hilos de mi vida en medio del movimiento de espíritus.

### 3. Ver cómo me ha ido

a) No dejar escapar las mociones

- Nuestra jornada es un continuo de sentimientos, vivencias, estados de ánimo, contradicciones...
- Constatarlas / discernirlas. Que no pasen simplemente al subconsciente sin digerirlas.

- Escuchar lo que van escribiendo los espíritus con sus mociones.
  - ... tal vez la dura actividad de la jornada (o la poca sensibilidad, o la tarea que pide todo el hombre...) no me lo ha permitido. Ahora es el momento para recogerlas.
- b) No dejar escapar las acciones del día. Pasar la película del día, acoger su sacramentalidad. Una manera de hacerlo:
- En la oración contemplamos la escena evangélica del s. I como si presente me hallase.
  - Ahora se trata de contemplar la escena del siglo XXI, como si presente se hallare en mi jornada. Es el «conmigo» del Rey Temporal. De hora en hora... mirando el pensamiento, palabra, obra...

#### 4. Dar gracias / dolerme

Acoger el mensaje de la jornada que se ha hecho patente en el discernimiento.

- Traerá consigo petición de perdón / agradecimiento

Atención a la “culpa” psicológica.

- No buscar el dolor por haber quedado mal ante mi imagen. Ignacio espera: vergüenza, confusión, pena, lágrimas... de quien se mira ante el espejo del Crucificado.

Ante tanto recibido, ante el perdón acogido, surge la reciprocidad: «Tomad Señor»...

#### 5. La mirada al mañana

A lo largo del examen se ha manifestado el “deseo”, lo que uno quisiera para mañana.

- El propósito de la enmienda no es voluntarista es pedir lo que quiero.

Día tras día se van patentizando (= 2º tiempo de elección):

- Los hilos del tejido que el E.S. escribe en mi vida.
- Lo que el Señor quiere de mi.
- Lo que me hace coherente con lo más profundo de mi ser
- Se va afinando la mirada: fruto de los pequeños discernimientos diarios y del gran discernimiento que uno va haciendo para encontrar los hilos de su vida.

## APÉNDICE 3. ENTREVISTA

---

El cambio de impresiones con el / la acompañante te ayudará a concretarte y a sintetizar. Permitirá que el método se adapte y personalice a tu manera de ser y a tus necesidades.

Y sobre todo es una manera de mostrar que el camino de acceso a Dios no es simplemente individual, hay que tener presente la dimensión comunitaria, en este caso expresada por el diálogo con el acompañante como Maestro espiritual.

Prepara la entrevista, no la improvises sobre la marcha. Te será mucho más provechosa.

Te proponemos algunas pistas.

### **1. Ponle un título a la jornada.**

Un título quiere expresar en tres o cuatro palabras todo el contenido de una película, novela, libro...

– ¿Qué título le pondrías?

### **2. La ORACIÓN (los ratos largos, los flashes, el examen).**

a) ¿Cómo te ha ido, de qué manera la has hecho...?

b) ¿Qué mociones y vivencias principales has tenido en ella?

c) ¿Cómo te ha ido el rato de oración en que, por la noche, recoges la jornada?

d) Si te parece oportuno, lee al acompañante algunos fragmentos de lo que has escrito (han de ser textos breves y seleccionados).

Comprueba si las diversas vivencias y mociones convergen, si tienen algún denominador común..., ¿qué nos dice el Espíritu por ellas?

### **3. OTROS SENTIMIENTOS, HECHOS O ACONTECIMIENTOS DEL DÍA.**

- a) ¿Cómo los has acogido, cómo has reaccionado?
- b) ¿Cuáles han sido los sentimientos y mociones importantes de los diversos momentos?
- c) ¿Te parece que traen algún mensaje, que quieren expresar algo?

### **4. Las ADICIONES.**

- a) ¿Las voy cumpliendo y adaptando a mi manera de ser?
- b) ¿Voy adentrándome en el Desierto, me mantengo en él?

Es bueno repasarlas con frecuencia una a una.

### **5. Te parece que se van realizando los OBJETIVOS que se pretenden en los últimos ejercicios?**