

Los Ejercicios Espirituales hoy

En la mistagogia de los Ejercicios y en el camino recorrido por el ejercitante, descubrimos que seguir a Jesús es prolongarle en el presente con todas las circunstancias personales y sociales. El estilo de Cristo es una forma de vivir que se edifica sobre roca. Es la alternativa positiva a la hora de tomar decisiones en las dificultades y encrucijadas que se nos presentan con frecuencia.

La actualidad de los Ejercicios Espirituales es impresionante, por la celestial sabiduría que encierran, la cual trasciende el espacio y el tiempo; por la autoridad del Magisterio de la Iglesia que los ha recomendado ininterrumpidamente. Por las necesidades apremiantes de la época en que vivimos, marcada por una tremenda crisis de valores. Por los extraordinarios frutos cosechados en las tandas de ejercicios, y por las numerosas conversiones que han obrado y siguen influyendo continuamente en la espiritualidad de millones de almas al cabo de más de cuatro siglos.

“La escuela de los Ejercicios Espirituales sea fragua de hombres nuevos, de cristianos auténticos, de apóstoles comprometidos. Es el deseo que confío a la intercesión de la Virgen, la contemplativa por excelencia, la maestra sabia de los Ejercicios Espirituales”. (Juan Pablo II, Ángelus 16-XII-1979)

Quien hace Ejercicios Espirituales realiza en sí mismo un trabajo personal que le hace descubrir el manantial: Cristo, y en Él, el Agua Viva de Dios, desde una espiritualidad que sana porque comunica el amor incondicional de Dios.

San Ignacio invita a acabar las meditaciones o contemplaciones con un **Coloquio** bien sea a Dios Padre, bien a Cristo nuestro Señor o a la Virgen María *“se hace propiamente hablando, así como un amigo habla a otro, cuándo pidiendo alguna gracia, cuándo culpándose por algún hecho, cuando comunicando sus cosas y queriendo consejo en ellas”*.

El itinerario se concreta en amar y servir con la ofrenda personal, como muestra la conocida oración de san Ignacio:

“Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer; Vos me los disteis; a Vos, Señor, lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad; dadme vuestro amor y gracia, que ésta me basta” [234]

Bibliografía y fuentes:

- Dalmasas y Jordana, Cándido de, S.I., “Ejercicios Espirituales. Introducción, texto y notas”. 2ª ed. 1990
- Cervera Barranco, Pablo, “Operación a corazón abierto”
- Encíclica “Mens Nostra” del Papa Pío XI sobre los Ejercicios Espirituales (20-XII-1929)
- Obras completas de San Ignacio de Loyola. BAC

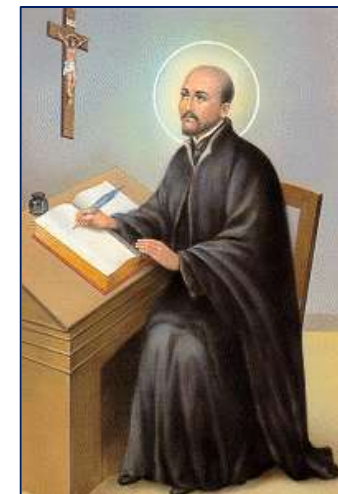
Díptico formativo: Pilar Rivas

Los Ejercicios Espirituales San Ignacio de Loyola

Semblanza

ÍÑIGO LÓPEZ DE LOYOLA, Nació en el año 1491, en la casa-torre de Loyola, Azpeitia (*Guipúzcoa*). Más tarde cambiaría su nombre por **IGNACIO**. Murió en Roma en 1556.

En la primera etapa de su vida fue educado en la corte, y siendo diestro en las armas participó en la defensa de Pamplona contra el ejército francés; batalla en la que resultó gravemente herido en una pierna y malherida la otra. Este hecho sería determinante en su vida, pues durante su larga convalecencia la lectura de libros religiosos y de la vida de Cristo lo llevaría a profundizar en la fe católica y en la imitación de los Santos, siendo este tiempo el inicio de su conversión. Propuso entonces peregrinar a Jerusalén, pasando antes por el Monasterio de Montserrat y Manresa, donde se produce el cambio drástico en su vida. De esta experiencia comienza a desarrollar sus **Ejercicios Espirituales**.



En 1539 Ignacio de Loyola funda la **Compañía de Jesús** (*Societas Jesu, S.J.*) orden religiosa de la Iglesia Católica. La orden fue aprobada por el papa Paulo III en 1540. Fue canonizado por el Papa Gregorio XV en 1622 y el Papa Pío XI lo declaró patrono de los Ejercicios Espirituales en 1922.

La composición de **los Ejercicios Espirituales** siguió un proceso evolutivo, que se extendió desde los tiempos de Manresa hasta los primeros años de su vida en Roma. Son fruto de la experiencia personal de Ignacio, quien los experimentó en sí mismo antes de escribirlos para la utilidad de otros. Fueron publicados en 1548, ejerciendo una influencia proverbial en la espiritualidad cristiana.

A vuelo de águila, divisamos una panorámica de los Ejercicios Espirituales.



Ad maiorem Dei gloriam (A la mayor gloria de Dios)

Modo de obertura, Ignacio de Loyola comienza los Ejercicios con unas Anotaciones prácticas, Título y “Presupuesto”.

ANOTACIONES para tomar alguna inteligencia en los Ejercicios Espirituales que se siguen, y para ayudarse, así el que los ha de dar como el que los ha de recibir.

“Por este nombre **Ejercicios Espirituales**, se entiende todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones, según que adelante se dirá. Todo modo de preparar y disponer el ánimo para quitar de sí todas las afecciones desordenadas y, después de quitadas, **para buscar y hallar la voluntad divina** en la disposición de su vida para la salud del ánimo, se llaman Ejercicios Espirituales”. [1-20]

TÍTULO: EJERCICIOS ESPIRITUALES PARA VENCER A SÍ MISMO Y ORDENAR SU VIDA, SIN DETERMINARSE POR AFECCIÓN ALGUNA QUE DESORDENADA SEA. [21]

Ilustración del examen de conciencia.
Edición 1680. Universidad de Praga



Primera Semana

PRINCIPIO Y FUNDAMENTO: “El hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor y, mediante esto, salvar su ánimo; y las otras cosas sobre la faz de la tierra son criadas para el hombre, y para que le ayuden en la prosecución del fin para que es criado...” [23]

MODO DE HACER EL EXAMEN GENERAL: Contiene en sí cinco puntos: 1. Dar gracias a Dios por los beneficios recibidos. 2. Pedir gracia para conocer los pecados y rechazarlos. 3. Demandar cuenta al ánimo de pensamiento, palabra y obra. 4. Pedir perdón a Dios de las faltas. 5. Proponer enmienda con su gracia. [43]

MEDITACIONES: Consideración de los pecados. Oración preparatoria: “Pedir gracia a Dios nuestro Señor, para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad”. Contiene: **Preámbulos, puntos principales y Coloquios**. [45-72]

ADICIONES PARA MEJOR HACER LOS EJERCICIOS: Conjunto de orientaciones sobre la oración y sobre el modo de practicarla; una ayuda para que los Ejercicios sean una experiencia verdaderamente transformadora para el ejercitante. [73-90]

Una de los primeros sellos de la
Compañía de Jesús



Segunda Semana

REY TEMPORAL REY ETERNAL [91-100]: Se plantea al ejercitante considerar ante un reino temporal humano cuánto más digno es considerar y servir a Cristo Rey Eterno.

CONTEMPLACIONES [101]: Contemplar los misterios de Cristo desde la Encarnación [262] hasta la entrada de Jesús en Jerusalén (*Domingo de Ramos*) [287]

MEDITACIÓN DE DOS BANDERAS [136]: la una de Cristo, Señor nuestro; la otra del mortal enemigo de nuestra naturaleza humana. Discernimiento espiritual. Será aquí “**demandar lo que quiero**”: pedir **conocimiento** de la vida verdadera de nuestro Señor Jesucristo y **gracia** para imitarle.

MEDITACIÓN DE TRES BINARIOS [149-155]: equivale a tres tipos de personas. Se ejercita el **papel de la voluntad** y la tensión entre el deseo de vivir cristianamente y los apegos que constituyen un obstáculo. El 1º querría quitar el impedimento pero no pone los medios necesarios; el 2º no se determina a quitar el impedimento de manera que allí venga Dios donde él quiere; el 3º muestra libertad y un deseo sincero de servir al Señor según sea su voluntad.

TRES MANERAS DE HUMILDAD [165]: 1ª abajarse cuanto sea posible para en todo obedecer al Señor. 2ª no afectarse más a riqueza que a pobreza; a honor que deshonor, a desear vida larga que corta. 3ª es humildad perfectísima cuando se elige imitar y parecer más y en todo a Cristo nuestro Señor.

TRES TIEMPOS PARA HACER BUENA ELECCIÓN [175-188]: 1º Cuando el Señor mueve y atrae la voluntad de tal manera que el ejercitante no duda en seguir lo que le ha sido mostrado. 2º Cuando hay duda, pedir **Luz** para sentir y conocer con suficiente claridad lo que el Señor quiere; y **gracia** para seguir lo que le ha mostrado. 3º Cuando no ha sido posible elegir, tomar un tiempo tranquilo y en equilibrio para mirar hacia dónde se inclina la razón sobre la cosa propuesta.



Tercera Semana

CONTEMPLACIONES EN LOS SIETE DÍAS [190-209]: Contemplar los misterios de Cristo desde Betania y Jerusalén [288] hasta la Pasión, muerte y sepultura [298].

Contiene: **Oración preparatoria, Preámbulos, puntos, notas y Coloquios**.

Cuarta Semana

CONTEMPLACIONES [218-229]: Contemplar los misterios de Cristo desde la Resurrección [288] hasta las Apariciones y Ascensión [312]. Contiene: **Preámbulos, puntos y Coloquios**.

TRES MODOS DE ORAR [238-260]: 1º sobre mandamientos y pecados capitales*, pidiendo gracia a Dios para conocer en qué he faltado, ayuda para enmendar en adelante y pedir las virtudes que crea necesitar. 2º contemplar sin prisas cada palabra de la oración y su significado, dejándose llevar por las “resonancias” que cada palabra evoca. 3º por compás de la respiración, orar mentalmente a cada intervalo una palabra de la oración, sea Ave María, Anima Christi, Salve u otra oración.



Reglas

PARA SENTIR Y CONOCER LAS MOCIONES [313-370] La persona que hace ejercicios experimenta distintos sentimientos interiores (**mociones**) que hay que captar y clarificar, por lo que son necesarias unas orientaciones (**reglas**) para realizar esta actividad de atención y clarificación (**discernimiento**).

*

| | | | | | | | |
|----------------------------|----------|-------------|----------|-----------|-----------|---------|------------|
| <i>Pecados capitales:</i> | Soberbia | Avaricia | Lujuria | Ira | Gula | Envidia | Pereza |
| <i>Virtudes capitales:</i> | Humildad | Generosidad | Castidad | Paciencia | Templanza | Caridad | Diligencia |