

# LA AFECTIVIDAD Y LOS DESEOS EN LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES

Adolfo M<sup>a</sup> Chércoles, sj.

## Sumario

1. El mundo de los afectos
2. La tarea de ordenarse
3. La sensibilidad clave de nuestro comportamiento
4. El pecado, un mal objetivo al que estamos
5. Papel del que da los Ejercicios
6. Un instrumento para mantener despierta la sensibilidad

*Resumen de las ponencias del Seminario que Adolfo M<sup>a</sup> Chércoles tuvo en Barcelona, en el EIDES, los días 25 y 26 de febrero de 1994. El resumen corrió a cargo de Rosa M<sup>a</sup> Subirà. Se ha querido conservar el tono familiar que el conferenciante dio a sus ponencias.*

## 1. EL MUNDO DE LOS AFECTOS

Me resulta siempre difícil hablar de algún tema de los EE y profundizar en él sin que el texto quede deformado. Si tocamos un tema como el de la afectividad, y lo desconectamos del conjunto, el resultado puede ser engañoso, porque vemos el proceso a través del tema escogido y eso es siempre deformante. Ante esta dificultad, he optado por situar la afectividad en el proceso global de los EE. No podemos detenernos con detalle en algunos aspectos de este tema, pero vamos a situar qué papel y qué dificultad plantean la afectividad y el deseo en ese proceso global.

El telón de fondo, lo central de los EE, es la persona humana que se abre al Espíritu. Toda la persona humana, en su global realidad, desde lo más espiritual hasta el mismo cuerpo. Todo ha de estar despierto en el proceso.

### **La afectividad, una energía siempre presente en nosotros**

¿Qué se encierra detrás de la palabra "afectos" y "deseos" en Ignacio de Loyola? El Padre Cámara dice de él: "Nuestro Padre Ignacio nunca persuadía con afectos, sino con cosas. Las cosas no las ornaba con palabras, sino con las mismas cosas." Ignacio fue el hombre que pretendió que nos abriésemos al Espíritu sin abandonar "las cosas", la realidad. Quería que encontráramos a Dios en todas las cosas. Y como es consciente de que los afectos son una energía siempre presente en nosotros y muy decisiva, quiere ordenarlos, pero no eliminarlos, porque una persona sin afectos está muerta.

En muchos momentos la palabra afecto, para Ignacio, es sinónima de deseo. Casi siempre que alude a afectos desordenados se refiere a deseos desordenados. Pero el afecto es más amplio que el deseo, porque abarca también el temor, que es lo contrario al deseo. Los temores son afectos poderosísimos que tienen una fuerza más imperiosa que los mismos deseos. Usa también otras palabras muy relacionadas con los afectos, por ejemplo, las "mociones" buenas y malas, algo que me mueve por dentro. Habla también de "pensamientos". No significan para él ideas o reflexiones, sino algo más rico:

"Porque así como la consolación es contraria a la desolación, de la misma manera los pensamientos que salen de la consolación son contrarios a los pensamientos que salen de la desolación." [314]

No ha descrito ningún pensamiento, pero lo llama pensamiento; es decir, que para Ignacio consolación y desolación son pensamientos profundos, lo que equivale a afectos profundos.

### **Somos un puñado de deseos y temores.**

En el número 1 se da la definición de los EE y se dice que son "...todo modo de preparar y disponer el ánimo, para quitar de sí todas las afecciones desordenadas..." El método apunta a algo muy importante: no dar soluciones, sino sólo "preparar y disponer el ánimo".

Es como si yo quiero ser torero: puedo comprar el traje y ensayar, etc., pero si no sale el toro, no hay caso. Con este método, a lo más que se llega es a prepararse y disponerse para algo que yo no puedo programar. La aventura de mi encuentro con el Espíritu desde la realidad, no se puede programar, porque ni el Espíritu ni la realidad son programables. La palabra "afecto" está aquí acompañada por la terminología ignaciana de "desordenado". Es lo mismo que decir "deseos desordenados" ¿A qué se refiere este desorden? Es algo que está distorsionado respecto al orden. En la misma finalidad, sentido y estructura de los EE está enclavada la problemática de nuestra afectividad que acentúa el efecto distorsionador del desorden. Somos un puñado de deseos, pero lo importante es cómo están enganchados y dónde.

En el n. 21 habla de "vencer a sí mismo y ordenar su vida sin determinarse por afección alguna que

desordenada sea". No es el matiz voluntarista que tantas veces se le ha colgado a Ignacio y que no tiene nada que ver con él. Se trata del problema de si venzo o si soy vencido. No hay término medio. O soy señor de mí mismo o estoy alienado: "Sin determinarse por *affección* alguna".

Todos los EE apuntan a buscar lo que Dios quiere de mí. Yo hallo y tengo que optar. El encuentro con Dios, para Ignacio, está en la decisión, en la libertad; pasa por el riesgo. No es meramente pasivo; el encuentro es al mismo tiempo que tremendamente pasivo, una respuesta gozosa y plenificante, totalizante, que no deja nada en reserva y que surge de una acción del Espíritu, pero en la que yo me transformo en respuesta "desde mi libertad y querer". El determinante es la concreción de mi libertad. Mi libertad se determina. No es un concepto vacío, abstracto. Yo soy libre, pero ¿para qué? La persona humana nace indeterminada; se tiene que ir determinando. Y el acierto en esta determinación pasa por lo que llamamos "voluntad de Dios", búsqueda y hallazgo de la voluntad de Dios. Y en este proceso, los afectos tienen un papel decisivo.

### **¿Qué antropología maneja Ignacio?**

Sin querer agotarlo, voy a referirme al n. 32 y al Principio y Fundamento. En el n. 32, sobre el examen general dice:

"Presupongo ser tres pensamientos en mí, es a saber, uno propio mío, el cual sale de mi mera libertad y querer, y otros dos que vienen de fuera, el uno que viene del buen espíritu y el otro del malo".

Para Ignacio, como ya hemos dicho, "pensamiento" es algo que me afecta profundamente. Es como un círculo. En el centro, lo nuclear, lo propio, mi mera libertad y querer".

Ignacio no era optimista respecto al ejercicio de la libertad, porque esta libertad está cercada por otros pensamientos de fuera de ella, pero dentro de la persona; unos son del buen espíritu y otros del malo. Para poder acertar, la libertad y querer tienen que abrirse camino entre todos estos pensamientos que están en el interior, y discernir. El hombre va a estar encerrado en la problemática del discernimiento, tiene que encontrar lo propio suyo. Muchas veces, en nuestras utopías, hemos soñado que los humanos llegásemos a actuar como hormigueros perfectos, pero ¿quién quiere ser hormiga?

El hombre tiene que arriesgarse en su acierto; Dios es el gran horizonte para ir acertando en esta búsqueda frágil de tanteo, de riesgo, desde la "propia libertad y querer"; no hay otro camino. El hombre se puede equivocar, el animal no. El esquema del comportamiento humano es más complejo; desde la libertad, puede fracasar, pero es lo propio suyo, lo que va a definirlo como persona, su reto por excelencia.

## **2. LA TAREA DE ORDENARSE**

### **La clave está en el "para qué"**

La antropología del Principio y Fundamento está centrada en la "mera libertad y querer". Ante la infinidad de posibilidades que la persona tiene, señala con el dedo y dice: quiero ésta. Pero no está todo resuelto. La libertad y querer están ahí como posibilidades, pero ¿va a poder determinarse?, ¿va a poder concretar ese querer en una determinación libre? Este es el problema. En este horizonte de búsqueda para acertar, Ignacio lanza la hipótesis del Principio y Fundamento. Lanza el "para qué".

"El hombre es criado para alabar, hacer reverencia y servir a Dios, nuestro Señor, y mediante esto, salvar su ánima" [23]. El hombre se siente arrojado a la existencia, pero ¿qué hace con el don por excelencia que es vivir? ¿cuál es su "para qué"?

Las posibilidades empiezan a ser un abanico inmenso. El hombre tiene que decidir y buscar su "para". Y si no lo busca, se lo van a imponer, este es el problema: o él decide, se vence a sí mismo, o es vencido. La disyuntiva es ésta. Ignacio plantea el gran binomio del Principio y Fundamento.

*"Alabar, hacer reverencia y servir a Dios"*. Es un primer momento en el que no aparece la persona, el yo. Aparece sólo un Tú con mayúscula. No se alaba uno a sí mismo, ni se reverencia a sí mismo, ni se sirve a sí mismo, sino a Dios; y en ese Dios, a los demás. La experiencia cristiana sabe que en ese Tú entran todos los "tú".

*"Mediante" ese éxodo del propio yo, el hombre "salva su alma"*. Es algo que nunca se le olvida a Ignacio. El fin del hombre es dialéctico: mediante la negación del propio yo, del éxodo del yo, pierde su vida y salva su vida; éste es el reto de toda persona y no está resuelto de antemano. Tiene que buscar cuál es su manera de perder la vida para que pueda encontrarla. No todo el mundo puede hacer las mismas cosas. Ahí entra el discernimiento. Uno puede creer que Dios le pide algo concreto y no ser eso lo que Dios le está pidiendo. El problema está en encontrar la manera de salir de sí mismo mediante la cual el hombre recupere su personalidad, realice la plenitud a la que está llamado. Y esto se le va a dar como un don, pero un don que le abre a una opción.

Esta es la primera parte del Principio y Fundamento. Y así como esta primera parte es una apuesta por la libertad del hombre que tiene que optar por un "para" que le haga feliz, en la segunda, Ignacio va a decir justamente lo contrario. Nos va a decir que el hombre está condicionado a tope: "por lo cual es menester hacernos indiferentes". Pero ¿es que no lo estamos?, ¿qué es esta indiferencia?

### **Sin indiferencia no hay libertad**

La indiferencia es la ascesis que Ignacio percibe como necesaria para que pueda salvarse la libertad. Si en la primera parte dice que el hombre sólo se realiza en la medida en que opte libremente por un "para", en la segunda advierte: ¡Cuidado! que estamos condicionados, no estamos sueltos, estamos enganchados a otros muchos "paras". Por eso es menester hacernos indiferentes.

Hay una sospecha generalizada de que no estamos indiferentes. A la hora de hacer la elección, tenemos que distanciarnos para poder objetivar. Si no lo hacemos, Ignacio da por supuesto que estamos condicionados. Indiferente no significa que me da igual "salud que enfermedad", etc. Hay que procurar estar sano porque es importante para la actividad humana. Quiere decir que la salud no es el fin, no es el binomio del Principio y Fundamento. Es un medio fundamental sin el cual no se pueden realizar muchas cosas, pero puede llegar un momento en que el servicio de Dios ponga en peligro la salud, y por eso hay que hacerse indiferentes a esta salud. El único absoluto es el binomio del Principio y Fundamento, lo demás es secundario. Puede llegar el momento en que tengamos que distanciarnos de algo valiosísimo y ponerlo en duda, ver si está en función de que realicemos el fin, "mi" fin, si se me posibilita la respuesta en libertad a este "para" al que queremos optar desde la libertad, desde "mi libertad y querer"; "deseando y eligiendo..."

En Ignacio siempre hay que interrogarse por qué ha puesto este orden: No se elige una cosa que no se haya deseado. Esta es la problemática de la indiferencia. Si no nos hacemos indiferentes, el deseo está enganchado a algo y eso es lo que vamos a elegir y, en este caso podemos decir que hemos sido elegidos por el deseo; no he sido señor de mí mismo, no he elegido desde mi libertad y querer, sino desde algo externo a mi libertad y querer. Quizás era un deseo que se me había impuesto (la sociedad de consumo pretende suscitar necesidades y deseos, que sentimos imperiosamente y que nos resultan imprescindibles, pero ¿responden a nuestro proyecto humano?).

Desde la libertad tengo que arriesgarme, pero ha de ser un riesgo "ordenado". Si mi deseo está enganchado en las cosas, las convierto en fin y ahí quedo atrapado. Esto es el "desorden". Podré ordenarme en la medida en que mi deseo se abra al "binomio del Principio y Fundamento" y las cosas se conviertan en "medios" que pueda elegir desde "mi mera libertad y querer".

### **Tres actitudes frente al desorden: enganche, trampa o libertad**

La problemática de la afectividad está desarrollada en la meditación de los tres binarios y también en los tres grados de humildad.

El objetivo de los tres binarios de hombres es "salvarse y hallar en paz a Dios Nuestro Señor". La historia describe tres actitudes frente a la situación de desorden. El primer binario decide no ser libre. Es el menos peligroso. No se engaña. El segundo es el peligroso, es la trampa. El afecto es tramposo, nos ofusca, es el gran ofuscador del ser humano. Cuando deseamos mucho una cosa, esta cosa nos alucina. El segundo binario tiene las ideas muy claras, pero no tiene resuelto el problema: quiere quitar el afecto, quiere desengancharse para hallar la voluntad de Dios, pero no quiere quitar "la cosa adquirida, de manera que allí venga Dios donde él quiere".

El gran manipulador de Dios es el afecto. Ya lo decía Freud que Dios era una proyección de nuestras carencias y deseos. Quizás tenía razón en muchas ocasiones. Ignacio y otros grandes hombres lo habían intuído ya antes: Yo quiero traer a Dios a lo que yo quiero. Pero Dios es un riesgo, es un éxodo, y me va a dejar en la intemperie. "Y no determina de dexarla para ir a Dios, aunque fuese el mejor estado para él."

No ser libre es manipular a Dios. Me engaño y manipulo a Dios. Dejamos de ser libres por nuestros afectos desordenados. Qué fácilmente detectamos las trampas en los demás, como cuando alguien nos dice que quiere hacer discernimiento y sabemos que tiene previamente decidido lo que quiere hacer. Freud decía que todos tenemos el don de oler, de olfatear, el inconsciente del otro, pero que somos incapaces de oler el nuestro. Olemos la trampa del otro, los enganches del otro, pero no los nuestros.

¿Qué es lo que nos impide "quitar el afecto"? El concepto de "afecto desordenado" está precisamente en esto que nos impide, en lo que nos ofusca. Las ofuscaciones las disimulamos y las justificamos interiormente muy bien. Es lo que Ignacio va a desmascarar con la sospecha generalizada. La actitud de sospecha, no es lo mismo que la duda: la duda paraliza, la sospecha nos alerta a tope. Si dudamos del camino, no podemos seguir sin preguntar. Si sospechamos que no andamos por el buen camino, vamos alerta para descubrir los indicios que nos orienten

### **El riesgo gozoso de la libertad**

El tercer binario es la libertad. "No le tiene afección a tener la cosa adquirida o no la tener". No se trata de decir "ya no quiero saber nada de esto". Se trata de que pueda usar de mis potencias naturales "líbera y tranquilamente" ante ella. Sólo entonces podré decidir. Si no es así, ya estoy decidido de antemano o porque sigo mi deseo o por enfado y reacción; y esto no es libertad. En la nota que pone después [157] y que puede interpretarse de una manera voluntarista, no se trata de la indiferencia sino de pedir a Dios que me la conceda:

"Es de notar que cuando nosotros sentimos afecto o repugnancia contra la pobreza actual, cuando no somos indiferentes a pobreza o riqueza, mucho aprovecha para extinguir el tal afecto desordenado, pedir en los coloquios (aunque sea contra la carne) que el Señor le elija en pobreza actual; y que él quiere, pide y suplica, sólo que sea servicio y alabanza de la su divina bondad."

La indiferencia no puede ser tensa; el que está tenso no está indiferente. Cuando estoy sereno,

"tranquilo", puedo elegir, puedo ver los pros y los contras de la cosa, no estoy afectado ni por temores ni por deseos (las dos versiones de la afección). "Según que Nuestro Señor le pondrá en voluntad y a la tal persona le parecerá mejor para servicio y alabanza de su divina majestad."

Para Ignacio hay claras dos cosas. Todo es gracia: "El señor le pondrá en voluntad". Y el hombre nunca desaparece ante Dios: "A la tal persona le parecerá mejor...". El hombre es pura libertad y decisión frente a Dios. No basta que Dios ponga en la criatura lo que debe querer, sino que a ella le tiene que parecer que aquello es lo mejor para su servicio y alabanza. La acción de Dios no quita el riesgo; la libertad es una experiencia de riesgo, riesgo gozoso, pero somos nosotros los que decidimos.

En el n. 135 (preámbulo para considerar estados) dice: "...y como nos debemos disponer para venir en perfección en cualquier estado o vida que Dios Nuestro Señor nos diere para elegir". Es la misma idea: todo es don, pero, sorprendentemente, este don no es nada si yo no decido. Yo elijo desde el don. Todo es don, pero todo es respuesta y libertad. Ignacio salva la duplicidad. Todo es don, pero soy yo quien opto y respondo, yo el que me arriesgo y me comprometo.

Ignacio va intentando ordenar los afectos para que no sólo pueda buscar y hallar, sino también decidir y determinar. Y, entretanto, quiere

"hacer cuenta que todo lo dexa en affecto, poniendo fuerza de no querer aquello ni otra cosa alguna, si no le moviere sólo el servicio de Dios Nuestro Señor; de manera que el deseo de mejor poder servir a Dios Nuestro Señor, le mueva a tomar la cosa o dexarla."

No se trata de una ausencia de deseos, sino de una reestructuración de mis deseos. Es un desenganche de mi deseo para que se enganche en el Principio y Fundamento. (Como vemos, aquí Ignacio ha cambiado la palabra afecto por la de deseos).

En la célebre nota de EE 157, que ya he citado, Ignacio insistía en que lo importante es que seamos indiferentes, no el que seamos o no pobres. Esta es la genialidad de Ignacio: nunca simplifica, porque el hombre nunca es simple. El encuentro con Dios tampoco es simple, es sencillo. Pero las cosas no son tan claras; tenemos que pedir que nuestro afecto esté enganchado a seguir a Jesús pobre, pero esto no significa que la concreción de mi seguimiento sea la pobreza total. Sólo hay un absoluto: el Principio y Fundamento. El tercer grado de humildad no es tampoco un absoluto, es una disposición previa que garantiza la ordenación de mis deseos, Una vez que estén ordenados, puedo ya llegar a la elección.

### **Elegir, un ejercicio de libertad**

Ignacio señala tres tiempos respecto a la elección. No hay un cuarto. El primero es el ideal:

"El primer tiempo es quando Dios Nuestro Señor así mueve y atrae la voluntad que, sin dubitar ni poder dubitar, la tal ánima devota sigue lo que le es mostrado" [175].

Ignacio nos describe este tiempo como la pura espontaneidad, el acto ideal de libertad en el que me expreso como totalidad; percibo de tal manera ese don de Dios, que "sin dubitar" sigo lo que Dios me muestra. No tiene nada que ver con el voluntarismo, es el ideal.

El segundo tiempo, sin llegar a esta plenitud que me libera de toda "dubitación", "retoma asaz claridad y cognoscimiento por experiencia de consolaciones y desolaciones..." De nuevo mi decisión no va a estar impulsada por el voluntarismo, sino por la acción del Espíritu detectada en mi "experiencia", desde la "discreción de varios espíritus".

Por último, la elección según el tercer tiempo nos trae a primer plano el Principio y Fundamento;

"El tercer tiempo es tranquilo, considerando primero para qué es nacido el hombre, es a saber, para alabar a Dios Nuestro Señor y salvar su ánima, y esto deseando, elije por medio una vida o estado dentro de los límites de la Iglesia, para que sea ayudado en servicio de su Señor y salvación de su ánima".

Pero la elección según el tercer tiempo no termina cuando la persona "hace elección según la moción racional..." sino que luego va a presentarla a Dios Nuestro Señor para que la quiera confirmar y para, en cierto modo, experimentar el primer tiempo, que es puro don. Y sobre este tema de la elección hay un párrafo muy interesante en el n. 172. Dice que

"en la elección inmutable... sólo es de mirar que si no ha hecho elección debida y ordenadamente, sin affecciones desordenadas... la cual selección no parece que sea vocación divina, por ser elección desordenada y oblicua, como muchos que en esto yerran, haciendo de oblicua o de mala elección, vocación divina ...".

Sólo en la medida en que se ha hecho libremente la elección y no con afectos desordenados, sólo en la medida en que se ha podido elegir en vez de ser elegido, la elección es de Dios, "y en esto muchos yerran". Y una elección –aunque sea inmutable– que se ha hecho de este modo, no es de Dios, aunque haya un sacramento por medio.

### **3. LA SENSIBILIDAD, CLAVE DE NUESTRO COMPORTAMIENTO**

#### **Somos nuestra sensibilidad**

Todo este mundo de los afectos que Ignacio da por supuesto que están condicionados y afectados desordenadamente, tiene mucha relación con el problema de la sensibilidad. Nuestra sensibilidad no es tan neutral como creemos. Somos nuestra sensibilidad. No somos ni lo que pensamos ni lo que deseamos en un momento concreto, porque esto cambia continuamente. Somos nuestra sensibilidad.

Cuando nosotros deseamos algo profundamente, es que antes lo hemos visto, lo hemos oído o tocado. Dice Shakespeare en "El Mercader de Venecia": *porque nuestra sensibilidad, soberana de nuestras pasiones, les dicta lo que deben amar o detestar* □ "Hay gente que no les agrada el lechón preparado; otras a quienes la vista de un gato les produce accesos de locura, y otras que, cuando la cornamusa les suena ante sus narices, no pueden contener su orina: porque nuestra sensibilidad, soberana de nuestras pasiones, les dicta lo que deben amar o detestar">. Y lo que creemos que está menos condicionado está también condicionado. Nuestra sensibilidad también está condicionada. Nunca vamos a hacer una cosa que no nos guste, que nos repugne, que "nos huela mal". Lo decisivo es nuestra sensibilidad.

Yo, que soy albañil, no puedo evitar que cuando una obra está bien hecha desde el punto de vista de la albañilería, me dé cuenta inmediatamente. Cuando una persona saca el carnet de conducir, sabe mucha teoría, pero su sensibilidad no está hecha. "No el mucho saber sacia el alma, sino el sentir y gustar internamente". Si el conductor, al cabo de un año, ha seguido cogiendo el coche, conducirá ya perfectamente. ¿Qué ha pasado? Que su tacto, vista, oído, se han estructurado en eso que llamamos "saber conducir". Por ahí iría lo del "conocimiento interno". A través de la repetición, la sensibilidad ha adquirido el conocimiento perfecto. La sensibilidad es el culmen del conocimiento. Cuando nuestra sensibilidad se ha incorporado a una tarea, la hacemos espontáneamente. Ahí es donde culmina la praxis, según Ignacio. En la nota de EE 248, dice:

"Quien quiere imitar en el uso de sus sentidos a Cristo Nuestro Señor, encomiéndose en la oración preparatoria a su divina Majestad, y después de considerado en cada sentido, diga un Ave María o un Pater Noster, y quien quisiere imitar en el uso de los sentidos a Nuestra Señora, en la oración preparatoria se encomiende a ella para que le

alcance gracia de su Hijo y Señor para ello ..."

¿Por qué esta insistencia en imitar a Cristo en el uso de los sentidos? Porque si nuestra sensibilidad fuera la de Jesús, nuestra praxis estaría mejor resuelta. La sensibilidad es lo que está en contacto con la realidad; la praxis nos la jugamos no en lo que pensamos ni en lo que deseamos, porque somos incongruentes con lo que pensamos, somos veleidosos y cambiantes en nuestros afectos, pero somos tremendamente constantes en nuestra sensibilidad. Ignacio quiere que nuestro seguimiento de Jesús culmine a través de la aplicación de los cinco sentidos. A donde hay que acceder a través de la repetición, es al mundo de la sensibilidad, para que se vaya estructurando de una manera distinta.

La sensibilidad que nos pone en comunicación con la realidad, culmina en la "Contemplación para alcanzar amor". Lo que era conflicto en el Principio y Fundamento, "el hacernos indiferentes", cuando se va incorporando a la sensibilidad de Cristo, se convierte en saber percibir la realidad como oportunidad. Dice Ignacio en la nota previa a la "Contemplación para alcanzar amor":

"El amor consiste en comunicación de las dos partes, es a saber, dar y comunicar el amante al amado lo que tiene o de lo que tiene y puede... de manera que si uno tiene ciencia, dar al que no tiene, si honores, si riquezas, y así el otro al otro." [231]

Esa reciprocidad del amor tiene como medio de intercambio nada menos que riquezas y honores que antes habían sido conflictivos porque eran desordenados; pero ahí vemos que la riqueza en sí no es un mal ni el honor tampoco. Se convierten en una trampa cuando están desordenados por los afectos desordenados. Pero una vez estos están ordenados, pueden ser un medio de salir de uno mismo y de entregarse y amar. Ser contemplativos en la acción, es haber incorporado la sensibilidad de Jesús, porque la sensibilidad totaliza la persona, la pone en juego globalmente.

Todo este tema de la sensibilidad vamos a verlo a partir del n. 238 de los EE. Se trata de "Los tres modos de orar".

### **Un método para reestructurar la sensibilidad: "Primer modo de orar"**

En la dinámica del primer modo, acentúa unos aspectos que el ejercitante tiene que tener presentes.

"La primera manera de orar es acerca de los diez mandamientos y de los siete pecados mortales, de las tres potencias del ánima y de los cinco sentidos corporales. La cual forma de orar es más dar forma, modo y ejercicios, como el anima se apareje y aproveche en ellos y para que la oración sea acepta, que no dar forma ni modo alguno de orar." [238]

Extraña en este hombre tan preciso en sus formulaciones, esa especie de contradicción: por un lado nos promete un modo de orar y luego dice que no es propiamente un modo de orar sino algo "para que el ánima se aproveche en ello". Ha anunciado un primer modo sobre mandamientos y después resulta que no es sólo sobre mandamientos, sino sobre cuatro cosas. El orden de la fórmula es decisivo: diez mandamientos, siete pecados mortales, tres potencias y cinco sentidos corporales.

Vamos a profundizar en sentido inverso para ver a dónde apuntan estas cuatro cosas. Cuando nace un niño tiene unos sentidos corporales, tiene unas zonas de sensibilidad capaces de captar el exterior, la realidad. La sensibilidad corporal es la que está en contacto con la realidad. El gusto y el tacto empiezan a proporcionarle datos de la realidad. Si el niño nace sin ninguna zona de sensibilidad corporal, no podrá desarrollar ninguna riqueza interior. Hellen Keller tenía tacto, a través del cual pudo desarrollarse. La sensibilidad da los datos que posibilitan el desarrollo de la persona.

Estos datos entran en una especie de laboratorio donde son recogidos por las tres potencias: memoria, entendimiento y voluntad. Todo queda registrado, aun cuando algunos datos vayan a parar al inconsciente. Tenemos la posibilidad de relacionar unos datos con otros, compararlos y crear



pequeñas respuestas. La repetición de estas respuestas va suscitando en la criatura los hábitos o actitudes (es lo que corresponde a "pecados mortales y virtudes opuestas" a las que alude Ignacio). Un niño que ha sido muy agredido, desarrollará unas actitudes agresivas.

A través de las experiencias recibidas y elaboradas por las tres potencias, con repetición de las respuestas provocadas, la agresividad se ha incorporado a él. Y ante el menor motivo, desarrollará agresividad. Muchas cosas que llevamos dentro en nuestro carácter, tienen su origen no sabemos dónde, pero lo llevamos incorporado.

El conjunto de este proceso es lo que podríamos llamar la visión de la realidad que tiene una persona, una visión de la realidad elemental, sencilla y universal. Esto son los "diez mandamientos". Toda persona tiene sus "mandamientos", es decir, el marco de referencia que ella ha elaborado desde su experiencia, más o menos certera, más o menos adecuada con la realidad. Todos necesitamos tenerla, porque el ser humano no tiene la estructuración programada del instinto que le señale los carriles por los que tiene que ir sin equivocarse. El ser humano tiene que decidir, optar; por eso necesita elaborar horizontes de sentido en los que enmarcar su comportamiento, aunque después sea más o menos coherente con ellos.

Ignacio ha nombrado estas cuatro cosas en sentido inverso al que hemos seguido. No está hablando a un niño recién nacido, sino a un adulto que funciona ya de otro modo.

Nuestra visión de la realidad, la que sea, justifica nuestros hábitos y actitudes, los refuerza, condiciona nuestro laboratorio (olvidamos unas cosas, recordamos otras, reflexionamos sobre otras, nos obsesionamos con otras...). Nuestra visión de la realidad y nuestros hábitos nos condicionan. Conexionamos los datos que nos interesan, dejamos los que no nos interesan. Con ello condicionamos nuestras respuestas, pero también nuestra sensibilidad corporal: vemos lo que queremos ver y no vemos lo que no queremos ver; oímos lo que queremos y no oímos lo que no queremos oír. Nuestro acceso a la realidad queda modificado y condicionado. Incluso vemos lo que no existe pero que creemos que debería existir. Accedemos a la realidad con todos estos condicionantes y no podemos hacerlo de otra manera.

Pero Ignacio dice: vamos a hacer una confrontación entre nuestra visión de la realidad y la visión que Dios nos plantea en la Sagrada Escritura; entre nuestros hábitos y aquellos que allí percibimos; vamos a ver cómo funcionan nuestras potencias. Quiere liberar nuestra sensibilidad de todos estos condicionamientos para poder acceder a la realidad, porque Dios es realidad. Para Ignacio, a Dios no lo encontramos evadiéndonos de la realidad, sino implicándonos y complicándonos en ella. Toda espiritualidad cristiana que no pretenda esto, no es cristiana.

Cuando accedemos a la realidad, tenemos que sospechar que no somos tan neutrales como creemos; por tanto habrá que confrontar todo lo que llevamos elaborado dentro de nuestras potencias, con lo que debería ser según Dios. Tenemos que estar con la mosca detrás de la oreja para ver si estamos proyectándonos en vez de acceder a la realidad; a lo mejor creemos que es de Dios lo que no es más que una película.

### **Pasos para este método**

Ignacio nos presenta el primer modo de orar sobre los mandamientos y luego dice que se aplique a los demás puntos.

En la oración preparatoria aparece la petición de la sospecha fundamental, que va a estar también presente en algo que es importantísimo para Ignacio: el examen.

Una oración preparatoria, así como pedir gracia a Dios N.S. para que pueda conocer... y pedir gracia y ayuda para me enmendar adelante, demandando perfecta inteligencia dellos para mejor guardarlos..." [240]

No hay paso de los EE que no esté formulado en forma de petición. Pedir quiere decir que todo es gracia. Al pedir, expreso que no tengo eso que pido, que no puedo acceder a ello por mis propios medios. La petición expresa no sólo una carencia, sino una incapacidad: "para que pueda conocer en qué he faltado..." No está en mi mano acceder a mi incongruencia. Ignacio va a ir minando la seguridad de nuestra buena conciencia. Tenemos que interrogarnos, sospechar. En el Evangelio, vemos que todo encuentro con Jesús va precedido de un reconocimiento de la incongruencia y de la propia debilidad. Las actitudes de seguridad, de buena conciencia, no llegan a encontrarle. Acceder a nuestro propio pecado es una gracia.

El pecado es una cosa objetiva, no es un remordimiento, algo subjetivo; es real y constatable desde fuera. Tenemos que acceder a él, pero no está en nuestra mano; "Pedir gracia y ayuda para me enmendar". No basta con enterarnos de la incongruencia, tenemos que abrirnos a la gracia porque no podemos enmendarnos por nosotros mismos. Es una confesión continua de la radical incapacidad. "Demandando perfecta inteligencia dellos para mejor guardallos". Ignacio está convencido de que el hombre no puede comprometerse con lo que no entiende. Lo irracional no es digerible para el hombre. Y acaba con el horizonte del Principio y Fundamento: "para mayor gloria y alabanza de su divina majestad".

¿Qué consigue con esta petición? La actitud de sospecha generalizada, no da nada por supuesto. Nosotros vivimos de supuestos, de pura inercia. La actitud de sospecha generalizada no es cómoda, nos espabila a tope. En el Evangelio, Jesús está siempre preguntando: "¿qué os parece?" No da nada por supuesto y así le es posible acceder a lo que hubiéramos pasado por alto desde nuestros supuestos.

Nuestros exámenes de conciencia nos dan la estúpida sensación de inutilidad porque accedemos a ellos desde nuestros supuestos. ¿Por qué no nos planteamos si lo menos importante es lo de siempre y a lo mejor hay otras cosas que nunca hemos reconocido y que son las más serias? Quizás esto haría más apasionantes nuestros exámenes. Esta sospecha, esta no seguridad en la buena conciencia, ya apareció en el n. 43, al hablar del modo de hacer el examen general: "Pedir gracia para conocer los pecados y lanzallos"

Es lo mismo. Desde la actitud de haber desmontado la seguridad de mi buena conciencia, accedo a la confrontación de mi visión de la realidad, con la que me plantea la Sagrada Escritura.

Esa confrontación es muy breve: "por espacio de tres Pater noster". Ignacio piensa que no es necesario meterse en un examen escrupuloso. Dice en 241 y 242:

"Para el primer modo de orar conviene considerar y pensar en el primer mandamiento cómo le he guardado y en qué he faltado, teniendo regla por espacio de quien dice tres veces Pater noster y tres veces Ave María y, si en este tiempo hallo faltas mías, pedir venia y perdón dellas y decir un Pater noster..."

"Quando hombre viniere a pensar en un mandamiento en el cual halla que no tiene hábito ninguno de pecar, no es menester que se detenga tanto tiempo..."

Lo que le preocupa a Ignacio no es la ocurrencia en un momento inesperado, sino aquello que uno se lo está tragando todos los días y ni se entera. El problema es el hábito, lo que se ha incorporado a nuestra manera de acceder a la realidad. Sólo cuando ponemos sobre nosotros la sospecha, podemos abrirnos y escuchar lo que puede ser corrección fraterna. Las cosas que más justificamos, son aquellas de las que más tenemos que sospechar, porque las tenemos más incorporadas. Por eso es imprescindible la petición.

"Después de acabado el discurso ya dicho sobre todos los mandamientos, acusándome en ellos y pidiendo gracia y ayuda para enmendarme adelante, hase de

acabar con un coloquio a Dios Nuestro Señor..." [243]

Ya se nos ha dado el método: desconectarnos de aquello en que estábamos metidos, que significa bajar las defensas, no estar a la defensiva, no columpiarme en la seguridad y en la buena conciencia, no dar nada por supuesto, acceder a este topetazo de ver que doy muchas cosas por supuestas y que esto no está tan claro; darme cuenta de que estoy haciendo daño objetivamente, y acabar con un coloquio. Y lo mismo dice que se haga sobre las potencias; por ejemplo es interesante preguntarnos en qué he faltado respecto a la memoria: olvidos que tengo, ocasiones en que olvido; también ver qué conexión hacemos, qué obsesiones tenemos. Y también sobre los pecados y las virtudes contrarias y sobre los sentidos corporales.

En la anotación 18 dice que este modo de orar "es para personas rudas y sin letras", es decir, apto para todo el mundo, incluso los que no van a ir adelante en los Ejercicios.

### **Desbloquear la sensibilidad para "desembotar el corazón"**

Al examinarnos sobre los sentidos corporales, empezamos a dar importancia a la sensibilidad, a la nuestra y a la de los demás. Ignacio se la daba, pero antes que él se la dió Cristo. En Mt 13,10 y ss. vemos que cuando los discípulos le preguntan por qué habla en parábolas, él responde con una cita de Isaías: "El corazón de este pueblo se ha embotado... para no ver nada con sus ojos ni oír con sus oídos". Todos oían las mismas palabras, pero unos oían y otros no, unos veían y otros no. La misma realidad era interpretada como un signo salvífico o como signo demoníaco. Jesús se pregunta ¿qué pasa? A éstos les ocurre lo de la profecía de Isaías, que el corazón se les ha embotado. (En la Biblia, el corazón significa la interioridad de las personas). Y Jesús opta por hablar en parábolas para ver si espabila a la gente.

Ignacio hace igual: vamos a ver si se desbloquea la sensibilidad. Cuando la sensibilidad se reestructura, cuando sabe captar y responder a la realidad desde la sensibilidad de Jesús, la batalla está ganada. La única manera de cambiar de conducta es cambiar de sensibilidad, pero nosotros queremos seguir el camino contrario: vamos a cambiar el corazón primero. Pero el corazón no hay quien lo cambie, esto lo sabía bien Jesús.

Veámoslo en un ejemplo. En el Evangelio de Lucas vemos que criticaban a Jesús porque andaba con publicanos. Jesús no contesta haciendo un discurso teológico sobre la opción de Yahveh por los pobres y pecadores. Como la sensibilidad de los que tiene delante –la zona de sensibilidad abierta a lo religioso– está embotada, Jesús sabe que por ahí no hay nada que hacer. Le dicen que anda con publicanos y pecadores, y él entra por otro lado y habla de un rebaño de ovejas: "Un hombre tenía cien ovejas... ¿qué os parece?" (ahí nadie se defiende porque no hay nada que defender). "Pues dejará las 99 y se irá a buscar la perdida". Deja que el oyente saque las consecuencias. Le ha llevado a una zona en la que no está condicionada su sensibilidad y ahora deja que él haga sus propias conexiones.

Es el único camino que ve posible para el cambio de corazón: acceder a la sensibilidad para desmontar las construcciones cerradas, allí donde los ojos se han cerrado y se ha embotado el corazón.

### **La "repetición", un camino para el cambio**

Ni el gran entusiasmo, ni un profundo conocimiento, ni un deseo intenso, sino la prosaica repetición es la única que va desmontando las estructuras de nuestra sensibilidad. A través de la aplicación de los sentidos –y en la Compañía, a través de la formación a la intemperie y en contacto con la realidad– se puede ir haciendo real el seguimiento de Jesús pobre y humillado. Hay que desmontar una sensibilidad para crear otra. Cuando nuestra sensibilidad va siendo la de Jesús, los deseos se van ordenando desde esta sensibilidad reestructurada. Si mis repugnancias son las de Jesús, mis deseos

no irán hacia donde tengo repugnancia. La culminación y la genialidad más seria de Ignacio en los EE es, a mi parecer, la acentuación de la sensibilidad frente a todo lo demás. Ahí nos lo jugamos todo. Este es el papel de la aplicación de sentidos a lo largo de todo el proceso. Pero Ignacio amplía el dato en la Compañía de Jesús.

Cuando él concibió la formación del jesuita, puso como complemento a la primera experiencia principal, que son los EE, otras cinco experiencias también principales. De ellas, tres son un contacto con la realidad más dura y más baja, para que la sensibilidad vaya cambiando. Y sólo cambiará en contacto con la realidad. Éste es el problema. Por eso el complemento para la formación ha de posibilitar al individuo que su sensibilidad pueda cambiar. Sólo una sensibilidad más cercana a la de Jesús va a garantizar cierta estabilidad en la persona.

En los santos nos sorprende la espontaneidad del comportamiento. Rivadeneira dice que Ignacio "intentaba conocer la inclinación de cada uno para gobernarlo conforme a ella y llevarlo así más suavemente a toda perfección" (*Modo de Gobierno de N.P. San Ignacio*, c. III, nº 12.). La perfección está unida a la suavidad, no a la violencia. El que toca el piano o la guitarra es perfecto cuando parece que es otra persona la que está tocando, por la facilidad, la suavidad, con que lo hace, sin tensión ni violencia. Tiene la sensibilidad del instrumento incorporada a su conocimiento, porque la sensibilidad es el cúlmen del conocimiento. Pero esto es un proceso que dura toda la vida.

Los EE no son algo que uno hace una vez, sino una tarea que se lleva a cuestas para toda la vida. Sólo seremos congruentes cuando nuestra sensibilidad coincida con nuestra mentalidad porque, para Ignacio, la praxis está en la sensibilidad.

#### **4. EL PECADO, MAL OBJETIVO AL QUE ESTAMOS CIEGOS**

##### **No somos capaces de acceder a nuestro pecado**

Jesús en el Evangelio no hace una lectura creyente de la realidad, sino que hace una lectura real del Reino. Explica el Reino con casos de la realidad. Ninguno de ellos agota el Reino y todos ellos dicen algo de él. Al final pregunta: ¿qué os parece? Sacad vosotros las conclusiones.

En la primera semana de los EE, el primer ejercicio, curiosa y genialmente, no es sobre los propios pecados. Ni el de los ángeles, ni el de Adán y Eva, ni el de otra persona, son pecados del ejercitante. No está él en el primer plano, pero empieza a olerse la tostada: "me parece que esto tiene algo que ver conmigo..." Lo ve desde fuera. Accede al pecado propio desde la realidad, desde fuera.

Sólo se accede a la "vergüenza y confusión" desde fuera. Es lo que le pasó a David: se coge a la mujer de Urías, se cepilla al marido y se queda tan tranquilo (!igual compuso un salmo de acción de gracias el día en que se llevó a Betsabé a palacio!). Pero llegó Natán y le saca la historieta de la ovejita del otro. Y cuando David ya ha picado en el anzuelo y se indigna de lo ocurrido con la ovejita, le lanza aquello de: "éste hombre eres tú". Gran vergüenza y confusión que viene cuando te cogen con las manos en la masa. Y sólo te cogerán, si te pillan desprevenido, sin preparar las justificaciones.

Sólo desde fuera nos vamos haciendo una idea de lo que es el pecado. Entonces objetivamos y nos indignamos de las incongruencias de los demás. Nuestro sistema de evaluación de conductas son impecables; pero cuando pasamos a la nuestra, ya utilizamos otro sistema de valores. Todo queda justificado.

##### **El pecado es noticiable: "fealdad y malicia"**

Esto que ha ocurrido, esto que constatamos como pecado ¿cómo ha surgido? ¿qué ha pasado? A Ignacio lo que le preocupa no es lo estático sino lo dinámico. No nos dice que nos encerremos en

nuestro cuarto, cerremos los ojos y miremos a nuestra conciencia, sino que quiere que primero se mire el lugar donde se ha vivido, la situación, nuestra presencia allí, (accedemos a la interioridad desde fuera). Segundo, las personas con las que se ha tratado, verlas desde fuera, desde la realidad. Tercero, qué pintabas tú allí, tu oficio (cfr. [56]).

Ha preparado el terreno. El pecado no es cosa de bromas fáciles de TV. El pecado es noticiable, podía haber salido en los periódicos. No es un sentimiento de la conciencia que me remuerde un poco. Es algo real. Desde el exterior accedemos a nuestra responsabilidad cara a los demás, cara a la realidad.

Con estos datos podemos ver la "fealdad y malicia que cada pecado mortal cometido tiene en sí" [57], el mal objetivo que ha generado. No habla del pecado en abstracto, sino del que yo he cometido. Del pecado en abstracto podemos salvarnos y decir que somos pecadores, etc., pero en lo concreto, en lo cometido, nadie se reconoce. En abstracto no tenemos problema para decir que somos egoístas. Lo concreto tiene nombres y apellidos concretos, reales.

Ignacio no sólo habla de la "malicia", sino también de la "fealdad". Es la dimensión estética y tiene que ver con la sensibilidad. La fealdad sólo la capta la sensibilidad, una estructura concreta de sensibilidad. Algo feísimo no me lo trago porque no entra en la estructura de mi sensibilidad. Ignacio quiere que nos vayamos sensibilizando en la fealdad. Cuando una cosa consideramos que "está feo hacerla", difícilmente la haremos, seguro que por ahí no nos metemos. Si vemos la cosa fea, ya estamos en buen camino; pero si dices sólo "esto es pecado", no tocas lo que será decisivo en tu conducta. Ignacio desconecta el pecado de la norma ("dado que no fuese vedado"). Una cosa no es pecado porque hay una norma, porque está prohibida; es pecado porque hace daño –malicia– y porque "está feo" –fealdad–. No es lo mismo.

Ahí se desestructura algo. Si yo me metí en el pecado es porque me apetecía, pero no me resultaba feo, tenía cerrados los ojos y no veía el daño que hacía. Aquello de "perdónales porque no saben lo que hacen", no es una salida piadosa de Jesús en la cruz –que no estaba el momento para piedades–. Es una verdad objetiva. No sabemos lo que hacemos, no conectamos. Por eso el ejercitante pide "gracia para conocer". No sabíamos dónde nos metíamos, nadie se mete en el pecado por pecar. Ignacio nos hace pedir que se nos abran los ojos para ver la "fealdad y malicia que cada pecado mortal cometido tiene en sí, dado que no fuese vedado" [57].

Un ejemplo de esto lo tenemos en el pecado ecológico, sólo desde la realidad (el destrozo ecológico) se puede llegar al "pecado ecológico": si nos remitimos a lo vedado, se acabó la búsqueda y la responsabilidad de actuar de un modo ético.

Por otro lado, desconectar el pecado de la norma nos impide caer en la trampa de la culpabilidad.

### **Culpabilidad *versus* compunción**

La culpabilidad es un fenómeno psicológico peligrosísimo, que no tiene nada que ver con la compunción, con el "intenso dolor y lágrimas de mis pecados". Según Freud, la culpabilidad es un fruto del super-yo, del ideal de mi yo, que se espanta de ver dónde ha caído; lo que está doliendo es la imagen que se ha roto y por ello el super-yo nos castiga; es la necesidad imperiosa de ser castigado. Es una situación peligrosísima porque autodestruye a la persona, la aniquila.

Para explicar mejor esto podemos enmarcarlo en dos pecados que aparecen en el Nuevo Testamento: el de Pedro y el de Judas. Uno vivido desde la fe en Jesús y el otro vivido desde la culpabilidad. Judas vende a Jesús al tribunal religioso; estaba seguro de que el Sanedrín no podría tocarle ni un pelo, no le podía pasar nada grave. Pero cuando Jesús pasa al tribunal civil que sí podía hacerle algo malo a Jesús, "viendo Judas que había sido condenado, entonces se arrepintió" (Mt 27,1-4). Lo hizo todo: examen, dolor de los pecados, confesión, propósito de la enmienda, restitución de las monedas.

Lo hizo todo, pero aquello no fue cristiano, aquello fue culpabilidad pura. La prueba es que va y se confiesa al Sanedrín: "he pecado vendiendo sangre inocente". Los otros le contestan: "a nosotros ¿qué? Allí te las hayas". Si el Sanedrín le hubiera castigado, Judas no se ahorca. Pero no le castigaron y entonces vino el derrumbamiento desde la culpabilidad.

Pedro negó a Jesús. La negación de Pedro es el relato evangélico más detallado de todo el Nuevo Testamento, está en los cuatro evangelios con todas las variantes. Negó y lloró amargamente, pero el dato más importante es ver a dónde se fue a llorar. Lo sabemos por los datos del Evangelio: se fue allí donde estaba el domingo: con los compañeros. Y les contó lo que había hecho ¿podemos imaginarnos a Pedro contándolo a los demás? Ahí no hay culpabilidad, no está pensando en la propia imagen, de lo contrario no lo cuenta allí. Está pensando en la fealdad y malicia de lo hecho. Es algo objetivo, no subjetivo. Y acentuar lo objetivo posibilita una recuperación y una acción de gracias porque se nos han abierto los ojos. La culpabilidad nunca lleva a la acción de gracias, sino todo lo contrario.

A veces vamos al examen a ver si sacamos "matrícula de honor"; mal asunto, no vamos a encontrar ningún fallo y vamos a salir airoso. El verdadero examen es cuando nos llevamos un alegrón porque se nos han abierto los ojos y hemos visto que hemos metido la pata.

En el Nuevo Testamento el pecado no es el lugar de una ruptura, sino todo lo contrario, es el lugar de encuentro con uno mismo, con la propia verdad, la propia objetividad; no con los sueños, no con las justificaciones. Pedro no disimula, lo cuenta todo a sus compañeros y allí se encuentra consigo mismo, con su verdad y con los compañeros, por que en la debilidad nos encontramos y en las diferencias, competimos. En la debilidad, confesamos. Es lo que más nos llega de otra persona, cuando se nos abre su debilidad.

Cuando nos contamos batallitas, estamos pensando a ver qué puedo contar yo para quedar con medalla de oro en la olimpiada. Competimos en la diferencia y en el afán de autenticidad. En cambio, en la debilidad, nos encontramos. Pedro se encontró con Jesús. Antes todo era "yo, yo, yo". Jesús era un pretexto para demostrar que "aquí estoy yo". Después, cuando Jesús le hace la pregunta ¿me amas más que estos?, no hace más que repetir lo que Pedro había estado diciendo todo el tiempo desde que le había conocido, pero se lo pregunta después de la caída. La respuesta va a ser muy distinta ahora: "Tú, Señor, lo sabes todo. Tú sabes que te quiero."

La experiencia de pecado en el Nuevo Testamento no destruye; descubre la propia verdad y la misericordia de Dios, la acogida de Dios a priori, que salva siempre en cualquier circunstancia y reconstruye. Pedro se sensibiliza, pero no al mundo subjetivo de su propia imagen, de su propia coherencia. El intenso dolor y lágrimas no son culpabilizantes, no desembocan en la autodestrucción, sino en la acción de gracias. [61]

### **"Aborrecer", la clave del cambio.**

En el coloquio de la meditación de los pecados, nos hace pedir:

"...que sienta interno conocimiento de mis pecados y aborrescimiento dellos; ...que sienta el desorden de mis operaciones, para que, aborresciendo, me enmiende y me ordene; ...conocimiento del mundo, para que, aborresciendo, aparte de mí las cosas mundanas y vanas" ... [63]

En las tres peticiones, que tienen su gradación objetiva, se repite el verbo "aborrescer". ¿Qué significa? Aborrecer recoge un desengaño en la orientación de mi sensibilidad. Era positiva hacia algo y se ha convertido en lo contrario. Si nunca me han gustado las fresas, no diré que las aborrezco, sino que me repugnan. Pero si, a causa de un hartón de ellas, ahora no puedo verlas, digo que las aborrecí. Es un verbo que expresa un cambio en la orientación espontánea de mi sensibilidad.

Ignacio pide este cambio en tres niveles en los que está afectada mi sensibilidad. Mientras no llegue el cambio en la orientación de la sensibilidad, el problema no está resuelto, por mucho dolor de los pecados que se tenga. Si la cosa nos sigue gustando, no hay verdadero dolor. Sólo el aborrecimiento es señal de verdadero dolor. Los tres niveles donde pide aborrecimiento son:

1. Conocimiento interno de mis pecados. Un conocimiento revelador, que no camufla, sino que descubre la fealdad y malicia. De ahí viene el aborrecimiento; ahí se incorpora un cambio en mi sensibilidad. Y lo pedimos porque es un don.
2. Pero Ignacio no se queda tranquilo con eso, porque hay una desestructuración, un desorden: "Que sienta el desorden de mis operaciones". Lo que tenía que estar arriba, está abajo; como al que se le ha salido un hueso de sitio, desencajado. Duele (esto es sentir el desorden) y por consecuencia, lo aborrezco, y sólo "aborresciendo, me enmiendo y ordeno". Es iluso pensar que me enmiendo, si no paso por el aborrecimiento.
3. ¿Por qué se ha producido este desorden? "Conocimiento del mundo". Tenemos unos condicionantes, un ambiente, unos valores que hemos mamado y de los que no podemos salir porque ya se han incorporado a la sensibilidad. Por lo tanto, sólo si llegamos a aborrecerlos, se dará el cambio, nos llevará a la conversión.

### **Aplicación de sentidos para despertar la sensibilidad**

Y después de esto, pone Ignacio una aplicación de sentidos, es una sensibilización negativa, acentuando uno de los sentimientos más eficaces que puede experimentar el ser humano: el temor. El temor no es malo en sí, depende de lo que tema. Eso de que en el amor no hay temor, no es exacto. El temor a un peligro objetivo es salvífico a tope. Y a lo que quiere Ignacio que nos sensibilicemos es a "las penas que padecen los dañados", por eso hace pedir que experimente el ejercitante y sienta la pena que sienten, para que si del amor del Señor se olvidare, al menos el temor le ayude a no venir en pecado [65].

A través de esta petición, Ignacio intenta que Dios reestructure mi sensibilidad de cara a lo que me había ofuscado. Yo no hice el pecado porque quería hacerlo, sino porque aquello me atraía. Al desmontar la sensibilidad, la persona se queda sin puntos de referencia. Durante la segunda semana y a través de la aplicación de sentidos, mi sensibilidad se orientará de otra manera, según la sensibilidad de Cristo.

Para la meditación del infierno es bueno no salirse del texto, pero acentuando mucho la petición. También la composición de lugar es genial, nos deja en el vacío. En el vacío, por definición, hay incapacidad de orientarse, incapacidad real; no hay norte ni sur, ni este ni oeste.

No hay punto de referencia porque, en el pecado, el único punto de referencia era el yo. El punto clave del pecado es la soberbia: me constituyo en ombligo del mundo; me quedo solo porque no tengo otro punto de referencia. "Las penas que padecen los dañados" es la experiencia de la persona que ha caído en este callejón sin salida que es el vacío del ser, es como la destrucción del propio proyecto humano.

Una sugerencia para hacer esta aplicación de sentidos es hacer recordar al ejercitante alguna película en la que se exprese con mucha fuerza no el sufrimiento de los inocentes sino la maldad de un ser humano que llegue a repugnarnos. Una película de gente maligna, tipo Bette Davis, y meterse en el papel del personaje y experimentar lo que siente. Aplicación del oído, imaginando el alarido, el grito, el llanto desgarrador en el vacío, que nos aterra, nos pone los pelos de punta; intentar experimentar el alarido de la persona que ha destrozado radicalmente su proyecto humano y "más le valiera no haber nacido." Y en el olfato, "el azufre", que es lo que en el lenguaje corriente expresamos diciendo "esto huele a podrido". Nuestra sensibilidad rehusa meterse en algo tan

maloliente. Y "lágrimas, tristeza y el verme de la consciencia", y la amargura. No tiene nada que ver esto con las lágrimas de la consolación. Son lágrimas amargas, las de la culpabilidad que nos mete el "verme de la consciencia" (el gusano de la conciencia). Es una experiencia que pone los pelos de punta. A veces hemos intentado provocar la culpabilidad en la gente, pero no es un sentimiento cristiano; para Ignacio es un sentimiento que se da en el infierno.

Lo que va intentando Ignacio es sensibilizarnos negativamente, para que el temor tenga un dato real, objetivo; no un sentimiento subjetivo que nos acogota; quiere colocar en su sitio los sentimientos negativos para que no nos destruyan. Acaba este ejercicio con el coloquio en el que pone a Cristo como centro de la Historia, un coloquio de acción de gracias:

darle gracias porque no me ha dexado caer en ninguna destas acabando mi vida.  
Asimismo, cómo hasta agora siempre ha tenido de mi tanta piedad y misericordia."  
[71]

Para Ignacio toda relación con Dios es salvífica, nunca es amenazante. No se trata pues del temor a Dios, sino a las penas de los condenados. Si hay algo claro en la antropología de Ignacio es que el hombre no desaparece ante Dios, nunca deja de ser responsable ante él. Dios no nos manda a ningún sitio, no nos manda al infierno. Dios ofrece, llama; el hombre tiene que elegir, tiene que responder, siempre es responsable. Lo propio de Dios en los EE es "dar consolación a la ánima" y la de sus ángeles es "dar alegría y gozo espiritual.

La incidencia de Dios en el hombre siempre es positiva, pero el hombre se puede cerrar a Dios, se puede meter en un callejón sin salida. La libertad será su gran ayuda y su gran riesgo; es lo propio del ser humano.

## **5. PAPEL DEL QUE DA LOS EJERCICIOS**

### **Importancia de "objetivar"**

Cada vez veo más importantes las anotaciones de los EE. Creo que en ellas nos jugamos el método. En la 18ª [18], habla de los "que quieran tomar ejercicios...". Es decir, que hay que querer tomarlos y el que da los ejercicios tiene que suscitar ese querer de una forma consciente. La mejor manera que he encontrado para ello, es poner al ejercitante en contacto con las anotaciones. Uno de los logros que se deben conseguir es que sepa muy bien y delimite cuál es su papel y cuál el del que le acompaña, para que no le pida cosas que no debe darle, ni espere cosas que no debe esperar, ni le deje meter donde no debe meterse. Lo que mejor define el papel del ejercitador es que sea objetivador, que se quede fuera, que no se implique en el proceso. En la anotación 17ª dice:

"Mucho aprovecha al que da los ejercicios, no queriendo pedir ni saber los propios pensamientos ni pecados del que los rescibe, ser informado fielmente de las varias agitaciones y pensamientos que los varios espíritus le traen". [17]

Como ya explicaba antes, hay pensamientos "que salen de mi mera libertad y querer y otros que vienen de fuera" [32] yo no los he provocado ni suscitado, pero me encuentro con ellos y con una fuerza mayor que los de mi propia libertad y querer; están dentro de mí presionando e intentando manipular mi libertad y querer; es todo lo que de alguna manera va a ir elaborando mi decisión, la opción. En todo este movimiento, el acompañante debe quedarse fuera, "sin inclinarse ni a una parte ni a otra" [15]. No puede ni quiere pedir ni saber los pensamientos y pecados y, como dice Ignacio en uno de los directorios: "a ser posible, el que hace los ejercicios no se confiese con el que se los



da".

El que da los ejercicios no se incline ni decante ni a una parte ni a otra, pero debe ser informado de las varias agitaciones y pensamientos que los espíritus provocan. Si el ejercitante está bloqueado por un pensamiento, el que le acompaña se tiene que enterar para poder darle algo adecuado. Tiene que tener un papel objetivador, no el de un psicoterapeuta. Pero el hombre es complejo y los EE tienen que ser complejos si quieren dar respuesta al hombre. En la anotación 14 nos encontramos con esta advertencia:

"El que los da, si ve al que los rescibe que anda consolado y con mucho hervor, debe prevenir que no haga promesa ni voto alguno inconsiderado... y cuanto más le conociere de ligera condición, tanto más le debe prevenir y admonir..." [14]

El ideal es, pues, que la persona que acompaña a otra en los EE la conozca en la vida corriente, que es donde se sabe de qué pie cojeamos. Cuando hemos convivido con una persona, sabemos lo que dice cuando se expresa; es bueno conocerla para poder objetivar, para partir de la propia condición del sujeto, del nivel objetivo. Ignacio no quiere que nos escapemos de la realidad: "Mucho debe mirar la propia condición del sujeto". Pero, al mismo tiempo nos encontramos en el *Directorio autógrafa* (n. 19) la siguiente advertencia:

"si no se tomase resolución o no buena al parescer del que da los ejercicios, de quien es ayudar a discernir los efectos del buen espíritu y del malo..."

Está hablando de efectos, no de afectos; si el que acompaña se hubiese incorporado a los afectos del ejercitante, no tendría objetividad. Hay una doble vertiente, por un lado "no queriendo pedir ni saber los pensamientos y pecados", pero al mismo tiempo "estar informado de las agitaciones y pensamientos". En un directorio explica que debe hacerlo así para que luego, cuando venga la tentación, el ejercitante no pueda decir que el director le inclinó hacia una parte u otra. El ejercitante está solo para decidir, pero tiene a alguien que le puede objetivar porque se quedó fuera, porque no se ha metido en el proceso.

### **¿Se da la transferencia en Ejercicios?**

Es curioso que Ignacio, que no tenía un pelo de tonto y sí una gran capacidad de observación de las personas, y de análisis de las reacciones humanas, no aludiera en el texto a un fenómeno universal que se da en la relación profunda entre dos personas. Es el fenómeno de la transferencia. No es un fenómeno que surgió a raíz del psicoanálisis, es un fenómeno que ha existido siempre y seguirá existiendo.

Dice Freud que la transferencia es, sencillamente, la ventana por donde nos vendemos en algo que tenemos muy atado en el inconsciente. Nuestro inconsciente, por definición, es muy inconsciente, se traiciona. En el tratamiento psicoanalítico, aquello que nos negamos a llevar a la consciencia, aquello que nos bloquea a tope, queda traicionado porque lo dramatizamos. No lo hacemos consciente, pero lo dramatizamos.

Este fenómeno lo descubrió Freud al investigar lo ocurrido con una muchacha a la que trataba un compañero. Era parálitica e histérica. A través de la hipnosis se empezó a recuperar y resultó que no estaba parálitica. Pero a lo largo del proceso, la chica se enamoró del psicoanalista, un hombre ya mayor. Este se aterrorizó y se dijo: He tocado fibras que no quería tocar, esto no es normal. Y asustado, dejó el caso. Pero Freud que sabía ser terco y curioso y que quería investigar, se preguntó: ¿cómo es que si mi compañero no ha provocado en lo más mínimo a esta muchacha y ha sido muy respetuoso, haya ocurrido este fenómeno? Siguió investigando y se dio cuenta de que se trataba de una situación que se repetía con frecuencia, pero también con signo contrario. No sólo suscitaba filias y enamoramientos no provocados, sino también agresividades tampoco provocadas. De ahí empezó a

entender que era la explicitación de un problema que la persona era incapaz de hacer consciente. El acceso directo al inconsciente es imposible porque se nos escapa. El psicoanalista es la persona en la que el paciente proyecta un conflicto y lo escenifica en su relación con él. Freud, al darse cuenta de esto, dice: el problema es que el psicoanalista no puede cortar la relación porque es el único medio a través del que se puede influir para que la persona acceda a su problema. Por un lado afirma que no se puede consentir en los sentimientos que han surgido en el paciente y, por otro, no se puede abandonar la relación para el bien del paciente. Toda la habilidad del psicoanalista tiene que dirigirse a influir para que la persona descubra su problema y su realidad a través de los sentimientos que han surgido; es el único lazo que tiene para acceder a ellos. El psicoanalista no puede consentir en estos sentimientos porque no son reales; son reales en cuanto expresan un problema real, pero no lo son en cuanto que no expresan un sentimiento objetivo de esta persona; está escenificando y suscitando algo distinto que está en su inconsciente.

Este fenómeno no es exclusivo del tratamiento psicoanalítico. Surge en cualquier relación interpersonal de cierta profundidad. Las transferencias surgen y todos las hemos constatado de un modo o de otro. Pero este fenómeno tan real y universal no está tratado en el libro de los EE, ¿le habrá escapado a Ignacio? No. Ignacio no descubre este fenómeno entre acompañante y ejercitante, sino entre éste y Dios. Veamos en la anotación 6:

"El que da los ejercicios cuando siente que al que se ejercita no le vienen algunas mociones espirituales en su ánima, así como consolaciones y desolaciones, ni es agitado de varios espíritus, mucho le debe interrogar acerca de los ejercicios..." [6]

Ignacio avisa de que si la persona no es agitada por espíritus (y poco le importa que sean positivos o negativos) hay que interrogarse si ha entrado en la relación con Dios. Si sigue el método, tienen que producirse mociones. Freud dice que cuando no se producen transferencias, es que la persona no se ha implicado. Si no hay transferencia no sirve el tratamiento, no accedemos a la realidad psíquica de la persona. Ignacio y Freud dicen lo mismo porque estas consolaciones y desolaciones o estas transferencias, no pueden ser tomadas al pie de la letra; tienen que ser discernidas, dice Ignacio, y ser devueltas a la persona e interpretadas para que ella pueda acceder a su realidad.

La relación que se plantea en los EE es una relación única; no tiene nada que ver con lo que puede ser la "dirección espiritual". Ignacio lo avisa tanto en la anotación 14<sup>a</sup> como en la 15<sup>a</sup>. Quiere que nos demos cuenta de que es una postura distinta, un quedarse fuera del proceso: "no quiera pedir ni saber los pensamientos ni pecados del otro". Ni confesarle; que busque a otro, si quiere. En cambio, la regla de oro del psicoanálisis es que el que va a psicoanalizarse, se entregue, comunique todas sus ocurrencias al otro, hasta las que más le cuesten. En los EE no: "no se puede pedir ni saber".

Si en un proceso de acompañamiento de EE surge transferencia, es que no se está haciendo bien, es que el acompañante se ha metido donde no debía. El proceso, de suyo, está tan perfectamente estructurado que no provoca transferencia. El método es infalible, si lo respetamos.

En EE, la transferencia se da, pero entre Dios y "la su ánima devota". Ahí tiene que surgir, y si no surge, no está sirviendo de nada, ni se está poniendo en juego nada; se está de espectador. Surgen las transferencias y por ello hay que discernirlas; no puede uno tragar todo lo que va sintiendo, indiscriminadamente. Pero es con Dios, que es la otra parte de la relación, no con el que da los EE; éste sólo debe dar "modo y orden", está fuera de la relación y por esto puede ser objetivo.

Ignacio delimita muy bien los papeles de ambas partes. Está inventando una manera nueva de estar acompañando. "Es el Criador el que se comunica con la su ánima" [15]. El acompañante no es intermediario. No hay relación profunda con el ejercitante; debe ir siempre detrás, nunca delante, no pretender ir más rápido, ni empujar, sólo animar: no dejándola sola y "dándole ánimo" [7] y ayudarla a descubrir las falacias del enemigo; es un papel positivo, no de suplencia: "no dar más de lo que la

persona pueda descansadamente llevar y aprovecharse de ello" [18].

La gran aportación del acompañante para ayudar al ejercitante son las reglas de discernimiento de espíritus. Le tiene que ayudar a utilizar unas reglas que desbordan la experiencia de EE. Si no la desbordan es que algo no ha marchado bien. Si algo ha de permanecer después de EE es la actitud permanente de vigilancia, sospecha y discernimiento. Y esta actitud deberá mantenerla a través del examen.

## **6. UN INSTRUMENTO PARA MANTENER DESPIERTA LA SENSIBILIDAD**

### **El examen, punto clave para Ignacio**

Ignacio daba más importancia al examen que a la oración. A ésta le tenía cierto temor por los excesos de algunos. Es célebre aquella frase suya comentando de alguien del que decían que era persona de mucha oración: "querréis decir de mucha mortificación". Y no se refería al "dale que te pegó". La mortificación es no escapar de la realidad que nos despeina. Intentamos huir, pero hay que afrontarla, no dejar de mirarla, no darle la espalda, no salir huyendo. Y precisamente la materia del examen es la propia realidad.

El examen consiste en mirar esa realidad desde Dios. Ahí no hay posibilidades de fuga. Para Ignacio es el gran método de oración. Y en él la gran tarea es el discernimiento entre "mi libertad y querer" y esto que me está acosando por fuera, los espíritus buenos y malos. Es algo que nunca está resuelto. El discernimiento es un reto permanente; no se puede programar, sino que debe aplicarse cuando actúan los espíritus; es una actitud de continua alerta. Se puede programar la deliberación sobre un tema, pero no el discernimiento. Tenemos que estar espabilados, atentos, despiertos para percibir los espíritus que surgen, "los buenos para seguirlos, los malos para rechazarlos".

En el n. 43, se explica cómo aplicar los cinco puntos del examen para ver mi realidad y los movimientos interiores a lo largo del día.

Sobre los movimientos no puedo tener sospecha porque los experimento, me van moviendo. Sólo tengo que discernirlos; pero del daño que yo hago y de los fallos que tengo, debo enterarme porque es algo objetivo que está ahí aunque yo no lo sepa.

### **El examen, síntesis de los Ejercicios**

El primer punto del examen es "dar gracias a Dios Nuestro Señor por los beneficios recibidos". Es algo muy importante. Mi apertura a Dios parte del reconocimiento de que "lo propio de Dios es dar consolación a su ánima". El primer recuento que debo hacer es para sentirme inundado de beneficios de Dios. Tengo que constatarlos, contabilizarlos. Yo mismo soy puro don. La petición de la contemplación para alcanzar amor expresa preciosamente lo que aquí se pretende: "Cognoscimiento interno de tanto bien recibido para que yo, enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad." [233]

Todo empieza con una sorpresa, la de sentirme inundado de dones. Mi respuesta ante esta sorpresa es la gratuidad. Cuando uno se entera de que alguien se ha entregado a fondo perdido, se desencadena una dinámica de salir de sí mismo: porque me siento puro don, lleno de sorpresa y agradecimiento, puedo "en todo amar y servir".

Si el primer punto es la sorpresa agradecida de un Dios que se me ha dado, el segundo es la sospecha generalizada de mí mismo: "pedir gracia para conocer mis pecados y lanzarlos". Es una gracia que se me abran los ojos para ver que, objetivamente, estoy haciendo mal. Este es el punto de arranque de la conversión. Si intento disimular, si busco salir guapito, es que no me he enterado de la parábola del fariseo y el publicano; todos soñamos con presentarnos a Dios como el fariseo: "Te doy gracias

porque no soy como los demás". Pero es en la debilidad donde vamos a encontrarnos con los demás. El pecado es el gran lugar de encuentro conmigo mismo y con Dios. Pedro se encontró con Jesús en el pecado. Antes iba por la vida de chulo. Si del evangelio quitamos las negaciones de Pedro, nos quedamos sin Pedro.

El modo de entrar en el examen es éste: pedir que se me abran los ojos para que acceda a mi realidad de pecado, desmontar mis defensas, mis autojustificaciones: "pedir gracia para conocer mis pecados y lanzallos", porque es imposible "lanzallos" por nosotros mismos.

El tercer punto es "demandar cuenta al ánima..." En la oración preparatoria de los EE dice: "que todas mis intenciones, acciones y operaciones, sean puramente ordenadas al servicio y alabanza de su divina majestad". La intención está dentro de mí y tiene que expresarse en acciones, concretarse. Pero muchas veces mis acciones no son iguales a mis intenciones: este es el primer chasco. Pero nos escudamos diciendo que nuestras intenciones eran buenas, como si ahí se acabaran las responsabilidades. Ignacio dice: pide a Dios que las tres cosas estén ordenadas a su servicio y alabanza. ¿Qué son las operaciones? Lo que dejamos hecho, el resultado de nuestras acciones. Tampoco coinciden siempre con las intenciones. Tenemos tendencia a rehusar la responsabilidad en las acciones y en el resultado. El examen apunta a que no nos refugiamos en el mundo de las intenciones, sino que accedamos a nuestra realidad, que no sólo es la subjetiva, sino también la objetiva, la que los demás padecen.

### **El examen, encuentro con la Luz**

Para Ignacio el pecado es la ignorancia radical, por eso pide gracia para conocerlo; es la ofuscación por excelencia de la persona humana, por eso es gracia que lo descubra.

El examen es duro; es ponernos ante Dios que nos está inundando de bienes, de beneficios, desprotegidos de defensas, y pedirle que Él nos descubra nuestra pobre realidad. La gran gracia de la iluminación es que veamos, porque estamos ciegos. El examen va a ser el lugar del encuentro con Jesús, y sólo él convierte en Luz nuestra tiniebla.

-----  
© EIDES - Cristianisme i Justícia

Roger de Llúria 13, 1 - 08010 Barcelona - T: 93 317 23 38 - Fax: 93 317 10 94 [espinal@redestb.es](mailto:espinal@redestb.es)