

DISCERNIMIENTO DE ESPÍRITUS Reglas

Introducción: 1ª y 2ª Reglas.

Estas dos reglas van a descubrirnos dos “paras” opuestos en la persona humana. Para entenderlo volvamos al esquema de la 1ª parte del P.F.¹

Allí veíamos que el “para” que Ignacio propone tiene dos partes: la primera (**“alabar, hacer reverencia y servir a Dios N.S.”**) era salir de mí mismo, pues sólo saliendo de mí mismo paso a la segunda parte (**“salvar mi ánima”**), sentirme realizado, lleno.

Es el mismo orden que aparece en lo que dijo Jesús: “El que pierda su vida la encontrará”. Pero Jesús a continuación dice: **“y el que busque su vida (egoísmo), la perderá”**. Esta segunda frase de Jesús sería lo mismo que poner el “para” empezando por “salvar su ánima”.

Pues bien, **la primera regla**² va a descubrir lo que experimenta (las “mociones” que “siente” EE 313) la persona cuyo “para” es este: quedarse encerrado en su egoísmo. El que vive así pierde su vida, no tiene rumbo.

La **segunda regla**³ nos descubre las “mociones” que “siente” el que vive el “para” del P.F., saliendo de sí mismo, “perdiendo” su vida por Dios en los demás.

¹ Ver página 82 de la Presentación.

² EE 314.

³ EE 315.

1ª Regla:

[314] 1ª Regla. La primera regla: en las personas que van de pecado mortal en pecado mortal, acostumbra comúnmente el enemigo proponerles placeres aparentes, haciendo imaginar delectaciones y placeres sensuales, por más los conservar y aumentar en sus vicios y pecados; en las cuales personas el buen espíritu usa contrario modo, punzándoles y remordiéndoles las conciencias por el síndrome de la razón.

1. Quien va sin libertad ni rumbo en la vida se suele contentar con éxitos y placeres imaginarios y falsos, con los que se siente bien y seguro en su desvío y avanza más en él; y al contrario: se inquieta y preocupa cuando atiende a su conciencia y razona.

- * **En las personas que van de pecado mortal en pecado mortal = quien va sin libertad ni rumbo en la vida:** El “para” de esta 1ª regla “hace daño a los demás y a nosotros mismos” (pecado) ⁴porque nos deja encerrados en nuestros egoísmos, nos quedamos *sin libertad ni rumbo en la vida*.

Si nos fijamos este “para” es el esquema del niño (y del animal) ESTIMULO - RESPUESTA. El EGOÍSTA (niño) busca su gusto nada más, y siempre queda insatisfecho, vacío (“seco y descontento”⁵). No puede vivir el esquema de libertad porque está enganchado en su deseo.

- * **Acostumbra comúnmente el enemigo proponerles placeres aparentes, haciendo imaginar delectaciones (gustos) y placeres sensuales = se suele contentar con éxitos y placeres imaginarios y falsos:**

Hemos dicho que estas dos primeras reglas nos descubren los movimientos (deseos, sentimientos, temores, etc.) que surgen dentro de uno según el “para” que está viviendo.

⁴ Recordar lo dicho en páginas 65-69 de la Presentación.

⁵ Recordar páginas 121-123 de 1ª Semana

Esta primera se refiere al “para” del egoísta (niño) = ESTIMULO - RESPUESTA.

Pues bien, el que vive este “para”, los “placeres” que siente son **aparentes, imaginarios y falsos** (no duran, dejan vacío), y se **contenta** con esa vida, aunque sea falsa; con pasarlo bien, aunque no le deje lleno. ¿La felicidad es una “marcha”, o una vida que merece la pena porque la doy por algo?

- * **por más los conservar y aumentar en sus vicios y pecados - con lo que se siente bien y seguro en su desvío y avanza más en él:** se siente bien, pero en su desvío. Es decir, sin rumbo, porque no ha salido de sí mismo, de su egoísmo. Los “buenos ratos” (placeres aparentes) lo **conservan** en su modo de vivir (sus vicios y pecados) **y lo aumentan = y avanza más en él:** la vida en este “para” (ESTIMULO-RESPUESTA) nos engancha, no somos dueños de ella (libres) y siempre pide más. Es como una cuesta abajo sin frenos, que no podemos parar.
- * **en las cuales personas el buen espíritu usa contrario modo, punzándoles y remordiéndoles las conciencias por el sinderece de la razón - y al contrario, se inquieta y preocupa cuando atiende a su conciencia y razón:** Aunque la persona viva el “para” egoísta (pasarle bien a toda costa) puede que en algunos momentos su conciencia le inquiete y preocupe, llegando a razonar. Estos “momentos” son buenos porque pueden ayudarnos a dejar esa vida vacía.

2ª Regla.

[315] 2ª Regla. La segunda: en las personas que van intensamente purgando sus peccados, y en el servicio de Dios nuestro Señor de bien en mejor subiendo, es el contrario modo que en la primera regla; porque entonces propio es del mal espíritu mor der, tristar y poner impedimentos inquietando con falsas razones, para que no pase adelante; y propio del bueno dar ánimo y fuerzas, consolaciones, lágrimas, inspiraciones y quietud, facilitando y quitando todos impedimentos, para que en el bien obrar proceda adelante.

2. A la inversa: quien empieza a dominarse a sí mismo y a ser libre y vivir con rumbo en su vida, a veces se inquieta o desanima por temores infundados y dificultades imaginarias o falsas amenazas; y encuentra tranquilidad y ánimo al sentir claridad y fortaleza para seguir adelante en su camino.

Esta segunda regla se refiere a los que viven un “para” según el P.F.: encontrar mi manera de servir a Dios en los demás desinteresadamente desde el respeto.

- * **en las personas que van intensamente purgando sus peccados, y en el servicio de Dios nuestro Señor de bien en mejor subiendo = *quien empieza a dominarse a sí mismo y a ser libre y vivir con rumbo en su vida***: nunca se puede decir que ya vivimos el “para” según el P.F., sino que vamos intentándolo poco a poco (**de bien en mejor subiendo**). Pero además quedan en nosotros deseos y atracciones de la manera de vivir egoísta que suponía el pecado. Por eso dice que van **intensamente purgando** (limpiando) **sus pecados**.

Ahora bien, este “para” según el P.F. dijimos que suponía un esquema de LIBERTAD⁶ opuesto al del “niño”: ESTIMULO - RESPUESTA. Por eso puede decirse que uno empieza a **dominarse a sí mismo y a ser libre y vivir con rumbo en la vida**, no a estar enganchado, ni encerrado en sí mismo.

Ahora nos dice qué movimientos (deseos, ilusiones, temores, etc.) pueden surgir en la persona que vive este “para”, los buenos para hacerles caso, y los falsos para no seguirlos.

- * **es al contrario modo que en la primera regla = *a la inversa***: en la regla anterior, lo que nos apetecía era una cuesta abajo peligrosa; y lo que nos inquietaba podía ayudarnos a salir de la falsedad. Ahora es al revés: como hemos encontrado un “para” que nos merece la pena y vamos intentando vivirlo, serán buenos los sentimientos (mociones) que nos animen a seguir, y falsos los que nos inquieten y frenen. Es lo contrario de la **1ª Regla**.
- * **porque entonces propio es del mal espíritu morder, tristar y poner impedimentos inquietando con falsas razones = *a veces se inquieta o desanima por temores infundados y dificultades imaginarias o falsas amenazas***: todo esto que inquieta o desanima es peligroso porque pone impedimentos ... **para que no pase adelante**, es decir, para que cambie de “para”.

⁶ Ver páginas 124-126 de 1ª Semana.

Pero más importante es la frase “**inquietando con falsas razones**”. Efectivamente ¿cómo sé que las razones en las que me apoyo son falsas? Supuesto que uno está en el “para” según el P.F. toda razón que me frene inquietándome o asustándome es falsa.

Todos damos razones cuando hacemos algo. Si uno se ha decidido por el “para” del P.F. ha sido por dos cosas:

- a) esa manera de vivir veo que a todo el mundo le parece bien, la agradece y quiere que la tengan los demás: esto sería la **razón**, lo que es verdad
- b) he experimentado que ese “para” me llena, “me deja alegre y contento”.

Esto son los **sentimientos**.

Es decir, las “razones” coinciden con lo que siento (no sólo en el momento, sino que después me sigue llenando).

Pues bien, en la frase de S. Ignacio, las “razones” que se me ocurren (ideas) no coinciden con los sentimientos y me llevan a cambiar de “para”:

- mis ideas me parecen verdaderas y para mí son “razones”; lo que siento no me deja tranquilo (miedos, amenazas, me acobardo, etc.)
- y todo me lleva a cambiar de “para”, dejándome llevar por lo primero que me apetezca, sin tener en cuenta el “poso” que deja en mí y dónde me lleva. Echo de menos el **ESTIMULO --> RESPUESTA** (niño) y me da miedo ser **LIBRE**.

Esto puede abrirme un poco los ojos para sospechar que las ideas que yo tengo son **falsas razones**.

Si yo voy por un camino que me llena y empiezan a ocurrírseme “ideas” que me desaniman y frenan para seguir “adelante” tengo que estar espabilado para no equivocarme. (Caer en la cuenta que todo esto se ve muy claro cuando le pasa a otros, y decimos: “se cegó”; pero no aceptamos que nos pase a nosotros).

Esto es lo que S. Ignacio llama “mal espíritu”, y en otros momentos “mociones” (movimientos interiores) que son falsas, y por tanto no debo hacerles caso.

- * **y propio del bueno dar ánimo y fuerzas, consolaciones, lágrimas, inspiraciones y quietud, facilitando y quitando todos impedimentos, para que en el bien obrar proceda adelante = y encuentra tranquilidad y ánimo al sentir claridad y fortaleza para seguir adelante en su camino:** ahora nos dice cuáles son los sentimientos (“espíritus”, “mociones”) buenos: que me ayudan a seguir adelante en el camino que he escogido (el “para” según el P.F.) y, por tanto, tengo que hacerles caso. No sólo me dan **ánimo y fuerzas**, sino que me resulta más fácil seguir ese camino y no hay dificultad que me acobarde.

Como podemos ver, en esta 2ª Regla los sentimientos (mociones, espíritus) agradables son los buenos, y los que inquietan los falsos; mientras que en la 1ª Regla era lo contrario: lo agradable era aparente y falso (me dejaba “seco y descontento”) y lo que no me dejaba tranquilo (mi conciencia) podía abrirme los ojos para buscar algo que merezca más la pena, me llene.

Las dos reglas siguientes van a describirnos cómo son los sentimientos buenos que nos animan a seguir en el “para” según el P.F. (los va a llamar **consolaciones**), y cómo son los falsos (**desolaciones**).

3ª Regla.

[316] 3ª regla. La tercera de consolación espiritual: llamo consolación quando en el ánima se causa alguna moción interior, con la qual viene la ánima a inflamarse en amor de su Criador y Señor, y conseqüenter quando ninguna cosa criada sobre la haz de la tierra puede amar en sí, sino en el Criador de todas ellas. Assimismo quando lanza lágrimas motivas a amor de su Señor, agora sea por el dolor de sus peccados, o de la passión de Christo nuestro Señor, o de otras cosas derechamente ordenadas en su servicio y alabanza; finalmente, llamo consolación todo aumento de esperanza, fee y caridad y toda leticia interna que llama y atrae a las cosas celestiales y a la propria salud de su ánima, quietándola y pacificándola en su Criador y Señor.

3. Son positivos los movimientos interiores que lo entusiasman a uno por lo definitivamente importante o lo llevan a querer ser libre y no vivir atado o a desear encaminarse con buen rumbo; por ejemplo, la confianza, la alegría y el empeño y gusto en lo que tiene que ver con nuestro destino, que dejan dentro de uno sentimientos de tranquilidad y de paz.

- * **de consolación espiritual - movimientos interiores positivos:** No es el pasar un buen rato al conseguir lo que me apetecía, quedando después vacío, sino que me llena como persona: desde mi querer y libertad me animo a salir de mi egoísmo, sirviendo a los demás desinteresadamente (experiencia de Dios). No echo nada de menos.

Distintas maneras de sentir esta experiencia que llena y hace libre (consolación).

- * **son positivos los movimientos interiores que lo entusiasman a uno por lo definitivamente importante:** es un entusiasmo, no del momento, que pasa, sino que me llena (me deja “alegre y contento”) y toda persona normal reconoce que merece la pena, porque me lleva a
- * **querer ser libre:** no me puede llenar nada que no me haga más libre.
- * **y no vivir atado:** cuando vivimos el **ESTIMULO-RESPUESTA** nos sentimos atados (“colgados”, “comido el coco”, “hartos”), quedamos “secos y descontentos”.
- * **o a desear encaminarse con buen rumbo:** algo que me libere de mi egoísmo abriéndome a servir sin ser interesado. Esto es lo que nos gusta de los otros y siempre esperamos que empiecen ellos. Pero si es un **buen rumbo** no hay que esperar que empiece nadie. Esto sólo es posible:
- * **cuando en el ánimo** (corazón) se causa: surge dentro de mí sin saber cómo.
- * **alguna moción interior:** sentimiento que me anima y da fuerzas.
- * **con la cual viene la ánimo a inflamarse en amor de su Criador y Señor** - la moción interior que siento llena mi corazón (ánimo) de **amor** Pero el amor nunca es egoísta. Leer I Corintios 13, 4-8. Cuando uno siente este amor (caridad) desinteresado (que no busca aprovecharse y abusar de la otra persona), Dios está ahí presente. Leer I Jn 4, 7-8.

Dios no cabe en un corazón cerrado y egoísta, aunque uno se crea que siente a Dios.

- * **y consecuentemente, cuando ninguna cosa criada sobre la haz de la tierra puede amar en sí, sino en el Criador de todas ellas:** ese amor me lleva a no quedar enganchado a ninguna cosa ni a nadie, porque en definitiva nada es mío. Todo es de Dios, Criador⁷. Esta primera manera de **consolación** es experimentar la 1ª parte del P.F⁸.
- * **asimismo cuando lanza lágrimas motivadas a amor de su Señor, ahora sea por el dolor de sus pecados, o de la pasión de Cristo nuestro Señor, o de otras cosas derechamente ordenadas en su servicio y alabanza:** A veces hay cosas que nos llenan tanto que se nos saltan las lágrimas de alegría, de compasión, etc. No todas las lágrimas son de tristeza. (Más adelante volveremos sobre esta **consolación**).
- * **finalmente, llamo consolación todo aumento de esperanza, fe y caridad y toda leticia (alegría) interna que llama y atrae a las cosas celestiales y a la propia salud de su ánima, quietándola y pacificándola en su Criador y Señor:** por ejemplo, *la confianza, la alegría y el empeño y el gusto en lo que tiene que ver con nuestro destino, que deja dentro de uno sentimientos de tranquilidad y de paz:*

Esta última manera de **consolación** podríamos decir que está muy relacionada con la experiencia de la amistad, y toda amistad supone un amor desinteresado, como antes veíamos, donde Dios está presente. Por eso S. Juan nos decía que “todo el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios” I Juan 4, 7.

Esto supuesto, las características de esta **consolación son confianza y alegría interna** (honda), que nacen de tener **esperanza** (no hay cosa más dura en la vida que perder toda esperanza), más **fe** (la persona sin fe no tiene dónde apoyarse y se siente sola) y **cariño** (la persona sin cariño está amargada). Todo esto hace que tenga empeño y gusto en lo que tiene que ver con nuestro destino, (con “lo definitivamente importante” y con la propia “salud de su ánima”: lo que me merece la pena y me deja “alegre y contento”), dejando dentro de mí sentimientos de tranquilidad y de paz - **quietándola y pacificándola en su Criador y Señor:** uno se siente en paz y lleno cuando está seguro de que es querido, aceptado, comprendido, etc. El solitario y que no se relaciona con las personas, no tiene paz profunda.

Aquí S. Ignacio dice que la paz más honda es la que nace de sentirnos queridos y comprendidos por Dios (**en su Criador y Señor**).

⁷ Recordar páginas 14-15 de la Presentación.

⁸ Ver páginas 78-82 de la Presentación.

4ª Regla.

[317] 4ª Regla. La cuarta de desolación espiritual: llamo desolación todo el contrario de la tercera regla; así como oscuridad del ánimo, turbación en ella, moción a las cosas baxas y terrenas, inquietud de varias agitaciones y tentaciones, moviendo a infidencia, sin esperanza, sin amor, hallándose toda perezosa, tibia, triste y como separada de su Criador y Señor. 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.

4. Se dan también movimientos interiores y estados de ánimo negativos, como de oscuridad y confusión, de caos interior, de desconfianza, desánimo y flojera para todo lo que tiene que ver con tomar en serio la vida, con sensaciones de absurdo y de que no vale la pena y con impulsos a olvidarse de todo esto y refugiarse en lo contrario; y entonces le vienen a uno pensamientos contrarios a los que le vienen cuando se siente en estados de ánimos positivos.

- * **de desolación espiritual - se dan también movimientos interiores y estados de ánimo negativos:** Distintas maneras de estar hundido con el peligro de dejar el camino que me llenaba.
- * **así como oscuridad del ánimo, turbación en ella - como de oscuridad y confusión:** así como en la 3ª Regla uno veía claro el rumbo que merecía la pena, y eso le llenaba de entusiasmo y entrega (amor desinteresado) (**consolación**); en esta 4ª Regla nos describe el sentimiento contrario: la **desolación** trae **oscuridad**. (uno no ve claro el camino) y **confusión** (está como despistado y con miedo a equivocarse); por eso siente **turbación** (intranquilidad).
- * **moción a las cosas bajas y terrenas: de caos interior:** uno sólo quiere pasar el rato, dejándose llevar por lo que le apetece en cada momento, y no tiene ningún "para" que le merezca la pena. (Es la vuelta al **ESTIMULO- RESPUESTA** del niño).
- * **inquietud de varias agitaciones y tentaciones:** uno está inquieto, nervioso y siente hasta tentaciones de dejar el buen rumbo que llevaba.
- * **moviendo a infidencia, sin esperanza, sin amor: - de desconfianza, desánimo,....:** es la desolación más dura: si uno no siente confianza en Dios y en los demás, y no tiene esperanza ni amor, se hundirá del todo y no será capaz de salir a flote ni afrontar ninguna dificultad.
- * **hallándose toda perezosa, tibia, triste - y flojera para todo lo que tiene que ver con tomar en serio la vida, con sensaciones de absurdo y de que no vale la pena y con impulsos a olvidarse de todo esto y refugiarse en lo contrario:** cuando uno no tiene ilusión por nada, siente flojera y pereza para todo. Y más aún para tomar en serio la vida. Ésta le parece aburrida, absurda, y que no vale la pena. La persona que toma en serio la vida es responsable y lucha siempre para salir adelante.

Pero **si pasa de todo**, no llegará a ser nada: se queda en “pasar el rato”, el **ESTIMULO- RESPUESTA**

- * **y como separada de su Criador y Señor**: así como en la 3ª Regla, la **consolación** se resumía en la paz y seguridad de sentirnos queridos por Dios, en la desolación (4ª Regla) la persona experimenta una soledad tan profunda que se siente “como separada de su Criador y Señor”, aunque no es verdad.
- * **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**: aquí S. Ignacio hace caer en la cuenta de que los dos sentimientos, consolación (3ª Regla) y desolación (4ª Regla) que puede uno experimentar cuando vive el “para” según el P.F. (**Regla 2ª**) son **contrarios**, pero coinciden en que son muy fuertes, mientras que en la 1ª Regla, los sentimientos que uno experimentaba no cogían a toda la persona. La razón es porque en esta regla uno se deja llevar por el **ESTIMULO-RESPUESTA**: es el esquema del caprichoso, hace lo que en cada momento le apetece. En realidad, la persona que tiene esta manera de vivir no tiene “para” y se deja llevar sin más. Por eso los sentimientos que le enganchaban no iban más allá de lo imaginario y lo aparente, no duraban y lo dejaban “seco y descontento”; y los sentimientos que le podían ayudar (el buen espíritu) eran remordimientos en su conciencia, que con facilidad se olvidaban⁹

Sin embargo, cuando el “para” que uno tiene es el del P.F.¹⁰. vive en **libertad**, que consiste, no en seguir lo que me va apeteciendo, sino, cayendo en la cuenta que me llena más entregarme sirviendo gratuitamente desde el respeto que abusar de los demás, decido, desde mi mera libertad y querer, tomar este camino. En esta decisión me juego mi vida. Por eso los sentimientos que experimento son muy fuertes: o me llenan del todo (consolación), o me hunden (**desolación**), porque lo he puesto en juego todo. Estos sentimientos no los puedo sentir en la 1ª Regla porque allí sólo pongo en juego lo que en ese momento me apetece, no mi persona: no me comprometo a nada, por eso nada me llena.

⁹ Ver páginas 135-136 de 1ª Semana.

¹⁰ 2ª Regla

Las cinco reglas siguientes tratan de qué hacer cuando estamos en desolación, pues una persona hundida puede hacer cualquier disparate.

5ª Regla.

[318] 5ª Regla. La quinta: en tiempo de desolación nunca hacer mudanza, mas estar firme y constante en los propósitos y determinación en que estaba el día antecedente a la tal desolación, o en la determinación en que estaba en la antecedente consolación. Porque así como en la consolación nos guía y aconseja más el buen espíritu, así en la desolación el malo, con cuyos consexos no podemos tomar camino para acertar.

5. En estos estados interiores negativos no se deben cambiar las decisiones ya tomadas antes en momentos mejores; porque, como en éstos hay claridad para señalarse un buen rumbo, así en los otros hay oscuridad, confusión y falta de libertad para hacerlo

- * **en tiempo de desolación - en estos estados interiores negativos:** todo lo que vivimos (lo bueno y lo malo) es temporal = pasa. Es importante, cuando uno está hundido en la **desolación**, caer en la cuenta que no es para siempre: Después de la tormenta, viene la calma”. Todo tiene un tiempo como dice el Eclesiastés 3, 1-8.
- * **nunca hacer mudanza - no se deben cambiar las decisiones:** no es momento de cambiar una decisión cuando se está hundido, porque entonces no se decide sino se huye, que no es lo mismo. “En tiempo de desolación” lo único que cuenta es “lo mal que lo estoy pasando”, no pienso dónde me puede llevar el salir corriendo.
- * **más estar firme y constante en los propósitos y determinación en que estaba el día antecedente a la tal desolación - las decisiones ya tomadas antes en momentos mejores:** como el tiempo que está viviendo (presente) es de desolación, S. Ignacio sugiere que uno siga el camino que llevaba cuando no estaba hundido (pasado), con decisión (firme) y sin cambiar (constante).
- * **o en la determinación en que estaba en la antecedente consolación - Si el día anterior a la desolación ya no veía claro, hay que seguir hacia atrás en el pasado hasta encontrar el momento en que se tomó la decisión con paz y alegría porque le llenaba (consolación).**

- * **porque así como en la consolación nos guía y aconseja más el buen espíritu, así en la desolación el malo, con cuyos consejos no podemos tomar camino para acertar:** el problema está en **acertar** en el camino que uno tome. No todos los caminos son para mí. Pues bien, si uno está desolado (a oscuras, hundido, amargado, etc.) no son sentimientos que puedan ayudarme a encontrar lo que merece la pena (buen espíritu), sino que me llevan a equivocarme porque
- * *hay oscuridad, confusión y falta de libertad para hacerlo.*

6ª Regla.

[319] 6ª regla. La sexta: dado que en la desolación no debemos mudar los primeros propósitos, mucho aprovecha el intenso mudarse contra la misma desolación, así como es en instar más en la oración, meditación, en mucho examinar y en alargarnos en algún modo conveniente de hacer penitencia.

6. En estas situaciones negativas es muy provechoso actuar directamente contra ellas, dedicando más empeño y tiempo a los diversos ejercicios, como a la reflexión o al vigilarse a sí mismo, y evitando buscar placeres o dejarse llevar, o hasta procurándose alguna molestia externa por ir más en contra de los movimientos negativos que lo invaden por dentro.

- * **dado que en la desolación no debemos mudar los primeros propósitos:** para entender esta 6ª Regla hay que cumplir la anterior donde nos dijo que no saliésemos corriendo mientras estábamos hundidos, porque no podíamos acertar.
- * **mucho aprovecha el intenso mudarse contra la misma desolación - en estas situaciones negativas es muy provechoso actuar directamente contra ellas:** si uno sale corriendo no puede afrontar lo que le está hundiendo (desolación). La dificultad nos puede cuando nos acobardamos ante ella. Pero ¿cómo actuar directamente contra ella?
- * **así como en instar (insistir) más en la oración, meditación, en mucho examinar - dedicando más empeño y tiempo a los diversos ejercicios, como a la reflexión, o al vigilarse a sí mismo:** la mejor manera de huir (no afrontar) es “olvidarse” de la desolación entreteniéndose en otras cosas: por ejemplo divertirse para no pensar.

Pero así nunca superaremos la dificultad que nos hunde. Hay que mirarla cara a cara, hablando con Dios (**oración**), reflexionando, pensando (**meditación**) y observando y cayendo en la cuenta de todo lo que pasa por uno (**mucho examinar** - vigilarse a sí mismo).

- * **y alargarnos en algún modo conveniente de hacer penitencia - evitando buscar complacerse o dejarse llevar, o hasta procurándose alguna molestia externa por ir más en contra de los movimientos negativos que lo invaden a uno por dentro:** el que algo quiere, algo le cuesta. Si uno quiere ser libre, hacer algo que merezca la pena y poder ayudar a los demás, tiene que sacrificarse y no dejarse llevar por el **ESTIMULO- RESPUESTA**, la manera de comportarse el niño.

7ª Regla.

[320] 7ª Regla. La séptima: el que está en desolación, considere cómo el Señor le ha dexado en prueba en sus potencias naturales, para que resista a las varias agitaciones y tentaciones del enemigo; pues puede con el auxilio divino, el qual siempre le queda, aunque claramente no lo sienta; porque el Señor le ha abstraído su mucho hervor, crecido amor y gracia intensa, quedándole tamen gracia suficiente para la salud eterna.

7. En un estado negativo uno ha de ser consciente de lo débil que es; pero al mismo tiempo ha de estar seguro de que es capaz de salir adelante, por difícil que parezca.

“Dios aprieta pero no ahoga”. Uno tiene que pensar cuando está en desolación que a pesar de sentirse sin fuerzas ni ánimo, Dios no lo ha abandonado, y siempre puede ser capaz de salir adelante, por difícil que le parezca.

Esta regla nos avisa que si nos obsesionamos con que no podemos salir adelante, nunca saldremos.

8ª Regla.

[321] 8ª regla. La octava: el que está en desolación, trabaxe de estar en paciencia, que es contraria a las vexaciones que le vienen, y piense que será presto consolado, poniendo las diligencias contra la tal desolación, como está dicho en la sexta regla.

8. En esas situaciones ayuda esforzarse en aguantarlas con paciencia, y al mismo tiempo pensar que son pasajeras y no suelen durar, luchando contra ellas como en el aviso 6 se dice.

- * **en estas situaciones (desolación) ayuda esforzarse en aguantarlas con paciencia (trabaje de estar en paciencia):** el no salir corriendo (que es lo que apetece en esos momentos) cuesta mucho. Por eso el trabajo mayor es tener paciencia. Pero a uno le ayudará tener paciencia si ...
- * **piense que será presto consolado - y al mismo tiempo pensar que son pasajeras y no suelen durar:** es abrirnos a la esperanza (aunque en ese momento no vemos nada). Cuando uno no tiene esperanza no puede tener paciencia.

9ª Regla.

[322] 9ª Regla. La nona: tres causas principales son por que nos hallamos desolados: la primera es por ser tibios, perezosos o negligentes en nuestros ejercicios espirituales, y así por nuestras faltas se alexa la consolación espiritual de nosotros; la segunda, por probarnos para cuánto somos, y en cuánto nos alargamos en su servicio y alabanza, sin tanto estipendio de consolaciones y crecidas gracias; la tercera, por darnos vera noticia y cognocimiento para que internamente sintamos que no es de nosotros traer o tener devoción crecida, amor intenso, lágrimas ni otra alguna consolación espiritual, mas que todo es don y gracia de Dios nuestro Señor, y porque en cosa ajena no pongamos nido, alzando nuestro entendimiento en alguna soberbia o gloria vana, atribuyendo a nosotros la devoción o las otras partes de la spiritual consolación.

9. Estos estados de ánimo negativos pueden darse en tres formas principales: primera, para que nos demos cuenta de nuestros descuidos y de que andamos haciendo muy a medias nuestros ejercicios; segunda, como una prueba, que nos ayude a medir nuestro aguante y nuestra resistencia en los momentos difíciles; y tercera, para que seamos realistas, y no creamos que todo va a ser siempre sencillo y grato, ni nos ilusionemos con entusiasmos que pueden acabarse, ni nos juzguemos demasiado capaces a nosotros mismos.

- * **tres causas principales son por que nos hallamos desolados - *Estos estados de ánimo negativos pueden darse en tres formas principales:*** San Ignacio quiere que aprovechemos el “tiempo de desolación”. Para ello hace caer en la cuenta de tres cosas que podemos descubrir cuando pasamos por esos momentos.
- * **la primera es por ser tibios, perezosos o negligentes en nuestros ejercicios espirituales, y así por nuestras faltas se aleja la consolación espiritual de nosotros - *la primera, para que nos demos cuenta de nuestros descuidos y de que andamos haciendo muy a medias nuestros ejercicios:*** es lo primero que puede descubrirnos la desolación: uno pierde ilusión y ánimo cuando se deja llevar por la pereza y no cumple con lo que se había comprometido. Si uno queda con un amigo y no aparece, y esto se repite, la relación con él se enfría a la larga. Cuando no soy fiel al rato que me había comprometido a estar a solas con Dios (oración), su consuelo puede alejarse porque yo no me abro a Él. Esto es lo primero que puede descubrirnos la desolación: es consecuencia de nuestra debilidad; por nuestra pereza entramos, a veces, en desolación.
- * **la segunda, por probarnos para cuánto somos, y en cuánto nos alargamos en su servicio y alabanza, sin tanto estipendio de consolaciones y crecidas gracias = *segunda, como una prueba, que nos ayude a medir nuestro aguante y nuestra resistencia en los momentos difíciles:*** pero no sólo es por pereza. Otras veces uno entra en desolación sin saber por qué y habiendo sido fiel. Entonces es la ocasión de descubrir lo que somos de verdad.

Nos creemos generosos y desinteresados en nuestra entrega a Dios y a los demás; pero cuando empezamos a estar hundidos y no sentimos nada (desolación), lo dejamos todo. En las dificultades conocemos los amigos verdaderos, y lo que más se agradece es un amigo fiel que a pesar de mis fallos y rarezas puedo contar con él. Entonces sabemos que su cariño es verdadero y no va a su avío ni a aprovecharse.

Muchas veces acudimos a Dios y servimos a los demás porque nos sentimos bien y nos lo agradecen; pero cuando ni sentimos, ni reconocen lo que hacemos, lo dejamos todo. Esto quiere decir que somos “interesados”.

- * **la tercera** : pero la desolación puede ser ocasión para caer en la cuenta (**por darnos vera noticia y cognoscimiento para que internamente sintamos**), para que lo palpemos, que no está en nuestra mano el tener ánimo, fuerzas (consolación), sino que todo es un regalo (don) y una gracia de Dios, y **no nos ilusionemos con entusiasmos** que pueden acabarse, ni nos creamos que lo podemos todo, “ir de chulos por la vida”, (**alzando nuestro entendimiento en alguna soberbia o gloria vana**). La desolación debe hacernos más sencillos y así comprenderemos mejor a los demás cuando están hundidos.

Por lo tanto, gracias a que pasamos por momentos de desolación podemos enterarnos (si los aprovechamos) de tres verdades importantes en la vida:

Primera: que a veces somos perezosos y no cumplimos;

Segunda: que no somos tan desinteresados como nos creemos (pasamos la gorra), y si no sacamos ventajas (consolaciones), no nos entregamos ni servimos con alegría, gratuitamente;

Tercera: que lo mejor de nosotros mismos y que más nos llena (a nosotros y a los demás) es un regalo de Dios (don y gracia), y no algo de lo que puedo chulearme.

Cuando pasamos por la desolación palpamos (sentimos interiormente) que no podemos nada, y esto nos hace más sencillos.

Si a una persona le faltan estas tres verdades en su vida, se hace insoportable: nunca reconocerá sus fallos, se creará el mejor (el orgulloso) y que lo puede todo. Tenemos, pues, que aprovechar nuestros momentos de desolación para admitir estas tres verdades.

10ª Regla.

[323] 10ª Regla. La décima: el que está en consolación piense cómo se habrá en la desolación que después vendrá, tomando nuevas fuerzas para entonces.

10. En los momentos mejores es bueno prever cómo podrá reaccionar uno cuando pasen ellos y vengan los peores, y se ha de dar uno ánimo y fuerza para entonces.

- * el que está en consolación piense cómo se habrá en la desolación que después vendrá - ***en los momentos mejores es bueno prever cómo podrá reaccionar uno cuando pasen ellos y vengan los peores***: En la 5ª regla¹¹, decíamos que todo lo que vivimos pasa (lo bueno y lo malo). Si después de la tormenta viene la calma, después del buen tiempo vendrá la tormenta.

Aquí, en la 10ª regla, S. Ignacio avisa lo mismo para cuando estamos consolados (con ánimo, ilusión, etc.)¹². En esos momentos podemos creernos que ya no pasaremos ninguna dificultad en la vida, ni nos hundiremos. Pero no es verdad, y conviene, cuando uno tiene luz, paz, fuerza y libertad (no estoy dominado por nada) pensar qué haré cuando me falte esta consolación. Así verá más claro el disparate que sería cambiar de camino cuando estoy desolado.

Esto es lo que quiere decir:

- * **tomando nuevas fuerzas para entonces - y se ha de dar uno ánimo y fuerza para entonces**: si en el presente (que es el tiempo que estoy viviendo) me encuentro consolado, no quedarme ahí, sino pensar en lo que vendrá (futuro) para que no me coja desprevenido y sin fuerzas. No es igual que yo mismo reflexione y me dé ánimos cuando estoy consolado, que alguien me aconseje y anime cuando estoy hundido.

¹¹ Ver páginas 144-145 de 1ª Semana.

¹² Ver páginas 139-142 de 1ª Semana.

11ª Regla.

[324] 11ª Regla. La undécima: el que está consolado procure humillarse y baxarse quanto puede, pensando quán para poco es en el tiempo de la desolación sin la tal gracia o consolación. Por el contrario, piense el que está en desolación que puede mucho con la gracia suficiente para resistir a todos sus enemigos, tomando fuerzas en su Criador y Señor.

11. En los momentos de entusiasmo hay que ser realista y recordar los ratos de pesimismo y de desánimo; y al revés: en los malos ratos hay que acordarse de los buenos y convencerse de que uno puede salir adelante.

- * **el que está consolado procure humillarse y baxarse quanto puede, pensando quán para poco es en el tiempo de la desolación sin la tal gracia o consolación - en los momentos de entusiasmo hay que ser realista y recordar los ratos de pesimismo y de desánimo:** si en la regla anterior S. Ignacio pide que en el tiempo de la consolación tomemos ánimos para cuando nos falten (mirar el futuro); en esta regla sugiere que recordemos en nuestra experiencia (pasado), cuando estábamos hundidos, qué poca cosa éramos sin la consolación (ánimo, fuerzas, ilusión, etc.).

Si la consolación es un don y gracia de Dios (9ª Regla¹³), cuando la tengo no debo chulearme, sino **humillarme y bajarme cuanto pueda**: aceptar lo que soy sencillamente.

- * **por el contrario, piense el que está en desolación que puede mucho...: recordar lo dicho en las 7ª y 8ª reglas¹⁴**

En estas dos reglas sobre la consolación S. Ignacio quiere que aprovechemos a tope esos momentos de luz y fuerza para cuando venga la desolación

(futuro) = 10ª Regla; pero sin olvidarnos la poca cosa que somos cuando estamos en desolación (hundidos, sin ánimos, a oscuras, etc.).

¹³ Ver páginas 144-145 de 1ª Semana.

¹⁴ Ver páginas 139-142 de 1ª Semana.

Introducción: Reglas 12, 13 y 14

En las reglas sobre la desolación (de la 4ª a la 9ª) S. Ignacio nos avisó que debíamos hacer y pensar cuando estábamos hundidos y sin ánimo.

En estas tres reglas que vamos a ver no trata propiamente de la desolación sino de situaciones peligrosas. Es decir, experiencia de sentirnos tentados, engañados o amenazados.

Cada una de las tres reglas de S. Ignacio tiene tres partes:

1. Avisa de un peligro;
2. Explicación con ejemplo;
3. Lo compara con la situación peligrosa que está tratando.

12ª Regla

[325] 12ª Regla. La duodécima: el enemigo se hace como mujer en ser flaco por fuerza y fuerte de grado; porque así como es propio de la mujer, quando riñe con algún varón, perder ánimo, dando huida quando el hombre le muestra mucho rostro; y por el contrario, si el varón comienza a huir perdiendo ánimo, la ira, venganza y ferocidad de la mujer es muy crecida y tan sin mesura; de la misma manera es propio del enemigo enflaquecerse y perder ánimo, dando huida sus tentaciones, quando la persona que se exercita en las cosas spirituales pone mucho rostro contra las tentaciones del enemigo haciendo el oppósito per diametrum; y por el contrario, si la persona que se exercita comienza a tener temor y perder ánimo en sufrir las tentaciones, no hay bestia tan fiera sobre la haz de la tierra como el enemigo de natura humana, en prosecución de su dañada intención con tan crecida malicia.

12. Ante un estado de ánimo negativo, lo mejor es reaccionar con energía; porque si uno se va dejando llevar poco a poco, cada vez va siendo más difícil que reaccione y acaba por hacerse casi imposible.

1ª Parte: Avisa de un peligro.

- **el enemigo se hace como mujer en ser flaco por fuerza y fuerte de grado**
- *ante un estado de ánimo negativo, lo mejor es*

reaccionar con energía: es lo mismo que el refrán: “No es tan fiero el león como lo pintan”. Avisa que el miedo o acobardamiento que a veces sentimos ante la tentación no tiene fuerzas, es más imaginación que otra cosa.

2ª Parte: Explicación con un ejemplo

- **porque así como es propio de la mujer, quando riñe con algún varón, perder ánimo, dando huida quando el hombre le muestra mucho rostro; y por el contrario, si el varón comienza a huir perdiendo ánimo, la ira, venganza y ferocidad de la mujer es muy crecida y tan sin mesura.** Todos hemos conocido casos como el que cuenta S. Ignacio.

3ª Parte: Aplicación del ejemplo

- **de la misma manera es propio del enemigo enflaquecerse y perder ánimo, dando huida sus tentaciones, quando la persona que se exercita en las cosas espirituales pone mucho rostro contra las tentaciones del enemigo haciendo el opósito per diametrum (haciendo lo contrario):** si la persona afronta la tentación, el miedo desaparece y supera el peligro.
- **y por el contrario, si la persona que se exercita comienza a tener temor y perder ánimo en sufrir las tentaciones, no hay bestia tan fiera sobre la haz de la tierra como el enemigo de natura humana, en prosecución de su dañada intención con tan crecida malicia:** si uno empieza a sentir temor y a acobardarse - ***si uno se va dejando llevar poco a poco (del miedo), cada vez va siendo más difícil que reaccione y acaba por hacersele casi imposible:*** caer en la cuenta que S. Ignacio dice **“comienza a tener temor”:** si no reaccionamos en el **primer momento**, el miedo se apodera de nosotros y quedamos paralizados. Todo nos lo jugamos en esos primeros instantes.

13ª Regla.

[326] 13ª Regla. La terdecima: assimismo se hace como vano enamorado en querer ser secreto y no descubierto: porque así como el hombre vano, que hablando a mala parte requiere a una hija de un buen padre, o a una mujer de buen marido, quiere que sus palabras y suasionen sean secretas; y el contrario le displace mucho, quando la hija al padre o la mujer al marido descubre sus vanas palabras y intención depravada, porque fácilmente collige que no podrá salir con la empresa comenzada: de la misma manera, quando el enemigo de natura humana trae sus astucias y suasionen a la ánima justa, quiere y desea que sean recibidas y tenidas en secreto; mas quando las descubre a su buen confessor o a otra persona spiritual, que conosca sus engaños y malicias, mucho le pesa: porque collige que no podrá salir con su malicia comenzada, en ser descubiertos sus engaños manifiestos.

13. Cuando uno se va atando y desviando y va perdiendo libertad y rumbo, es fácil que quiera que nadie sepa lo que le pasa o está haciendo, y que lo quiera tener todo como en secreto; porque en el fondo quisiera engañarse y sabe que una persona de buen juicio le estorbaría, ayudándole a desenmascarar su engaño y a comprender y corregir sus errores

1ª Parte: Avisa de un peligro

- **assimismo se hace como vano enamorado en querer ser secreto y no descubierto = *Cuando uno se va atando y desviando y va perdiendo libertad y rumbo, es fácil que quiera que nadie sepa lo que le pasa o está haciendo, y que lo quiera tener todo como en secreto.*** En esta regla el aviso es todo lo contrario que el de la regla 12. Allí nos decía que hay que afrontar desde el primer momento, sobre todo cuando **empezamos** a acobardarnos, porque “no es tan fiero el león como lo pintan”. Aquí, sin embargo, el peligro está en que uno le quita importancia a lo que pasa o hace, aunque de hecho **se va atando y desviando y va perdiendo libertad.**

Lo único raro es que al mismo tiempo se le ocurre lo siguiente: “esto no se lo voy a decir a nadie porque es una tontería”. Si de verdad fuese una tontería nunca tendría ese pensamiento. Por ejemplo, si compro un paquete de pipas es imposible que surja ese pensamiento, porque en verdad es una tontería.

2ª Parte: explicación con un ejemplo

- **porque así como el hombre vano:** falso, no va con formalidad y sinceramente sino a aprovecharse.
- **que hablando a mala parte requiere a una hija de un buen padre, o a una mujer de buen marido:** como sus intenciones no son buenas, no las dice con claridad porque es falso (vano).

Pero caer en la cuenta de que esta mujer, **o es hija de buen padre, o mujer de buen marido:** sólo así podrá, **con confianza**, comentar lo que le está ocurriendo, que por otro lado parece no tener importancia.

- **quiere que sus palabras y suasionés** (propuestas) sean secretas: esto es lo que puede hacerle sospechar; si en sus palabras o propuestas no hubiese malas intenciones, no añadiría “que no lo sepa tu padre”, o “tu marido”.
- **y el contrario le displace mucho, quando la hija al padre o la mujer al marido descubre sus vanas palabras y intención depravada:** el que comente **a su buen padre o a su buen marido estas palabras vanas** (vacías), pero que llevan intenciones no sanas_(**depravadas**) no puede agradarle al **vano enamorado**.
- **porque fácilmente collige** (sospecha) **que no podrá salir con la impresa** (intenciones) **comenzada:** el “vano enamorado” tiene claro que si la mujer habla con su padre o con su marido se descubrirá el engaño. Pero aquí dice “**empresa** (intención) **comenzada**”, no que **comienza** (como en la Regla 12). En los primeros momentos no es fácil que sospeche porque no ve peligro. Esto lo descubre conforme pasa el tiempo. Por ejemplo:
 - Un muchacho se encuentra con una chica que hace tiempo que no ve y la saluda;
 - al día siguiente vuelve a verla y le comenta: "¿por qué no seguimos viéndonos?"
 - otro día le propone ir al cine con unos amigos, pero le dice: "que no se entere tu padre".

- Este es el primer dato que puede hacerle sospechar que no viene con buenas intenciones.

La cosa comenzó mucho antes, pero es ahora cuando puede descubrirla y reaccionar. Si en la Regla 12 todo nos lo jugábamos en los primeros momentos, en la regla 13 será después, cuando descubramos que **quiere ser secreto y no descubierto**.

3ª Parte: aplicación del ejemplo

- * **de la misma manera, cuando el enemigo de natura humana trae sus astucias** (engaños) **y suasion**es (propuestas) **a la ánima justa** (buena persona) **quiere y desea que sean recibidas y tenidas en secreto** = es “enemigo de natura humana” (de la persona) todo lo que surge dentro de nosotros que nos lleva al engaño o a la maldad.

En E.E. 32¹⁵ veíamos que dentro de nosotros no solo está lo que sale de mí “mera libertad y querer” sino otras mociones (ideas, ocurrencias, deseos, etc.) que no sabemos de dónde vienen y pueden hacernos bien o mal. Pues bien, aquí se refiere a todo aquello que siento en mí que puede engañarme, y lo descubriré porque, al mismo tiempo que lo siento, se me ocurre que “eso no debe saberlo nadie, porque no tiene importancia”.

- * **porque en el fondo quisiera engañarse**: dentro de nosotros hay deseos ocultos, inconscientes, que no dan la cara, y hacen que “en el fondo”, sin confesarlo, querríamos engañarnos para que no sean descubiertos. Por eso
- * **cuando las descubre a su buen confesor o a otra persona espiritual, que conozca sus engaños y malicias, mucho le pesa: porque collige** (sospecha) **que no podrá salir con su malicia comenzada, en ser descubiertos sus engaños manifiestos = y sabe que una persona de buen juicio le estorbaría, ayudándole a desenmascarar su engaño y a comprender y corregir sus errores**: para que se descubra el engaño tiene

¹⁵ Ver páginas 18-19 de la Presentación y página 127 de la 1ª Semana

uno que acudir a alguien que tenga experiencia (que conozca sus engaños y malicias = una persona de buen juicio). Si uno acude al que está en su misma situación, en vez de un engañado habrá dos.

S. Ignacio dice que al acudir a esa persona que tiene experiencia serán descubiertos sus engaños manifiestos. Efectivamente, así como la persona que está en esta situación no puede ver el engaño, para la persona de buen juicio, estos engaños son claros (manifiestos).

14ª Regla.

[327] 14ª La quatuordécima: assimismo se hace como un caudillo, para vencer y robar lo que desea; porque así como un capitán y caudillo del campo, asentando su real y mirando las fuerzas o disposición de un castillo, le combate por la parte más flaca; de la misma manera el enemigo de natura humana, rodeando mira en torno todas nuestras virtudes theologales, cardinales y morales; y por donde nos halla más flacos y más necesitados para nuestra salud eterna, por allí nos bate y procura tomarnos.

14. Más fácilmente pierde uno libertad y dominio de sí en aquello en que es más débil o más inclinado a hacerse tonto, y por eso allí es donde más debe cuidarse.

1ª Parte: avisa de un peligro:

- **assimismo se hace como un caudillo, para vencer y robar lo que desea:** aquí nos avisa por dónde podemos ser tentados (dominados por algo): igual que el que quiere vencer en una lucha ataca por el punto más débil, también nosotros somos atacados por nuestros puntos flacos.

2ª Parte: explicación con un ejemplo:

S. Ignacio pone el ejemplo de un capitán que quiere atacar con su ejército un castillo; como es natural lo hará por la parte más débil y menos vigilada.

3ª Parte: aplicación del ejemplo:

- **de la misma manera el enemigo de natura humana:** ya vimos¹⁶ que S. Ignacio llama "enemigo de natura humana" (de la persona) todo lo que surge dentro de nosotros que nos lleva al engaño o la maldad.
- **rodeando mira en torno todas nuestras virtudes:** maneras de ser que nos hacen buenos (a nosotros y a los demás) **theologales** (que nos relacionan con Dios = la fe, la esperanza y el amor), **cardinales y morales** se refieren a nosotros en relación con los demás: prudencia, (no molestar), justicia (no abusar), fortaleza (no acobardarse) y templanza (no ambición, contentándose con lo necesario).
- **y por donde nos halla más flacos y más necesitados para nuestra salud eterna** (lo mejor de nosotros mismos, que no pasa y todos agradecen): somos débiles en todo lo que no nos llena, ni nos merece la pena dejándonos "secos y descontentos", aunque en ese momento lo pasemos muy bien. Por eso ...
- **más fácilmente pierde uno libertad y dominio de sí en aquello en que es más débil o más inclinado a hacerse tonto, y por eso allí es donde más debe cuidarse:** tenemos que vigilar (cuidarnos) todo aquello que por experiencia sabemos que puede dominarnos dejándonos sin libertad y "colgados" (tontos). Cada persona debe conocer sus debilidades para ir con más cuidado por la vida.

¹⁶ Ver página 156 de 1ª Semana.