

PRIMERA SEMANA

No es nada agradable enfrentarnos con los propios fallos, pero los tenemos. En la 1ª Semana, S. Ignacio nos enfrenta con nuestros pecados (maneras de ser que hacen daño: fallos, abusos, egoísmos, etc.) para que los vivamos desde la fe en Dios, reconociéndolos sin hundirnos, y sintiéndonos perdonados y con fuerzas para cambiar.

**PRIMER EJERCICIO
“El Pecado fuera de mí”**

[45] Primer ejercicio es meditación con las tres potencias sobre el 1º, 2º y 3º pecado; contiene en sí, después de una oración preparatoria y dos preámbulos, tres puntos principales y un coloquio.

Primer ejercicio: historia del hombre

En este **primer ejercicio** quiere que caigamos en la cuenta de qué es el pecado fuera de mí. Me explico: los pecados de los demás (sus egoísmos, abusos, etc.) los vemos con claridad y casi los exageramos, mientras los nuestros siempre les quitamos importancia o incluso los negamos. Por eso no empieza por mis pecados. Sólo así caeré en la cuenta de lo que es el pecado: cuando no es el mío.

PRIMERA SEMANA**PRIMER EJERCICIO:
El pecado fuera de mí**

Para entender lo que pretende S. Ignacio en este primer paso leer II Samuel 11 y 12.

Si Natán hubiese echado en cara a David lo que hizo, se hubiese justificado; pero le contó el abuso de otra persona. Sólo así pudo reconocer David que lo del “cuento” casi no tenía importancia al lado de lo que él había hecho = abusar de una mujer y hacer que muriera su marido.

Esto es lo que pretende esta primera meditación: que viendo lo que es el pecado en los demás, me resulte imposible quitarle importancia y tenga que reconocer que realmente he hecho daño.

a) Oración Preparatoria.

[46] Oración. La oración preparatoria es pedir gracia a Dios nuestro Señor, para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad.

Preparación: Recordar el principio fundamental y lo que se quiere lograr en los ejercicios, y esmerarse por actuar conforme a eso al ir haciendo este ejercicio.

- **pedir gracia a Dios nuestro Señor:** uno pide lo que no tiene ni puede alcanzar con su propio esfuerzo: esto que pedimos es una gracia de Dios.
- **para que todas:** La palabra “todo” aparecerá muchas veces en los EE. No es lo mismo “todo” que “mucho”. Leer Lucas 21,1-4: la viuda dio muy poco, pero lo dio todo. Sólo nos llena algo cuando no nos reservamos nada.
- **mis intenciones:** la persona humana tiene muchas posibilidades entre las que elige algunas, porque todas son imposibles: esas son las **intenciones** = es lo que uno quiere y pretende, y nadie puede conocer. Pero estas intenciones tienen que hacerse realidad: es lo que S. Ignacio llama:

- **acciones:** lo que uno pretendía (**intenciones**) va apareciendo en nuestra manera de actuar. Caer en la cuenta que muchas veces lo que hacemos, nuestra manera de vivir, no coincide con nuestras “buenas” intenciones. Pero la persona humana no es sólo intenciones y acciones, sino también
- **operaciones:** propiamente significa lo que se hace y, en este sentido, sería lo mismo que acciones. Sin embargo, aquí parece que se distinguen de las acciones.

¿Qué entendía S. Ignacio por “operaciones”?

En la anotación 1ª nos dijo que “por ejercicios espirituales se entiende todo modo de examinar la conciencia, de meditar, de contemplar... y de otras espirituales operaciones, según que adelante se dirá”. Es decir, nos habla de unas operaciones (algo que se hace), pero que son “espirituales”.

Lo espiritual es lo que no se ve y toca como lo material. Es decir, estas operaciones espirituales serían todo aquello que ocurre en nosotros y que nadie puede ver si nosotros no lo contamos, pero que tiene mucha importancia de cara a lo que queremos y hacemos en la vida.

En el Primer Modo de orar hablamos, por ejemplo, de las “tres potencias del alma”, que eran la memoria, el entendimiento y la voluntad. Pues bien, las operaciones de estas tres potencias serían los recuerdos, los razonamientos y lo que queremos; como nuestras imaginaciones serían las “operaciones” de nuestra imaginación, y nuestras sensaciones las de nuestros sentidos. Ninguna de estas cosas las puede ver nadie si nosotros no se las contamos y, sin embargo, de aquí saldrá lo que busquemos y hagamos en la vida.

Pues bien, S. Ignacio quiere que pidamos que

- * **todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad** (de Dios): según lo dicho, **todas mis intenciones, acciones y operaciones** resumen mi vida real, no sólo lo que yo pretendía.

Tenemos que pedir a Dios que toda nuestra vida (no sólo mis intenciones y lo que hacemos), sino lo que surge dentro de nosotros, mereciéndonos la pena y que van a decidir nuestra vida, sean según el “para” del P.F.¹. Tengo que responsabilizarme de **toda** mi vida, no sólo de mis “buenas” intenciones y de lo que hago, sino de lo que hay dentro de mí, que nadie puede ver, pero que es lo que va decidiendo la orientación de mi vida.

S. Ignacio quiere que esta petición siempre la hagamos al comienzo de cada Ejercicio: es lo más importante: que nuestra vida vaya acertando en el “para” del P.F. por eso:

- * ***recordar el principio fundamental y lo que se quiere lograr en los ejercicios.***

b) Composición de lugar.

[47] 1º preámbulo. El primer preámbulo es composición viendo el lugar. Aquí es de notar que en la contemplación o meditación visible, así como contemplar a Cristo nuestro Señor, el qual es visible, la composición será ver con la vista de la imaginación el lugar corpóreo donde se halla la cosa que quiero contemplar. Digo el lugar corpóreo, así como un templo o monte, donde se halla Jesús Christo o Nuestra Señora, según lo que quiero contemplar. En la invisible, como es aquí de los pecados, la composición será ver con la vista imaginativa y considerar mi ánima ser encarcelada en este cuerpo corruptible y todo el compósito en este valle, como desterrado entre brutos animales; digo todo el compósito de ánima y cuerpo.

Primer preámbulo: Ambientación: Si el tema del ejercicio es algún suceso o episodio histórico, se entra en ambiente imaginando en detalle el lugar en que suceden los hechos. Si no, se acude a imágenes representativas o simbólicas.

Para este caso, puede ayudar imaginarse uno mismo como atado y encerrado, y rodeado de animales feroces.

¹ Ver páginas 78-82 de la Presentación.

S. Ignacio quiere que fijemos nuestra imaginación: es lo que llama **composición de lugar**: situarme con la imaginación en el lugar donde ocurre lo que voy a contemplar.

En este ejercicio que va a tratar del pecado fuera de mí, quiere que nos imaginemos algo que represente lo que es el pecado. Y se le ocurren dos cosas: el pecado es como estar en la **cárcel** (encerrado en mi egoísmo me quedo solo y no me puedo relacionar con los demás; enganchado en deseos que me quitan la **libertad** y no me dejan ser yo mismo, etc.) y el **destierro**: (el que está fuera de su tierra se siente extraño, aislado, no conoce a nadie, está como perdido).

c) Petición

[48] 2ª preámbulo. El segundo es demandar a Dios nuestro Señor lo que quiero y deseo. La demanda ha de ser según subiecta materia, es a saber, si la contemplación es de resurrección, demandar gozo con Christo gozoso; si es de pasión demandar pena, lágrimas y tormento con Christo atormentado. Aquí será demandar vergüenza y confusión de mí mismo, viendo cuántos han sido dañados por un solo peccado mortal, y cuántas veces yo merecía ser condenado para siempre por mis tantos peccados.

2º preámbulo: *Intención: Ante todo, proponerse lo que en el ejercicio se busca, y dedicarse a hacerlo con la confianza de lograr eso.*

En este caso se busca sentir el absurdo y sin sentido dentro de la historia humana, y la responsabilidad propia ante la oportunidad de hacer algo en ella.

- **demandar (pedir) a Dios nuestro Señor lo que quiero y deseo**: cada ejercicio pretende algo: lo que quiero y deseo. Pero como no está en mi mano lo pido a Dios.
- **aquí será demandar (pedir) vergüenza y confusión de mí mismo**: la vergüenza y confusión (significa lo mismo) que aquí pedimos a Dios es de mí **mismo**. No es cuando por vergüenza ante los demás y por respeto humano dejamos de hacer lo que debemos². Ésta nos hace daño porque dependemos del “qué dirán” y nunca seremos nosotros mismos.

² De ésta habló en EE 9, página 128 de 1ª Semana.

Aquí pido **vergüenza de mí mismo**, que no tiene nada que ver con la anterior. Decimos que uno no tiene vergüenza cuando no es capaz de reconocer lo que ha hecho mal, y cuando además se chulea decimos que es un **sin-vergüenza**. Es decir, pido vergüenza de mí mismo para reconocer mis fallos. Sólo así podré recuperarme.

- **viendo cuántos han sido dañados por un solo peccado mortal, y cuántas veces yo merecía ser condenado para siempre por mis tantos peccados:** todos vemos a nuestro alrededor personas que han destrozado su vida o la de los demás con su manera de ser y su comportamiento. Cuando vemos que alguien abusa o hace daño a los demás decimos “debería darle vergüenza”. Fuera de nosotros vemos con claridad lo que “es una vergüenza”. Pero no es tan fácil que yo tenga **vergüenza de mí mismo**.

Como dijimos recordando el pecado de David, éste tuvo “vergüenza de sí mismo” cuando vio el abuso de aquel hombre rico. Por tanto, la vergüenza tenemos que verla fuera de nosotros para reconocer la nuestra.

[49] Nota. Ante todas contemplaciones o meditaciones, se deben hacer siempre la oración preparatoria sin mudarse y los dos preámbulos ya dichos, algunas veces mudándose, según subiecta materia.

Nota: Cada ejercicio se inicia siempre con la preparación y los dos preámbulos pero éstos se van adaptando según el tema lo vaya pidiendo.

S. Ignacio nos recuerda que la “oración preparatoria” siempre tenemos que hacer la misma, mientras que la “composición de lugar” y la “petición” irán cambiando.

d) Meditación de tres potencias: memoria, entendimiento y voluntad.

Ya hemos visto otras maneras de hacer oración. En la PRESENTACIÓN vimos el Primer modo de orar: pararnos para caer en la cuenta de todos los prejuicios con los que nos acercamos a la realidad y a los demás, y cómo mientras no cambie nuestra

sensibilidad no podemos cambiar³; el Segundo modo de orar, dejando que las palabras calen dentro de uno con todo lo que significan y Dios se nos comunique a través de ellas⁴; y el Tercero, en el que incluso el ritmo de mi respiración me haga sentir profundamente las cosas y experimentar a Dios⁵.

Ahora nos presenta otra manera de hacer oración: la meditación: uno tiene que pararse en la vida para poder pensar (entendimiento) en el “para” que vivimos, recordando (memoria) las experiencias que uno va teniendo o tienen los demás, y las consecuencias de las decisiones que se toman (voluntad).

Aquí S. Ignacio quiere que me pare a pensar en tres “pecados” que ninguno es mío, para que, como David, sienta vergüenza de mí mismo al ver el daño que hace el pecado y las consecuencias que tiene: el primero de los ángeles, el 2º el de Adán y Eva, y el 3º de una persona que ha terminado destrozando su vida y la de los demás.

1º Punto: Pecado de los ángeles:

[50] 1º punto. El primer punto será traer la memoria sobre el primer peccado, que fue de los ángeles, y luego sobre el mismo el entendimiento discurriendo, luego la voluntad, queriendo todo esto memorar y entender por más me avergonzar y confundir, trayendo en comparación de un pecado de los ángeles tantos pecados míos; y donde ellos por un pecado fueron al infierno, cuántas veces yo le he merecido por tantos. Digo traer en memoria el pecado de los ángeles, cómo siendo ellos criados en gracia, no se queriendo ayudar con su libertad para hacer reverencia y obediencia a su Criador y Señor, viniendo en superbia, fueron convertidos de gracia en malicia, y lanzados del cielo al infierno, y conseqüenter moviendo más los afectos con la voluntad.

Primer punto: Pensar en el absurdo y las consecuencias de la vida de alguien que con toda conciencia y libertad se resista por completo a orientarse a su destino, aun sintiéndose empujado a hacerlo. Empezar imaginando el hecho y dejándose golpear por él, comparando esa situación con la propia, para hacer que nazcan afectos y deseos que lleven a sentir la propia responsabilidad ante la vida y la urgencia de tomarla en serio.

³ Ver páginas 63-71 de la Presentación.

⁴ Ver páginas 72-75 de la Presentación.

⁵ Ver páginas 76-77 de la Presentación.

No sabemos muy bien de qué va, pero si nos abre los ojos para entender qué es el pecado. Para S. Ignacio consiste en:

- * **no se queriendo ayudar con su libertad:** nuestra libertad es la gran ayuda: sin ella no podemos ser nosotros mismos. Sin embargo no es un fin en sí misma: uno puede con su libertad elegir un disparate. Ahora bien, tenemos que **ayudarnos** con nuestra libertad ¿para qué?
- * **para hacer reverencia** (respetar) **y obediencia** (escuchar) **a su Criador y Señor**⁶.
- * **veniendo en superbia:** el que ni respeta ni escucha, sino que se siente el más importante y el centro, y todos tienen que estar pendientes de él se convierte en un orgulloso y chulo (superbia)
- **fueron convertidos de gracia en malicia, y lanzados del cielo al infierno:** se convirtieron de algo que se agradece en algo que se teme. Nadie agradece una persona cuando encerrada en su egoísmo, desde su orgullo abusa de los que le rodean y lo único que provoca es problemas y sufrimientos, convirtiendo la familia o el lugar donde está, en un “infierno”.

Es decir, detrás de todo abuso o manera de ser que hace daño (pecado) hay una manera de ser libre sin respetar ni escuchar a nadie, sino siguiendo el propio capricho o egoísmo. Esto está en la base de todo pecado.

Es decir

- ***pensar en el absurdo y las consecuencias de la vida de alguien que con toda conciencia y libertad se resista por completo a orientarse a su destino:*** (el “para” del P.F.)
El caer en la cuenta de todo esto debe producir en mí **vergüenza**; pues en mi manera de ser y actuar no siempre respeto ni escucho, sino que desde mi orgullo me pongo en el centro y abuso.

⁶ Recordar el “para” del P.F., especialmente páginas 78-82 de la Presentación.

Yo (desde mi LIBERTAD)	Respeto	<i>a mí → soberbia, orgullo → pecado</i>
	Escucho	
	Respeto	<i>a Dios = a los demás = servicio (“para” P.F.)</i>
	Escucho	

2º Punto: El pecado de Adán y Eva.

[51] 2º punto. El segundo: hacer otro tanto, es a saber, traer las tres potencias sobre el pecado de Adán y Eva, trayendo a la memoria, cómo por el tal pecado hicieron tanto tiempo penitencia, y cuánta corrupción vino en el género humano, andando tantas gentes para el infierno. Digo traer a la memoria el 2º pecado de nuestros padres; cómo después que Adán fue criado en el campo damasceno y puesto en el paraíso terrenal y Eva ser criada de su costilla, siendo vedados que no comiesen del árbol de la sciencia y ellos comiendo y asimismo pecando, y después vestidos de túnicas pelíceas y lanzados del paraíso vivieron sin la justicia original, que habían perdido, toda su vida en muchos trabajos y mucha penitencia, y consequenter discurrir con el entendimiento más particularmente, usando de la voluntad como está dicho.

2º punto: Hacer lo mismo, pensando el absurdo que se da en la historia humana: sea el de hechos o situaciones que en ella se recuerdan, sea el que aparece en la Biblia en las historias de sus primeras páginas (como la de Adán y Eva o la de Caín: Gn. 3; 4) o en otras historias que luego se narran. Para hacerlo, uno reconstruye en detalle la historia y procura que le llegue a fondo desentrañándola, para hacer que broten sentimientos y actitudes como los que se buscan en el primer punto.

PRIMERA SEMANA

**PRIMER EJERCICIO:
El pecado fuera de mí**

Leer Génesis 3: el pecado de Adán y Eva es el mismo de los ángeles = “Seréis como dioses”, es decir, “no tendréis que respetar ni escuchar a nadie”.

Esto producirá siempre no sólo un mal para la persona (el que se cree el mejor y desprecia a los demás siempre da asco), sino que le llevará a abusar del más débil y a su alrededor habrá sufrimiento y penas.

El pecado, por tanto, es algo contagioso y tiene a veces consecuencias terribles: la guerra, por ejemplo.

Si yo veo el egoísmo y la ambición que hay a nuestro alrededor que hace que cada uno vaya a lo suyo y nos olvidemos de las necesidades que nos rodean (pueblos que mueren de hambre, por ejemplo) eso es una **vergüenza**. Pero ¿no participo yo también de ese egoísmo olvidándome del sufrimiento de tanta gente?

Al ver las consecuencias del pecado en el mundo se nos debería “caer la cara de vergüenza”.

3º Punto: Un caso concreto de Pecado.

[52] 3º punto. El tercero: asimismo hacer otro tanto sobre el tercero pecado particular de cada uno que por un pecado mortal es ido al infierno, y otros muchos sin cuento por menos pecados que yo he hecho. Digo hacer otro tanto sobre el 3º pecado particular, trayendo a la memoria la gravedad y malicia del pecado contra su Criador y Señor, discurrir con el entendimiento, cómo en el pecar y hacer contra la bondad infinita justamente ha sido condenado para siempre, y acabar con la voluntad como está dicho.

3º: Hacer lo mismo, deteniéndose en algún caso concreto más cercano, cayendo en la cuenta de su absurdo y sin sentido y de las consecuencias que acarrea y viéndome a mí mismo libre por ahora de ellas. Y así, recordando y dejándose impactar, reflexionar para sentir y querer como se dijo.

Aquí quiere S. Ignacio que pensemos en el caso de una persona que ha arruinado su vida por su mala cabeza (egoísmos, chulerías, abusos, etc.).

PRIMERA SEMANA

PRIMER EJERCICIO:
El pecado fuera de mí

Si da vergüenza ver a alguien que sólo piensa en él y además hace daño a su alrededor, pensar que esa persona llegó a ese extremo poco a poco, sin darle importancia a los egoísmos y abusos de cada día. Igual que nosotros tampoco les damos importancia. Por eso pedimos “**vergüenza de mí mismo**” ahora que todavía tiene remedio.

- * **cómo en el pecar y hacer contra la bondad infinita (de Dios) justamente ha sido condenado:** pecar es lo contrario de nuestro bien y del bien de los demás, que es lo que Dios quiere para cada uno. Al ir contra lo bueno nos encontramos con la ruina.

Coloquio: qué es:

[54] El coloquio se hace propiamente hablando así como un amigo habla a otro o un siervo a su señor; cuándo pidiendo alguna gracia, cuándo culpándose por algún mal hecho, cuándo comunicando sus cosas y queriendo consejo en ellas, y decir un Pater noster.

Nota: Este diálogo se hace hablando con sencillez y confianza, como quien platica o comunica algo, o quien pide perdón, ayuda o consejo.

Siempre, al final de cada ejercicio en el que nos hemos parado a pensar algo que merece la pena, S. Ignacio quiere que lo comentemos con Dios, igual que uno hace con su amigo o con una persona de la que se fía y le merece respeto. Esta conversación en silencio y a solas es muy importante, porque entonces no pensamos sino dejamos que hable nuestro corazón y nos llegan más dentro las cosas. Eso es lo que nos puede ir cambiando.

En este comentario, unas veces pediré fuerzas, otras perdón, otras consejo y ayuda, etc.

Como dijimos al hablar de la anotación 2⁷ = “me servirán los EE si me cambian, y sólo me cambia lo que siento y gusto”, al final de cada ejercicio (coloquio).

⁷ Ver páginas 29-31 de la Presentación.

Coloquio del 1º ejercicio.

[53] Coloquio. Imaginando a Cristo nuestro Señor delante y puesto en cruz, hacer un coloquio, cómo de Criador es venido a hacerse hombre y de vida eterna a muerte temporal, y así a morir por mis pecados. Otro tanto mirando a mí mismo lo que he hecho por Cristo, lo que hago por Cristo, lo que debo hacer por Cristo, y así viéndole tal, y así colgado en la cruz discurrir por lo que se offresciere.

Diálogo final: Imaginarme que estoy ante quien resulta víctima de estas desviaciones y absurdos y sobre quien sin culpa alguna de ello recaen las consecuencias de ellos; y ver de entrar en diálogo preguntándome por mi responsabilidad en el caso: hasta hoy, ¿qué he hecho?; actualmente, ¿qué hago?, y, ¿qué voy a hacer en adelante?; y así continuar este diálogo, según me nazca hacerlo.

- * **Imaginando a Cristo nuestro Señor delante y puesto en cruz, hacer un coloquio, cómo de Criador es venido a hacerse hombre y de vida eterna a muerte temporal, y así a morir por mis pecados:** en esta meditación S. Ignacio quiere que este comentario lo hagamos con Cristo en la cruz ¿por qué?

En los tres puntos hemos ido cayendo en la cuenta que el pecado, cuando lo vemos en los demás decimos que “debería darles vergüenza”, porque lo mejor que hay en ellos desaparece y sólo se hacen daño a sí mismos y a los que le rodean.

Ahora S. Ignacio no quiere que pensemos en el pecado de nadie, sino que tengamos delante sus consecuencias:

Para esto nos presenta a Dios hecho hombre como nosotros (Cristo) muriendo injustamente por envidias, miedos, odios, etc., en una palabra, porque le rodeaba el pecado. Siempre la peor consecuencia del pecado es el sufrimiento de inocentes (por ejemplo, hijos de padres que han destrozado su vida, mujeres de maridos caprichos y abusones, trabajadores engañados, etc.) y Cristo en el Evangelio se identifica con todo el que sufre⁸. Al comentar con Cristo sufriendo en la cruz lo que he pensado sobre el

⁸ Lee Mateo 25,31 ss.

pecado, estoy hablando también con todos los que sufren las consecuencias de tantos abusos.

Pero este comentario debe ayudarme a cambiar. Por eso dice:

- **qué he hecho por Cristo, qué hago por Cristo, qué debo hacer por Cristo:** la vergüenza que hemos pedido en este ejercicio no era para avergonzarnos ni hundirnos, sino para abrirnos los ojos a la verdad y responsabilizarnos.

Por eso quiere que nos hagamos estas tres preguntas:

- **¿qué he hecho por Cristo?** (y en Cristo están los que me rodean): reconocer el mal que he hecho;
- **lo que hago por Cristo:** aceptar el daño que hago, sin engañarme;
- **¿qué debo hacer por Cristo?:** posibilidad de cambiar.
- **y así viéndole tal, y así colgado en la cruz discurrir por lo que se ofreciere** (lo que se me ocurra) = entre tanto sufrimiento dejar, como dijimos, que el corazón hable.
-