

EJERCICIOS ESPIRITUALES

INTRODUCCIÓN:

Queridas hermanas, esta solemne fiesta pretende reavivar la Espiritualidad Ignaciana en nuestro Instituto (cfr. Dir. Art. 47) y para ello, es necesario conocer o acercarnos una vez más a la vida de este peregrino llamado Íñigo de Loyola, pues esta espiritualidad no es más que su propia vida, su experiencia personal de fe y conversión, la manera que el Espíritu le enseñó para más y mejor amar a Dios, conocerle, seguirle.

Bajo este aspecto, para reavivar esta espiritualidad, es importante que amemos también la vida de este Santo que tanto bien ha hecho a la Iglesia. Es por esto que, para estos tres días, hemos preparado estos ejercicios espirituales, que nos aprovecharán mucho para acercarnos a la vida de Ignacio, sentir con él para experimentar a Dios.

Deseamos que sean muy beneficiosos para vivir esta fiesta que estamos prontas a celebrar. Cabe destacar que estos ejercicios pueden realizarse tanto en la hora de adoración como en alguna hora particular que deseen sacar durante el día. Recordando siempre que “mucho aprovecha entrar en ellos con grande ánimo y liberalidad con su Criador y Señor, ofreciéndole todo su querer y libertad, para que su divina majestad, así de su persona como de todo lo que tiene se sirva conforme a su Santísima voluntad.” [E.E. 5]

Sin más, les proponemos unas sugerencias para más gustar y sentir estos ejercicios, para mejor hallar lo que se desea diría Ignacio [73], y seguido de estas sugerencias los tres ejercicios a realizar, que están basados en el libro “Inmersión en la Manresa Ignaciana, seis contemplaciones” de Francesc Riera i Figueras (2017).



Ayudas para la oración [ADICIONES]

- ❖ Después de acostada, ya cuando me voy dormir, por espacio de un Ave María pensaré a la hora que me tengo que levantar, **y a qué**, trayendo a la mente la petición y el ejercicio que haré el día siguiente. [73]
- ❖ Uno o dos pasos antes del lugar donde haré el ejercicio, me pondré en pie, por espacio de un Padre nuestro, alzando el entendimiento, consideraré **con Quién voy a estar y cómo Dios me mira**, y al entrar haré una reverencia o gesto personal de humillación. [75]
- ❖ Al entrar en el lugar, se puede comenzar con la oración preparatoria pidiendo la gracia a Dios nuestro Señor, para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina majestad. [46]
- ❖ Si dentro del ejercicio encontramos distracción, mucho ayudará volver a la petición del día y repetirla constantemente.
- ❖ Durante el ejercicio: si hallo lo que quiero en la primera parte, no pasaré adelante, en el punto en el cual encuentre lo que quiero, ahí me quedaré, sin tener ansia de pasar adelante o terminarlo todo, hasta que me satisfaga; sintiendo y gustando. [76]

DÍA 1: PAMPLONA, ¿una bala enemiga o amiga?

PETICIÓN:

Señor, que pueda reconocer las balas que me han derribado para despertarme.

CONTEXTO:

Ignacio, en su niñez y adolescencia en Arévalo va forjando su carácter y su personalidad. Un muchacho despierto, esforzado, magnánimo; un joven en quien muchos empiezan a poner sus esperanzas. Él tiene los ojos puestos en ganar fama, honores, cargos del más alto nivel posible.

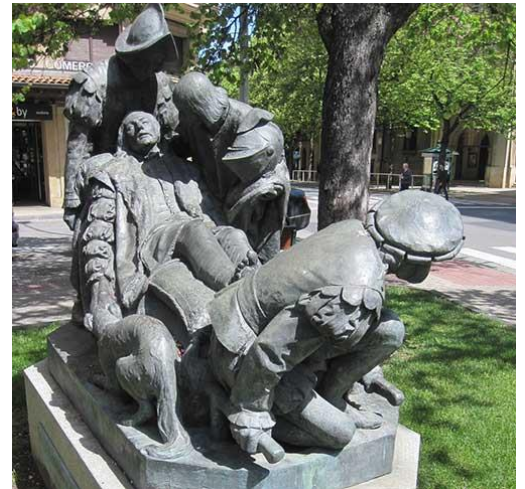
En la guerra contra Francia, Íñigo toma el mando de la ciudadela de Pamplona, después de que los jefes militares creyeran que lo mejor era rendirse. La resistencia es feroz hasta que una bala francesa fractura la pierna de Íñigo y también su capacidad para seguir luchando. En realidad, ¿una bala enemiga o amiga? Ahora lo veremos. Fue el 20 de mayo de 1521, hace 500 años.

CONTEMPLACIÓN:

¡Una bala! Nos situamos delante de Ignacio herido en Pamplona, hay que fijarse en el rostro de Ignacio para llegar a su corazón frustrado. **Miremos** detenidamente sus improvisados vendajes, **imaginemos** sus pensamientos..., si es que el dolor le dejaba espacio para pensar. Un dolor físico inmenso. El hombre fuerte y valiente es ahora un ser caído, derrotado. Desde el suelo, saborea el cáliz amargo del dolor físico, del fracaso profesional. La bala francesa ha triturado, a la vez, pierna, honor y grandeza, poniendo en entredicho su brillante futuro.

Podemos intentar entrar en el alma de aquel herido que empieza a ser “Peregrino”. Empieza un largo proceso de recuperación. Para distraerse y pasar el rato, pide libros de caballerías, pero en la casa no los hay, así que deberá contentarse, desilusionado, con vidas de Cristo y de los Santos, los cuales, poco a poco, le van a resultar sumamente sugerentes.

Cuando alguien ha descendido al fondo de su vida, empieza a ponerse –y a responder– las grandes preguntas: ¿qué sentido tiene una vida que gira en torno a “escalar” en el prestigio del mundo, persiguiendo los lugares de poder? Es el momento de la “conversión” que queda tan bien expresada en Loyola, en la habitación de la casa-torre donde pasaba su tiempo y convertida ahora en “capilla de la conversión”. Ya lo tiene bien madurado y decidido: peregrinará a Tierra Santa y residirá toda la vida en la tierra de Jesús, su nuevo Señor recién descubierto. Tiene que ir a Barcelona y, desde allí, embarcarse hacia Roma para conseguir los permisos para la peregrinación. Camino de Barcelona, quiere pasar por el Santuario de Montserrat.



PUNTOS DE LA ORACIÓN, para meditar:

1. ¿Una bala enemiga o amiga? Quédate un buen rato al lado del Íñigo herido, derrotado, imaginando la escena exterior y su vivencia interior.
2. Y quédate también ante Jesús, el Señor, preguntándote por el sentido de posibles heridas que te duelan, por las balas que te hayan golpeado. Es posible que en tu vida hayas vivido tropiezos, caídas... Incluso, quizás te han hecho la zancadilla. Son balas que han roto muchas cosas.
3. Después, con toda honestidad, como Ignacio en medio del largo silencio de su casa de Loyola, puedes preguntarte: ¿Han sido balas amigas o enemigas? ¿Me han hecho despertar de inercias, de sueños, de superficialidades? A lo mejor estas balas de cañón nos permiten llegar, como a Ignacio, a rincones de nuestro corazón nunca tocados o asumidos. ¿Tienes alguna experiencia de ello? Es momento de recordar a Santa Teresa: «*Dios escribe recto con renglones torcidos*».

COLOQUIO:

Para acabar, ora imaginando la habitación de la Santa Casa de Loyola. El herido se está formulando las grandes preguntas de la existencia: ¿En qué está puesta mi vida? Pídele al Espíritu Santo que iluminó a Ignacio, que ilumine también vivamente tu vida.

Te proponemos esta oración por si quieres finalizar con ella:

Oblación del Reino

*Eterno Señor, y Creador de todas las cosas:
 Seguiremos buscando fronteras,
 para superarlas con tu Palabra que tira muros,
 que ofrece puentes, que forja encuentros.
 Nuestra casa, el mundo,
 nuestro más, tu Reino.
 Pidiéndolo todo nos llamas de nuevo;
 Prometes hacer de nosotros fuego.
 Así que arderemos,
 si Tú eres la lumbre de hogueras que pongan calor en el frío,
 fulgor en las brumas,
 de noche, sosiego.
 Tras tu huella iremos,
 dejando olvidados los malos amores,
 intereses grises y querer ciegos.
 Por bandera un todo,
 por causa los pobres,
 por fe tu Evangelio.
 Con los pies de barro y la vida en juego
 nos basta tu gracia para alzar el vuelo.*

José María Rodríguez Olaizola

DÍA 2: MONTSERRAT, la nueva armadura.

PETICIÓN:

Quiero servirte a Ti, mi Señor.

CONTEXTO:

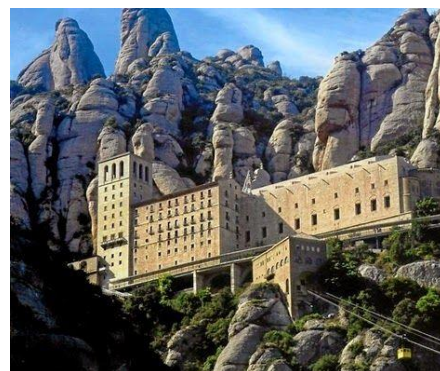
Nos encontramos frente a Ignacio con la firme decisión de ir a Tierra Santa a salvar y guardar almas, para ello debe tomar el barco en Barcelona, camino allá decide pasar por Monserrat, un hermoso Santuario Mariano entre las montañas con un Monasterio benedictino al lado.

Cabalgando sobre una mula, el gentilhombre sale de Loyola bien engalanado con sus vestidos nobiliarios, aspirando a lo que ahora serán sus “nuevas armas de combate”.

CONTEMPLACIÓN:

Imaginemos al peregrino fascinado subiendo el roquedal de Montserrat, que al despuntar la primavera se cubre de romero y de buenos olores. La naturaleza se ha convertido en el trono de la que ahora es su auténtica Reina, María. En medio de la belleza lozana de la montaña donde se asienta el Monasterio, el Peregrino vive su iniciación.

En primer lugar, Ignacio reconcilia su vida. Tres intensos días de repasar todos los rincones oscuros de su historia, de ponerlos, con infinita tristeza, por escrito, para dejarlos en las manos misericordiosas de Dios y así recibir sacramentalmente la reconciliación de manos del monje confesor que le atendió, Juan Chanon. Quien experimenta una **liberación interior así, nace de nuevo**.



Luego de estos tres días, desnudo de la irracionalidad de estos **vestidos interiores**, siente por primera vez la incomodidad de los **vestidos nobiliarios exteriores**, que buscaban aparentar una nobleza interior que no tenía. Discretamente, sin aspavientos, se acerca a un mendigo; se desnuda de sus vestidos de prestigio nobiliario, ostentosos y viste con él a uno de los últimos, a uno de los descartados por el mundo. Con una placidez interior inenarrable, se viste con una «tela de la que suelen hacer sacos [...], y tiene muchas púas, [...] larga hasta los pies» [Au 16].



Finalmente, con esta sorprendente libertad interior recién adquirida, el gentilhombre de Loyola se “desarmará” caballero. La vigilia de la fiesta de la Anunciación de santa María pasa toda la noche en oración, como era costumbre del tiempo, “velar las armas del nuevo caballero”, arrodillado ante el altar de Nuestra Señora. Deja la espada a los pies de la Virgen morena. Ante santa María, **ha cambiado de señor a servidor**. Era la noche del 24 al 25 de marzo de 1521.

PUNTOS DE LA ORACIÓN, para meditar:

1. Contemplo a Ignacio bajando la montaña con una libertad interior nunca antes experimentada. Con «grande ánimo y liberalidad». ¡Qué sana envidia nos provoca el Peregrino!
2. Lo imagino caminando ligero por los caminos, recordando lo que ha vivido en Montserrat: la reconciliación, la entrega de sus vestidos a un pobre, la vigilia para “desarmarse” caballero. Ahora, disfrutando de la libertad de Dios, desciende con una pregunta que se le repite: **Señor, ¿qué quieres de mí?**
3. También yo, como el Peregrino ante Montserrat, me pregunto: Señor, ¿qué quieres de mí? y, como él, deseo recibir la reconciliación, la humildad y ser liberado de la agresividad. La libertad de quien solamente tiene puestos los ojos en Dios. Lo pido sentidamente a la Virgen morena.

COLOQUIO:

Para acabar, miro nuevamente las montañas de Montserrat. Ignacio y la espiritualidad ignaciana pueden cantar con El Himno a la Virgen: «Y es Montserrat nuestro Sinaí».

Te proponemos esta oración por si quieres finalizar con ella:

*Jesús, ¡cuántas veces te he llamado “Señor”
sin saber muy bien lo que significaba!
Para un vasallo de la Edad Media
su Señor era su todo, su referente, su dueño,
el que lo defendería, el que le daría subsistencia a él y a su familia.
“Señor” para la Iglesia naciente significaba también dueño de la vida,
el que regía, ordenaba, gobernaba, organizaba...
“Señor” era una palabra para hablar de Ti
como Resucitado y piedra angular de la existencia.
Hoy, Jesús, me pregunto: ¿eres realmente mi “Señor”?
Soy consciente de que en algunas ocasiones no es así,
pero en otras realmente quisiera que lo fueras por entero y para siempre.
Y es que no quiero dar mi vida
al dinero, al trabajo, a la fiesta, a la apariencia...
Necesito un Señor que sea brújula para mi vida
y tú me hablas de paz, de justicia, de fraternidad,
de amistad, de alegría, de perdón...
Por eso, Jesús, hoy quiero llamarte “Señor”
de manera muy consciente
y por eso mi plegaria de hoy se la copio al apóstol Tomás:
“Dios mío y Señor mío”. Amén.*



DÍA 3: MANRESA, el resurgimiento.

PETICIÓN:

Que me encuentre a mí para encontrarte a Ti.

CONTEXTO:

Ignacio llega a Manresa con un profundo deseo de conquistar la santidad, la honorabilidad y con el deseo de servir a su nuevo Señor (el Rey Eternal), con más intensidad aún que la que había tenido en el servicio a los reyes temporales. Cabe destacar que no estaba en su plan pasar por este lugar, pero sabiendo que le iban a reconocer muchos nobles por el otro camino, decide desviarse por Manresa, sin saber lo que iba a significar este lugar para su vida espiritual.

El peregrino albergaba el gran deseo de ir a Tierra Santa para vivir el resto de su vida en la tierra de Jesús. Con todo, ahora necesita disponer de unos pocos días para digerir las vivencias de Montserrat y anotarlas en su libro, y enseguida marchar a Barcelona para gestionar la embarcación.

En sus once meses manresanos, vivió la mayor parte del tiempo en el Hospital de pobres de Santa Llúcia comiendo con los pobres, sirviendo a los enfermos, orando en la capilla adjunta al hospital.

CONTEMPLACIÓN:

En este ejercicio vamos a tratar de realizar con especial importancia la «composición de lugar» [47], esto dará vida a la contemplación de los once meses manresanos de Ignacio, la cueva y su vida. Le acompañaremos caminando junto a él. E intentaremos saborear con la imaginación estos santos lugares ignacianos, «como si presente me hallase» en la escena, tal y como propone la pedagogía de las contemplaciones de los Ejercicios [114].



Manresa para Ignacio tiene diferentes etapas, que las vamos a resumir en estos tres verbos: **hacer, reconocer y dejar.**

Hacer: Imaginemos los primeros meses del peregrino en Manresa, se dedicaba a los enfermos en el hospital, a mendigar para ayudarlos y a hacer grandes penitencias como los santos, sin embargo «No tenía ningún conocimiento de cosas interiores espirituales» [Au 20]. Sus cuatro primeros meses han sido de gran fervor y serenidad, de gran equilibrio y magnanimidad. Pero pronto se le manifestará que no ha conquistado la santidad, que, en todo caso, lo que ha conquistado es el descenso a su oscuridad interior que creía reconciliada en Montserrat.

Reconocer: Pronto se siente atormentado por la pregunta de si podrá aguantar este estilo de vida. Se le va resquebrajando la paz que había ganado ante la Virgen. La memoria empieza a golpearlo con escrúpulos, le va recordando momentos de su vida que creía que había dejado sepultados en Montserrat. El continuo martilleo de estas evocaciones demuestra que su vida no se ha reconciliado aún en lo más profundo. Cae en desolación y, asediado por los escrúpulos, busca un confesor a quien repetir una y otra vez sus pecados; pero no consigue la reconciliación ni con él

mismo, ni con Dios. Estamos al principio del reconocimiento de su vulnerabilidad, de la constatación de que “yo solo no puedo”. Dios le está enseñando la desapropiación del ego todopoderoso.

Dejar: Es el momento de gracia ¡TODO ES GRACIA!, inesperado, culminación de todo el camino del Peregrino en sus días manresanos. Finalmente, el Peregrino en Manresa ha sido liberado de todo fariseísmo que cree poder comprar a Dios con las buenas obras, que le puede controlar, y se ha convertido en el «publicano» que se sabe «pecador y al mismo tiempo llamado a ser servidor del Señor». Solo Dios lo pudo librar de sus escrúpulos, regalándole por pura gracia, una “iluminación” a las orillas del río Cardoner, en la que “se le empezaron a abrir los ojos del entendimiento; y no que viese alguna visión, sino entendiendo y conociendo muchas cosas, tanto de cosas espirituales como de cosas de la fe y de letras; y esto con una ilustración tan grande, que le parecían todas las cosas nuevas” [Au 30].



PUNTOS DE LA ORACIÓN, para meditar:

1. Evoca experiencias personales que te han ayudado a constatar que “yo solo no me basto”, que “mi fragilidad necesita ser fortalecida por la gracia”. Experiencias, en definitiva, de rendición de la fortaleza interior. Da gracias a Dios por su gracia operante en nuestra debilidad y miseria.
2. Deja que todas las vivencias de este acompañar a Ignacio reposen tranquilas, cordialmente en tu corazón.
3. Puedes imaginar a Ignacio en Manresa desbordado de agradecimiento, después de tanto sufrimiento y desolación, pidiendo, como él propone en los Ejercicios: «conocimiento interno de tanto bien recibido, para que yo enteramente reconociendo, pueda en todo amar y servir a su divina majestad» [233].

COLOQUIO:

Da gracias a Dios Trino por todo lo que ha hecho en tu vida.

Si quieres puedes acabar con la oración de san Ignacio:



*«Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad,
mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad,
todo mi haber y mi poseer; vos me lo diste, a vos, Señor, lo torno;
todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad;
dadme vuestro amor y gracia, que ésta me basta» [234].*

En nuestra contemplación quizás nos hemos animado a finalizar rezando esta oración. O en cualquier caso hemos pedido al Señor que un día la podamos decir desde el corazón. El Papa Benedicto XVI confesaba, en la audiencia a los jesuitas durante la Congregación General 35 (2008), que era «una oración que siempre me parece demasiado elevada, hasta el punto que casi no me atrevo a rezarla, y que, no obstante, siempre deberíamos repetir».