

LA ORACIÓN EN LOS EJERCICIOS

En el fondo, en última instancia, la esencia de los Ejercicios Espirituales es la oración. Es decir que lo importante de los Ejercicios Espirituales es el rato en pasamos ante el Sagrario rezando, es decir, elevando la mente y el corazón a Dios. Que tiene muchas formas, porque examinar la conciencia es una forma de oración. De hecho el examen que pone, tanto general como el particular –o el examen de la meditación- son formas de oración... Por eso, al ser la esencia de los ejercicios de San Ignacio la oración, lo fundamental es el contacto con Dios, el buscar esa cercanía, esa unión con Dios. No es cuestión de escuchar una palabra humana, o que el director de los ejercicios predique muy bien, se entusiasme, grite, baje la caña; eso es totalmente secundario, lo que importa es que cada alma, cada ejercitante tiene que unirse a Dios por la oración¹.

P. Casanovas:

La palabra “*ejercicios*” la aplica S.I. a las diversas operaciones espirituales, pero de un modo especial se refiere a la **hora de oración mental** donde el alma tiene ocupadas todas sus potencias en la íntima comunicación con Dios.

De hecho, encabeza las meditaciones con el título de “*ejercicio*”, lo cual indica que entre todos los ejercicios, la oración es el principal.

Todo gira en torno a las horas de oración, que son la mayor ocupación del día, y los otros se refieren a ella mediata o inmediatamente como secundarios. Vamos a ver tres puntos:

I CARÁCTER CENTRAL DE LA ORACIÓN EN LOS EJERCICIOS

Podemos notar en el libro de los Ejercicios, dos tipos de escritos bien diferentes:

a. Los que llama San Ignacio, “*ejercicios*”.

¹ P. Buela, *Ejercicios Espirituales* 2002

b. Y los otros, que reciben diversos nombres, como, *anotación, adición, nota, preámbulo, regla, etc.*, reunidos todos ellos bajo la denominación común de “*documentos*”.

¿Qué diferencia hay entre “*ejercicio*” y “*documento*”?

El *ejercicio* se da en forma de oración bajo sus diversas modalidades (meditación, contemplación, repetición, resumen, aplicación de sentidos, examen, etc.).

El *documento* se da en forma de doctrina. A veces esta doctrina es materia de oración, como sucede con el Principio y Fundamento.

Ahora bien, es importantísima la doctrina, pero se puede decir que toda la eficacia de los Ejercicios Espirituales, dependerá de la oración. De aquí su importancia y su necesidad.

San Ignacio quiere «*preparar y disponer el ánimo para quitar de sí todas las afecciones desordenadas, y después de quitadas, para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud del ánimo*» [1]; y esto quiere **hacerlo**, no tan sólo **pensarlo**; quiere hacerlo mediante ejercicios espirituales, o sea, con «todo modo de examinar la consciencia, de meditar, de contemplar, de orar vocal y mental, y de otras espirituales operaciones» [1].

«*Vencer a sí mismo y ordenar su vida sin determinarse por afección alguna que desordenada sea*» [21] es el fin de los Ejercicios; y esto se ha de alcanzar con la oración y la contemplación de las grandes verdades, continuando en ellas hasta tanto que la luz divina ilustre el entendimiento, la voluntad se vea movida a darse enteramente a Dios y las afecciones queden ordenadas con los sentimientos espirituales. De lo contrario tendríamos una máquina perfecta, pero totalmente muerta. Dice el Kempis escrito: “*vale más sentir la compunción que saber su definición*”. Y el mismo San Ignacio “*no el mucho saber...*”

La oración hace que las verdades tan elevadas que se nos presentan, se hagan carne en nosotros, las asimilemos y hagamos nuestra y de este modo nos aprovechen.

Hay que insistir en este punto: hay que saborear las verdades, hay que lograr un contacto íntimo y personal con Dios, una experiencia intransferible de Jesucristo.

II CARÁCTER PRÁCTICO DE LA ORACIÓN EN LOS EJERCICIOS

La oración ignaciana es esencialmente práctica. Es una oración “bien encarnada”.

Esto no significa que sea una mera oración mecánica, o un reglamento rutinario de pasos a seguir, como le critican algunos.

Por dos razones llamamos “oración práctica” a la oración ignaciana:

a. Porque toda ella va enderezada a la consecución de un fin concreto.

Algunos critican alegando que esta oración se opone a una más mística de alto vuelo, más libre.

S.I. no se opone a la intervención de Dios y al Espíritu que sopla donde quiere.

- De hecho sabe que a sólo Dios pertenece el entrar, salir, y causar en las almas toda suerte de santos afectos sin causa precedente, es decir, con entera independencia de nuestros pensamientos y sentimientos: *“2ª regla. La segunda: sólo es de Dios nuestro Señor dar consolación a la ánima sin causa precedente; porque es propio del Criador entrar, salir, hacer moción en ella, trayéndola toda en amor de la su divina majestad. Digo sin causa, sin ningún previo sentimiento o conocimiento de algún obiecto, por el qual venga la tal consolación mediante sus actos de entendimiento y voluntad” [330].*

- También sabe que *“no es de nosotros traer o tener devoción crecida, amor intenso, lágrimas ni otra alguna consolación espiritual, mas que todo es gracia y don de Dios nuestro Señor” [322].*

- Y también recuerda que jamás debemos pretender que Dios venga a donde nosotros queremos, sino que por el contrario nosotros hemos de dejar todo para ir a Dios: *“2º binario. El 2º quiere quitar el affecto, más así le quiere quitar, que quede con la cosa adquisita, de manera que allí venga Dios donde él quiere, y no determina a dexarla, para ir a Dios, aunque fuesse el mejor estado para él”* [154].

- Tampoco quiere que el director se interponga entre Dios y el alma *“15ª La décimaquinta: el que da los ejercicios no debe mover al que los rescibe más a pobreza ni a promessa, que a sus contrarios, ni a un estado o modo de vivir, que a otro...”* [15].

Sino que en el primer número, en la definición de los Ejercicios, dice S.I. que los mismos son una manera de preparar y disponer el alma para que se venza y encuentre la Voluntad de Dios.

Es decir, no se trata de algo forzado, esquemáticamente cerrado, siempre igual, sino que se trata de posibilitar al alma las herramientas para que marche al compás de Dios, por donde Dios la lleve.

A eso apuntan las adiciones, notas y reglas que trae; no a trabar al alma, ya que da mucha libertad.

S. I., recomienda, aconseja, (*“mucho aprovecha”*), pero siempre *“tanto-cuanto”*.

Y es sobre todo en el Coloquio, donde San Ignacio pide que demos rienda suelta a nuestros afectos y discurramos por lo que se nos ofreciere. No nos está tirando letra al momento de hablar con Dios, sino que nos deja en total intimidad.

También podemos tener en cuenta cómo San Ignacio muestra claramente cómo también el examen es oración y cómo pide ayuda a Dios para hacerlo bien; lo mismo se diga de los modos para hacer elección, nunca se le pasa rezar primero, pedir la luz y la fuerza a Dios para elegir lo que Él quiera queelijamos.

b. Por otro lado, respecto del fin que se propone (“*lo que quiero*”), es absoluto, insistente y eficazísimo.

Los Ejercicios persiguen un fin determinado, y cada semana tiene su propio fin, y cada meditación o ejercicio también.

En esto, podríamos hablar de “esclavitud”, ya que no podemos poner otro fin nosotros, pero sino, no serían Ejercicios ignacianos.

En esto radica toda la eficacia, de fin en fin, nos va conduciendo hacia la Voluntad de Dios, hacia el efectivo ordenamiento de nuestra vida.

Esto dentro de los Ejercicios, porque fuera de ellos esta oración nos sirve para el fin que queramos alcanzar cada uno.

III MÉTODO GENERAL DE LA ORACIÓN IGNACIANA

Un método es un conjunto de medios ordenados a conseguir el fin que se propone. Cada hora de oración tiene bien señaladas siete partes.

1. Preparación: la remota y la próxima.

- La *remota* es la más importante, y consiste en la guarda continua del recogimiento del espíritu.

Es la más importante porque encierra dos elementos que hacen a la disposición del ejercitante: el deseo intenso de adelantar en todo cuanto sea posible y la actividad de todas las potencias orientada a alcanzar el fin propuesto.

- La *preparación próxima* consiste en ciertas prácticas, dirigidas inmediatamente a la oración, que San Ignacio pone en las adiciones [73, 74 y 75]; estas adiciones se predicán el día siguiente].

En definitiva se resumen en poner toda nuestra atención en aquello que voy a meditar, en el fruto que quiero sacar. Acabar el día y comenzar el día con un acto que mantenga vivo el espíritu, un acto concerniente al fruto contenido en la meditación próxima, un acto de presencia de Dios ante de entrar en la oración.

2. Oración Preparatoria²: *“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” [46].*

Es muy notable el cuidado que pone San Ignacio en que siempre se haga, sin darlo por supuesto: *“la sólita oración preparatoria”*.

Se trata de renovar el Principio y Fundamento antes de cada ejercicio. *“¿No es esto un perfecto resumen del Principio y Fundamento y como una fórmula expresiva y práctica para hacerlo real y efectivo?”*

En la oración no buscamos más que su gloria y a él pedimos las gracias necesarias.

3. Preámbulos. Normalmente son dos: *composición de lugar y petición*; pero cuando se trata de un hecho acaecido, pone también la historia. San Ignacio siempre nos da la cita del texto evangélico.

- La *Composicinó de Lugar* no es más que una representación imaginaria del lugar en donde se desarrolla la escena que contemplamos.

Tiene dos fines: procurar que la imaginación y las otras potencias del hombre se entreguen totalmente a la gran obra de emplear una hora en la contemplación; y esforzarse en reconstruir el misterio lo más vivamente posible.

Para algunos es una verdadera ayuda, para otros un gran estorbo: tanto-cuanto.

² El P. Buela habla aquí de hacer un acto de presencia de Dios, pero bien puede incluirse de algún modo en la preparación próxima. Nota también como si ya sintimos el alma dispuesta a hacer un coloquio, hacerlo ahí, sin pasar adelante hasta que no sintamos que no tenemos más materia.

- La *petición*: parte esencial del ejercicio, adonde apunta. Encierra el fruto del ejercicio. Es algo que ya se venía pidiendo en la preparación próxima. Se debe suplicar con fervor, una y otra vez.

A veces también agrega un 3º preámbulo que es la historia: para ayudar a la memoria, que ella también esté “entretenida” rezando con nosotros.

4. Los Puntos / El curso de la oración: dividen el cuerpo de la meditación, para que tenga mayor. *La persona que contempla puede poner más o menos puntos según que mejor hallare y estará en cada punto el tiempo que el Espíritu Santo le vaya sugiriendo.*

5. El Coloquio [54]. Es el coloquio una plática íntima con nuestro Señor llena del afecto que en el alma ha despertado la contemplación y ordenada a asegurar el fruto en ella conseguido. Para Casanovas es la *“parte principalísima de la oración”*.

Lo que el Santo quiere es que el coloquio sea en cada meditación un acto viviente: como si en él se quisiera resumir y vivificar toda la vida espiritual de los Ejercicios.

Leamos ahora las palabras con que explica toda esta doctrina, complemento de las que dejamos copiadas anteriormente:

«Es de advertir, como antes y en parte está declarado, que en los coloquios debemos de razonar y pedir según la subiecta materia, es a saber, según que me hallo tentado o consolado, y según que deseo haber una virtud u otra, según que quiero disponer de mí a una parte o a otra, según que quiero dolerme o gozarme de la cosa que contemplo, finalmente pidiendo aquello que más eficazmente deseo sobre alguna cosa particular; y de esta manera puede hacer un solo coloquio a Cristo nuestro Señor, o si la materia o la devoción le conmueve, puede hacer tres coloquios, uno a la Madre, otro al Hijo, otro al

Padre, por la misma forma que está dicho en la segunda semana en la meditación de los dos binarios, con la nota que se sigue a los binarios» [199].

Se entiende muy bien por lo dicho aquí, que el coloquio ignaciano es algo más que una simple plática con Dios. Es un meter las grandes verdades de los Ejercicios en la fragua de la oración para clavarlas después ardientes en el corazón. Es además una dulce violencia a la gracia divina.

La doctrina, lo mismo que la práctica de San Ignacio, nos dicen claramente que el Santo aunque como prudente eche mano de los medios más poderosos de la convicción, del sentimiento y de la fuerza espiritual, con todo, **su mayor y suprema esperanza descansa siempre en la oración y en la impetración.** Doctrina ésta profundamente teológica y además humana. Pero en el arte ignaciano el coloquio a veces se extiende a mucho más.

San Ignacio, como sabemos, en el preámbulo llamado petición, encierra el fruto de la meditación o contemplación. Pues bien, **el Santo como si se olvidara de lo que en el preámbulo pedía, llegada la hora del coloquio, se remonta y propone en él otro fin muy más elevado y perfecto, convirtiendo el coloquio, por decirlo así, en una nueva contemplación más rápida, por la facilidad y el calor que las consideraciones pasadas han producido en el alma.**

En el arte ignaciano el oficio propio del coloquio es obtener un fruto más elevado que el de la petición previa, sabiamente preparado con la exposición de los puntos meditados.

En la petición nos hace pedir San Ignacio: «lo que quiero y deseo» [43] y en el coloquio, «aquello que más eficazmente deseo sobre alguna cosa particular» [199], y claro está que lo principal es lo que con mayor eficacia se busca.

Nota aquí el P. Nonell y muy acertadamente, que este preparar el alma para que al final de la meditación aspire a fines más altos que los propuestos en la petición, es propio y peculiar de los grandes oradores y de los maestros en el arte de persuadir. Cosas difíciles y que a primera vista se las rechaza o acepta con recelo, parecen la cosa más natural y aun se las llega a desear si se prepara el espíritu en su favor, con un buen discurso. A estas mismas leyes obedecen las cosas sobrenaturales, singularmente las que exigen algún sacrificio de nuestra débil naturaleza, cuando se nos presentan como la norma real y efectiva de nuestra vida.

En él hemos de poner mayor reverencia que en las demás partes. A veces nos hace pedir algunas gracias, a veces da más libertad. Se insiste sobre todo en la petición. *“Pedid y se os dará”*.

Dice el P. Casanovas que es como las dos actitudes de María Magdalena: se acerca por atrás, se arroja a sus pies y los seca con sus cabellos (petición). Luego se atreve a perfumar su cabeza (coloquio).

6. Plegaria: oración vocal con que termina el Coloquio, en confirmación de que todo lo que pedimos lo esperamos de Dios. Se puede hacer también, teniendo en cuenta alguno de los modos de orar.

Los modos de orar se pueden practicar en los tiempos libres; por lo menos alguno (no subestimarlos).

7. Examen de la oración: *“5ª addición. La 5ª: después de acabado el ejercicio, por espacio de un cuarto de hora, quier asentado, quier paseándome, miraré cómo me ha ido en la contemplación o meditación; y si mal, miraré la causa donde procede, y así mirada arrepentirme, para me enmendar adelante; y si bien, dando gracias a Dios nuestro Señor; y haré otra vez de la misma manera” [77].*

“Una cosa que nunca habría que dejar, a mi modo de ver, es el examen. El cual con el tiempo se va simplificando y profundizando.

- ¿todo lo hice para la mayor gloria de Dios?
- ¿qué inspiración Dios me ha dado?
- ¿Se concreta eso en algún propósito? ¿O me lo deja en barbecho para seguir meditándolo?
- ¿Me he distraído voluntariamente?
- ¿Por qué me cuesta la meditación? Habré dejado de buscar la santidad. ¿Y por qué pasa eso?

Porque no se presta atención. ¿Y por qué no se presta atención? Porque no se hace examen... (23.10)... hacer propósito es parte del examen... y todo esto tiene sus tiempos... según San Ignacio el examen de una hora de meditación tiene que ser 15 minutos. Por esto si hago 3 minutos no estoy haciendo gran cosa...”³.

Mucho tiempo parece realmente, quince minutos de examen para cada hora de oración, pero con esto quiere sin duda alguna el Santo manifestamos la gran importancia de la meditación y la virtud que ve en el examen para acostumbrarnos a hacer bien las cosas. Puede ser ello así, pero es lo cierto que de ordinario se encuentra muy largo el examen y que por ese mismo motivo se hace con dificultad y poco provecho. Tal vez sucede esto porque no lo hacemos según el espíritu de nuestro santo Director. Examinémoslo un poco.

El examen, si en él se atiende solamente o como a cosa principal a esa lista de actos que pone San Ignacio dirigidos a hacer bien la oración, es realmente algo fatigoso, atiende a muchas cosas, dura demasiado y pierde interés con tantas menudencias repasadas cinco veces al día. Pero advirtamos que esas menudencias, aunque ciertamente importantes en sí mismas, no son lo esencial de la oración dentro del espíritu de San Ignacio. Lo esencial de

³ P. Bueta, EE 2007

ésta, está en el fruto que hay que sacar; o mejor dicho, en la voluntad fervorosa y activa que se pone en alcanzarlo. Lo demás no tiene más valor que el que le da esta nuestra voluntad.

Mirado así el examen, cuando nos dice el Santo que reparemos en si ha ido bien o mal la oración, hemos de tomar lo esencial como esencial y lo accidental como accidental. Por lo tanto cuando se empieza el examen, **nuestra mirada ha de ir directamente a la voluntad de santidad con que hemos entrado en la meditación.** Si dicha voluntad o no existió o fue tibia o mortecina, ya hemos dado con la raíz y veremos al momento que todas las deficiencias han nacido de aquel defecto radical.

Si antes de la contemplación hemos preparado esa nuestra voluntad, y con ella así dispuesta hemos entrado a meditar y, trabajado a tono con lo que pedía de nosotros cada ejercicio, de un vistazo nos daremos perfecta cuenta de cómo han ido las demás cosas. **Quien mantiene siempre viva la voluntad de alcanzar la santidad, toda la santidad que intenta conseguir San Ignacio en los Ejercicios, velará naturalmente sobre ella y la examinará con atención para ver si crece o mengua; y por el contrario el que no la conserve viva, ni tendrá interés alguno en examinarse sobre este punto, ni mucho menos se fijará en las otras prácticas menudas.**

Conviene también fijarse en la **actitud y posición del cuerpo** durante el examen. Según la mente de San Ignacio ha de hacerse sentado o paseando. Para quien haya estado una hora de rodillas y con la actividad espiritual que el Santo recomienda, el pasearse puede ser además de un descanso, un excitante físico que favorezca la serena reflexión que pide el examen. Otra nota de mucha importancia es el **no quitar nada de la hora asignada a cada meditación.** Con razón San Ignacio atribuye gran valor a esta fidelidad, y por eso nos dice que *«en el tiempo de la consolación es fácil y leve estar en la contemplación la hora entera; así como en el tiempo de la desolación es muy difícil cumplirla»* [13]; y a la vez recomienda

con el mayor encarecimiento el «*hacer contra la desolación*» [13] o «*hacer el opposito per diametrum*» [325]; o sea, alargar un poco en semejantes casos el tiempo de oración, para acostumbrarnos «*no sólo a resistir al adversario, mas aun a derrocarlo*» [13]. Este esfuerzo y santa tenacidad, no obedecen al propósito de buscar lo *arduum sub ratione ardui*, sino que **van a dejar el alma en paz, y segura de que por su parte no se pierde ninguna de las gracias que el Señor haya determinado concederle**. Que éste sea el intento de San Ignacio, nos lo revela su fina atención en conceder al ejercitante acortar en ciertas circunstancias las horas destinadas cada día a la oración, o aflojar algo en la penitencia, recrear su espíritu, etc., etc., como lo anotaremos en su propio lugar.

Distintas formas de oración (piezas intercambiables)

Al hablar de la oración ignaciana, no se suele citar más que la meditación o ejercicio de las tres potencias, como si ésta fuese la única forma enseñada en el libro de los Ejercicios, o por lo menos la más común y aun la peculiar suya. He aquí un caso de rutina humana tan fácil de adquirir como difícil de dejar, una vez que haya pasado a ser como un proverbio en el común hablar de las gentes. Triste cosa es tener siempre delante de los ojos un librito como el de los Ejercicios, donde las cosas se dicen concisamente pero con la mayor claridad y sencillez posibles, leerlo y no percatarse uno de lo que lee. Porque lo cierto es que para desechar aquel prejuicio basta sólo saber leer.

a. Meditación⁴: es considerar con las potencias del alma las grandes verdades de la fe. La memoria debe recordar, la inteligencia discurrir, y la voluntad amar. Es un discurso razonado de la inteligencia sobre una verdad revelada para más convencernos de ella, más amarla y más ponerla por práctica.

La meditación es el discurso de la inteligencia para conocer una verdad natural o sobrenatural para llegar a conocerla, amarla y servirla.

⁴ Está tratado más arriba en *Los Puntos/El curso de la oración*, pero conviene mencionarlo.

b. Contemplación⁵: San Ignacio fue un gran contemplativo y cuantos se acostumbren a orar siguiendo el método de los Ejercicios, adquirirán naturalmente el hábito de la contemplación. Entiéndase que aquí hablamos de la contemplación adquirida, o sea del hábito nacido del ejercicio de las facultades y no de la infusa que es don gratuito del Espíritu Santo.

Se trata una mirada intuitiva de la inteligencia para penetrar más profundamente en las acciones de Nuestro Señor, para que el ejercitante más se mueva a amarlo e imitarlo en su proceder. La mayoría de los ejercicios, al menos a partir de la 2ª semana, son contemplaciones. En general, la materia de los ejercicios son cosas visibles, de modo que se facilita este tipo de oración. La contemplación es una oración más simple pero más perfecta. Es un vistazo o mirada afectiva. Pide que el alma se encuentre en reposo. Pero esto no significa que la inteligencia no trabaja o que no tenga actividad, simplemente que trabaja de otra manera al modo de la vista.

c. Repetición: es cuando se medita (o contempla) por segunda vez y con mayor atención en una materia ya ejercitada, volviendo a considerar lo mismo para sacar provecho o ampliando algún aspecto de la materia dada, prestando mayor atención en los puntos que se han sentido mayores mociones (consolación o desolación). [62] [118.119]. Es el repaso de los puntos en donde he sacado más fruto. Para que el alma se sacie. Apunta a sacar todo el fruto posible. Principalmente se hace repetición de las contemplaciones (es como más propio).

d. Resumen: es cuando *"el entendimiento sin divagar discurra asiduamente por la reminiscencia de las cosas contempladas en los ejercicios pasados"*[64]. El resumen tiende dejar bien clavadas las ideas en el entendimiento. Tiende a sacar una idea clara en la inteligencia, es lo que va a motivar a la voluntad. En conclusión, el resumen se ajusta más a la meditación que a la contemplación, y de hecho San Ignacio lo pone **solamente en la**

⁵ Como está un poco larga la plática, cuando se dé la primera contemplación conviene aclarar un poco más la explicación de Casanovas: *mirar lo que hacen...*, etc. Quizás se puede también ir diciendo algo más de los otros modos de oración en las siguientes pláticas. O sea casi que en este punto explicamos bien la meditación y lo demás de pasada.

primera semana, que no tiene más que meditaciones. Tanto el resumen como la repetición nos llevan ambos directamente y con la mayor eficacia a la oración de simplicidad: simplicidad de ideas, y simplicidad de afectos o sentimientos.

e. Aplicación de sentidos: *"traer los sentidos" a la materia contemplada, es "el pasar de los cinco sentidos de la imaginación" por las contemplaciones ya hechas [121]. Nuestros sentidos deben tratar de percibir lo que allí ocurre. "El quinto ejercicio, que es aplicación de sentidos, es muy fácil y útil, imaginando que vemos las personas, y que oímos las palabras o el ruido si alguno oye tocamos o besamos los lugares o las personas, cosa que debe hacerse con gran reverencia, modestia y temor. El olfato se aplica a oler la fragancia de los dones de Dios, y el gusto, a saborear la dulzura; cada uno de los cuales pide cierta presencia del objeto o de las personas que meditamos, acompañada de gusto y de tierno amor hacia ellos".*

El director debe lograr que el ejercitante se familiarice y experimente todos estos modos de oración.

Que la Virgen, Maestra de la oración... *Ave María Purísima...*