

La fase contemplativa de los Ejercicios ignacianos

di FRANZ JALICS S.J.*



1. Introducción

En nuestros días, la búsqueda de una forma de oración contemplativa se ha vuelto un signo de los tiempos. Muchas personas la buscan, incluso orientándose hacia religiones orientales, cuando su anhelo no encuentra satisfacción en el ámbito eclesial. No era así en tiempos de san Ignacio. ¿No es sorprendente que él haya desarrollado en sus *Ejercicios Espirituales* una introducción a la oración contemplativa de una manera concisa pero muy clara?¹ Hace algunos años publiqué mi modo de dar ejercicios². Evité todo aquello que al lector familiarizado con los *Ejercicios* ignacianos pudiera parecerle extraño o raro. Este artículo, por el contrario, surge de la necesidad de mostrar qué lugar ocupan mis *ejercicios de contemplación* con relación al libro de San Ignacio. En mi exposición me limito a ese libro y a la interpretación literaria de su texto. Así, intento aclarar el concepto general de los *Ejercicios* ignacianos y mostrar el lugar que ocupa la práctica actual de dichos *Ejercicios* hechos individualmente. A continuación me propongo revisar los pasajes más importantes de los *Ejercicios* con respecto a la fase contemplativa de los mismos (*Principio y fundamento*, primera y segunda semana, modos de orar, elección), para concluir con un breve resumen de las afirmaciones más importantes.

2. El concepto general de los ejercicios ignacianos

2.1 Los tres niveles espirituales

Ignacio desarrolla tres niveles espirituales que se distinguen claramente uno del otro, aunque están, al mismo tiempo, en relación mutua. Cada nivel se dirige a personas que se encuentran en estados espirituales muy distintos, razón por la cual cada una de ellas se

* FRANZ JALICS, autor de publicaciones sobre su método de ejercicios contemplativos, colabora en una casa de ejercicios, la *Haus Gries* en Wilhelmsthal (Alemania); franz.jalics@jesuiten.org. El presente trabajo ha sido publicado originalmente en alemán en: *Die Spiritualität im Wandel*, A. SCHÖNFELD (Hrgst), Echter Verlag, Würzburg 2002, 344-359.

¹ Cfr. IGNACIO DE LOYOLA, *Ejercicios Espirituales*, texto modernizado por M. IGLESIAS S.J., Buena Prensa, México 2012¹⁰; citamos *EE* haciendo referencia al número del parágrafo del texto.

² F. JALICS, *Ejercicios de contemplación. Introducción a la vida contemplativa y a la invocación de Jesús*, Trad. B. Romero y H. Heineken, Sígueme, Salamanca 1998.

encuentra con una disposición diversa y, por ello, también deben de ser orientadas en distinta manera. En cada nivel se utilizan diferentes *modos de orar* y el contenido de la oración es también diverso; además, en cada uno de ellos el ejercitante tiene una relación diferente con la *Sagrada Escritura* y los procesos de toma de decisión son también diversificados, razón de más para que la persona sea guiada con distintas reglas. Por ellos se necesita una orientación adecuada que corresponda a cada fase. En consecuencia, resulta también lógico que al final de los *Ejercicios*, las perspectivas con las que Ignacio orienta a los ejercitantes hacia la vida cotidiana sean también distintas. En realidad, estas diferencias corresponden a la división de la vida espiritual en *vía purgativa* (EE 10,3), *vía iluminativa* (EE 10,2) y *vía unitiva*. Estos conceptos designaban en tiempos de Ignacio los tres niveles fundamentales de la vida espiritual. Veamos cada uno de ellos.

2.2 La vía de la purificación

Con la *vía purgativa* (EE 10,3) se señalaba, en tiempos de Ignacio, a quienes vivían con pecados más o menos graves. Ignacio dedica a estas personas la *Primera Semana*, definiéndolas como personas no versadas en cosas espirituales, tentadas grosera y abiertamente (EE 9,1), son “personas que van de pecado mortal en pecado mortal” (EE 314,1). Normalmente no se interesan por los *Ejercicios*, pero, si se convencen de hacerlos – como algunos príncipes o autoridades eclesiásticas en tiempos de Ignacio –, los hacen utilizando sólo razonamientos discursivos: el modo de oración aquí es la *meditación* (*consideratio*). En cuanto al contenido, ciertamente aparecen elementos de la Revelación, como el pecado o el infierno, pero no se utilizan en las meditaciones textos de la Sagrada Escritura. Ignacio es muy claro en ello, pues durante la *Primera Semana* no hay ningún ejemplo de meditación bíblica. Por un lado, las personas no tienen sensibilidad para una tal meditación; por otro, Ignacio les propone unas reglas para *la discreción de los espíritus* (EE 314) que son propias para ellas y, cosa significativa, no se introduce ningún proceso de decisión (EE 18,11). Es claro lo que hay que decidir: desprenderse del pecado mortal.

Un público típico de los *Ejercicios* de la Primera Semana son las misiones populares: dirigidas a quienes no toman en mano la Escritura y no tienen tiempo para la profundización espiritual, pero que se consideran cristianos. Para estas personas Ignacio prevé que los ejercicios se terminen en la Primera Semana (EE 18); las deja regresar a la vida cotidiana con el *primer modo de orar*: ninguna meditación bíblica y los temas son los diez mandamientos y los pecados mortales (EE 238-248)³.

³ EE 238: “La primera manera de orar es acerca de los diez mandamientos, de los siete pecados capitales, de las tres potencias del alma y de los cinco sentidos corporales. La explicación de esta manera de orar, más que en dar forma o modo alguno de orar, consiste en dar forma, modo y ejercicios para que el alma se prepare y saque provecho en ellos, y para que la oración sea aceptada”.

2.3 La vía de la iluminación

En este nivel, los *Ejercicios* están dirigidos a personas que muestran capacidad e interés para moverse “de bien en mejor” (EE 315,1). O como suele decirse: para quien transita por el camino de las virtudes. Con estas personas se puede tratar “materia más sutil y más subida” (EE 9,4). Se les presenta a Cristo como Rey y son alentadas a *seguirlo*, profundizando en la oración mediante la *contemplación bíblica* de la vida de Jesús, que abarca desde la contemplación de Cristo Rey hasta la contemplación de la Ascensión del Señor (EE 91-229; 261-362). Tiene también sus propias *reglas para la discreción de los espíritus* (EE 228-236). Tratándose del seguimiento de Cristo, el proceso de decisión juega un papel importante, siendo elaborado por medio de consideraciones, distinciones, poniendo toda la atención en las consolaciones y desolaciones interiores. Para los que terminan los Ejercicios en este nivel, Ignacio prevé el segundo modo de orar (EE 249-257)⁴.

2.4 La vía de la unión

El tercer nivel espiritual es el contemplativo, la *vía unitiva*. Aquí se trata de la unión con Dios y de la inmediatez de la relación con Él⁵. Se presupone que entre el Creador y su creatura no hay nada que pueda estorbar tal inmediatez, entre ellos dos no debe interponerse ningún “previo sentimiento o conocimiento de algún objeto” (EE 330 1-2). El principio de que no satisface el mucho saber, sino el gustar de las cosas internamente (EE 2,4), adquiere aquí su completa validez. ¿Dónde habría menos saber que en el mero mirar a las personas divinas?

Encontrarse en este nivel contemplativo es pura gracia. El hombre no puede alcanzarlo por sus propias fuerzas. Dios regala la gracia “sin causa” a quien quiere darla (EE 175,2-3; 330,2). Aunque es claro que Él no sólo puede regalarla en este nivel, sino también en el primero o segundo. Sin embargo, el hombre puede disponerse para recibirla. Esta es la diferencia entre el segundo y tercer nivel. El nivel de la contemplación enseña cómo la persona se *dispone* para esta gracia *sin intermediarios*. Esto ocurre, por un lado, mediante el vaciamiento de las actividades mentales del pensar, del querer, de la memoria (EE 234,4-5) y, por otro, a través del abandonarse al mero mirar y contemplar las personas divinas (EE 258,4-6).

La *contemplación para alcanzar amor* es el *principio y fundamento* de la vía unitiva del tercer nivel, así como la *contemplación de Cristo rey* es el *principio y fundamento* para las

⁴ EE 249: “*El segundo modo de orar* es que la persona, de rodillas o sentado, según se halle más dispuesto y como más devoción le acompañe, teniendo los ojos cerrados o fijos en un lugar sin andar variando con ellos, diga «Padre», y esté en la consideración de esta palabra todo el tiempo que halle significaciones, comparaciones, gustos y consolación en consideraciones a propósito de esa palabra; y de la misma manera haga en cada palabra del Padrenuestro, o de otra oración cualquiera con la que quiera orar de esta forma”.

⁵ Cfr. EE 15,5-6: “El que los da [los EE] no se decante ni se incline a una parte ni a otra, sino estando en medio como el fiel de la balanza, deje obrar, *sin intermediario*, al Creador con la creatura y a ésta con su Creador y Señor”.

contemplaciones de la vida de Jesús. Sobre este fundamento se recorre la vía del vaciamiento de las facultades del alma (memoria, intelecto, voluntad), hasta que sólo quede el sencillo y radical amor, hasta que ya no viva el ejercitante, sino Cristo en él (Gal 2,20)⁶. Volveremos sobre esto más adelante. Basta afirmar por el momento que este tipo de oración está descrita claramente en el *tercer modo de orar* (EE 258-260): un mero mirar las personas divinas, repitiendo una palabra en cada respiración, sin ocuparse con pensamientos, consideraciones, comparaciones, gustos o consolaciones⁷.

En cada uno de los tres niveles se puede hacer oraciones vocales. Así, por ejemplo, ellas pueden dar un marco exterior a los tiempos de oración⁸. Pero lo propio de quien camina en la vía de la unión es el *mero mirar y amar*, así como lo específico de la vía de la iluminación es la contemplación bíblica y lo específico de la vía de la purificación es la meditación. La ‘elección’, es decir, la decisión vital por Cristo que prepara a la vía de unión, dispone para el *primer tiempo de elección*⁹. La praxis muestra que puede haber una pedagogía para esta disposición y ocurre con frecuencia que se llega a resultados decisivos que, ciertamente, no corresponden totalmente a la *primera elección*, pero se está cerca de ella.

Por lo dicho anteriormente puedo afirmar que Ignacio dirige los Ejercicios a lo largo de tres niveles espirituales, que corresponden a la división clásica de la vida espiritual: *vía purgativa, vía iluminativa y vía unitiva*. Gracias a las distinciones mencionadas, resulta claro que la persona sólo de vez en cuando recorre los tres niveles durante el curso de los *Ejercicios*. Dado que cada nivel corresponde a un estado duradero del alma, la mayoría de las veces la persona se queda por años en el nivel alcanzado, hasta que pueda introducirse en el sucesivo. Así, por ejemplo, quien hace los ejercicios anuales de ocho días, los hace en el nivel en que se encuentra.

2.5 Los clásicos ejercicios hechos individualmente

Si tenemos en cuenta el concepto general de los *Ejercicios Espirituales*, queda claro que los clásicos *Ejercicios* hechos *individualmente* se limitan al segundo nivel, por tanto a la *vía iluminativa*. Éstos no se mueven ni en el primer ni en el tercer nivel; no abarcan

⁶ Cfr. la “oración de entrega” (*Suscipe*) EE 234,4-5: “Tomad, Señor, y recibid toda mi libertad, mi memoria, mi entendimiento y toda mi voluntad, todo mi haber y mi poseer; Vos me lo disteis, a Vos, Señor, lo torno; todo es vuestro, disponed a toda vuestra voluntad. Dadme vuestro amor y gracia que ésta me basta”.

⁷ Cfr. EE 252,2 con EE 258: “*El tercer modo de orar es que con cada anhélito o respiración se ha de orar mentalmente diciendo una palabra del Padrenuestro o de otra oración que se rece, de manera que se diga una sola palabra entre una respiración y otra; y mientras dura el tiempo de una respiración a otra hay que fijarse principalmente en la significación de esa palabra, o en la persona a quien se reza, o en la bajeza de sí mismo, o en la diferencia de tanta alteza o tanta bajeza propia*”.

⁸ Cfr. por ejemplo EE 258,2-3.

⁹ EE 175: “*El primer tiempo es cuando Dios nuestro Señor mueve y atrae la voluntad de tal manera que sin dudar ni poder dudar esa alma bien dispuesta sigue lo que se le propone; como san Pablo y san Mateo lo hicieron, siguiendo a Cristo nuestro Señor*”.

la extensión total de los *Ejercicios*, tal como aparecen en el texto de Ignacio. Esta consideración nos puede ayudar mucho para aclarar la relación entre los ejercicios hechos *individualmente* y los ejercicios *contemplativos*, como veremos a continuación.

2.5.1 En los ejercicios hechos individualmente no hay Primera Semana

Diferentes razones me llevan a hablar a favor de tal afirmación. En primer lugar, las personas que Ignacio enviaría a la *Primera Semana*, no serían aceptadas en los *Ejercicios* hechos individualmente, pues “no están experimentadas en cosas espirituales” (EE 9,2), son “grosera y frecuentemente tentadas” (EE 9,2) y van “de pecado mortal en pecado mortal” (EE 314,1). Para ellas los *Ejercicios individuales* son sustituidos mediante pláticas previas y, cuando según la “inteligencia natural” (EE 18,12) llegan a ser capaces de hacerlos y el director de ejercicios tiene suficiente tiempo para ello, son preparadas para hacerlos a través de fines de semana, días de reflexión y otras actividades.

En segundo lugar, *la regla de la discreción de espíritus* propia para la *primera semana* puede no ser usada para los ejercitantes individualmente considerados. Para ellos valen las *reglas de la segunda semana*¹⁰. No se puede tratar de igual modo a un ‘gran pecador’ que a un participante que hace desde hace mucho tiempo los ejercicios de modo individual.

En tercer lugar, para los directores o directoras de los ejercicios individuales *la contemplación bíblica* es casi el modo exclusivo de orar durante los *Ejercicios Espirituales*, incluso ellos la utilizan generalmente ya durante la *primera semana*. Sin embargo, el participante de la *primera semana* descrito por Ignacio no recibe propiamente la Sagrada Escritura en la mano, porque no está preparado para ella, pues sólo se puede discutir mediante razonamientos para alimentar el entendimiento. De hecho, los directores y directoras de ejercicios individuales tienen frecuentemente la tendencia a forzar el uso de la Sagrada Escritura en los tiempos de oración – un signo importante de que ellos se mueven únicamente en el segundo nivel. Sin embargo, según Ignacio, en la *Primera Semana* no hay espacio para la contemplación bíblica. Se pueden utilizar con gran provecho, en los ejercicios anuales, los temas de la *Primera Semana* para las personas que se encuentran en la *vía iluminativa* (segundo nivel) como introducción a la *contemplación de Cristo Rey*¹¹. Pero no por ello los ejercitantes pertenecen a la *vía purgativa*. ¿No se olvida con frecuencia que la purificación es un factor permanente de los *Ejercicios* y una estructura continua de toda vida de oración? En el primer nivel hay una purificación de los pecados graves, mientras que en el segundo se da una purificación de las oscuridades menores, la *vía iluminativa*, y en el tercer nivel, el contemplativo, una purificación del espíritu.

¹⁰ Cfr. *Las Reglas de la Primera Semana* (EE 314ss.) , y *de la Segunda Semana* (EE 329ss.).

¹¹ Cfr. EE 91-98.

2.5.2 En la práctica concreta, los ejercicios hechos individualmente excluyen el tercer nivel espiritual

En primer lugar, es ampliamente ignorado que Ignacio, en la cuarta anotación, da al *tercer modo de orar* el mismo estatus y derecho que tienen los demás elementos de los *Ejercicios*¹². Un modo de orar que pertenece igualmente a los *Ejercicios* ignacianos como la *contemplación de la vida de Jesús*¹³. En segundo lugar, ciertamente en los *Ejercicios* individuales se da la *contemplación para alcanzar amor*¹⁴. Sin embargo, lo que le es más propio se ignora, a saber, la renuncia a pensar, a querer y a los recuerdos; queda así reducida a un ejercicio piadoso. Su característica como *principio y fundamento* para un nivel sucesivo -el tercero- queda ignorada. En tercer lugar, en los *Ejercicios* individuales el *tercer modo de orar*, que consiste en el mero mirar a las personas divinas, generalmente no es enseñado ni practicado. En cuarto lugar, tampoco se habla del *primer tiempo de elección*, y aun cuando es mencionado fugazmente, no se muestra ningún medio para disponerse a él, porque el sentido de la *contemplación para alcanzar amor* y el *tercer modo de orar* son todavía desconocidos.

2.6 La pregunta decisiva

Fundado en estos argumentos, soy de la idea que los *Ejercicios* habituales, hechos individualmente, se quedan limitados a la *vía iluminativa* y, así, no alcanzan toda su extensión. Ni el primer ni el tercer nivel se practican en esos *Ejercicios*, pero nada hay nada que objetar al respecto. Eso está bien y todo está en orden. Es incluso algo laudable. Además, se debe reconocer que tales *Ejercicios* han fomentado la práctica de manera admirable. Sin embargo, surge la pregunta si algunos directores que practican los *Ejercicios* individualmente guiados no identifican esos *Ejercicios* – limitados al segundo nivel – con la totalidad de los *Ejercicios* ignacianos. Pues en ese caso es de temerse que ellos, desde su punto de vista, sólo consideren como *ignacianos* los ejercicios hechos individualmente. La *Primera Semana* y la *fase contemplativa* de los *Ejercicios* no serían para ellos ignacianas. Después de estas consideraciones sobre el concepto general de los *Ejercicios*, veamos en particular lo que Ignacio dice sobre los *ejercicios contemplativos*.

¹² Cfr. EE 4: “...con tres modos de orar”.

¹³ Cfr. EE 101ss. *Contemplación sobre la encarnación*, etc.; véase también los *Mysteria Iesu Christi*, puntos para la meditación, cfr. EE 261-312.

¹⁴ Cfr. EE 230-237; especialmente el punto 2: “mirar cómo Dios habita en las creaturas: en los elementos dándoles el ser, en las plantas dándoles la vida vegetativa, en los animales dándoles la vida sensitiva, en los hombres dándoles la vida racional, y así en mí dándome el ser, la vida, los sentidos y la inteligencia; asimismo habita en mí haciéndome templo, pues yo he sido creado a semejanza e imagen de su divina majestad”.

3. Los tres principios y fundamentos

Al inicio de los Ejercicios, después de las *anotaciones* (EE 1-20), Ignacio escribe un párrafo fundamental: el *Principio y Fundamento* (EE 23). Declara, en primer lugar, la finalidad de sus *Ejercicios*: “para alabar, hacer reverencia y servir a Dios nuestro Señor, y mediante esto salvar su alma” (EE 23)¹⁵. Muestra, en segundo lugar, la difícil tarea que lleva a esta meta: “Por lo cual es menester hacernos indiferentes a todas las cosas creadas... en tal manera que no queramos, de nuestra parte, más salud que enfermedad, riqueza que pobreza, honor que deshonor, vida larga que corta...” (EE 23).

En tercer lugar, Ignacio propone, como respuesta a esta tarea, los medios que llevan a esa meta, es decir, los mismos *Ejercicios* propuesto por él. Considerando cómo están estructurados, equivalen a una “escuela”. Al inicio hay un examen de admisión. Quien no quiere alcanzar la meta, no necesita entrar. Quien ya la ha alcanzado, tampoco necesita frecuentar la escuela. El aprendizaje de los *Ejercicios* es para personas que quieren alcanzar la meta propuesta, pero aún no la han logrado. Cuando el alumno, el ejercitante, da su asentimiento, puede empezar el ‘curso’ de los *Ejercicios*. Es un modo natural de proceder cuando se quiere orientar a alguien hacia algo. Uno modo que pertenece también a la forma y manera de Ignacio, quien con frecuencia orientó a las personas a un cambio de vida¹⁶.

Sin embargo, si se mira con mayor precisión, se aprecia que Ignacio, en su libro de los *Ejercicios*, repite más veces este modo de proceder para las metas parciales que conducen a conseguir el fin que se pretende con los *Ejercicios*. Por ejemplo, cuando guía a un nuevo nivel de los *Ejercicios*, a saber, el tránsito de la *vía purgativa*, del camino de purificación, a la *vía iluminativa*. Si el ejercitante ya está maduro para entrar a la *Segunda Semana*, Ignacio lo inicia en ella con una gran contemplación introductoria, el *llamamiento del Rey eternal*, cuyo objetivo es que el ejercitante se decida a seguir tal Rey. A continuación le da, en la oración de entrega de esta contemplación, los medios para llegar a esa meta (EE 98): un nuevo método de contemplación – ‘contemplación’ (*contemplatio*) en lugar de ‘meditación’ (*consideratio*) – y un nuevo contenido, a saber, los *misterios de la vida de Jesús*, que se encuadran en un proceso de elección. Dejan de ser consideraciones individuales, como lo eran en la primera semana. Hay que notar que la meta parcial es envuelta en una gran visión (EE 92-97), el camino es fijado con una oración (EE 98) y se introduce un nuevo estilo de ejercicios (EE 101ss.).

Ignacio repite este esquema en el tránsito del segundo al tercer nivel mediante otra gran visión – la *contemplación para alcanzar amor* – que es, en realidad, una nueva meta:

¹⁵ La meta de los ejercicios ya está dada en la primera anotación (EE 1), pero está escrita sólo para el maestro de ejercicios. Para el ejercitante se menciona en el *principio y fundamento*.

¹⁶ Ignacio utiliza el mismo modo de proceder cuando quiere recibir un candidato en la Compañía de Jesús. El candidato se presenta a un *examen general*, en el cual se afirman las metas de la Compañía y se le declaran las consecuencias de su ingreso, antes de ingresar efectivamente; cfr. *Constituciones de la Compañía de Jesús*, nn. 1-133.

ver a Dios en sus obras (EE 234-237). Luego señala nuevamente, también con una oración, el camino hacia esta meta: silenciar todas las capacidades mentales y permanecer sólo mirando (EE 234). Da para ello un nuevo modo de orar y un nuevo contenido de oración (EE 258). El resultado que se consigue es el siguiente: así como *el Principio y Fundamento* se relaciona con la totalidad de los *Ejercicios*, del mismo modo se relacionan la *contemplación de Cristo Rey* con el segundo nivel, la *vía iluminativa* con las contemplaciones de la vida de Jesús, y la *contemplación para alcanzar amor* con el tercer nivel, la *vía unitiva* y propiamente contemplativa.

4. Dos tareas completamente distintas

En el segundo nivel, desde la *contemplación del Rey eternal* hasta la contemplación de la *ascensión del Señor*, la tarea es ‘hacer algo’ por Cristo. Ignacio prescribe esto claramente en la oración de la contemplación de *Rey*. En el fundamento del tercer nivel, o nivel contemplativo, se da una nueva tarea, que se distingue esencialmente de la anterior. Comparémoslas.

En la primera se afirma: “Yo hago mi *oblación*, con vuestro favor y ayuda, delante de vuestra infinita bondad y delante de vuestra Madre Gloriosa y de todos los santos y santas de la corte celestial: que yo *quiero*, y *deseo*, y es mi *determinación deliberada*, con tal de que sean vuestro mayor servicio y alabanza, *imitaros* en *pasar* toda clase de injurias, y todo menosprecio y toda pobreza, así actual como espiritual, si vuestra santísima majestad me quiere elegir y recibir en tal estado” (EE 98)¹⁷. Se trata, pues, de una entrega del actuar y del hacer. El ejercitante debe seguir a Cristo con ayuda de la gracia y bajo la condición de que Dios lo “quiera elegir y recibir”. Pero se trata de un seguimiento con actividad específica: “yo *hago mi oblación...*, yo *quiero y deseo...* mi *determinación es...imitaros en pasar*”.

En cambio, en la *contemplación para alcanzar amor* se ofrece una nueva tarea al ejercitante: no debe querer o hacer nada. Debe sólo rendir sus facultades a Dios, sin comprometerse para realizar o lograr algo, sino silenciar sencillamente sus facultades interiores para que Dios asuma la actividad de su hacer: “*Tomad*, Señor, y *recibid* toda mi *libertad*, mi *memoria*, mi *entendimiento* y toda mi *voluntad*, todo mi *haber* y mi *poseer*; Vos me lo disteis, a Vos, Señor, lo *torno*; todo es vuestro, *disponed* a toda vuestra voluntad. Dadme vuestro amor y gracia que ésta me basta” (EE 234).

La diferencia no puede ser obviada. En lugar de “yo *hago mi oblación...*, yo *deseo...* mi *determinación es...imitaros en pasar...*” está escrito: “*tomad... recibid... toda mi libertad, mi entendimiento... voluntad... haber... poseer... a Vos lo torno... disponed... me basta*”. En esta oración se afirma concretamente que todas las capacidades mentales deben ser silenciadas para que sólo quede el amor radical y el mero mirar a Dios. Ésta es una perspectiva completamente nueva. Las *contemplaciones de la vida de Jesús*, tal como han

¹⁷ Cursivas del autor.

sido realizadas hasta este punto, deben concluir porque en ellas se ejercitan las facultades del alma. Un nuevo modo de orar se abre camino, más sencillo, en el cual el entendimiento, la voluntad y la memoria ya no juegan ningún papel activo. Es el tránsito de la vía de la iluminación a la vía contemplativa. A partir de este punto se transforma la contemplación de la vida de Jesús en un sencillo *mirar*.

5. El nuevo modo de orar (EE 238-260)

5.1 Los tres modos de orar

El *primer modo de orar* (EE 238-248) está adaptado a las personas que se encuentran en la *Primera Semana* o bien a las que transitan en la vía de la purificación. Para Ignacio estas personas tienen malos 'hábitos' (EE 242), caen en pecado (EE 244), y por eso les recomienda meditar sobre los mandamientos (EE 240-243). Una situación que no se aceptaría para ejercitantes que han entrado en la *Segunda Semana*. El *segundo modo de orar* (EE 249-257) corresponde a los ejercicios propios del segundo nivel, contemplar la vida de Jesús (EE 10,2): "De rodillas o sentado, según se halle más dispuesto y como más devoción le acompañe, teniendo los ojos cerrados o fijos en un lugar sin andar variando con ellos, diga «Padre», y esté en la consideración de esta palabra todo el tiempo que halle significaciones, gustos y consolación en consideraciones a propósito de esta palabra" (EE 252). Aquí se buscan significados, se hacen comparaciones y consideraciones. La persona se ocupa con sentimientos, consolaciones y gustos interiores.

Por el contrario, el *tercer modo de orar* (EE 258-260) está previsto para personas que han alcanzado el tercer nivel contemplativo: "Con cada anhélito o respiración se ha de orar mentalmente diciendo una palabra del Padrenuestro o de otra oración que se rece, de manera que se diga una sola palabra entre una respiración y otra; y mientras dura el tiempo de una respiración a otra hay que *fijarse* principalmente en la significación de esa palabra, o en la persona a quien se reza, o en la bajeza de sí mismo o en la diferencia de tanta alteza o tanta bajeza propia" (EE 258). La gran diferencia de este modo con los dos modos anteriores es la ausencia de toda deliberación, consideración, búsqueda de significación, ansia de 'gusto' o 'consolación', que son propias del segundo modo de orar¹⁸. Queda sólo el mero mirar que corresponde a una genuina contemplación, que es lo propio de la *vía unitiva*, como se ha visto en la *Contemplación para alcanzar amor*.

5.2 El mirar a la persona

El acto de contemplar, de mirar, a la persona, debe destacarse de manera especial¹⁹. No hay que pensar en las actividades de la persona divina, ni en los misterios de la vida de

¹⁸ Cfr. EE 252 y 258.

¹⁹ Percibir, mirar, escuchar, estar atento, sencillamente estar son, este sentido, sinónimos.

Jesús, ni en imágenes o iconos, ni siquiera en las propiedades o características de la persona contemplada. El ejercitante debe mirar, contemplar, a la persona. La mirada simple de la contemplación ha sustituido los recuerdos de la memoria, las consideraciones del entendimiento, los deseos de la voluntad, así como el tomar consciencia de las diferencias entre las consolaciones y las desolaciones. Pero hay que agregar todavía una observación.

Una persona no puede ser contemplada o vista de manera objetiva. No es un objeto, sólo puede ser vista o reconocida en una relación de persona a persona. A esto se refiere Ignacio cuando añade que, al mirar a la persona, se hace en relación a: "... la bajeza de sí mismo, o en la diferencia de tanta alteza o tanta bajeza propia" (EE 258). Ignacio no quiere establecer ninguna comparación con este texto, sino observar la relación en la que se incluye simultáneamente uno mismo y Dios. Para comprender mejor de qué se trata, recordemos algunas afirmaciones de los místicos: "yo soy nada, tú eres todo". O como Francisco, que oró toda una noche: ¿Quién eres tú y quién soy yo?. O como esa persona que oraba en silencio y le dice al santo Cura de Ars: "Él me mira y yo lo miro". San Pablo expresa lo mismo: "Ya no vivo yo, es Cristo quien vive en mí" (Gal. 2,20); pero más claramente lo dice el cuarto evangelista: "que todos sean uno: como tú, Padre, estás en mí y yo en ti, así deben ellos estar en nosotros" (Jn. 17,21).

Ignacio no quiere establecer una contraposición, pues activaría nuevamente la actividad discursiva del entendimiento que el ejercitante ha dejado atrás. A pesar del contraste entre "alteza y bajeza", se trata únicamente de un *mirar con una mirada única* la relación que une Dios y el ejercitante, ser conscientes del *encuentro* en humildad y misericordia. El ejercitante debe mirar en sí mismo la presencia de Jesucristo. La contraposición mencionada tiene un significado especial, pues conduce hacia la última y más profunda purificación: hacia la *noche oscura del espíritu*. Experimentar en el espejo de la presencia de Dios la propia 'nada' purifica las últimas oscuridades del alma.

5.3 Las tres exigencias

Ignacio es un hombre práctico y pedagógico. Presenta tres modos de orar para que todos puedan alcanzar la meta de la oración. El primero es propio de una persona que se encuentra en la *Primera Semana*, en la vía purgativa. Ignacio la aparta del ruido del mundo para que pueda estar calma: "Antes de entrar en la oración *repose un poco el espíritu*, sentado o paseándose, como le parecerá mejor" (EE 239).

El *segundo modo de orar* corresponde a la persona que ha llegado al segundo nivel (contemplación de la vida de Jesús) pero que aún no conoce el tercer nivel. A ella se le puede exigir más. Ignacio le retira las actividades de los sentidos externos, pero le deja las actividades de las facultades interiores: "De rodillas o sentado, según se halle más dispuesto y como más devoción le acompañe, teniendo los *ojos cerrados o fijos en un lugar sin andar variando con ellos*, diga «Padre», y esté en la consideración" (EE 252). Más adelante afirma: "Estará de la manera ya dicha una hora en todo el Padrenuestro... si la persona que contempla... hallare... buena materia para pensar, y gusto y consolación, no se preocupe por pasar adelante aunque se acabe la hora en aquello que halla" (EE 253-254). El ejercitante debe silenciarse corporalmente, desconectar la actividad de

los ojos y decir las menos palabras posibles. Ignacio no exige esto de las personas que están en el primer nivel. Esta mayor concentración ayudará al ejercitante en sus ‘consideraciones’ personales y en las otras actividades interiores.

El *tercer modo de orar* corresponde al tercer nivel o nivel contemplativo. En este caso Ignacio retira al ejercitante las actividades de las facultades internas – memoria, entendimiento, voluntad y la preocupación por sentir consolación y desolación –, como ya hemos visto. Ignacio orienta aquí exclusivamente al mero mirar de la contemplación.

5.4 Ayudas especiales

Como es muy difícil poner entre paréntesis la actividad de la memoria, del pensamiento y de la voluntad, así como dejar de poner atención a los movimientos de consolación y desolación, Ignacio da al ejercitante otra ayuda que lo apoya en la renuncia a la actividad de las facultades internas: la atención a la respiración. En efecto, “*el tercer modo de orar* es que con *cada anhelito* o respiración se ha de orar mentalmente diciendo una palabra... que se rece, de manera que se diga una sola palabra entre una respiración y otra” (EE 258).

En muchas culturas y diferentes tradiciones se reconoce que la atención a la respiración es muy útil para apartar los pensamientos y llegar a un profundo recogimiento. En efecto, poniendo atención a la respiración se sostiene la atención del simple mirar contemplativo, evitando así las distracciones. Ignacio ya había aclarado en el modo de orar anterior, el segundo, que la repetición de una palabra podría llenar una hora completa. No necesita repetir aquí, en el tercero, que esa palabra puede ser un nombre divino. Dado que el silencio interior de los ejercitantes es más profundo en el nivel contemplativo, éstos permanecen mucho más tiempo repitiendo el mismo nombre que los ejercitantes del segundo nivel.

A partir de esta perspectiva, de la progresiva simplificación e internalización de la oración, se puede reconocer que las constantes *repeticiones de las contemplaciones* (EE 62; 118 etc.) y *aplicaciones de los sentidos* (EE 121) en la fase de las *contemplaciones de la vida de Jesús* eran una preparación para el tercer nivel contemplativo. Alcanzar el reposo de la memoria, del entendimiento y de la voluntad es una tarea laboriosa que exige necesariamente este trabajo preparatorio.

5.5 La oración de Jesús

Recopilemos los elementos del *tercer modo de orar*. Se inicia con el apaciguamiento de los sentidos externos, que ciertamente están en el segundo modo de orar, pero que son válidos también para el tercer modo:

- De rodillas o sentado (EE 252).
- Los ojos cerrados o fijos en un lugar (EE 252).
- Decir una palabra (EE 252).
- Se puede/debe permanecer una hora (EE 253)

Vienen luego las indicaciones que son propias del tercer modo de orar:

- Se debe orar la palabra con cada respiración (*EE* 258).
- Al decir la palabra se debe poner atención a la persona a la que se habla (*EE* 258).
- En lugar de considerar, comparar o buscar gusto o consolaciones, se debe permanecer simplemente en el mirar (*EE* 252; 258).

Si se considera, además, que Ignacio ha tenido una muy grande devoción a Jesucristo, se puede suponer fácilmente que esta ‘palabra’ que él deja decir a los ejercitantes es con mucha frecuencia el *nombre de Jesús*. Así entiendo el tercer modo de orar de Ignacio, como lo muestro en mi libro *Ejercicios de contemplación con la oración de Jesús*.

6. La valoración de los tres modos de orar

Ignacio prescribe los tres modos de orar como un *exercitium* que tiene los mismos derechos que los otros elementos de los *Ejercicios*. Se trata de un texto muy ignorado, pero que tiene un gran significado para la fase contemplativa de los *Ejercicios*. El texto afirma: “Aunque para los *ejercicios* siguientes se toman cuatro semanas, por corresponder a cuatro partes *en que se dividen los ejercicios* (es a saber: la primera, que es la consideración y contemplación de los pecados; la segunda es la vida de Cristo nuestro Señor hasta el día de Ramos inclusive; la tercera la Pasión de Cristo nuestro Señor, y la cuarta la Resurrección y Ascensión *con tres modos de orar*)” (*EE* 4,1-3)²⁰. Ignacio da a los modos de orar – como hemos dicho – la misma jerarquía que da a todos los otros elementos de los *Ejercicios*. El *tercer modo de orar* ocupa el último lugar de todos los *Ejercicios*. Consecuentemente: si los *Ejercicios* constituyen un *proceso*, entonces el *tercer modo de orar* es la ‘flor’ de los ejercicios y el estado final en el que Ignacio despide a los ejercitantes a la vida cotidiana.

7. La elección en el tiempo contemplativo

En la espiritualidad de Ignacio la elección es decisiva. Mientas las órdenes monacales habían acentuado desde siempre el retiro del mundo, Ignacio valoró el compromiso total de la persona a través del trabajo. Él quiso que se santificara la actividad y se encontrara a Dios en la vida cotidiana, pues tomar decisiones es el componente más importantes de toda actividad. Cuando las decisiones corresponden a la voluntad de Dios, las actividades transitan en los cauces correctos. A este propósito, Ignacio clasifica los procesos de elección en tres modelos.

En el primer modelo Dios mismo obra la decisión. La persona no hace nada. Ignacio la nombra como elección “sin causa precedente”. Ejemplos de este modelo son las

²⁰ Cursivas del autor.

decisiones vitales de san Pablo y Mateo (EE 175,2-3). En el segundo modelo los diversos ‘espíritus’ están activos, causando en la persona movimientos de consolación y desolación. Precisamente, a través de esos movimientos (*motiones animae*), la persona contribuye también a la decisión, pues distinguiendo de dónde provienen descubre hacia dónde lo conduce el buen espíritu (EE 176)²¹. En el tercer modelo no entran en acción directamente ni Dios, ni las fuerzas exteriores a través de las mociones espirituales²². Es un tiempo tranquilo. La persona depende completamente de sus “capacidades naturales” (EE 177,3)²³. Para Ignacio estas capacidades son la memoria, el entendimiento y la voluntad.

¿Cómo se relacionan estos modelos con los niveles espirituales? En el primero o *nivel de la purificación*, no hay propiamente un proceso de elección en sentido ignaciano. La persona debe apartarse de los pecados mortales. Para esto necesita únicamente ser motivada, lo que se produce a través de las meditaciones. En el segundo nivel, el de las *contemplaciones de la vida de Jesús*, hay que hacer una *elección*, lo cual lleva mucho tiempo prepararla (EE 135-174), y se realiza mediante el segundo y tercer modelo. Si las mociones espirituales están presentes, entonces se procede conforme al segundo modelo; pero si la persona se encuentra en un tiempo tranquilo se sigue el tercero. Los dos modelos se complementan mutuamente.

En el tercer nivel o *nivel contemplativo* descubrimos algo muy interesante. Tanto las “capacidades naturales” (tercer modelo) como también la “ocupación con consolación y desolación” (segundo modelo) son silenciadas. Por un lado, la persona está “sin causa precedente” para elaborar su decisión; por otro lado, se dispone de una manera pasiva, pero sin mediación y, por tanto, “sin causa”, a la gracia del primer modelo. En todo caso, si no se presenta la gracia del primer tiempo, de cualquier modo este *estado de simplemente mirar* a Dios es muy fecundo, pues lleva a la profundidad donde la Trinidad inmanente inspira con frecuencia claridad y conduce a las personas a resoluciones decisivas, sin que se pueda decir estrictamente que haya tenido lugar una gracia del primer tiempo. Pero estas resoluciones decisivas están muy cerca del *primer tiempo*.

²¹ EE 176: “*El segundo*: cuando se obtiene suficiente claridad y conocimiento por experiencia de consolaciones y desolaciones y por experiencia de discreción de varios espíritus”.

²² Dios se adelanta a toda obra de la persona y la acompaña hasta en las consecuencias. Aquí se trata de una intervención extraordinaria de Dios.

²³ EE 177: “*El tercer tiempo* es tranquilo, cuando uno, considerando primero para qué ha nacido, es a saber, para alabar a Dios nuestro Señor y salvar su alma, y deseando esto elige como medio una vida o estado dentro de los aprobados por la Iglesia para que lo ayude en el servicio de su Señor y salvación de su alma. Digo «tiempo tranquilo» cuando el alma no está agitada por diversos espíritus y usa de sus potencias naturales libre y tranquilamente”.

8. Resumen conclusivo en nueve puntos

1. El *concepto general* de los *Ejercicios Espirituales* muestra que Ignacio trabaja fundamentalmente con tres niveles consecutivos y los tiene siempre en cuenta durante los *Ejercicios*: el nivel de la purificación o *vía purgativa*, el nivel de la iluminación o *vía iluminativa* y el nivel de la unión o *vía unitiva*.
2. Las *misiones populares* son una excelente aplicación de los ejercicios en el primer nivel: la vía de la purificación. Hay buenas razones para afirmar que los *Ejercicios hechos individualmente* –por más importantes y magníficos que parezcan– se limitan al segundo nivel, el de la vía iluminativa. Los *ejercicios contemplativos* son una aplicación para el tercer nivel o nivel contemplativo.
3. La *contemplación para alcanzar amor* es *principio y fundamento* para el nivel contemplativo, y conduce, por amor del amor, al desarme de toda actividad hasta que en la oración no se quiera nada, no se piense más, no se ocupe en recuerdos y no se hagan consideraciones sobre consolaciones o desolaciones. Queda únicamente el amor y el *sencillo mirar*.
5. Ignacio prescribe para ello un nuevo camino, que se prepara por medio del silenciamiento de los sentidos externos e internos. En la oración misma se repite a ritmo de la respiración un *nombre* como, por ejemplo, “Padre”. La atención se dirige a la persona que se menciona.
6. Ignacio valora esta dimensión contemplativa como un elemento de los *Ejercicios* que tiene los mismos derechos que los demás elementos.
7. La *oración de Jesús*, en el tercer nivel, es una realización literal de las indicaciones de los *Ejercicios*.
8. El nivel contemplativo, tal como ha sido descrito, tiene una llamativa concordancia con el *primer tiempo de elección* y dispone para éste, en tanto que se separa de las ‘causas precedentes’ (EE 330).
9. Con mi libro *Ejercicios de contemplación* intento poner a disposición un manual, fundado en la teoría y en la praxis, para iniciar a las personas en la *fase contemplativa de los Ejercicios Espirituales ignacianos*.

Traducción: Carlos Gutiérrez Lozano. Revisión: Rossano Zas Friz De Col s.j.